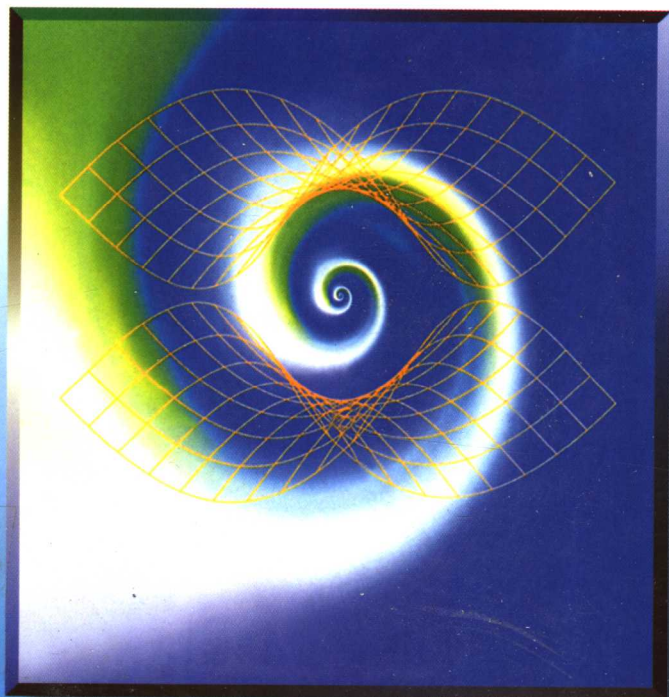


中小学管理方法与艺术丛书

中小学体育卫生美育劳动教育管理

汪正中 主编

陈玉海 编著



中国档案出版社

中小学管理方法与艺术

**中小学体育卫生美育
劳动教育管理**

主 编 汪正中
本册编著 陈玉海

中国档案出版社

责任编辑： 于红霞 田小燕 赵增越

图书在版编目 (CIP) 数据

中小学管理方法与艺术丛书/汪正中主编. —北京：中国档案出版社，1999. 11

ISBN 7 - 80019 - 927 - 4

I. 中... II. 汪... III. 中小学 - 学校管理 - IV. G637

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (1999) 第 65961 号

出版/中国档案出版社(北京市西城区丰盛胡同 21 号)

发行/新华书店北发行所

印刷/北京市艺辉印刷有限公司

规格/787 × 1092 1/32 印张/79.375 字数/1720 千字

版次/2003 年 11 月第 1 版 第 5 次印刷

定价/159.60 元(全 12 册)

目 录

第一章 学校体育工作管理

第一节 学校体育工作概述	(1)
一、体育的概念及其发展	(1)
二、学校体育工作的意义	(3)
三、学校体育工作的任务	(6)
四、学校体育工作管理的指导思想	(7)
五、学校体育工作管理的特点	(9)
第二节 体育工作的生理基础	(10)
一、青少年生长、发育的基本规律	(10)
二、中小学时期儿童身体各部分发育的生理特点	(11)
三、中小学生体质测定、评价的指标	(12)
第三节 学校体育工作的内容、形式过程及 管理原则	(14)
一、学校体育工作的内容	(14)
二、学校体育工作的组织形式	(19)
三、学校体育工作管理的原则	(21)
四、学校体育工作的过程及其阶段	(23)
第四节 校长与学校体育工作管理过程	(24)
第五节 实施体育的基本要求	(39)

- 一、根据学生的年龄、性别和个体差异，合理
安排运动量和运动项目 (39)
- 二、坚持体育锻炼的全面性和经常性 (40)
- 三、坚持在体育锻炼中进行思想教育 (41)
- 四、要因时、因地制宜，组织学生锻炼 (41)
- 五、坚持体育锻炼中的安全性 (41)

第二章 学校卫生工作管理

- 第一节 学校卫生工作管理概述 (43)
 - 一、学校卫生工作管理的含义 (43)
 - 二、学校卫生工作管理的特点 (43)
 - 三、学校卫生工作管理的意义和任务 (44)
- 第二节 学校卫生工作管理的内容 (45)
 - 一、生理卫生知识教育 (45)
 - 二、保健教育 (46)
 - 三、心理卫生 (53)
- 第三节 校长与学校卫生管理过程 (62)
 - 一、学校卫生工作计划的制定与管理 (62)
 - 二、学校卫生工作的组织和管理 (63)
 - 三、学校卫生工作的检查 (66)
 - 四、学校卫生工作的总结 (67)

第三章 学生美育管理

- 第一节 学生美育管理概述 (68)
 - 一、美育与学生美育管理 (68)
 - 二、学生美育管理的意义 (78)
- 第二节 美育的任务 (95)

一、培养崇高的审美理想	(96)
二、培养健康的审美情趣	(100)
三、学生审美素质的培养	(104)
四、培养健全的审美心理结构	(126)
五、培养审美能力	(138)
第三节 学生美育管理的方法	(152)
一、各科教学中审美教育途径	(153)
二、美育在教学中的意义	(172)

第四章 劳动技术教育管理

第一节 劳动技术教育概述	(174)
一、劳动技术教育的含义	(174)
二、劳动技术教育的特点	(175)
三、劳动技术教育的意义和任务	(175)
四、劳动技术教育管理的指导思想	(177)
五、实施劳动技术教育的原则	(178)
第二节 劳动技术教育的内容和方式	(182)
一、劳动技术教育的内容	(182)
二、劳动技术教育的方式	(186)
第三节 校长与劳动技术教育管理过程	(187)
一、制定学校劳动教育工作计划	(187)
二、劳动技术教育的组织实施及管理	(189)
三、劳动技术教育的考核与评价	(192)

第一章 学校体育工作管理

体育工作是学校诸项工作中的一个重要组成部分。中小学阶段是身心发育成长的重要时期，必须加强体育工作。

什么是体育？体育工作管理的过程和原则是什么？校长在体育工作中的职责是什么？如何实施和管理学校体育工作？这一系列问题，都是本章要加以阐述的。

第一节 学校体育工作概述

一、体育的概念及其发展

体育，从广义看，它是以身体的练习为手段，以增强体质、提高运动技术水平和丰富社会文化生活为目的的一种活动。现代广义的体育包括竞技体育、群众体育和学校体育。从狭义上看，它是指学校体育而言，它是有目的、有计划、有组织地向学生传授健身的知识、技能，增强体质，培养学生良好的自觉锻炼身体的习惯，促进学生身体正常发育的活动，是全面发展教育的重要组成部分。

从教育史和体育史上看，自从学校出现以后，体育就成

为学校教育的重要组成部分。这早就见诸于我国和古希腊的史料。在我国古代为奴隶主子弟设立的学校中就很重视体育。“六艺”教育中的“射、御”就含有体育的因素。在民间开展武术、摔跤、气功等体育活动，强身祛病，练武抗暴，成为中华民族的优良传统。在古希腊的学校教育中，把体育列为重要内容，奴隶主子弟从小学起就要受到严格的体操和军事训练，学习角力、竞走、跳高、掷标枪和游泳。古希腊的山崖上刻写着这样三句话：“如果你想健壮，跑步吧！如果你想聪明，跑步吧！如果你想健美，跑步吧！”这是世界上最早见诸于文字的，把体育、美育、智育结合起来，并且十分突出了体育对促进人全面发展的作用的见证。

不过，体育在很长一段历史时期内，没有统一的名称。18世纪末，德国把各种身体操练活动统称为“体操”。到19世纪，“体操”一词广泛传播于欧美各国，同时出现了许多新的运动项目，建立了“体育是以身体活动为手段的教育”的新概念。然而，正规地把体育列为学校的正式课程应归功于丹麦。1809年丹麦政府规定中等学校设置体操学科。1820年瑞典也要求在中学开设体育课。这样，这两个国家为近代教育的学校开设体育课开创了先例。中国于1904年实行近代学制，首次把体操列为正式课程，学校体育课称作“体操科”。这期间还陆续传入美式的球类和田径等运动。1922年“体操科”改称“体育科”。

建国以来，随着我国社会主义体育事业的迅速发展，也极大地促进了学校体育的发展。群众体育和竞技体育逐步成为独立的体系，成为与文化、教育、卫生等并列的一项社会主义事业，在社会生活中越来越显示出它的重要地位和作

用。

二、学校体育工作的意义

1. 体育能促进学生身体机能的全面发展

(1) 能增强神经系统的机能。体育活动可以促使中枢神经系统，尤其是大脑皮层的兴奋性加强，抑制加深，兴奋和抑制更集中，因而能改善神经活动的灵活性和均衡性，提高大脑皮层的分析综合能力。同时还能改善和提高中枢神经系统对身体内部器官的协调作用，使各器官、各系统的活动更灵活、协调，提高机体的工作能力。

(2) 能增强心脏的工作能力。体育活动要消耗更多的氧气和养料，它们是依靠血液循环来输送的。而氧气和养料的加速消耗，要求加速排泄废物，这一任务也是靠血液循环完成的。这样，进行体育活动就加大了心脏的工作量，促使心肌发达、心肌收缩力增强和功能效率提高。

(3) 能使肺活量增大，肺部发达。人在进行体育活动时，氧气的消耗量和二氧化碳的排泄量都大大增加，这就使肺的每分钟的呼吸次数和每次的呼吸量都明显增加。

(4) 体育活动可以促进人体的生长发育，提高运动系统的机能。运动系统包括骨骼、肌肉、关节三个部分。研究和实践都表明，体育运动可以增进人的食欲，促进消化机能的提高，这显然有利于增加身高体重；经常坚持体育锻炼，可使管状骨变粗，骨质增厚，骨髓腔缩小，骨骼负荷量增大，肌肉粗壮、结实、有力，关节柔韧灵活，从而增强运动系统的机能。

总之，经常的、合理的体育活动，能有力地促进中小学生的机体新陈代谢，从而促进生长发育，增强体质，提高对

外界环境的适应能力和对疾病的抵抗力。

2. 体育为学生全面发展从生理基础方面提供物质保证

毛泽东同志早在《体育之研究》一文中指出，“体育之道，配德育与智育，而德智皆寄于体，无体是无德智也”。“体者，载知识之车而寓道德之舍也。”他深刻地揭示了德智体之间的相互关系。可见，体育是全面发展教育的一个重要组成部分，它对学生的全面发展起着重要的促进作用。

体育运动有利于学生思想、品德和个性的培养。体育，具有极其丰富的思想品德教育因素，这些因素，是体育本身的特点所决定的。如学生在体育活动中，必须承受一定的生理负荷量，需要克服一定的困难，这对培养学生刻苦耐劳，坚毅不拔的意志品质有一定作用；在学校中经常要开展体育竞赛，在竞赛中的勇敢顽强、灵活机智、不甘落后的进取精神是今后从事任何工作不可缺少的品质；竞赛中，还必须正确处理个人与个人，个人与集体，集体与集体之间的关系和团结友爱，互助合作的集体主义精神；此外体育教学和竞赛都要求学生按一定的规章制度进行，它要求学生具备高度的组织性和纪律性，对培养学生服从领导、遵守纪律、热爱组织等品质也有一定作用。

体育活动有利于学生智力的发展。体力发展是智力发展的重要物质基础。文化科学知识的学习是一种艰苦的脑力劳动，它主要依靠高级神经活动来进行。体育活动能够促进神经系统的血液循环和新陈代谢，提高神经系统的能力，使大脑更加健康灵活，从而使学生在学习时精力充沛，感知觉敏锐，注意力稳定集中，记忆力增强，思维敏捷，想象力丰富，提高智力活动的效率。随着教学内容的改革，学生认识

活动的紧张程度相应提高，对学生身心发展的要求也日益提高。现代科学技术的发展，如电子计算机的广泛应用，要求人们在短时间内快速、准确地判断和处理许多数据，这不仅需要思想高度集中，而且需要充沛的精力，需要人的体力和智力更好地结合，这也要求在学生时代加强体育，为他们今后从事复杂的脑力劳动奠定基础。

另外，体育对美育也有明显的促进作用。体育活动中优美的姿势，协调的、有节奏的、合弦律的动作，强壮的身手、勇敢的作风，本身包含着美育的因素；而通过体育活动形成的人的造型美、体态美和健康美，又是体育中美育因素的结晶。

体育活动也有利于学生学习掌握劳动方面的知识和技能。体育锻炼可以提高中小学生的力量、速度、灵敏、耐力、柔韧等身体素质，这就使他们具备了从事各种生产劳动所需要的基本活动能力。体育活动还可增强学生的动手能力，形成一定的运动技能和技巧，便于他们顺利获取劳动技术知识，掌握劳动动作和形成劳动技能。

3. 体育对社会主义精神文明建设具有积极意义

社会主义精神文明建设大体可以分为文化建设和思想建设两个方面。体育是文化建设的一项重要内容，也是思想建设的重要手段之一。体育锻炼不仅能使人的体力得到发展，而且可以开发智力，提高文化素质；促进个性发展，培养优良品德；塑造健美体格，陶冶美的情操。体育活动内容丰富、生动活泼，对中小学生富有吸引力，能把广大学生引导到健康有益的活动中去，从而抵制社会不良风气对儿童少年的侵蚀和影响。

体育还是一项有趣的群众性娱乐活动，广大学生在学习之后参加体育锻炼，能够得到精神上的享受，丰富文化生活。由于现代社会生产力的高度发展，生产效率大大提高，物质生活日益丰富，劳动时间缩短，工作余暇时间增多，人们的文化需求不断增长，而体育是其中重要内容。当今时代由于中小学生受到了良好的指导和培育，对体育运动本质和价值的认识，对于享受体育运动权利的意识，对运动快乐的体验，使学生成为主动体育运动实践者，从而为青年、中年以至老年体育生活打下基础，使社会上越来越多的人，生活的更加文明、健康、幸福。从这个意义上说，中小学体育也是一种幸福教育和现代文明教育。体育的作用已超出了学生时代的界限，在建设社会主义物质文明和精神文明中日益显示出重要的地位和作用。

此外，学校在开展群众性体育的基础上，可以发现一些体育尖子，经过特别培养，提高他们的运动技术水平，为国家输送体育人才，为祖国争光。

三、学校体育工作的任务

学校体育工作的根本任务在于不断提高学生的健康水平和增强学生的体质。我国的《中小学体育大纲》中规定，学校体育工作的具体任务包括以下几个方面：

1. 指导学生锻炼身体，促进身体的正常发育和机能健全发展，不断地增强体质。全面发展学生的身体素质（如速度、灵敏、力量、耐力、柔韧等）和学生从事学习、劳动、生活所需要的身体基本活动能力（如走、跑、跳、投掷、攀登、爬越等）。提高身体对自然环境的适应能力和对疾病的抵抗能力。

2. 使学生逐步掌握体育工作的基本知识和基本技能,学会科学锻炼和保护身体的方法,养成自觉锻炼身体的习惯,不断提高运动技术水平,为国家输送体育运动的后备人才。

3. 培养学生良好的体育作风和道德品质。体育是教育的重要组成部分,通过体育教学向学生进行思想品德教育,最重要的手段是结合体育的特点,特别是在身体锻炼和体育活动的实践中进行。通过体育可以培养学生刻苦耐劳、坚韧不拔、勇敢顽强、机智灵活等优良的品质,团结友爱、互相合作、集体英雄主义的精神,培养服从组织、严守纪律以及胜不骄、败不馁等优良校风。

以上各项任务是有机关联的,其中增强学生体质是学校体育的根本任务,学校各项体育工作都要围绕这一任务来安排。

四、学校体育工作管理的指导思想

体育工作是学校整体管理的重要组成部分,受学校整体管理制约,并接受体育卫生行政部门的指导和监督。对学校的体育工作进行管理,除应坚持贯彻学校管理的诸项原则外,针对体育工作的特点,还应树立以下两个主要观念:

(一) 坚持贯彻教育方针,为实现培养全面发展的社会主义建设者和接班人的总目标服务

学校体育工作管理,必须根据学校管理的整体目标、要求进行工作。这就需要学校领导者充分认识学校体育工作的重要意义,树立正确的办学指导思想,重视体育工作,把体育工作纳入学校教育的整体系统考虑,进行整体管理,从育人的总目标出发,使德、智、体、美、劳诸育密切配合,相

互渗透，相互促进，引导全校教职工关心学生身心健康，并确立其体育工作岗位职责，使他们在各自的岗位上履行保证增强学生体质、提高健康水平的任务。

(二) 保证学校体育工作面向全体学生、坚持普及与提高相结合、体育锻炼与安全卫生相结合

学校体育工作必须面向全体学生，使他们在中小学时期打好身体基础。因此，在学校体育工作中，要正确处理普及与提高的关系。要在普及的基础上提高，并以提高推动普及，使广大学生体质普遍有所增强，不断提高体育运动技术水平。为此，就需要加强对体育课、课间操或早操、课外体育活动、班级体育锻炼、《国家体育锻炼标准》的实施和运动竞赛的管理，积极地把群众性体育活动开展起来，在广大学生中开展多种形式的强身健体活动，保证学生每天有一小时的体育活动时间（含体育课）。在这一基础上，要对那些身体发育、身体素质和基本技术都较好，并在某项运动上表现出一定才能的学生，通过业余运动训练途径，对他们进行有计划地专门训练，发挥他们的才能，使他们在开展学校群众性体育活动中起骨干作用，推动学校体育工作的普及和提高，并为国家运动员队伍后备力量的培养打下一定的基础。

学校体育工作可以促进青少年的生长发育，增强体质。但是，如果在体育教学和组织进行课外体育活动、运动训练中，不遵守科学的锻炼方法的要求，不注意安全，不讲究运动卫生，不施行医务监督，就容易发生运动创伤，也不可能有效地增强体质。所以，在体育运动中需要进行安全保健工作。应使体育教师和校医（保健老师）密切配合，有效地开

展以下安全保健工作：对全体学生进行体检，依据学生身体发育健康状况和训练水平，安排组织体育教学进程，决定采用的教学内容和方法，合理安排运动量和进行健康分组。对病残学生开展医疗体育活动。对体育教学、训练的组织和方法进行医学观察，施行医务监督，鉴定教学内容的安排是否恰当，训练方法是否正确，运动量是否适度，防治伤病。在体育锻炼中，指导学生进行自我保护、自我医务监督。严密教学组织措施，加强安全教育及防护以预防运动创伤，并组织运动创伤的急救。对运动场地和设备进行安全卫生检查，检查场地卫生情况、设备安全程度以及气象条件。向学生宣传运动卫生，传授预防伤病和急救的知识和技能，并解答他们提出的有关问题。

五、学校体育工作管理的特点

学校体育工作管理除具有学校管理的共性特点以外，还具有强制性和阶段性的管理特点。

学校体育在学生中是强制推行的。学生参加各种体育活动，除启发其自觉性外，还必须根据国家制订的体育教学大纲、教材和国家体育锻炼标准强制进行。因此，学校体育工作管理必须辅之以行政管理、学籍管理等许多有强制性的管理手段。例如，体育课成绩作为学生升学的学科之一，达不到《体育锻炼标准》者不予毕业，达不到良好者不能评为三好生，减免体育要经过批准以及开学加试体育等均属此列。

学校工作是分学年、学期进行的，每一学期的工作具有一定独立性。体育工作也大多按学期安排。由于季节不同、上下两学期的学业特点不同，体育工作的管理也有所不同。例如春秋两季的校运会、夏天的游泳、冬天的长跑和冰雪活

动、各季节不同的达标项目等，都应按不同阶段的特点进行管理。

第二节 体育工作的生理基础

一、青少年生长发育的基本规律

(一) 生长、发育是同化、异化矛盾的统一，体育可以促进矛盾的统一

新陈代谢的同化和异化作用是人体生命活动的基本规律，也是中小学生生长发育的基本规律。

新陈代谢的同化作用，使身体积累生活物质和能量，当同化作用占优势时，身体各组织器官就不断生长发育；异化作用则是消耗身体里的生活物质和能量，当异化作用占优势时，身体各组织器官就下降。这两种作用相互促进，互相消长。使人体获得生长、发育与更新。体育活动时，需消耗一定的能量，体内物质、能量的贮存，要相应下降，体育锻炼后，经过食物的补充和合理的休息，体内物质和能量的贮备又超过原来的水平。坚持锻炼可以促使人体的新陈代谢与提高机能活动水平，加快体内物质的合成过程，使身体内部的物质有所补充，增长和积累，促进体质不断增强。

(二) 生长发育是由量变到质变的复杂过程

中小学生的个体生长与发育，是由不明显的、缓慢的量变到突然的、根本的质变的复杂过程，这一过程经常同时进行，但各有缓急阶段。体育可以促进机体由量变向质变的转化，促使人体生长发育得更加完善。

(三) 身体发育的不平衡性与统一性

中小学生的身体发育在不同时期，发育速度不一，时快时慢，呈波浪形。表现在身体各器官系统的发育，有早有晚，彼此不平衡。此外，即使是同一组织，身体各部分的发育程度也不一致。人体是有机的整体，各部分的发育，相互联系，互相影响，它的发育既和它们担负的机能相适应，又与机体的发育相一致。体育活动可以促进身体发育由不平衡趋向统一。

二、中小学时期儿童身体各部分发育的生理特点：

（一）骨骼、肌肉的特点

中小學生正處於骨化過程，骨組織和肌肉內的水分和有機物較多，無機鹽較少，富于彈性，堅固性較差，因此不易骨折，但易彎曲變形；肌肉耐力差，易疲勞，肌群活動不協調。適宜的、合理的體育鍛煉，可以促進骨骼、肌肉的生長，促進骨化、使骨長度增加，橫徑變粗，骨的負重能力和抵張力加大；使肌肉中的蛋白質代謝旺盛，肌纖維變粗，肌肉收縮力、速度和伸展性提高，以及改善肌肉活動的協調性等。

（二）心臟、心壓、胸肺的特點

中小學生心臟的重量、容積均小於成人，心肌纖維細而短，心縮力弱，心率快，收縮壓低；由於神經系統對心臟的調節尚不完善，兒童中有功能性心率不齊和雜音的現象；兒童呼吸中樞興奮性高，胸廓狹小，呼吸肌力較弱，呼吸表淺，代謝旺盛，對氧的需要相對加大，呼吸頻率快，肺容量小，最大的吸氧量和負氧債的能力都不及成人，限制了少年對速度、耐力的適應能力。正確、合理、適宜的體育鍛煉，可以促進血液循環系統的生長發育，使心肌血液供應良好，