

中国学校体育改革的 理论与实践

主编 杨贵仁



高等教育出版社

中国学校体育改革的 理论与实践

主编 杨贵仁

继承 改革 发展

每天锻炼一小时

健康工作五十年

幸福生活一辈子

高等教育出版社

图书在版编目(CIP)数据

中国学校体育改革的理论与实践/杨贵仁主编. —北京: 高等教育出版社, 2006. 7

ISBN 7-04-019140-7

I. 中... II. 杨... III. 学校体育-教学研究-中国 IV. G807.01

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 061858 号

策划编辑	尤超英	责任编辑	尤超英	封面设计	王 晔
版式设计	张 岚	责任校对	金 辉	责任印制	毛斯璐

出版发行	高等教育出版社	购书热线	010-58581118
社 址	北京市西城区德外大街 4 号	免费咨询	800-810-0598
邮政编码	100011	网 址	http://www.hep.edu.cn
总 机	010-58581000		http://www.hep.com.cn
		网上订购	http://www.landaco.com
经 销	蓝色畅想图书发行有限公司		http://www.landaco.com.cn
印 刷	北京宏伟双华印刷有限公司	畅想教育	http://www.widedu.com
开 本	787×960 1/16	版 次	2006 年 7 月第 1 版
印 张	23.5	印 次	2006 年 7 月第 1 次印刷
字 数	440 000	定 价	29.30 元

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题, 请到所购图书销售部门联系调换。

版权所有 侵权必究

物料号 19140-00

编审人员名单

主 编 杨贵仁

主 审 李晋裕 赖天德 滕子敬

副主编 黄汉升 杨 桦 季克异

序

切实加强学校体育工作，为全面建设 小康社会作出更大的贡献

学校体育工作是社会主义教育事业的重要组成部分。新中国成立以来，我国学校体育伴随着共和国前进的步伐，走过了令人难忘和值得回顾的历程。改革开放以来，由于党和国家的高度重视，我国学校体育事业坚持“健康第一”的指导思想，认真落实《学校体育工作条例》，取得了举世瞩目的成就，发生了历史性的变化。学校体育管理体系日趋完善；学校体育法规制度日益健全；师资队伍数量增加，质量提高；学校体育教学改革不断深化；课外体育活动丰富多彩，学生体育竞赛形成制度；学校体育科研异常活跃；作为学校体育工作难点的农村学校体育大有改观。上述这些成绩的取得，也是我国广大学校体育工作者辛勤劳动的成果。

健康体魄是高素质人才的物质载体，是实现为祖国和人民服务的基本前提。今天的在校学生是明天现代化建设的主力军，他们的身体素质将直接影响到我国现代化建设的进程，影响到我国综合国力和国际竞争力的提升。学校体育作为素质教育的重要内容，是促进学生身心和谐发展的重要途径，在培养学生的社会适应能力和顽强的意志品质等方面发挥着特殊作用，对于培养高素质人才具有重要的意义。

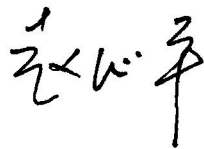
学校体育科学研究对于推动学校体育改革与发展具有先导性作用。在我国学校体育改革与发展的进程中，有许多新情况、新问题需要研究和解决，有许多新思路、新举措需要实践和验证，也有许多新做法、新经验需要提升到理论的高度加以分析和总结。大量的实际问题需要我们在科学理论的指导下，不断寻找出规律性的认识，用以指导学校体育工作实践。

《中国学校体育改革的理论与实践》是部分长期从事学校体育研究和管理工作的专家、学者集体智慧的结晶，是一部论述中国学校体育改革与发展历程的重要著作。它全面总结和分析了我国学校体育工作的成绩、现状与发展趋势，并对中国学校体育主流思想，重要法规、制度和政策的形成过程给予了详尽的阐述，对中国学校体育工作实践中的一系列重大问题做出了很好的回答。

该书内容涵盖了学校体育思想、制度与管理、课程与教学、训练与竞赛、师资培养与培训、国际交流与合作以及学校体育的发展趋势等各个方面，既充分反映了学校体育改革的理论成果，又紧密结合学校体育改革的实践。它既可作为体育教育专业本科生和研究生的辅助教材，也可作为广大学校体育工作者和科研人员的参考书。

面向新的世纪，新的形势；面对新的机遇，新的挑战，党的十六大将提高全民族的健康素质纳入全面建设小康社会的奋斗目标之中，对新时期的学校体育工作提出了新的更高的要求。广大学校体育工作者要进一步增强使命感和责任感，继续深入贯彻《学校体育工作条例》和《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》，深刻认识健康素质在促进社会主义现代化建设方面的重要作用，进一步明确提高广大青少年学生健康素质与提高全民族素质之间的关系，从实现中华民族伟大复兴的历史使命出发，按照科学发展观的要求，高度重视学校体育工作，全面增进学生体质健康，为全面建设小康社会作出更大贡献。

是为序。



二〇〇六年六月六日

前 言

改革开放以来,中国学校取得了举世瞩目的成就。特别是素质教育的全面实施,为学校体育改革与发展注入了新的活力,同时,也为学校体育科学研究开辟了广阔的天地。有理论指导的实践和有实践支撑的理论,是体育科学研究的永恒主题。解放思想、实事求是、大胆探索、勇于创新是发展学校体育科学研究的内在要求和必由之路。基于这些认识,我们组织编写了《中国学校体育改革的理论与实践》一书。该书在编写原则上强调理论与实践相结合,在对理论的阐述中结合了学校体育的实践,尽可能考虑其丰富性和鲜活性,达到理论来源于实践,又有效地指导实践的目的。强调要反映当代,特别是改革开放以后的学校体育理念、学校体育理论和体育改革实践,旨在运用现代教育思想、教育观念分析学校体育现象、研究学校体育问题,有利于广大学校体育工作者了解学校体育改革的一些重大热点问题。主要参编人员都是长期从事学校体育研究和管理工作的教授、博士生导师,都是教育部普通高等学校和中小学体育教学指导委员会的成员。从某种意义而言,体现了著作的权威性,是编写者长期对学校体育系统研究成果的展现。

该书涉及了学校体育的各个研究领域。不仅从宏观层面上,对学校体育理论的基本范畴进行了深入探讨,力求在社会大背景中对学校体育的改革与发展进行考察,审视学校体育的发展趋势。同时从中观和微观层面上,探讨学校体育思想的形成与发展、学校体育的法规、制度与管理、学校体育课程建设、体育教学、课外体育活动、学生课余体育训练与竞赛、体育教师教育与研究生培养、学校体育的科学研究与国际交流等具体问题。

本书即可作为体育教育专业本科生和研究生的辅助教材,也可作为广大学校体育工作者和科研人员的案头参考书。

全书共分十章。第一章绪论和第九章学校体育科学研究与国际交流,主要由首都体育学院周登嵩教授执笔;第二章学校体育思想的形成与发展,主要由华南师范大学杨文轩教授执笔;第三章学校体育的法规、制度与管理,主要由北京体育大学杨桦教授、北京理工大学王皋华教授和成都体育学院霍红教授执笔;第四章学校体育课程建设,主要由华东师范大学季浏教授和北京师范大学滕子敬教授执笔;第五章体育教学,主要由扬州大学潘绍伟教授和北京师范大学滕子敬教授执笔;第六章课外体育活动,主要由北京师范大学毛振明教授执

笔；第七章学校课余体育训练与竞赛，主要由首都体育学院杨铁黎教授、刘海元副教授、陈钧副教授执笔；第八章体育教师教育与研究生培养，主要由苏州大学王家宏教授、福建师范大学黄汉升教授和杭州师范学院曹守和教授执笔；第十章学校体育的发展趋势，主要由北京体育大学赖天德教授执笔。

全书第一、六、七、九章由赖天德教授主审，第二、三、十章由李晋裕教授主审，第四、五、八章由滕子敬教授主审。主编杨贵仁博士组织各位副主编和主审多次对书稿进行讨论、修改，并对书中一些重要理论问题进行深入研究。同时，对全书进行了统稿。另外，参加本书编写工作的还有首都体育学院李林教授、陆作生博士、成都体育学院孙淑惠副教授、华东师范大学蒋纯焦博士和人民教育出版社陈世雄硕士。

历经4年多的思索与磨砺，编写组全体成员终于完成了这项任务。尽管我们经过了精心设计、深入思考、反复修改，但难免还有未尽如人意的地方，敬请批评指正！

《中国学校体育改革的理论与实践》编写组

2006年6月6日

目 录

第一章 绪论	1
第一节 学校体育的范畴与基本概念	1
第二节 学校体育的目标	5
第三节 学校体育的结构与功能	9
第四节 影响学校体育发展的因素	17
第二章 中国学校体育思想的形成与发展	24
第一节 古代中国学校体育思想	24
第二节 近现代中国学校体育思想	29
第三节 新中国学校体育思想	34
第四节 新中国学校体育思想的发展演变	41
第三章 学校体育法规、制度与管理	48
第一节 学校体育法规	48
第二节 学校体育制度	61
第三节 学校体育管理	97
第四章 体育课程	109
第一节 体育课程概述	109
第二节 体育课程目标	122
第三节 体育课程的实施	125
第四节 新中国体育课程的改革与发展	129
第五章 体育教学	146
第一节 体育教学的本质与特征	146
第二节 体育教学目标	148
第三节 体育教学内容	155
第四节 体育教学方法	160
第五节 体育教学评价	181
第六章 课外体育活动	189
第一节 课外体育活动的概念、功能和目标	189
第二节 课外体育活动与课堂体育教学的关系	191
第三节 课外体育活动的改革	193

第四节	课外体育活动的发展趋势	200
第七章	学校课余体育训练与竞赛	204
第一节	学校课余体育训练与竞赛的目的及意义	204
第二节	课余体育训练与竞赛的教育学依据	208
第三节	学校课余体育训练与竞赛的基本特征	210
第四节	我国学校课余体育训练与竞赛的现状	215
第五节	我国学校课余体育训练与竞赛的基本经验	221
第六节	学校课余体育训练与竞赛的发展趋势	223
第八章	体育教师教育与研究生培养	226
第一节	体育教师	226
第二节	体育教师队伍建设的沿革与发展	238
第三节	体育教师的培养	250
第四节	体育教师的培训	276
第五节	我国体育学研究生教育的发展	288
第九章	学校体育科研与国际交流	310
第一节	学校体育科研	310
第二节	学校体育的国际交流	321
第十章	学校体育的发展趋势	334
第一节	学校体育改革与发展的背景	334
第二节	在学校体育改革和发展中应不断调整的几种关系	339
第三节	学校体育发展的趋势	354

1

第一章 绪 论

学习提示

学校体育是由体育课程、体育教学、早操、课间操、课外体育活动及课余体育训练等几个部分组成的一个“系统”。要保证这个“系统”的有效运行，需要有正确的思想和理论作指导，需要有一系列的法规制度与高素质的师资队伍及必要的场地器材作保证。要研究学校体育这个“系统”的发展变化，就必须了解学校体育的构成要素、学校体育的目标、学校体育的结构、学校体育的功能；以及影响学校体育发展变化的因素等。本章将为研究学校体育的改革与发展提供最基本的理论依据。

第一节 学校体育的范畴与基本概念

一、学校体育的范畴

（一）学校体育范畴的演进

学校体育作为学校教育的一项重要内容，发端于我国清朝末年的洋务运动。19世纪60年代，清王朝在内外交困，危机日深的情况下，为了增进国力，图谋发展，推出了向西方学习的洋务运动，提倡“办洋务”、“兴西学”，并创设了洋务学堂。洋务学堂以学习“西文”和“西艺”为主要内容，而西方的近代体育运动就是“西艺”的一部分。在军事学堂中专门开设了体操课，内容以兵操为主，形式以单调的身体操练为主。

与此同一时期，以美国为主的教会学校亦在我国设立。教会学校不开设正式的体育课，但十分重视课外体育活动。它通过在校内建立体育组织和各种运动队，开展田径、球类等活动和举办运动竞赛。洋务学堂与教会学校的体育运动，为我国学校体育在近代的发展拉开了帷幕。

20世纪初，清政府为了缓解阶级矛盾，开始推行“新政”，实行教育改革，

于1903年颁布了《奏定学堂章程》(癸卯学制),这是我国第一次普遍实行的、比较完整的学校教育制度。在该学制中,正式设立了“体操科”,教学内容仍然以兵操为主。至此,我国学校体育从自然存在的层面跨入到制度化的层面。1917年,以毛泽东发表的《体育之研究》一文为标志,学校体育开始进入理论研究的范畴。学校体育也开始从单纯的实践范畴发展到实践与理论并存的范畴。

1923年,北洋政府公布了中小学《课程纲要草案》,正式将“体操科”改名为“体育科”。这是我国学校体育的一个重大变化和改革,也标志着我国学校体育进入了一个新的发展阶段。由于学校体育思想的转换,兵操失去了原有地位,田径、球类、游戏等近代体育项目成为学校体育实践的主要内容。同时卫生保健知识也被纳入了体育教学内容之中。至此,学校体育突破了只有运动实践的存在形态,表现出运动实践与体育知识并存的局面。

1931年“九一八”事变后,国民高涨的民族主义情绪,直接影响着学校体育的思想和实践。一度出现学校体育排斥来自国外近代体育项目,转而又出现了以武术为学校体育主要内容的倾向。由于抗战的需要,学校体育最终又回到以“军事体育”为主要实践内容的形态。此外,由于当时对“自然主义教育思想”的片面理解,以及学校教育对体育的不重视,体育课成了“放羊式”教学,学校体育表现出对“选手制”和“锦标主义”体育的浓厚兴趣。

综上所述,我国学校体育在新中国成立以前,尽管历经多次变迁,但始终在体制、内容和思想上没有形成一个相对统一的完整形态。

新中国成立后,我国学校体育经历了近10年的快速发展,初步建立了较完善的管理体制和教学体系,形成了以体育课为核心,以课外体育活动、课余体育训练和竞赛为辅助形式的新形态。但到后来,学校体育受“文化大革命”的影响,几近崩溃。直到1978年,在党的十一届三中全会召开后,学校体育才重新明确了新的发展方向。经历20多年的实践探索,我国当今的学校体育不仅大大地拓展了实践范畴,而且在学校体育理论建设、学科建设及科学研究方面也都取得了长足的进步。

(二) 学校体育范畴的类型

从总体说来,学校体育可分为实践范畴和理论范畴。由于各理论范畴关注学校体育的层面不同,就形成了各自不同的理论体系,这些理论体系的发展完善,最终就形成从不同视角研究学校体育的相对独立的学科。因此,从学科概念的视角,可把学校体育的理论范畴称为学校体育的学科范畴。

1. 学校体育的实践范畴

在传统的认识中,学校体育的实践范畴通常被划分为学校体育课程教学、学校课外体育锻炼、学校课余体育训练、学校课余体育竞赛。这种划分将学校体育的实践范畴较为清晰地呈现了出来,至今,其影响仍然存在。但它忽略了

学校是学生和教职员学习、工作与生活的共同环境,只把眼光定格在学生人群上。其次,造成过于依赖教育学的理论来指导实践的思维模式,把学校体育只看成是针对学生的“学生体育”。由于上述两方面的原因,造成了当前学校体育的失衡,即把学校体育工作几乎等同于体育课程教学工作。其结果是,不仅使学校体育与国家体育事业之间出现衔接上的不协调,对社会体育资源的整合不力,而且也在一定程度上制约了自身的进一步发展。

由于学校是一个“法定”的育人场所,因此,学校体育的主要对象是指向学生,其主要功能是为育人服务的。但是,这并不排除学校体育的其他对象和其他功能。学校除了是学生学习的场所外,还是学校全体人员(包括学生)的主要生活场所。作为生活的场所与作为学习的场所显然在其性质上有所不同。因此,学校体育除了为育人服务之外,还要为学校所有人员的生活(包括娱乐和休闲)服务。此外,学校还是一个社会未来人才高度聚集的场所,学校体育还应该为未来社会需要提供专门人才服务。

综上所述,可把学校体育的实践范畴划分为学校群众体育、学校体育课程教学、学校竞技体育。其中,学校中的群众体育以人群划分,可分为以学生为主体的群众体育和以教职工为主体的群众体育。以学生为主体的群众体育根据活动的组织形式,又可分为有组织的和自发的两种。前者如早操和课间操以及列入课表的课外体育活动;后者如学生课余自发参与的校园其他体育活动。学校体育课程是学校课程体系中的组成部分,主要通过体育课堂教学来实施。学校竞技体育根据性质可分为学校体育训练和学校体育比赛。

以上有关学校体育实践的范畴只是针对学校体育实践主体来划分的,没有明确这些实践范畴在具体运行中的保障机制。这种机制主要包括两个方面:一个是对学校体育的管理,另一个是对学校体育的科学研究。至此,学校体育的实践范畴应包括以下5个方面(图1-1):

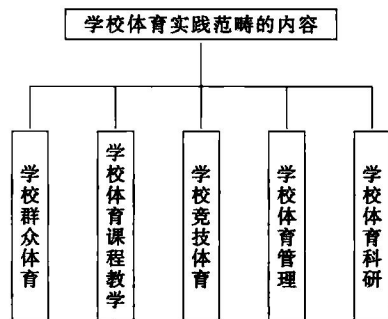


图 1-1 学校体育实践范畴的内容

2. 学校体育的学科范畴

学校体育作为一个相对独立的系统，它的产生既非单纯来源于教育系统的分化，也非单纯来源于体育领域的拓展，而是两者在一定历史条件下相结合的产物。因此，作为一个整体的学校体育在实践中的良性运行至少需要两方面的理论支持：一个是教育学的理论支持，另一个是体育学的理论支持。如果将这两方面的理论加以学科整合，方可称之为“学校体育学”。

学校体育学作为指导学校体育实践的核心学科，它的意义体现在对学校体育实践普遍规律的揭示。当涉及不同的学校体育实践领域时，还需要有专门的学科来指导。因此，学校体育的学科范畴应包含：属学校群众体育领域的学校群众体育学，属学校体育课程教学领域的体育课程论、体育教学论、体育学习论，属学校竞技体育领域的学校体育训练学、学校体育竞赛学，属学校体育管理领域的学校体育管理学，属学校体育科研领域的学校体育科学方法论。

二、学校体育的基本概念

学校体育的基本概念，是指对学校体育实践范畴应有的最低限度的理解所必须掌握的概念。根据学校体育实践范畴的不同，学校体育的基本概念至少应包括以下内容：

（一）体育课程

体育课程是学校课程体系的重要组成部分。体育课程是以身体练习为主要手段，以各种体育健康知识、技能和方法为主要学习内容，以增进学生身心健康为主要目的的综合性必修课程。

（二）体育教学

体育教学是实施体育课程的基本途径，是教师的“教”与学生的“学”相统一的双边活动。具体来说，是指学生在教师有目的、有计划地指导下，积极主动地学习和掌握体育知识与技能，锻炼身体，增强体质，发展运动能力，培养思想道德品质的一种有组织的教育过程。总之，体育教学是实现学校体育目标的基本途径之一。

（三）学校课外体育活动

学校课外体育活动主要是指学生在课余时间，以学校为主要活动场所的体育活动。由于学校安排体育课的时间较少，周期较长，因此学生的课外体育活动对学校体育特别是体育课程目标的达成，具有不可或缺的重要作用。

（四）学校课余体育训练

学校课余体育训练是指体育教师根据训练学的原理，对于在体育方面有一定才能的部分学生，利用课余时间所进行的系统训练，其主要目的是，培养德、智、体全面发展并具有运动专长的体育骨干、优秀的体育后备人才和高水

平的运动员。它是全面贯彻教育方针,实现学校教育目标和体育目标的一项重要措施,也是我国体育运动普及与提高的中间环节。

(五) 学校体育竞赛

学校体育竞赛是学校体育和校园文化的重要组成部分,是推动学校群众性体育活动广泛开展,增强学生体育意识和提高学生运动技术水平的重要措施,也是我国竞技体育比赛的内容和形式之一。

(六) 学校体育管理

学校体育管理是指学校体育的组织和领导者为了实现学校体育的目标,对学校体育计划实施有效控制的过程。它包括学校体育的行政管理和学校体育的业务管理。其目标是,最大限度地保证教育方针及国家对学校体育工作法规的贯彻和执行;尽可能地发挥学校体育行政管理干部、学校教职员及学生的积极性,有效地实现学校体育的目标。

(七) 学校体育科研

学校体育科研是运用科学的理论与方法,对学校体育实践和理论范畴进行规律性探索的认识活动。其目的在于总结学校体育实践的基本经验,揭示学校体育各项工作的基本规律,促进学校体育的观念更新,探索学校体育改革和发展的途径。

第二节 学校体育的目标

一、学校体育的目标体系

(一) 学校体育目标的概念与作用

目标是指人们通过努力,期望达到的预期结果。学校体育目标是学校体育指导思想的具体体现,它是指在一定的时期内,学校体育实践所要达到的预期结果。

学校体育的目标是我们开展学校体育工作的出发点,也是我们评价学校体育工作效果的重要依据。学校体育目标制定得正确与否,一方面直接关系到学校体育的发展方向,另一方面又关系到学校体育内容、方法和手段的选择与运用,影响着人才培养的质量和规格。学校体育的改革,首先应该是目标的改革,因为学校体育的目标对学校体育的整体改革具有指导、定向、激励、定位、标准等重要作用,对学校体育各项工作实施的效果有着非常重要的意义。

(二) 学校体育目标的层次

学校体育目标是一个多层次的完整系统,按照不同的分类方法,可以将它划分为不同的层次和类型。

学校体育的目标按其结构可分为总目标和子目标；按其达成的时间长短，可分为长期体育目标、中期体育目标和短期体育目标；按其教育阶段，可分为学前教育的体育目标、初等教育的体育目标、中等教育的体育目标和高等教育的体育目标；按其性质，又可划分为体育条件目标、体育过程目标和体育效果目标等。

为了更清楚地理解学校体育的目标体系，可以将上述分类方法综合运用。总体上学校体育的目标可分为两个层次：第一层次，是学校体育的总目标；第二层次，学校体育的条件目标、过程目标和效果目标。

在第二层次之下，还可以进一步细分，如条件目标可以分为师资条件目标、场地器材条件目标、资料文献条件目标，过程目标可以分为学校体育课程教学目标、学校群众体育目标、学校竞技体育目标、学校体育管理目标、学校体育科研目标，效果目标可以分为学生体质健康目标、学生体育能力目标、学生体育态度目标、体育人才目标和科研成果目标等。依次还可以分解成各具体目标。子目标与子目标之间、子目标与总目标之间相互联系，共同构成学校体育的目标体系(图1-2)。

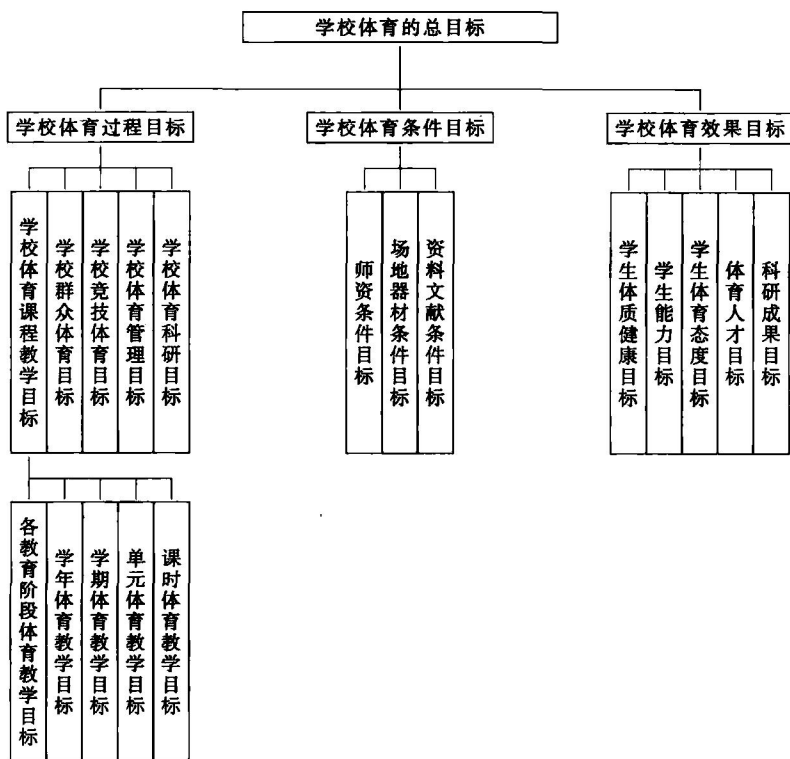


图1-2 学校体育目标体系结构示意图

二、确定我国学校体育目标的理论依据

（一）学校体育的基本功能

学校体育的基本功能是学校体育价值的体现，在制定学校体育目标时首先要考虑到学校体育的目标是否能够通过学校体育自身的价值与作用来实现，这是确定学校体育目标的基础。否则学校体育的目标便缺乏可行性，也不利于充分发挥学校体育的作用与保证目标的实现。

（二）学生个体发展与学生身心发展的特征

学校体育的主体是学生，学校体育应该始终不渝地把促进学生身心协调发展作为首要目标。

从学前教育到高等教育，学生的年龄相差很大，因此在制定各个教育阶段的体育目标时，必须充分考虑不同年龄阶段学生的生理和心理发展特点及其基本规律，以提高目标的科学性和针对性。

（三）社会发展的需要

学校体育的目标必须反映社会发展的需要，主要表现在两个方面：一是，学校体育要在最短的时间内实现和促进学生个体的社会化，尽快使学生个体由生物人成长为社会人，并逐步适应社会生活；^[1]二是，社会的发展对人才不断提出新的要求，学校体育的目标也必须不断地主动适应这种新的要求。

当前，正处于人类社会继工业经济时代后一个全新的知识经济时代。这个时代的典型特征就是人类生产活动的重心将由物质生产转向知识生产，知识的创新和进步将成为社会发展和影响人类生活的最重要的因素。知识经济时代需要大量具有创新意识和创新能力的人才，学校体育必须尽最大可能满足这一时代的需求。

中国共产党第十六次代表大会提出了全面建设小康社会的战略构想，这将成为我国今后一个时期内社会发展的重要目标。提高公民的思想道德素质、科学文化素质和健康素质是全面建设小康社会的一个重要指标，^[2]学校体育的目标也必须与之相呼应。

确定学校体育目标时，应当把学生个体发展的需要与社会发展对学生提出的体育要求，有机地结合起来。

（四）学校教育和国民体育发展的需要

学校体育既是学校教育的重要组成部分，又是国民体育的重要组成部分，这一固有属性决定了学校体育的目标，必须与学校教育和国民体育的目标相一致。首先，学校体育与学校教育的对象相同，学校体育的目标必须在培养什么样的人上，与学校教育的目标相一致；其次，从时空上来看，学校体育是国民体育的起点和基础，因此学校体育的目标实际上是国民体育的一个阶段目标。