

青少年体育

一项关乎民族未来的事业

——上海学生体质健康状况与学校体育事业发展报告

主编：胡卫 平杰

副主编：唐晓杰 丛海鹰

翔实的数据、案例，较全面地反映了上海青少年体质健康状况和学校体育状况，并结合国内外的成功经验，提出了面向未来的行动计划……

中国福利会出版社

主编◎胡卫 平杰

副主编◎唐晓杰 丛海鹰

青少年体育

一项关乎民族未来的

事业

——上海学生体质健康状况与学校体育事业发展报告

中国福利会出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

青少年体育——一项关乎民族未来的事业 / 胡卫, 平杰编著. — 上海: 中国福利会出版社, 2007.11

ISBN 978-7-5072-1329-4

I. 青... II. ①胡...②平... III. I247.5 IV. I247.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 168633 号

青少年体育——一项关乎民族未来的事业

责任编辑 曹颖 张蕾

封面设计 王珂

版式设计 陈蓉

出版发行 中国福利会出版社

社 址 上海市常熟路 157 号

邮政编码 200031

电 话 021-64373790

传 真 021-64373790

电子信箱 cwiph@126.com

经 销 全国新华书店

印 刷 上海天华印刷厂

开 本 787mm × 1092mm 1/16

印 张 27.75

字 数 374 千字

版 次 2007 年 11 月第 1 版

印 次 2007 年 11 月第 1 次印刷

印 数 1-3000

ISBN 978-7-5072-1329-4/G·171

定 价 50.00 元

编 委 会

(按姓氏笔画为序)

- 方建锋 上海市教科院民办教育研究所规划与鉴证研究室主任
- 王 毅 上海市教科院民办教育研究所学校管理与经营研究室主任
- 平 杰 上海市教育委员会体卫艺科处处长
- 丛海鹰 上海市教育委员会体卫艺科处副处长
- 卢慧文 上海市教科院民办教育研究所国际教育研究室主任
- 刘耀明 上海市教科院民办教育研究所课程与教学研究室主任
- 乔 梁 上海市教科院民办教育研究所学前教育研究室副主任
- 阳 燧 上海市教科院民办教育研究所
- 苏训诚 上海交通大学体育学院副教授
- 陆大江 上海体育学院副教授
- 陈素萍 上海市教科院民办教育研究所
- 胡 卫 上海市教科院民办教育研究所所长、研究员
- 赵先廷 上海市教育委员会体卫艺科处副处级调研员
- 唐晓杰 上海市教科院民办教育研究所副所长、研究员
- 徐燕平 上海市教育委员会教学研究室体育教研员

序

学校家庭社会需共同关注学生健康

❖ 沈晓明 上海市教育委员会主任

一个国家的繁荣强盛最根本的因素是人的素质，而对于任何具体的人来说，最基础的也是最重要的素质就是身体素质。从去年12月全国学校体育工作会议的举行到前不久胡锦涛总书记主持召开中央政治局会议专题研究青少年体育工作，党和国家如此高度重视青少年体育和青少年体质，其意义之深远不言而喻。

青少年学生的体质确实到了非重视不可的程度。最近进行的学生体质健康调查显示，上海学生体质健康问题主要表现在三个方面。一是机能水平有所降低。目前青少年的健康状况可以概括为“硬、软、笨”三个字：关节硬、肌肉软、动作不协调。调查发现，上海学生的耐力、爆发力、力量素质等指标较5年前明显下降。二是肥胖儿童越来越多，其中16-18岁学生肥胖率最高。三是视力不良率逐年上升，高中毕业生中的视力不良者占80%以上。

深究青少年体质健康状况下滑的原因，或多或少和青少年

体育工作的薄弱有关。笔者分析的具体原因有以下几个方面。

一是社会现代化带来的“副作用”。研究表明,当国民经济发展到一定水平时,国民体质健康的某些指标会呈下降趋势,这其实是世界上许多发达国家的现代化进程中都曾出现过的问题。因为随着现代化的进程,人们出行坐汽车、上楼乘电梯、工作自动化、生活电器化,都使运动机会大大减少,久而久之必然导致人的体质下降。

二是独生子女家庭带来的“副作用”。部分家长过度溺爱孩子,而对其意志品质、吃苦耐劳精神的培养不够重视。笔者曾做过一项调查:许多家长都认为孩子身体健康很重要,但如果锻炼与学业发生冲突,几乎所有的家长都会牺牲前者。另外还有一个现象值得关注,在上海,老年人身体素质上升幅度最大,长寿指数越来越趋高,而35至50岁的中年人身体素质果差,中年人因工作、家庭压力而成为最不注重体育运动的群体。这背后带来的更大危害是,大多数中小学生的家长处于中年期,他们不重视运动直接导致他们对子女参加锻炼的不支持,这使得学生体育缺少良好的家庭氛围和社会环境。

三是错误教育思想带来的“副作用”。这里的错误教育思想是指为了提高升学率,一些学校仍存在重智育轻体育、重考试分数轻运动锻炼、重“育分”轻“育人”等现象。同时,令校长们更头疼的是安全问题。一些校长为了避免校园伤害事故及由此可能进成的与家长之间的纠纷,往往取消体育教学中锻炼力量、耐力、协调性和灵活性的运动项目。

体育的重要性不仅仅体现在身体素质的提高,更重要的在于树立起影响孩子一生的精神。在笔者40多年的人生进路中,终身受益的不是光辉的留美经历,而是艰苦的少体校生活。体育能让人领悟到要靠实力去拼搏的“竞争精神”、不断挑战新高度的“永不满足精神”和个人永远只是一颗棋子的“团队合作精神”。体育是个“好东西”,一个好校长或是好家长,就应该懂得

如何利用体育来塑造学生的精神品质。

当前,一个现实而紧迫的命题摆在面前。因为它不仅关系着每个生命个体自身的和谐发展;更联系着国家民族的命运与前途,未来20年或30年后,整整这一代人的体质将是一个国家综合竞争力的体现。因此,要真正树立“学生健康第一”的思想需要全社会共同关注。

全社会要形成正确的教育观和人才观。我们要站在培养中国特色社会主义事业的合格建设者和可靠接班人的高度来认识体育对青少年成长的重要性。尊重青少年生理特点和心理成长的规律,就是遵循教育规律。全社会应该转变观念,真正认识到体育在增强体质、锻炼意志中无法替代的作用;全社会应该形成共识,青少年学生的身体素质是一个城市发展水平的标志,是一个社会文明进步的体现,更是一个国家民族精神的重要特征;全社会应该聚集合力,通过开放设施场馆、弘扬体育精神、提高锻炼意识、营造健康氛围,还孩子们以童年和青春的快乐,实现全面发展。

学校要端正“以学生发展为本”的思想。学校作为学生成长过程中的重要场所,责无旁贷地应“以学生发展为本”来推动体育工作的纵深开展。学校要严格执行“每天一小时体育活动”的规定,形成长效机制。学校要开齐、开足体育课,不得以任何理由削减、挤占体育课时间。同时,学校体育又是连接家庭体育和社区体育的中间环节,是终身体育的基础。因此,学校要全面实施素质教育,充分发挥体育强身健体、陶冶情操、启迪智慧的功能,并积极推进学校体育与家庭体育、社区体育的融合,为健康、科学、文明的现代城市生活方式的形成做出积极贡献。

家庭要确立“给孩子健康生活方式”的理念。家庭在青少年生活中是第一位,也是最重要的社会环境。家庭结构、文化修养、活动形式,对青少年会产生最直接最深刻的影响。因此,家庭对青少年体育运动的重视与参与程度直接关系到青少年参加体育

运动的态度与行为。许多发达国家的经验表明：家长已成为子女参加体育运动的最重要组织者。家长通过对孩子参加体育运动表示出的极大兴趣，并亲临现场给孩子必要的鼓励，将会促进良好亲子关系的建立。因此，只有每个家庭都认识到强身健体的重要意义，都确立起“给孩子一个健康生活方式”的理念，青少年体育工作才能真正取得成效。

前言

近年来,党和政府以及全社会高度重视青少年体质健康工作。2006年12月23日全国学校体育工作会议在北京召开;2007年4月23日,胡锦涛总书记主持中央政治局会议,专题研究青少年体育工作,嗣后,中共中央国务院颁发《关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》。在此背景下,上海市教委沈晓明主任提议,要将改进学校体育工作、提高上海学生体质与健康水平作为一项重大课题进行研究,并委托上海市教育科学研究院民办教育研究所承担。

上海市教科院民办教育研究所分阶段、有步骤地开展该课题研究。首先对上海青少年体质健康情况进行整体了解,发现上海市学校体育工作与学生体质健康状况令人堪忧。在此基础上,研究所对课题研究

的目标、内容和突破口进行了分析和梳理,提出了研究的初步框架。

在研究过程中,沈晓明主任建议分清轻重缓急,先就改善学校体育工作、提高学生体质健康水平拿出初步的行动方案。在上海市教委体卫艺科处的支持下,经过专家咨询讨论,上海市教科院民办教育研究所成立了课题组,分设文献研究、调查研究、比较研究、理论研究、行动计划五个子课题组。

在时间紧、任务重、难度大的情况下,课题组成员加班加点,焚膏继晷地工作,分别走访了市教委的有关职能部门、市教研室专家、部分区县教育局负责体育管理工作的专干及上海国际国内学校的部分校长,并选择了中心城区、城区、郊区、远郊区的小学、初中、高中三个学段的40所学校,向学校的教师、学生和家长发放调查问卷共3000份。另外,还在实地调研学校召开了学生座谈会、体育教师座谈会和非体育学科教师座谈会。在广泛采集数据的基础上,结合国内外的成功经验及理论思辨的方法,完成了《青少年体育:一项关乎民族未来的事业》主报告和七个专题报告。

沈晓明主任始终关注该课题的进展,当得悉课题研究成果将以“上海学生体质健康状况与学校体育事业发展报告”形式出版后,欣然为该报告作序。

由于受到研究人员知识背景和工作经验的局限,受到调查样本的限制,课题研究如存在不周和疏漏之处在所难免,敬请读者批评指正。

编者

2007年11月

目 录

序 学校家庭社会需共同关注学生健康 /III

前言 /XV

Ⅰ 主报告 青少年体育：一项关乎民族未来的事业

引言 /3

第一部分 成就与危机：学校体育工作喜忧参半 /7

一、探索与成绩 /7

二、问题与成因 /14

第二部分 借鉴与启示：先进国家的经验与举措 /26

一、西方国家的体育价值观 /26

二、国外学校体育管理概览 /29

第三部分 思索与勾画：学校体育新理念与新体系 /40

一、构建学校体育新理念 /40

二、构建学校体育新体系 /44

第四部分 传承与创新：面向未来的行动计划 /48

一、更新体育理念，引领学生健康成长方向 /48

二、理顺管理体制，保证各项工作高效运行 /50

三、深化课程改革，提升学校核心渠道效能 /52

四、加强队伍建设，增进实施现代体育能力 /54

青少年体育：一项关乎民族未来的事业

VII

- 五、开展专项督导,形成学校体育长效机制 /56
- 六、完善防范措施,提高安全工作管理水平 /58
- 七、整合体育资源,拓展学校体育活动空间 /60
- 八、推进体教结合,创新体育人才培养机制 /62

2 专题报告

专题报告之一:上海市学生体质与健康状况研究 /67

- 一、研究对象 /67
- 二、研究方法 /68
- 三、学生身体形态发育状况分析 /69
- 四、影响学生体质健康的原因分析 /87
- 五、对策与建议 /90

专题报告之二:上海市学校体育工作调研报告 /93

- 一、对体育的认识 /94
- 二、学校体育课程与教学 /96
- 三、学校课外体育活动开展情况 /101
- 四、家长与学生一起参与课外体育活动的情况 /107
- 五、体育教师培训 /108
- 六、经费投入与安全、设施保障机制 /108
- 七、学校体育工作面临的主要问题 /111
- 八、对策与建议 /113

专题报告之三:上海“体教结合”调研报告 /117

- 一、十年来“体教结合”的发展 /119
- 二、“体教结合”与学校体育改革 /128
- 三、“体教结合”与体育人才培养 /130
- 四、对策与建议 /141

专题报告之四：上海市中小学体育教师专项调研报告 /156

- 一、调研背景 /156
- 二、中小学体育教师队伍现状 /157
- 三、中外体育师资队伍建设比较 /175
- 四、对策与建议 /183

专题报告之五：区县学校体育特色 /200

- 一、徐汇区：人人学会游泳 /202
- 二、青浦区：华新小学“红领巾足球文化” /205
- 三、闸北区：青少年活动中心“三三〇活动” /211
- 四、宝山区：同洲模范学校模式 /222
- 五、闵行区：七宝中学田径二线队建设 /225
- 六、崇明县：法籍教练执训中小学足球队 /228
- 七、长宁区：建青青少年体育俱乐部活动 /233
- 八、静安区：一师附小“快乐水果操” /234

专题报告之六：国外学校体育综述 /237

- 一、世界若干发达国家学校体育概况 /237
- 二、国外学校体育课程与教学 /250
- 三、国外学校体育的管理机制与体制研究 /262
- 四、国外学校体育师资队伍建设 /265
- 五、国外学校体育资源与保障 /271
- 六、国外学校体育工作的评估与督导 /274
- 七、国外体育竞技人才培养 /278
- 八、社会对学校体育的关心与支持 /285

专题报告之七：国内部分省市加强学校体育工作的基本情况 /293

- 一、北京加强学校体育工作的主要举措 /294
- 二、浙江加强学校体育工作的主要举措 /302
- 三、江苏加强学校体育工作的主要举措 /313
- 四、广东加强学校体育工作的主要举措 /324

② 附录 法律、法规、政策

中共中央国务院关于加强青少年体育增强青少年体质的意见(2007)/337

陈至立国务委员在加强青少年体育增强青少年体质电视电话会议上的讲话(2007)/344

中华人民共和国体育法(1995)/351

国家体育锻炼标准施行办法(1989)/358

国家学生体质健康标准(2007)/362

学校体育工作条例(1990)/369

全国学生体育竞赛管理规定(1997)/375

学生伤害事故处理办法(2002)/383

教育部关于印发《中学体育器材设施配备目录》《小学体育器材设施配备目录》的通知(2002)/391

教育部 国家体育总局关于进一步加强学校体育工作切实提高学生健康素质的意见(2006)/404

上海市教育委员会 上海市体育局关于进一步加强学校体育工作的指导意见(2007)/411

上海市教育委员会 上海市人民政府教育督导室关于开展学校体育工作与学生体质健康专项督导的通知(2007)/417

联合国教科文组织《体育运动国际宪章》(1978)/421

CONTENTS

Preface

The Development of Students' Health Needs Concerns from Schools, Families and Community /III

Foreword /XV

Main Report

Youth Physical Healthy Education: An Issue about the Future of Our Nation

Introduction /3

Part One

Achievements and Crisis:

Advantages and Disadvantages in the Physical Education in School /7

1.Exploration and Achievements /7

2.Problems and Reasons /14

Part Two

Reference and Enlightenment:

Experiences and Measurements of Developed Countries /26

1.The Value of Physical Education in Western Countries /26

2.The Overview of Physical Education Management in Oversea Schools /29

Part Three

Reflection and Reconstruction:

New Concepts and Systems of Physical Education in Schools /40

- 1.Reconstructing a New Concept of Physical Education in Schools /40
- 2.Reconstructing a New System of Physical Education in Schools /44

Part Four

Heritage and Innovation:

Action Plan toward the Future /48

- 1.Updating Physical Education Concept to Guide the Students' Healthy Growing Direction /48
- 2.Improving the Management Structure to Ensure Efficient Operation of all Kinds of Work /50
- 3.Deepening the Curriculum Reform to Increase the Performance of Schools' Core Departments /52
- 4.Strengthening the School Working Teams to Enhance the Implemental Capacity of Modern Physical Education in School /54
- 5.Developing Special Supervision to Form A Long-Term Mechanism for School Physical Education /56
- 6.Improving Preventive Measures to Increase The Security Level of Physical Education Management /58
- 7.Integrating Physical Education Resources to Expand Safety Space for Physical Education Activities /60
- 8.Advancing the Combination of Education and Sports to Have more Innovation in the Mechanism of Sports Talents Training /62

Subject One:

A Study on Corporeity and Healthy Status of Students in Shanghai /67

- 1.Study Objects /67
- 2.Study Methodology /68
- 3.Analysis on the Growing Conditions of Students' Body Shape /69
- 4.Analysis on Reasons that Affects the Physical Health of Students /87
- 5.Strategies and Suggestions /90

Subject Two:

Investigation Report on the Physical Education in Schools /93

- 1.The Understanding of Physical Education /94
- 2.The Curriculum and Teaching of Physical Education in Schools /96
- 3.The Implementation of Schools' Extra-Curricular Sports Activities /101
- 4.The Situation of Parents and Students that Participate in Extra-Curricular Sports Activities /107
- 5.The Training of Physical Education Teachers /108
- 6.The Funds Input of Physical Education, Security, And Infrastructure Protecting Mechanism /108
- 7.Main Problems of Physical Education in Schools /111
- 8.Strategies and Suggestions /113

Subject Three:

Investigation Report on "The Combination of Education and Sports" /117

- 1.The Development of "The Combination of Education and Sports" in the Past Ten Years /119
- 2."The Combination of Education and Sports" and the Development of Physical Education in Schools /128
- 3."The Combination of Education and Sports" and Sport Talents Training /130
- 4.Strategies and Suggestions /141

Subject Four:

Special Investigation Report on Physical Education Teachers in Primary and Secondary Schools /156

- 1.Investigation Background /156
- 2.Status of Physical Education Teachers in Primary and Secondary Schools /157
- 3.Comparison between the Physical Education Teachers in China and Oversea Countries /175
4. Strategies and Suggestions /183

Subject Five:

Characteristics of Physical Education in Schools from Different Districts in Shanghai /200

- 1.Xuhui District: Everyone Learns to Swim /202
2. Qingpu District: Huaxin Primary School. "Young Pioneers Football Culture" /205
3. Zhabei District: Youth Activities Center "330 Activities" /211