

操场 风雨历程 60年

主 编：沈建华

副主编：王从春 曹可强

——上海学校体育回顾与展望



操场风雨历程 60 年

——上海学校体育回顾与展望

主 编:沈建华

副主编:王从春 曹可强



华东理工大学出版社
EAST CHINA UNIVERSITY OF SCIENCE AND TECHNOLOGY PRESS

上海师范大学重点学科资助项目

图书在版编目(CIP)数据

操场风雨历程 60 年——上海学校体育回顾与展望/沈建华主编. —上海:华东理工大学出版社,2009.10

ISBN 978-7-5628-2629-3

I. 操... II. 沈... III. 体育课-教学研究-中小学-上海市 IV. G633.962

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 160650 号

操场风雨历程 60 年——上海学校体育回顾与展望

主 编 / 沈建华

副 主 编 / 王从春 曹可强

责任编辑 / 李 骁

责任校对 / 金慧娟

封面设计 / 戚亮轩

出版发行 / 华东理工大学出版社

地 址: 上海市梅陇路 130 号,200237

电 话: (021)64250306(营销部)

传 真: (021)64252707

网 址: press.ecust.edu.cn

印 刷 / 常熟华顺印刷有限公司

开 本 / 710mm×1000mm 1/16

印 张 / 17.75

字 数 / 356 千字

版 次 / 2009 年 10 月第 1 版

印 次 / 2009 年 10 月第 1 次

印 数 / 1—3000 册

书 号 / ISBN 978-7-5628-2629-3/G·409

定 价 / 38.00 元

(本书如有印装质量问题,请到出版社营销部调换。)

编委会

编委会名誉主任：薛明扬

编委会主任：李骏修

主 编：沈建华

副主编：王从春 曹可强

编 者：(按姓氏笔画排序)

王从春 丛玉豪 李华丰 沈建华

李骏修 柏 丹 赵先廷 徐阿根

徐燕萍 曹可强

序

学校体育是对青少年学生开展爱国主义教育的重要载体,是集体主义教育的重要舞台,是弘扬民族精神的重要形式,更是磨炼他们的意志品质,培养良好品德的有效途径,对促进当代青少年全面健康发展有着不可替代的重要作用。新中国成立 60 年来,上海市学校体育伴随着共和国前进的步伐,依托上海经济社会的发展,实现了历史上从未有过的大改革、大开放、大发展,已经形成了构架完整、特色鲜明的体育教育体系,成为素质教育的重要突破口。

站在新的历史起点,回顾总结上海学校体育发展的光辉历程和宝贵经验,对于我们全面深刻地认识历史,进一步以科学发展观统领全局,推进上海学校体育工作具有重大而深远的意义。为此,上海市教委、上海师范大学组织专家编写了《操场风雨历程 60 年——上海学校体育回顾与展望》一书。这是本市贯彻落实国务院有关精神,大力推进学校体育科学化、可持续发展的重要举措。综观全书,本书体现了“三个结合”,即专题研究与全面总结相结合,理论研究与学校体育实践相结合,专家观点与一线体育教师切身感受相结合。以史论今、观点鲜明、资料详实。我相信,在全社会日益关注学校体育工作和学生体质健康之际,本书的出版必将对推进上海市学校体育的改革发展产生积极的作用。

衷心希望上海学校体育工作在 60 年深厚积淀的基础上,以新的高度、新的思路和新的举措,更好地实现学校体育工作管理的法制化、体育课程教育的个性化、课余训练和运动队建设的多元化、课外体育活动的社会化,为切实提高青少年体质健康水平,为全社会树立“健康第一”的教育思想作出应有的贡献。

上海市副市长

沈晓明

2009 年 8 月

目 录

● 专题研究篇 ●

上海学校体育六十年演进与发展	沈建华 王从春(2)
上海学校体育课程目标一个甲子的嬗变	曹可强 陈 正(18)
新中国成立以来上海学校体育教学思想和教学模式发展回顾与展望	陆遵义(31)
1949—1979 年中学体育的起步与发展	王作庭(43)
1985—2005 年上海学生身体机能、素质的动态分析	蔡 皓(47)
上海市中小学体育师资队伍发展过程与变化趋势	沈 越(59)
上海市学校体育课程改革回顾与展望	张元文(67)
上海市中小学体育教材建设与发展	余纯璐(75)
新中国成立六十年上海市中小学课外体育活动历史回顾与展望	王国红(82)
新中国成立以来上海中小学学校体育课余训练的发展、回顾与展望	夏菊锋(89)
新中国成立以来上海学校体育场地设施建设回顾	谢 晨(101)

● 名校发展篇 ●

深化大体育观引领下的“一五结构”体育改革	王 辉(116)
排球运动的发展回顾与展望	施 娟 高 峰(125)
继承传统 创新特色	张玲德(131)
擦亮篮球名片“创造”百年名校	谢 懿(136)
夯实基础 永争佳绩	王丽萍(143)
更新思路 创建特色 全面加强学校体育工作	陆兴海(148)
百年模范	王 斌(153)
发扬大境传统特色 谱写体育教育新篇	俞定智(157)
学校体育教育让“建青”茁壮成长	吴子健 项 颖(163)
体育——素质教育的支柱工程	沈效征(168)
继传统 创特色 促发展	陈 立(174)

为了所有学生的发展	庞利荣 高廷波(180)
突出特色 全面推进	上海市嘉定区第二中学(186)
六十年,我们更快更高更强	方文军 顾焕文 盛济民(193)
让足球特色成为学校文化的名片	闸北区止园路小学(199)
少年强,则中国强	周 梅(205)
蒙以养正 磨炼成才	包心怡 顾 军 范海明 姜丽萍(211)
开展手球课余训练的回顾与展望	郁益民 岳 屹(218)

● 名师发展篇 ●

情系操场 春华秋实	李华丰(224)
“螺蛳壳”里绘天地	裘琴琴(230)
生命在跑道中闪光	沈 丽(235)
无悔的选择	季士勤(243)
体育战线勤耕耘 一片深情育桃李	高 峰(249)
“返璞归真·情意交融”的快乐体育探索者	王 辉(254)
闪光的路标	陈 颢(260)
改变我命运的扬州会议	吴纪安(266)
参考文献	(273)

專題研究篇





上海学校体育六十年演进与发展

◎ 沈建华 王从春

伴随着中华人民共和国前进的脚步,上海学校体育走过了60年不平凡的改革与发展历程。建国60年来,上海学校体育事业发展取得了令人瞩目的成就,实现了历史性的跨越,这60年也见证着学校体育观念不断地更新、理论与实践不断地创新。历史地看,上海学校体育对我国学校教育发展和改革产生了很大影响。回顾上海学校体育的发展历程有利于我们反思过去、总结经验,更好地推进上海学校体育工作。

建国60年以来,上海中小学体育改革与发展分为三个阶段。

一、1949—1957年的初创阶段

(一)破旧立新,建立机构

1949年5月上海解放,上海军管会接管了旧上海遗留下来的240所中学和1350所小学。当时共有中学体育教师262人,小学体育教师仅144人,其中受过体育专业教育的只占21%,多数是由班主任和任课教师兼任的。当时仅二十余所公办中学有一定体育场地,多数学校只有一至两片篮球场,无体育场地的约占学校总数的17%,小学体育场地比中学更差,较多是利用里弄空地及马路进行体育活动。当时的学校体育呈“四无一放”状态(即无体育教学大纲,无体育教学工作计划,无行之有效的体育课结构和类型,无体育考查与评定办法;一放就是“放羊式”)。面对这种情况,党和政府加强了对学校体育工作的管理,军管会开始有步骤地接管和接办了旧上海遗留下来的旧学校和体育场馆,青年团上海市委军体部负责组织领导学校的群众性体育运动。新中国成立初期,由于我国处在新旧交替时期,旧学校和旧人员需要进行全面改造。体育界的人士和体育工作者,相继在上海体育筹备会和青年团的组织下,把大、中、小学体育工作者组织起来,先后成立了东、南、西、北、中五大区的体育教师协会,定期或不定期地进行各项体育业务学习,对上海学校体育进行了“破旧立新”的改造,在对旧的学校体育思想进行批判的基础上,根据当时上海学校体育的具体情况,制订了学校体育的相关制度,使上海的学校体育步入了新的发展之路。当时学校体育的主要内容是结合政治运动的需



要,如打腰鼓、扭秧歌等,作为体育课部分的教学内容。

1951年,中央政务院颁布《关于改善各级学校学生健康状况》的决定,市教育局与体育筹备会制订了1951年上海市学生体育锻炼项目标准,在中等学校普遍推行,同时编印了《上海中小学体育教材——垫上运动》为中小学体育课提供了教学内容。1952—1953年又相继制订了上海市中等学校学生体育锻炼项目标准,对当时贯彻政务院指示和开展中小学群众性体育运动起到了积极的推动作用。在学校体育广泛地推行上海最早制订的《学生体育锻炼项目标准》时,上海体育课是根据1952年教育部《各级各类学校教育计划》每周为二学时。体育课的教学内容除了“垫上运动”教材以外,是根据《1951年冬季学生体育锻炼项目标准》和《1952至1953年夏季学生体育锻炼项目标准》,作为体育课的内容,体育课的考查项目标准也依照《体育项目标准》来评定学生的体育成绩。同时,体育课内容及形式都有了不同程度的改变,各项篮、排、足球比赛,乒乓球比赛,田径单项比赛,田径运动会等都受到了广大学生的喜爱,并促使他们积极地参加体育锻炼。

(二)学习苏联,抓学校体育的基础建设工作

1953年10月16日中央人民政府教育部颁发了“关于中小学及师范学校体育教学指导工作的通知”,要求各地“用各种方法把体育教师组织起来,有计划地进行学习”,并指示“在学习苏联中小学及师范学校的体育教学大纲时,主要是体会其精神实质,尤其是整个大纲中贯彻着中小学体育的目的,任务及全面发展的、健康的和实用的观点……以明确我国中小学及师范学校今后体育改革的方向”。教育部于1953年组织翻译了《苏联10年制学校体育教学大纲》,并通知全国各地组织体育教师学习。上海市教育局根据教育部的通知精神,初步提出了中小学体育教学改革的方向和内容,把体育教师按行政区(县)组织起来,有计划地进行学习。利用寒暑假积极组织体育教师骨干学习业务,1953—1957年,先后利用寒暑假,集中学习四次,学习内容主要是贯彻试行上海市中学体育教学大纲(草案),重点学习大纲教材、中学体育课的教材内容、教学方法等,以市中学体育教研组为核心,组织编写上海市中学体育教学大纲(草案);根据不同类型学校举行体育课观摩教学,重点对学校如何制订中学体育教学工作计划和中学体育课考察项目标准等问题进行了研讨。并于1955年7月24日在市四女中如期举行学习班的开学典礼。学习班由市教育局会同市委举办。学习班的负责人为杨恕(市教育局),秘书张昌辉(市体干班),下设组织组组长王雪岩(市体干班)、副组长孙山涛(向群中学)、学习组组长王焕刚(市南中学)、副组长储德(师大一附中)、刘祖信(市三女中)、总务组组长江涛(市体干班)、市四女中总务处。学习班又设理论组组长袁其慕(南样模范中学)、副组长邓德达(新沪中学)、教材演示组组长王焕刚(兼)、副组长储德(兼)、刘祖信(兼)、课外活动组组长钱泽民(虹口中学)、副组长史汝棠(同济中学)。学习组其他成员有黄式茂(幼儿师范)、阎璞(第一师范)、吴昊(敬业中学)、张危中

(上海中學)、徐手群(光明中學)、于卓銓(繼光中學)、孫摩西(嵩山中學)、陸鴻(市一女中)、談仲奇(市東中學)、孫完潮(大同中學)。參加學習人數共423人,時間22天。

上海中學體育教學大綱(草案)於1955—1956年度第一學期開始試行,市教育局為了鞏固“學習班”的成果,並貫徹“教學大綱”的試行工作,在新學年,下发了“關於改進中學及師範學校體育工作的意見”,其中,對試行上海市中學體育教學大綱(草案),改進並提高體育課的教學質量,積極開展課外體育活動,體育衛生工作相結合,以及加強學校對體育的領導等方面都作了明確的指示,要求各校認真貫徹。同時在市教育局的領導下,緊緊團結和發揮市中學體育教研組各成員的力量與作用,有計劃地開展各項體育教學活動。當時,幾乎周周有教研活動,進行調查研究、介紹經驗,舉辦教學觀摩和公開課、大綱教材的分析和示範,通過這一系列活動,其目的就是推動中學體育教學改革,逐步提高體育課的教學質量,在骨幹教師學習培訓的基礎上,編寫和試行上海市中小學體育教學大綱(草案),解決了學校體育課無統一“大綱教材”的現象。1956年5月,市教育局把師大附中試點的體育學科計分標準(草案)轉發給各校試行,評定總分方式採取“五分制”,從而初步改變了以往體育考核無標準等現象。學習會後,新的學年開始,全市各中學有了統一的上海市中學體育教學大綱(草案),從而結束了以往中學體育學科無統一教學大綱的局面,結束了體育課“放羊式”教學的狀況,也結束了學校體育工作無計劃的傾向。

在教材編寫中,中小學體育教學體系應按照哪一種“分類”來選擇和編排教材較為適宜?這一問題是1955年上海市教育局在編訂中小學體育教學大綱(草案)工作中提出來的,曾在《文匯報》上引起爭鳴,是全國學校體育思想的一次大碰撞,在全國引起了很大的反響。當時由於對“體育體系”缺乏理論依據,並對蘇聯的經驗盲目崇拜和完全模仿,所以就按蘇聯體育的身體練習分類理論作指導來編寫。1959年由於學制改革,市教育局在編訂十年制體育教學大綱(草案)中,是以“按所發展的身體素質的性質”分類來編寫教材。總之,這一時期上海中小學的體育教學整體上受蘇聯的影響較大,為政治與生產、國防服務的目的性較強,為逐步走上正常的教學秩序軌道,並開始建立起體育學科的教學體系,填補無教材的空白,以及為上海中小學體育教學發展打下了良好的基礎。

上海市教育局在組織體育教師學習蘇聯中小學體育教學大綱的基礎上,開始整頓中小學的體育教學工作,對體育課還存有的“放羊式”和五花八門的現狀進行了清理,從課程的結構、類型、教法和考查方法等方面著手,從理論科學方面闡明觀點,深入研究和改革。主要措施:①組織體育教師學習,提高業務水平。1954年下半年,蘇聯體育專家凱里舍夫來滬講學,市教育局隨即組織中小學教研組長參加學習,以提高體育理論的水平,奠定體育教學改革的基礎。②市教育局組織市教研組成員編寫上海市中小學及師範學校體育教學大綱(草案),並於1955年下半年在全市中小學試行。③制訂中小學體育工作計劃,改進教法,頒布統一的體育成績考



查办法,提高体育课的教学质量。④改良体育设备,关心体育教师的生活,如增加粮食定量标准,定期免费供应教师的运动服装和运动鞋等。由于上述措施的落实,保证了《劳卫制》的推行以及上海和后来教育部颁发的中小学体育教学大纲的施行,并且开始建立了正常的体育教学秩序。

(三)以推行《劳卫制》为抓手,完善了课外体育活动的各种形式

1951—1953年,在中等学校推行了三次学生体育锻炼项目标准。1954年推行的《劳卫制准备级》和《劳卫制》,都是紧紧围绕着“普及”而开展起来的。从思想、组织、内容、方法以及奖励制度上,都按学生的兴趣和特点,采取措施,以“因地制宜”、“小型多样”的形式,积极保证学生体育锻炼项目标准和《劳卫制》的推行,目的就是使中小学的群众性体育运动沿着新中国的体育方针蓬勃地开展起来。根据1953年的资料统计,参加“学生锻炼项目标准”活动的学生占总人数的98%以上,通过学生体育锻炼项目标准占参加人数的77%左右。1954年推行《劳卫制准备级》和《劳卫制》的学校从103所,增至1957年的262所,占学校总数的94%,参加锻炼的学生从七万五千余人增至八万八千余人,并有71%以上的学生通过了《劳卫制准备级》、《劳卫制》。

在中小学体育蓬勃发展的过程中,党和政府为了青少年一代的健康成长,1954年教育部等单位发出《关于开展学校保健工作的联合指示》,要求体育与卫生工作相结合,进一步指出“学校卫生保健与体育运动在增进人体健康上有密切的关系;工作保健对体育运动有着监督与检查的作用,而体育运动又是卫生保健的积极预防手段之一”。因此,中小学体育与卫生工作相结合就成为体育科学的新课题,并且使中小学体育教学工作延伸到科研轨道上来。

1955年,上海市教育局杭苇副局长在全市中小学党政工团的行政会议上,论述了德、智、体的关系。后来市教育局随即提出相应的措施,指出负责学校体育工作的领导,同样贯彻校长负责制,把体育、卫生工作列入学校学年和学期工作计划,指定校长或教导主任对学校体育工作要进行具体领导。另一方面,在体育教学上要进行改革,如对体育课、早操(课间操)、课外体育活动的时间、内容、方法、竞赛制度等都应作明确的规定和改进;对设备条件差的学校,逐步增加经费,增添设备;对新建学校,把体育场地列入征用土地面积计划内,从而保证了对中小学体育教学的目的、任务的实施。

在此基础上,编订和试行上海中小学体育教学大纲,同时加强了对学校体育卫生的监督,不断地改革体育课教学,规定了新建学校体育场地的面积比例和体育器材配备,对学生课外体育活动的时间、次数、形式等都作了规定,并且责成学校校长或教导主任要切实具体地领导负责学校体育工作等等。由于这些措施的落实,这段时期,学校群众性体育运动在小型、多样、积极、经常的基础上又有了进一步的发展,它不但逐步地被纳入了正常教学轨道,而且有了以一定科学理论为依据的教



學規範和體系,在學生身體素质的提高和培養輸送體育運動後備人才方面都取得了顯著的成績。

1956年,國家體委頒發了《學生體育協會章程》,教育部等三單位發出了《關於改進中小學體育工作的聯合指示》。上海市教育局根據上述兩個文件的精神,結合上海市中小學實際,把學生的課外體育活動的鍛煉小組和運動隊作為學生課外體育鍛煉的兩種基本形式。另對課外體育運動競賽及早操的時間、形式也都有了明確的規定,當時為了使運動隊有專項教學訓練大綱,市教育局又組織市中學教研組成員編寫了上海市中學體育協會《田徑、體操、游泳、籃球、排球、足球》等六個項目的教學參考資料,並正式出版。從此,中小學體育教學、課餘訓練工作被列入了學校教育工作计划內。體育學科同其他學科一樣,並肩齊進,成為全面貫徹黨的教育方針不可缺少的組成部分。

1956年,市教育局向校醫(保健員)提出要求,要對學生從事體育活動的能力進行健康分組;對學生個人清潔衛生、睡眠、生活和学习時間的安排都給予指導及監督檢查。每年或畢業前,各校都應建立學生體格檢查制度。對學生身高、體重、肺活量、握力及人體器官進行測定與檢查;積極提供學生的健康狀況資料,便於體育教師有的放矢地指導學生進行鍛煉,特別是對體弱學生,採取因材施教的方法來增進學生的健康。由於這些措施的貫徹和落實,中小學生的體質有了顯著的提高。根據1956年中小學健康檢查的資料統計,學生的身高、體重、握力、肺活量等指標都比1954年前的同年齡學生有了明顯的增長和提高。

二、1958—1965年,曲折發展階段

(一)體育課教學的恢復

1958年的“大躍進”,學校體育同其他方面一樣,受到“左”的干擾,學校大搞“四紅”運動,即所有的學生(除病殘者外)都要達到《勞衛制》一級、二級、三級運動員和普通射手的標準(即百分之百通過《勞衛制》,百分之百通過等級運動員,百分之百通過射手,百分之百參加民兵訓練)。另外,過多的政治運動和勞動擠占了教學時間,除四害、煉鋼鐵、搞深翻都讓學生停課參加,即所謂“踢開課本鬧革命”。為此,它也沖垮了正常的體育教學規律,搞突擊、限期通過《勞衛制》,違背了體育鍛煉的基本規律,不利於學生的體質增強與健康。1960年起,我國的國民經濟處於三年困難時期,體育課都被迫減少和停止。

1959—1961年,市教育局根據中宣部《全國教育工作会议》精神,提出糾正1958年教育工作“左”的傾向,恢復正常的教學秩序,開始恢復對中小學體育工作的全面領導,成立了體育處機構。又根據教育部對學制改革的指示,恢復學校以教育為主。1960年提出“四個穩定”(即教學計劃穩定、教材穩定、師資穩定、幹部穩定),隨後在學制改革中,市教育局又組織了市中學體育教研組成員按“身體素質”



分类选择和编写十年制的体育教学大纲(草案),并在师大附中、一师附小试行,同时对课外体育活动也进行了全面安排,逐渐开始恢复了原有的中小学体育教学秩序。

(二)课外体育活动得以广泛开展

随着我国体育事业的繁荣和发展,中小学校的群众性体育运动也同样得到了广泛的开展。1958年,在国家体委的指示和上海市体委的监督、协助、配合下,相继在中小学附设了169所少年体育学校,学生1.5万余人,市教育局颁发了少体校章程,规定了少体校的体制、教材大纲、训练时间、办学经费和教练人员等等,这一措施,对提高学生专项体育运动水平起到了积极的作用,但由于缺乏经验,又遇上了三年自然灾害,给各校附设的少体校带来了不少困难和问题。

1959年下半年起,有的少体校停办,有的把已经招生参加少体校的学生另按照专项体育运动项目编成运动队在课外进行训练,也有的把少体校学生编入“体育班”,使他们的文化学习、训练内容、时间安排以及参加比赛等等都略有不同于其他班级进行培养和训练。由于这些学校经常进行专项运动训练,经常参加市、区举办的各项体育运动竞赛,也取得了比较显著的成绩。例如,时代中学、五十一中学的排球,南洋模范中学、五四中学、五十八中学的篮球,大同中学、曹杨中学的足球,师大附中、虹口中学、市三女中的田径,巨鹿路小学的乒乓球等。1958年举行的上海市中等学校及师范学校田径运动会中也获得了良好的成绩,在24个田径项目中,除男女队铅球、标枪及女子400米项目以外,全部刷新了1956年上海市第一届中小学田径运动会纪录,前3~5名运动员也都达到了国家体委新颁布的等级运动员1~2级标准水平。另外,在参加全国青少年体育运动会和单项体育比赛中,上海市中小学代表队也都荣获团体前三名的优异成绩。

三、1978年至今,改革开放与发展阶段

“十年浩劫”,中小学体育教学同整个学校教育一样,受到破坏。直到党的十一届三中全会以后,随着学校教育事业的整顿和发展,学校体育也逐步恢复。在《中共中央关于教育体制改革的决定》、《中共中央关于进一步发展体育运动的通知》精神指引下,学校体育进入了新的发展阶段。1978年1月,教育部、国家体委、卫生部下发《关于加强学校体育、卫生的工作意见》。1979年5月5日—22日,教育部、国家体委、卫生部、共青团中央在江苏省扬州市召开了全国学校体育、卫生工作经验会,并提出了抓好体育课,抓好每天一小时的体育锻炼,坚持普及与提高相结合,建立、健全业余竞赛制度,加强学校卫生工作,注意体育与卫生相结合的改善学校体育工作的指导方针。这次会议的召开,标志着我国学校体育迈出了拨乱反正和恢复发展的步伐,也推进了上海学校体育工作的开展。



(一)“从以前的纯文化考试到加试体育”，上海崇明中学首次在全国推出初中升高中加试体育，改革升学考试内容，促进了学校体育工作的发展

十一届三中全会后，教育战线拨乱反正，冲破重重障碍，恢复了中断十年之久的高考制度，激发了广大青少年学习科学文化的热情，社会风气为之一新。1977年高考制度恢复后，教育备受人们关注，掀起了抓教育质量的新高潮。不久，应试教育的现象在我国中小学逐渐凸显出来，一些中小学盲目追求升学率，不重视学校体育工作，甚至在初三和高三两个毕业年级停上体育课，将其课时用于其他学科。把升学率的高低作为评价学校办得好坏的唯一标准，从而出现片面追求升学率，只重视智育，轻视德育、体育、美育的倾向。导致学生体质出现了明显的下降，学校体育工作受到严重影响。

针对这种情况，1979年4月，上海市崇明中学（以寄宿生为主的县重点中学）首先进行了体育考试的尝试，从而打响了体育作为初中生升学必试条件的第一炮。体育加试作为一项新的改革措施，受到全国教育界的关注，并且迅速推广开来。1981年4月，在北京召开的“全国学校体育卫生工作会议”指出，中招体育考试的试验体现了德、智、体全面发展教育方针的精神和要求，方向完全正确，应该坚定不移地贯彻执行下去。崇明中学中考体育加试给学校体育注入了新的活力，作为一项新的改革措施，在全国各地范围内如火如荼地开展起来，受到全国教育界的关注，得到广大体育工作者、学生、家长的支持以及社会各方面的积极肯定。中考体育成为学校体育的一部分，体育教师的地位相应提高，体育教育逐渐被社会各界所重视。1990年，经国务院批准颁布的《学校体育工作条例》第九条明确规定，“体育课是学生毕业、升学考试科目”。至此，体育课作为升学考试的科目以条例的形式被明确下来。通过实施体育考试，取得了良好的社会效益。体育考试推动了上海的学校体育工作，特别是引起了各级领导的高度重视；激发了学生锻炼身体的积极性，转变了学生参加体育锻炼的态度，变“要我学”为“我要学”，促使学生养成了良好的锻炼习惯，并促进了学生课外体育锻炼的开展；调动了广大体育教师的积极性，增强了他们的工作责任感和事业心，稳定了师资队伍；各地用于学校体育场地器材建设的资金投入不断加大。体育考试在社会、学校、家长中造成很大的影响，特别是班主任在课外活动时间始终督促学生有组织地配合体育考试进行体育锻炼，使体育锻炼真正落到了实处。

(二)上海育才中学率先以“男拳女舞”每天一节体育课为突破口，带动了上海学校体育改革

上海著名的教育家、育才中学前校长段力佩针对当时学校片面追求升学率，上课拖堂、课外补课、大搞“题海战术”，使学生体质明显下降的状况，指出“教育不改



革不得了,目前考试测验频繁,把学生搞得晕头转向,这简直是对他们的折磨和摧残”。为此,1979年,段力佩校长针对本校学生重智育、轻体育的不良倾向,首先提出学生每天要上一节体育课,每周六节体育课,除完成体育教学大纲的任务外,“男生学拳操、女生练舞蹈”。他认为,“男拳女舞”符合学生生理的特点,使学生体质得到增强,在达到体型美要求的同时,这一活动不受场地器材的限制,只要有“立足之地”就可开展。为了使“男拳女舞”既达到锻炼身体的目的,又提高学生们的兴趣,尽量做到每一个年级都有几套富有特色的拳、舞。如“男拳”有武术操、少年拳、青年拳、健身拳等,“女舞”有舞蹈操、健身操、韵律操、龙舞、剑术等。女生起舞时,配上“游击队之歌”、“春江花月夜”等节奏鲜明、旋律优美的乐曲,将体育、舞蹈、音乐融为一体,学生既锻炼了身体,又欣赏了音乐,将体育与美育结合在一起,使学生的身体素质有了明显提高。当时,育才中学学生的身高、体重、胸围、肺活量、握力等等指标都超过全国和上海市中学生的平均值。育才中学的“男拳女舞”每天一节体育课的改革经验被推广后,对上海及全国学校体育改革发展起到了引领作用。

(三)从“封闭”向“开放”转变,通过举办四次中、日、韩学校体育研讨会,推进了上海学校体育发展的进程

20世纪90年代,我国学校体育发生了深刻的变化,取得了巨大的成绩,进入了一个拨乱反正、重新定向和定位的新的运行轨道。历经多年的不懈努力,划出一道虽非完美却也精彩纷呈的美丽弧线。邓小平“三个面向”的提出,不仅仅是对景山中学的希望,事实上它也成了我国新时期教育改革与发展的战略指导方针,对我国的教育改革产生了深远的影响。“三个面向”的提出,不仅加快了我国教育改革的步伐,使教育的开放程度更高,而且提出了“教育的现代化”、“学校体育如何与国际接轨、如何面向世界”的问题。1992年中日学校体育研讨会、1997年中韩学校体育研讨会、1999年和2001年的中日研讨会,上海共举办了四次国际研讨会。这几次研究大会,以论文发表、质疑、答辩、学术交流与讨论、教学观摩课和录像实录观摩等形式进行,双方发表论文,观摩了上海市多种类型的体育课,观看日方和韩方教学录像并进行热烈的讨论。对学校体育的指导思想,学校体育的价值观,体育课程的建设与发展,体育教学中的师生关系,教师的主导作用和学生的主体作用,在教学中如何处理传授知识技能与发展学生能力、锻炼身体这三者的关系,关于体育教学质量的评估,体育教学改革,体育教师培训,学校卫生与保健,课余体育训练以及中国民族传统体育在学校中开展的可行性等有关问题进行了探讨。这次研讨会不仅激发了一线教师和理论工作者变革体育教学现实的热情,也引发了学术界一连串的思想争鸣,提出了以观念转变为突破口的改革,即:①学校体育价值观:从社会本位向社会发展和个人发展相统一转变;②学校体育发展观:从急功近利向追求可持续发展、科学发展理念转变;③学校体育质量观:从片面知



识观向素质主导的多元化质量观转变,使上海的学校体育工作向开放化、国际化的方向发展。

(四)建立具有海派特色的课程标准,改变了“千人一书,万人一纲”的局面

上海市在体育课程建设和改革方面取得了显著成绩。1988年上海的第一期课程改革,首先将课程名称由以前的《体育》更改为《体育与保健》。上海市第一期《体育与保健》课程标准于1991年由全国中小学教材审定委员会审查通过,改变了全国“一纲一书”的局面。《体育与保健》课程标准的出台使体育教学模式改革有了重大突破。由此出现了有上海特色的体育教学模式的理论和实践,如体育“课堂社会”教学、小群体教学、快乐体育教学、情景教学模式、程序教学模式、终身体育教学模式、自主教学模式、校内校外一体化体育教学模式等等。国内外学校体育学术会议多次对上海市实施《体育与健身》课程标准的多种教学模式给予好评。

1999年,上海市体育课程标准是在一期课改的基础上,由《体育与保健》改为《体育与健身》。“健身性”是学校体育教育的基本特征,是体育学科体现素质教育的必然要求。新的课程名称,反映了上海在体育教学理念上,由单一的生物观向生物、心理、社会三维体育观的转变。在课程指向上,以“健康第一”为指导思想、以德育为核心、以学生发展为本、以培养学生的创新精神和实践能力为重点,为终身体育观的形成打好基础。从“竞技体育”向“健身体育”转变,在课程目标上,建立了目标系统,提出了身体发展、知识技能发展、心理发展和社会适应多元化的课程目标。在课程结构上,由基础型、拓展型、研究(探究)型构成横向拓宽、纵向延伸的立体化课程构架。教学内容有基础性内容、拓展性内容和研究性学习内容三个层面。内容安排上,注重继承发展民间民族传统体育项目、加工改造竞技运动项目、引进新型体育健身项目。教学内容随着年级的升高而逐渐增加自主选择的比重。10~12年级尝试学分制,为教师和学生提供更大的选择空间。在教学评价上,从总结性评价走向与过程评价相结合的综合评价,重视评价教师的教,更注重学生的学,采用师生、生生互动的评价形式,激发学生学习体育的积极性。在课程的管理上实行多级管理。

随着现代教学思想的传播,上海市第二期《体育与健身》课程标准的实施,上海市的体育教师正在改变过去的注入式教学方法和以运动技术为中心的教学方式,采用启发式、学导式教学,开始注意了“学法”的运用。如自学法、自锻法、自评法、观察法、发现法、互帮法、合作法、体验法等应运而生,一种具有海派特色的体育教学体系正在逐步形成。与十年前相比,上海市中小学生对体育运动的喜欢程度普遍提高,有90%以上的中小学生对体育运动,对体育课的满意度也在提高。但是还有30%的中小学生对体育课感到不快乐,有20%的中小学生对体育教学内容不适用课外,有10%的中小学生对体育课很少教他们喜欢的内容。这