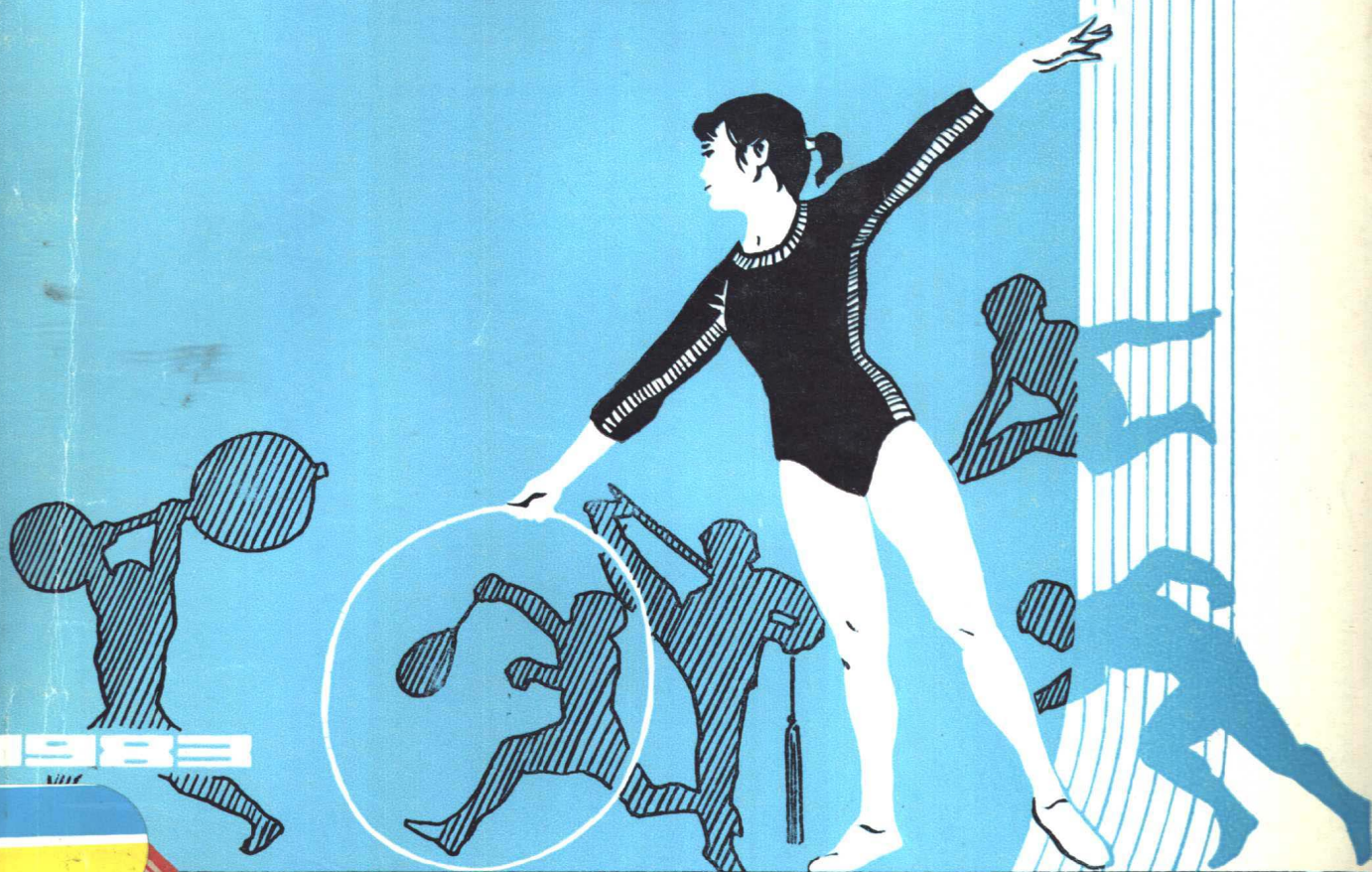


体育理论与实践

(论文集)



湖北省体育理论学会编

目 录

事业·健康·体育

——马克思与体育运动

.....	王其慧 (1)
从体育教育的历史看它在建设社会主义精神文明中的作用.....	汪长魁 (5)
试论学校体育竞赛中的道德教育.....	方自天 (9)
关于落实中小学生每天一小时体育活动时间问题的探讨.....	吴云峰 (12)
优秀体育教师的社会年龄与智能结构.....	汤起宇 (20)
厂办学校体育的组织与管理.....	樊汉彪等 (37)
用可能性理论评定体育课教学质量.....	戴书洲等 (39)
用符号检验法评定体育教学效果.....	朱源葆 (46)
高等学校的体育教学必须结合专业特点.....	张雪琴 (49)
怎样钻研中学体育教材.....	高本熙 (51)
中学部分跑、跳、投教材生理负荷量的研究.....	高道滋等 (54)
在体育教学中应重视发展身体素质的教材.....	查佑生 (68)
试论小学体育课的密度和运动量.....	范鑫元等 (76)
浅谈武术定向教学的心理特点.....	蔡仲林 (82)
体型美与健康.....	彭述武 (84)
我们是如何抓好高中毕业班的体育工作的.....	王崇明等 (86)
试行《国家体育锻炼标准》的作法和体会.....	潘梦轩 (92)
浅谈中学排球队的训练.....	崔国鹰 (98)
中学体操口诀八例.....	谢培德 (102)

封面设计: 张桂木

事业，健康，体育

——马克思与体育运动

武汉体育学院体育理论教研室 王其慧

一九八三年三月十四日是马克思逝世一百周年纪念，在这一百年中世界上起了翻天覆地的变化。伟大的无产阶级革命导师马克思知识渊博、兴趣广泛，一生热爱体育运动。

马克思从小爱学习、好运动，聪明、活泼、健壮。由于夏天喜欢游泳，天长日久，把身体锻炼得象青铜铸造的一样结实。马克思青壮年时期体质非常强健，精力十分充沛。他肩宽胸厚，体型匀称，身材在中等以上，总是满面容光，神采奕奕。马克思从事革命活动和科学研究工作以后，经常从事的体育活动是散步。他是个击剑运动爱好者，还是个出色的跳棋能手，喜欢下国际象棋，曾从事过骑马和冷水浴。总之，在体育运动方面，马克思的兴趣是多方面的。

马克思不仅是个体育的实践家，而且对体育在革命中的作用有着深刻的见解，综合起来有以下几个方面。

一、锻炼身体是革命的需要

马克思的一生是光辉战斗的一生，他在从事革命活动的过程中，碰到了重重困难。但是他说：“不管遇到什么障碍，我都要朝着我的目标前进，而不让资产阶级把我变成一架赚钱的机器”。他这种铁的意志象磁针一般毫不动摇地指向人类最高目的，他的整个素质是一块柔韧的钢^①。这就把马克思的奋斗目标和坚韧不拔的革命精神描写得淋漓尽致。

长期的政治迫害、贫困生活和工作劳累，使他的健康受到严重损害。在十九世纪五十年代末期，马克思身体的各种机能开始下降，时常患病。从一八五〇年到一八七〇年这二十年间，马克思和恩格斯分居两地，除了短暂的会晤外，两人在通信中商讨工作，研究理论，同时互相勉励锻炼身体，并把身体的健康和革命事业紧紧联系在一起。

1858年1月7日，马克思写信对恩格斯说：“我首先请你注意自己的健康，时代在好转，它将对你的身体提出很多的要求，所以你要锻炼它，而不要损害它”^②。恩格斯考虑到了“在不久以后的运动中军人的重要性”，曾深入地钻研过军事科学，如战略战术、各种军械、伤员护理，还研究过军事通史等。正因为如此，人们给他起了一个绰号叫“将军”。恩格斯所以对这种研究特别感兴趣，一半是由于他的“老癖好”，一半也是

由于无产阶级解放斗争的实际需要③。

马克思为了完成不朽的革命巨著《资本论》，整整花了四十年功夫。他有夜间工作习惯，不知度过了多少个不眠之夜。长期以来废寝忘食的工作损害了他的健康。1863年1月23日，恩格斯写信劝马克思说：“为了使你完全恢复工作能力，起码要每天更多地到户外活动活动，并按时“放弃”夜间工作。否则第二卷永远也写不成”④。据无产阶级革命家李卜克内西回忆，他常和马克思在伦敦的近郊和北岭进行登山活动和散步。健康状况刚一好转，他又全力以赴投入工作，恢复了夜间工作习惯，直到危机再次发生，迫使他采取合理的生活方式为止，在临终时，医生认为：如果马克思能够下决心过一种正常的生活，一种适应他身体需要的生活，或者说更适于卫生要求的生活，那他今天仍然活着⑤。

马克思的前半生，身体非常强健，后半生，时有疾病发生。但是，这些丝毫也不能动摇他的革命意志，为了革命的需要，他顽强地从事体育锻炼，一次又一次战胜疾病，使他完成许多伟大的无产阶级革命论著。

二、体育运动可以消除疲劳，振奋革命精神

天才就是勤奋。如果说马克思是天才，倒不如说他超乎常人的勤奋。一八五八年春天，马克思患了胆病和肝病，病情日渐加重，甚至不能工作。除了服药外，医生向他提出三项建议：第一，改变一下气候；第二，在一段时间内停止一切脑力劳动；第三，以骑马为主要的治疗方法。这种运动现在称为体育疗法，也是医生为他开的运动处方。

恩格斯为了革命需要，在曼彻斯特学习骑马取得了很大成绩，他说：“骑马是我至少已达到中等水平成绩的唯一的项目”，“这是我所有军事科目的物质基础”。马克思采纳了医生的建议，便到曼彻斯特去疗养，对骑马产生了浓厚的兴趣。1858年5月31日，马克思写道：“到曼彻斯特恩格斯那里去骑马和其他体育锻炼，过了四个星期，终于完全恢复了健康。从那里回到了伦敦”⑥，看来这个运动处方对马克思起了作用，环境的改变，体力的消耗，有助于马克思增加食欲，消除脑力疲劳，病情自然就有了好转。

马克思是一个出色的跳棋能手，他的着法巧妙，不少人很难赢他一盘。他很喜欢下国际象棋，最初下棋技术不高，一陷入窘境就发火。但他下棋很认真，具有顽强和不服输的精神。据李卜克内西回忆：“有一回马克思得意洋洋地宣告他发明了一种能打败我们所有人的走法。有人应战了。果然，他把我们一个个都打败了……”⑦。于是马克思的情绪就立即变得很好。当时在英国举行激烈的象棋比赛时，输的人就成为开玩笑的对象，因此，比赛是在兴高采烈的气氛中进行的。李卜克内西和马克思常在伦敦公寓下棋，英国工人就紧张地围着看，时而屏住呼吸，时而发出笑声，当看到他们两人下棋时愉快的吵闹，他们也跟着乐了起来。李卜克内西说：“要知道两个德国人在一起比六个健壮的英国人还要来得热闹”。一场愉快的棋战使马克思的疲劳烟消云散，精神倍增，为马克思从事写作调剂了生活，增加了乐趣。

三、为造就全面发展的新人而努力

1、关心下一代的身心健康，明确提出无产阶级的教育方针

在资本主义制度下，资产阶级为了积累资本，把贫穷的工人压的喘不过气来，还吸收大批童工参加生产劳动，马克思认为，在合理的社会制度下这是种进步，但在资本主义制度下这是种畸形。从下一代的健康考虑，工人阶级通过普遍行为能够得到许多分散的个人努力所无法得到的东西。马克思根据生理状况把男女儿童和少年分为三类，建议法律把他们在工场或在家里的每周劳动限制如下：

第一类 9—12岁 工作2小时

第二类 13—15岁 工作4小时

第三类 15—17岁 工作6小时（中间有一小时的吃饭或休息）。

最后还说，法律应当严格禁止9—17岁的人在夜间和在一切有害健康的生产部门劳动。

关于少年儿童的教育问题，马克思指出，不仅应该把生产劳动和教育结合起来，而且他还认为体育是对青少年进行共产主义教育，培养全面发展的一代新人必不可少的重要内容之一。为此，马克思把教育理解为以下三件事：

第一 智育。

第二 体育，即体育学校和军事训练所教授的那种东西。

第三 技术教育，这种教育要使儿童和少年了解生产各个过程的基本原理，同时使他们获得运用各种生产最简单的工具的技能。

马克思还认为，把有报酬的生产劳动、智育、体育和综合技术教育结合起来，就会把工人阶级提高到比贵族和资产阶级高得多的水平⑧。

1867年7月，马克思在《资本论》第一卷中指出：“未来教育对所有已满一定年龄的儿童来说，就是生产劳动同智育和体育相结合，它不仅是提高社会生产的一种方法，而且是造就全面发展的人的唯一方法”⑨。马克思对造就全面发展的新人花费了很多心血来探讨，他认真地总结前人的经验，还研究了当时的社会状况，从而第一次提出了无产阶级的教育方针。这是马克思为指导无产阶级教育事业，培养共产主义新人给我们留下的一份珍贵的精神财富。

2、重视青少年的体育锻炼

马克思非常喜爱孩子，把孩子看作是“人类的未来”。他是一个温和、慈祥、宽厚的父亲，从不摆父亲的架子，也不命令她们，在他女儿们的眼里他是一个忠实的朋友和亲密的伙伴，她们不叫他父亲而叫“摩尔”——由于他的黑色面孔和乌黑的头发与胡须而给他取的绰号。马克思和孩子们一玩就是几个钟头，星期天他都得听她们指挥。他们在伦敦的北岭玩“骑兵游戏”、捉迷藏、赛跑、角斗、投石或其它运动。在一切乐趣中最大的快乐是骑驴子。马克思很会逗趣，他的骑术很糟糕，而他却大肆夸张说他对骑术很有造诣，这就把她们逗乐了。

马克思离不开孩子，和孩子们在一起感到无比欢乐，就能恢复疲劳。当他的孩子们成人后，外孙又代替她们，活跃了马克思一家。十九世纪七十年代，外孙琼尼最受马克思的宠爱，他对马克思能为所欲为，他异想天开地把摩尔变成一辆公共马车，他自己坐在驭手座上，即马克思的两肩上，而恩格斯和李卜克内西被指派为拉马车的马，琼尼驱赶着他们，口里吆喝着：“往前跑，快跑，好啊！”摩尔跑得汗流夹背，直到马克思再也跑不动了，于是开始谈判讲和。

马克思对陌生的孩子，尤其是穷人的孩子也非常喜爱。他不是去摸摸他们的脑袋，就是亲切地拉着他们的手和他们讲话。马克思在伦敦居住期间，在街头巷尾常和一群孩子嬉戏。通过这种活动表达了他对人类后代的关怀和期望。

※

※

※

马克思这位无产阶级革命导师，为了无产阶级的解放斗争事业贡献了毕生的精力。他和恩格斯对体育运动作了极为重要的评价：即每个无产阶级革命战士都应当把体育锻炼看作是对党、对无产阶级革命应尽的责任。

马克思对全世界被压迫的劳动人民深为同情。他远离中国，却对英帝国主义在中国的残暴行动进行了猛烈抨击，他认为鸦片战争是一场“极端不义的战争”、“非法的鸦片贸易年年靠摧残人命和败坏道德来充实英国国库”^⑩。鸦片贸易给中国人民带来了深重的灾难，残害了大量的中国人民的身体，被帝国主义贬称为“东亚病夫”。马克思的评论切中要害，体现了他那无私的伟大无产阶级革命胸怀。

马克思的名字永远活在无产阶级和劳动者的心里！永远活在中国人民的心里！

注①：《马克思传》，弗·梅林著，人民出版社1972年2月二版，第29页。

注②：《马克思恩格斯全集》第29卷，人民出版社1972年6月一版，第246页。

注③：同注①第298页。

注④：《马克思恩格斯全集》第32卷，人民出版社1974年10月一版，第23页。

注⑤：《回忆马克思恩格斯》人民出版社1972年12月一版，第114页。

注⑥：同注②第539页。

注⑦：同注⑤第134—135页。

注⑧：《马克思恩格斯论教育》，人民教育出版社1979年3月一版，第126—128页。

注⑨：《马克思恩格斯全集》第23卷，人民出版社1972年9月一版，第530页。

注⑩：《马克思恩格斯选集》第二卷，人民出版社1976年6月一版，第12—15页。

从体育教育的历史看它在建设 社会主义精神文明中的作用

华中师院体育系 汪长慰

我们古老而伟大的中华民族，对世界文明的发展起过很大的作用。体育运动中一些传统项目，在国外“大众体育”兴起的现代，仍被广泛的采用，这是人类智慧宝库中的可贵财富，是每个炎黄子孙的骄傲。

然而，我国历史上学校体育的状况怎样？学校体育教育在建设社会主义精神文明中起到什么作用呢？只有在了解它的历史的基础上，才能更清楚地看出它今日应该发挥的作用。

二、我国历史上学校体育课程的兴起和衰落

我国学校体育，在中国历史上，曾经历了一个漫长、艰苦和时兴时废的痛苦认识过程。

最早见于学校体育记载的是“射”的项目。弓箭的产生，恩格斯曾对它作过很高的评价，“弓箭对于蒙昧时代，正如铁器对于野蛮时代和火器对于文明时代一样，乃是决定性武器”。（《马克思恩格斯选集》第四卷）而我国在夏朝（公元前二十一——前十七世纪）“统治者为了训练贵族子弟维护统治阶级地位，为部落战争作准备，就不得不注重习射。”孟子曾追述过夏、商、周三代的学制说：“设为庠、序，学校以教之，庠者养也，序者射也”。可见“射”这一体育内容，从有学校起就受到重视。在等级制度森严的奴隶社会，学校的门是向贵族开放的，因此，在周朝，天子的学校叫“辟雍”、“射庐”，是皇帝学射的地方；低级一点的贵族——诸侯，在频官习射。而地方官吏则在庠、序、乡校学习射箭。这一制度沿用多年，在西周衰落，诸侯解体的时候，我国古代大教育家孔子，以“礼、乐、射、御、书、数”六艺教授学生，这不是没有历史原因的，如果孔子没有受过严格训练，他怎么能用六艺教学生，而孔子本人也以多力闻呢？有的同志认为孔子的六艺不是“礼、乐、射、御、书、数”，而是“诗、书、礼、乐、易、春秋”，但对孔子“足躐郊，力招城关”，“射于矍相之圃”、“君子无所争，必也射乎”等实践活动和对射礼的阐述，并未提出过异议。这就可以说明，在秦统一以前，学校教育中，以射作为体育教育的内容是无疑的了。

秦统一六国后，虽在政治上、经济上推行了一系列的进步措施，但在学校教育方面却铸成了大错。他们认为各家私学（除法家以外）“入则心非，出则巷议”，“率群下以造谤”，不利于万世一系的基业，推行以吏为师的教育制度，作了“焚诗书，坑儒

生”的蠢事。政治上的需要，虽然得到暂时的满足，而学校体育却受到极大的损害。因为自西汉以来，虽然恢复了学校，可是教学内容已有很大的改变。最大的改变是没有恢复体育内容的“射”。这是由于当时学校采取一个“博士”教一门“经”的制度，而“射、御”等则多系口耳相传，无“经”可循之故，这样就没有设立教射的“博士”（教师），而体育也从此不复作为学校的教学内容。当然，“侠以武犯禁”，人民习武不利于统治阶级的统治，这也是取消体育的政治上的原因。这一情况影响自两汉以迄隋唐五代，自公元前221年至公元960年（秦统一六国起宋朝建立止）的千余年。在千多年的官办学校中，看不到关于体育教育的记载，是颇为惊人的。在科举取士的封建时代，科举是做官的主要途径，在唐朝“特科”中，偶而也设“武类约八科”的科举，但那只是凭皇帝一时高兴，不是一种制度，也没有看到建立培养体育人材（武人）的学校。但从“长安武太后二年（公元702年）置武举”后，一直到清朝，都设过武考以选拔武将的史实看，体育的重要性已再次被提了出来，并采用多种形式来加强它的地位和引起人们的重视了。到了宋朝仁宗庆历三年（公元1043年）终于设立了武学，属国子监管辖，这是当时文化发展和学校分科，专科学校兴起的结果。这种“体育专科学校”的设立，在宋以后，虽然屡废屡兴，但总是完成了认识上的一个飞跃，而在制度上巩固了这种认识。

二、体育从学校转入社会

这要从士的角度说起。春秋时代，“士，为低级之贵族，居于国中，有统驭平民之权力，亦有执干戈以卫社稷的义务，……‘国士’皆出为王族，为贵族之服兵役者之专称，而训练之者特精，后世无此一阶层，乃以国士一名移称最勇敢之将士”。士既是低级贵族，当然是统治阶级。既然有执干戈以卫社稷的义务，当然受过良好的“射、御”的体育训练，孔子能用六艺教学生，说明他是受过士的良好训练的。他从贵族的士，到教学生、办私学的过程看，说明频繁的战争，使一些沦落的贵族，由于失去了原有的地位，而改找其它出路，办私学是其出路之一。因此，秦汉之际，学校里虽然没有体育课程，而“六王华，四海一”的局面，除齐、楚、燕、赵、韩、魏六国之君被徙居咸阳外，大批低级贵族——士却仍散处在全国各地，发挥他们受过良好教育的作风，也发挥着他们受过良好体育训练的作用，传播着中国的体育，使中国原有的学校体育走上了向社会体育发展的道路。所以东方朔“十五学击剑”，司马相如“年轻时好读书、学击剑”，项羽“学书不成，弃而学剑”。这足以说明体育的教和学不在官办的学校里，而转向社会了。这样，就有曹丕五岁开始学射箭，既会射箭，又兼通剑术；唐朝书法家颜鲁公能手扶椅背作双臂曲伸“数千百次”；李白“十五好剑术”，“习剑来山东”；杜甫“十年蹴鞠将雏远”，“胡马挟雕弓，鸣矢不虚发”；南宋爱国诗人陆游“久读仙经学养影”；对保健养生颇有研究；明朝徐文长年青时还拜武举人为师，学习剑术和骑射，后来还参加过抗倭战争。到了清初，颜元“师门弟子，日习礼、习乐、习射、习书数……堂上琴竿弓矢筹管森列”，教学生以“射御技击等科”。足见在学校恢复体育课的趋

势已初露端倪了。

可知学校体育课程的取消，虽然使体育教育受到了损失，但人们的认识、需要、爱好却日益深刻和发展，项目发展更广泛，胡马雕弓，蹴鞠击剑，技击养生……远远超过了射御项目，这不能不说是学校体育转入社会后，带来体育多样化的发展。

三、人类社会生活的实践不断完善人们对体育的认识

人类社会生活的实践，使人们对体育这一社会现象有了日益深刻的认识和迫切的需要。为了强身，积极探求养生之道和服食导引的奥秘。为了民族康强，对学生进行技击射御的训练，甚至连最不重视体育的南北朝（公元420年——589年）时，齐崔祖思曾倡议“司农以北广开武校”，宋周朗建议“男子十三至十七皆令受经，十八至二十尽使修武”。说明当时人民体质孱弱，已到不习武不足以图存的地步了。

从取消学校体育，到积极想恢复学校体育，是经历了一个从不知到知，从不完全不确切的知到比较完全比较确切的知的认识过程的。从“动以养生”，“流水不腐，户枢不蠹”的道理，发展到指导人们养生之道，成为一种治学观点看，人们对体育的作用的认识日益深刻。宋朝的胡瑗教育学生注重卫生，称“饱食久坐，会使血气有伤，当习射、投壶、游息”。颜元治学则极力反对宋人主静的方法说：“宋元以来，儒者皆习静。今日正可言动”，认为“一身动则一身强，一国动则一国强，天下动则天下强”。他们从国家、民族兴亡的角度看体育的作用，说得十分生动。就是在官办的学校里，虽不设体育课，但也不反对学生从事体育活动，如在隋和唐，管理学校的国子监，所定的制度是很严格的：“违假不返校及作乐杂戏的都开除他们的学籍。唯禁止弹琴习射”。虽然不能据此推测他们有主张恢复体育课的意图，然而可以看出他们认定体育有益于健康，这是可以肯定的。到了清朝，政治上的腐败，帝国主义的侵略，引起广大人民的不满，一些资产阶级的教育家，极力提倡体育，严复认为救国的要政就是致力于体智德方面的教育；王国维认为“人之能力分为内外二者：一曰身体之能力，一曰精神之能力。发达其身体而萎缩其精神，或发达其精神而萎缩其身体。皆非所谓完全者也。完全之人物，精神与身体必不可不为调和之发达”。这种观点已逐渐臻于理论的完美程度了。因此到了清朝末，更有人极力鼓吹一种军国民体育思想，并以“体操科”的形式把他列为学校课程。一直到中华人民共和国的成立，才最终完成了人类认识体育作用的过程，并用国家政策法令的形式固定下来。党的十二次全国代表大会，把体育纳入了建设社会主义精神文明的范畴，这不仅是对全国体育工作者的巨大鼓舞和鞭策，而且从理论上使对体育的认识达到了一个新的高度。

四、开创社会主义体育新局面

党的十二大吹响了开创社会主义现代化建设的新局面的号角，体育战线也应开创一个新局面实现党的号召。如何做呢？

（一）开展科学研究，促进体育科学的发展

现代体育的发展，已完成了人类认识的一个阶段，但认识的过程并未结束，一些新兴学科在体育领域的应用，再次说明我们这一代必须继续负起把对体育的认识推向新高度的责任。完成这个任务，就是对体育的发展，对人类文明所作的贡献，也是十二大把体育列入建设社会主义精神文明范畴的真意所在。

当前体育领域里进行的，体育科学体系、属性、本质及其在建设两个文明中的作用，体育名词、概念的统一；体育的科学管理体系的实用性和有效性；各级各类体育专业人才的培养；以及其它新兴科学的运用等的讨论和研究，都是涉及体育科学发展的重要问题。应在党的领导下，通过政府行政部门和广大体育科研工作者、体育工作者，开展科学研究，使体育学术研究更加繁荣而富有成果。

（二）进一步解决普及与提高的关系，把冲出亚洲，走向世界的项目范围逐渐扩大

我们国家统一管理的社会主义体育制度，带来了我国体育事业的兴旺，取得了历史所未有的成就，它深刻表明社会主义制度的优越性是体育事业飞速发展的保证。也正是因为这样，就更有力量进一步解决基层业余训练队和高水平队之间的衔接问题。它包括了队员的输送、选拔、竞赛制度，而更重要的是，据根组织一条龙，训练一贯制的要求，把各级各类业余体育学校的训练大纲建立起来，建立一个从业余体育学校到优秀运动队伍之间的层层衔接的、任务要求明确的训练大纲，并督促实施，这是多出人才，早出人才的需要，也可在一定程度上缩小竞技体育与群众体育的差距，正确处理普及与提高相结合的问题。

至于冲出亚洲走向世界，更需要在科学预测的基础上，定项目、定任务、定速度，有计划地作细致工作，在我们这样一个地大物博、人口众多的国家，是完全有条件作到的。

（三）重视学校体育工作，是开创社会主义体育新局面的重要问题

魏晋清谈，宋元主静，造成国家灾难性后果，这真是殷鉴不远。我们社会主义国家，人人都受过学校义务教育，因而认真贯彻党的教育方针，认真作好学校体育工作是很重要的。

学校体育，要坚持增强体质为主，普及为主，经常锻炼为主。合理安排课外体育活动，纠正只抓运动队不管课外活动的偏向。以“东亚病夫”的耻辱激励学生锻炼身体，克服轻视体育的思想，等等。这需要全体体育工作者，以振兴中华的精神去工作，去开创社会主义体育的新局面。

试论学校体育竞赛中的道德教育

武汉市武昌区教育局 方自天

学校的根本任务是贯彻党的教育方针，培养德智体全面发展的接班人。凡是组织学生参加各种活动的过程，都是教育的过程，在活动过程中产生的各种反映都是教育的反映。以正确的思想指导活动，能够反映出好的结果，用错误的思想指导活动，就会反映出相反的结果。组织学生参加各项体育竞赛活动也不例外。它遵循着教育目的和要求，要学生用正确的态度完成各种特定的技术指标，达到所追求的思想结果，来完成体育竞赛的各种具体任务。在这个过程中，使学生在思想道德品质上得到进一步塑造，促进学生身心健康逐步得到发展。

学校体育竞赛活动对学校而言，是组织学生参加教育的实践活动，是学校经常组织的教育活动的形式之一，它与学校各项教育活动密切联系，互相配合，为把学生培养成为有理想、有道德、有文化、守纪律的劳动者，培养成为共产主义接班人打下思想基础。可见，组织学生参加体育竞赛活动，不是单纯的争名次，夺锦标，更主要的是它必须有利于促进学生的健康成长。因此，重视学校体育竞赛的道德教育工作是学校 and 教师不可推卸的责任。

过去，在这方面已经取得丰硕成果，许多中、小学在这方面积累了丰富的经验。我国许多优秀运动员在中、小学阶段，由于学校教师的严格要求和精心教育，打下比较扎实的思想基础和基本技术

基础，为后来继续提高，驰骋于国内外体坛，为国争光，创造了条件。就武汉地区而言，目前许多优秀选手，都是前几年经过中小学培养输送的。他们在校时，奋发上进，争做优秀少先队员和三好学生，立志为祖国学习、锻炼，被选拔进队后，能继续奋发图强，虚心学习，掌握了一定的高超技艺，才能在各种重大比赛中创造出优异成绩。如：在一九八二年亚运会上荣获女子体操团体赛金牌和女子平衡木亚军的向宇，过去是武昌广埠屯小学的学生，她在学校和武汉体院少年业余体校教师的严格要求和精心培养下健康成长，被选入国家队后，进步很快，终于在重大国际比赛中为国争取了荣誉。又如，获一九八二年全国篮球甲级联赛女篮亚军湖北女篮的主力队员，运动健将陈少玲、顾利敏，在中学时期，在老师的教育帮助下，就重视道德作风、意志品质的锻炼。陈少玲原是黄石市八中的学生，在老师的严格要求下，踏踏实实地学习，有了初步功底，进队后又经过系统训练提高，才有今日精良的球艺和良好的作风，被光荣地评为湖北“十佳”运动员之一。小顾的中远投篮技术也是刻苦练出来的，为投准一个球，练过千万次。记得那时她参加省中学生篮球赛，有一天，进行赛前训练，她觉得没有按老师的要求完成定点投篮质量标准，就很不安，午饭后，全队休息，她悄悄地到球场，冒着烈日，自觉地补课，直到完成

质量要求才回来。经过长期训练她才练就一手远投功夫。还有今年参加全国大学生运动会的湖北省代表队的段逸红同学，在中、小学生时期就是三好学生，曾被选为共青团武汉市委委员。她在学校老师的指导下，数年如一日，坚持学好文化课，自觉地坚持业余田径训练。她认为，在运动场上要创造出好的成绩只有依靠勤奋、刻苦、坚持训练和讲究科学，打好扎实的基本功，没有任何偷巧的捷径可走，所以她以自己的实际行动多次创造武汉市的少年田径记录。如此实例举不胜举，在全国大学生运动会上荣获奖牌的曾金娥、华骅、陈长河这些同学都具有良好的道德作风，从这些运动员身上可以看到学校教师进行思想品德教育的作用。

学校体育竞赛不仅有它专门的技术规则要求，还有思想品质、道德规范的要求，在体育竞赛中提倡良好的道德作风，已日益为人民所接受，在全国各级比赛中已开始设立“社会主义精神文明奖”。

学校体育竞赛是学校教育手段之一。通过体育竞赛这种生动活泼、紧张激烈、富有趣味的活动形式，更好地吸引人们对体育的兴趣，逐步认识体育的作用，从而积极参加体育锻炼，推动群众体育活动的广泛开展，既丰富了生活，又增强了体质。为政治文化、业务学习打下物质基础，并促进体育运动水平的提高。同时通过这些活动，教育学生热爱集体，热爱祖国，讲道德，守纪律，树立良好的思想作风，为国家培养德智体全面发展的后备人材。

学校体育竞赛活动是学校教育的阵地之一。各级中、小学教育工作者，政治上肩负着崇高的责任，必须重视学校体育竞赛这块阵地的教育作用，正确处理手段和目的的关系，处理好红专结合问题。平时在向学生进行基本知识和基本技能训练

时，应进行共产主义思想品德教育，组织他们学习时事政治，进行法制和纪律教育，培养他们树立实事求是，文明礼貌，诚实谦虚，勇敢活泼，艰苦朴素的道德作风，树立全面发展的目标。

学校体育竞赛中的道德原则，已为大家所维护，对不讲道德的现象，日益遭到抵制和谴责。武汉很多区在举办中、小学生运动会时，领导亲自抓竞赛中的道德作风教育，严格审查和处理了一些违反竞赛规程的事情，保持了学校体育竞赛的严肃性。然而正如社会风气中还存在着不良因素那样，在学校体育竞赛中也存在着旧的思想痕迹，有些不良的道德作风还严重地阻碍着竞赛活动的健康发展。在党的十二大之后，各条战线都在为建设高度的社会主义精神文明而奋斗的时刻，提出这个问题，实属必要。最近，根据已知资料说明，在各级组织的学生体育竞赛中，出现一些不是依靠自己真正的实力获取胜利，而是借助于不正当手段，诸如以假充真，冒名顶替，虚报年龄，以大(小)充小(老)，四面借人，以联代校，以及两队私下结盟大整第三方等等，把资本主义世界的丑恶体育作风带到我们社会主义学校的体育竞赛中来，捞取荣誉。如今年有个大型的学生田径运动会，事后调查有十多所学校几十名运动员不符合报名条件，举办运动会的领导机关通报取消了他们的名次和总分。又如，某校足球队参加全国比赛时，因作风问题被国家体委通报取消了参加全国决赛的比赛资格。这种作风，给学校体育竞赛工作造成了一系列严重后果。

首先，违背了社会主义道德原则。用虚假的手段窃取别人的荣誉，既损害了别人，更严重的是损害了自己。像社会上的偷窃者一样，他们虽用不正当手段从别人

身上获取自己渴望的物质，可在他思想上却刻下了损人利己的暗伤。作为学校的教师来说，更不应该不择手段巧取天功，因为那是违背教育方针和教师的职业道德的行为，将给少年儿童的心灵上留下创伤。在我们社会主义社会，任何人没有权利去污染少年儿童纯洁的心灵，现实的教训早已告诫我们，这种歪风不加制止，潜移默化，使少年儿童产生自私自利，损人利己的思想，任其发展下去，将来有可能危害社会，这与我们的教育目标是背道而驰的。这种不道德的作风，已经受到越来越多的抵制和谴责，虽然已经有所好转，但仍然继续发挥着它们有限的能量。目前，出现的一种情况是，有一些人还迷信他们那种作法的效用，反而认为按照原则办事的人是“天真可笑”是“荏”、“笨”，虽经三令五申，有法则摆在他们面前，也不愿照章行事，宁愿顺着自己的路子往下走。还有一种情况是，事后他们觉得这种不正当的手法不对，感到内疚，主动向大会承认错误，请求给予适当处理。例如，有所学校的球队，过去是市级的冠军队，在全市比赛的决赛阶段，连闯数关获取全胜，但在夺冠的关键一仗，按实力有拼搏的希望，因为他们怀疑对方请了他人上场帮忙，怕吃亏，怕丢冠军，也暗申请了一个已经离校的老队员上场。比赛开始后，大家把取胜的希望过多地寄托在她的身上，搞得她很紧张，发挥不好，其他队员也没有放开打，结果惨遭败北，比赛结束后，学生都埋怨说：“老师不相信我们的力量”。老师也检讨说：“我对不起同学们一年的辛勤劳动”。这种弄巧成拙的失败教训使他们认识到，因为思想上出了漏洞，就打了两个败仗：一个是技术上，一个是道德作风上。学校领导和老师向大会作了检讨，并主动申请撤消获得的名次。他们

这样做，虽然丢掉了比赛名次，但得了道德教育上的一次胜利。

其次，它违反了体育竞赛规程。这种明知故犯的行为，将使教师和学生思想上产生对于规章、制度、条例、纪律的蔑视，以及发展用投机取巧获利的侥幸心理，不利于培养学生遵法守纪，树立社会主义行为规范。学生在少年时期染上虚伪、欺骗的病垢，不加教育，就可能发展到无视党纪国法，成为历史的垃圾。

第三，挫伤了群众参加体育竞赛的积极性，阻碍了学校体育竞赛活动广泛开展。如：在一次大型的小学生田径运动会上，对出现的违反竞赛规程的问题，处理不够及时，使一些单位感到再参加这种比赛没有什么积极意义，不能反映运动员的真正成绩，因而影响到后来举行的市小学生基层学校田径通讯赛时有一半单位没有报名。出于同样原因，使历年比赛热烈的田径破纪录赛也因大多数单位不参加而夭折。多数学校之所以不愿意参加这种比赛，除其他原因外，在一定程度上是对于体育竞赛中不道德作风的抵制。当然，这并不是积极的办法。因为失去两次比赛的机会，就减少两次交流经验、互相学习的机会，终究是个损失，不利于推动全市青少年儿童群众性体育活动的开展和运动水平的提高。

第四，影响为国家不断挑选、输送体育人材。近几年来，仅武汉市各中、小学就为国家、省体工队输送了300多名运动员。现在在省体工队、部队的运动员中，多是通过平时训练和多次的体育竞赛活动发现挑选的。多次的竞赛可以提供更多的机会使有希望的苗子涌现出来。目前省队和各部队的运动员一般都是七十年代后半期从中、小学培养输送的。如果不立即扭转学校体育竞赛中不正之风，就有损少儿

关于落实小学生每天一小时体育 活动时间问题的探讨

湖北省体委群体处 吴云峰

问题的提出

粉碎“四人帮”以后，中、小学恢复了考试制度，对于鼓励学生刻苦学习文化科学知识起了很大的推动作用。七九年扬州会议，强调了全面贯彻党的教育方针，并经国务院批准，颁发了扬州会议《纪要》，制定了中小学体育工作《暂行规定》，提出了两课、两操、两活动，保证平均每个学生每天一小时体育锻炼的制度，学校体育工作面貌有所改善。但由于旧的教育思想和习惯势力的影响，片面追求升学率，加重了学生负担，学

体育的基础，甚至再过几年就可能使我省、市运动员出现青黄不接，后继乏人的被动局面。

现在，我国有许多体育运动项目已经达到或接近世界先进水平。但总的来说，我国的体育运动水平离世界最高水平还有一定差距，要想冲出亚洲，走向世界，必须大力培养成千上万的又红又专的高水平优秀选手。中小学的教育对象是少年儿童，他们是国家各项事业的接班人。这是我们教育战线的光荣任务。然而，体育竞赛中的不正之风，干扰着这个任务的顺利完成。学校体育竞赛中不道德行为与我们的工作目标格格不入。只顾个人和小集体的眼前利益，损害国家和个人的根本利益，从本位主义观点看似乎是很聪明的，其实是愚蠢的行动。造成这种错误的原因：一是对开展学校体育竞赛的目的、意义、任务认识不够；二是资产阶级的追名求利思想作用于学校体育竞赛之中，三是本位主义怕吃亏，他人作假，针锋相对，尔然亦然，只顾本位，不顾大局，置道德原则于不顾。这种情况近年来从基层到全国各级比赛中都有发生。时至今日，全国人民正

在遵照党的十二大精神决心转变三风之际，学校体育竞赛中的不正之风也该到刹车之时；四是有些学校体育竞赛的领导者和组织者，对竞赛中道德教育的重要性认识不足，抓得不深不细，对运动员资格缺乏认真的审查，出了问题，听到反映，听之任之，拖拖拉拉，不了了之，逐渐失去群众的信任，挫伤了正气。一个大规模运动会的领队会，有时没有领导人参加，有些事先已预报的问题，没有引起重视，造成不良后果。由于对学校体育竞赛的教育意义和建设社会主义精神文明的作用认识不足，把学校体育竞赛当做纯技术性工作，把全市性比赛撒手交给下边某个业务部门去包办，放弃了组织领导，把竞赛办成单纯地争名次、抢冠军的活动，在比赛场地往往只听到口哨声，缺乏政治思想教育的气氛。把学校体育竞赛活动这种教育手段当成追求的目的，而忽视了教育人这个根本目的。凡此种种，都说明，只有端正学校体育竞赛的方向，发扬学校体育竞赛的优良传统，才能将全市中小学体育竞赛活动更广泛地开展起来。

生体质日益下降,引起了各有关部门和社会的深切关注。近几年来,有不少教育家和理论工作者,发出了呼吁,要求改变当前的学生体质状况。为此,教育部于一九八二年六月又重申并进一步提出了要“保证全体学生每天一小时有组织、有领导、有安排的体育活动”,不少名人、专家、学者也撰文从各种不同的角度论证学生每天一小时体育锻炼的重要意义和作用。但从目前实际情况看,落实中小學生每天平均一小时锻炼时间,尚有差距,要保证每个学生每天一小时体育锻炼时间,感到困难。本文拟就一九八二年十一月三日至二十六日省教育局、省体委、省卫生局、团省委组织对省二十四所重点中小學的体育、卫生检查验收及省体委对沙市部分中小學的调查情况,对如何落实中小學每天一小时体育锻炼时间问题,作些探讨。

现 状

根据省二十四所重点中小學检查验收的情况分析,扬州会议精神普遍都进行了传达贯彻,体育师资也基本配齐;体育、卫生经费也较一般学校好;学校场地、器材也基本能保证体育工作的需要。论条件,保证学生每天一小时体育锻炼时间是可能的。但实际情况是,只能基本达到学生每天平均一小时,有的甚至达不到每天平均一小时的锻炼时间。

从表(一)可以看出,省24所重点中小學的两课、两操、两活动都比较落实,得分的分值也比较高。体育课每周两节,一学期上满16周的学校21所,占88.3%,每周保证两节,但不满16周的学校3所,占12%;每天坚持早锻炼的学校,并得了满分的17所,占70.8%,坚持不好或质量不高的学校6所,占25%,只有一所学校没有开展,得了0分;课间操坚持较好得了满分的学校20所,占83.2%,坚持不好或质量不高的学校4所,占16.8%;每周两次课外活动,得了满分的学校7所,占29.2%,落实较差的17所,占70.8%。课外活动从时间保证到安排落实都比较差。

从表(二)看出,由班主任负责组织两操两活动的情况分析,得满分10分的只有7所,占29.2%,得8分以上的13所,占54.1%,8分以下的4所,占16.6%。

上述情况说明,省重点中小學能基本做到学生平均每天一小时锻炼时间,但落实较差,质量也不高,多数处于中间状态。

沙市的学校体育,在我省是开展得比较好的。该市八〇、八一、八二三年高考上线学生558人,没有一人因身体完全不合格而被淘汰。全市市区中学18所,小学24所,共有专职体育教师86人,其中大专毕业27人,占31.39%,中专30人,占34.8%,经过短期培训任教的27人,占33.72%。没有一人不能胜任体育教学工作。体育课全市有统一的教学计划,每学期上满16周,每周开满两节,基本上得到了保证。两操两活动的时间安排和内容也比较落实和具体,班主任和体育教师负责组织和指导。(详见表三附一、二和表四附一、二)但根据好、中、差的五所中学和七所小学的分析,对落实学生每天平均一小时锻炼时间,也不十分理想。从表(三)中看出,5所中学早操平均安排时间18分,活动时间13.4分;课间操时间16分,活动时间9.63分,课外活动时间45分,

每周2.2次。再加上每周两节体育课各45分，它的安排总时间为：

早 操 $18分 \times 6天 = 108(分)$

课 间 操 $16分 \times 6天 = 96(分)$

课 外 活 动 $45分 \times 2.2次 = 99(分)$

体育课两节 $45分 \times 2 = 90分$

每周总时间为 $108 + 96 + 99 + 90 = 393$ 分，按每周6天平均每天安排为65分。平均一小时略有超出。但用同样的办法计算实际活动时间，平均只有54.2分，不到平均一小时了。

从表（四）7所小学的情况看，早操平均安排时间22.1分，实际活动时间17.85分；课间操安排活动时间17.14分，活动时间8.57分；课外活动时间40分，每周2.71次。加上每周体育课两节，每节40分。用上述办法计算，它安排的总时间为423.84分，平均每天安排70.64分，超过了每天一小时；但如果计算实际活动时间，也只有58.15分，平均也达不到每天一小时了。

上述情况说明，条件较好的省重点中小学和学校体育开展较好的沙市市，基本能落实学生每天平均一小时，但质量不高。其他地市学校或公社以下学校，要做到这点，就更困难了。如果要达到学生每人每天一小时锻炼时间，要求也就更高了。

落 实 每 天 一 小 时 问 题 的 探 讨

根据当前学校的现状和省重点中小学检查验收的反映，我们在沙市召开了部分中小学书记、校长、教导主任、校医及教育局、体委领导和业务干部参加的座谈会，就如何落实学生每天一小时的问题进行了专题研究和分析，大家认为，当前必须解决以下几个问题。

一、要进一步提高对党的教育方针的认识。沙市部分中小学领导反映，全面贯彻党的教育方针，面向全体学生，使学生德、智、体全面发展，从理论上讲，都是明确的，就是在执行过程中差距很大，往往顶不住升学率的压力和社会对学校的影响。有的同志说：现在升学率不排名次，但把名额一公布，没有升学或升学名额不多的学校就会遭到社会的舆论和学生家长的谩骂。特别是非重点中小学更感到难办。文化课成绩较好的学生，首先由省、市重点中学录取，他们所能录取的已经是经过筛选后的第三、第四批学生了，在这种情况下要完成升学率的任务，只有到处物色对象，争取外地的尖子能转入本校或从复读生中来完成升学任务；体育成绩较好的学生除达到分数线由重点中学录取外，另一部分也降分录入了重点中学，要使在运动场上不“剃光头”，也需要学校花很大力量进行训练。音乐和文艺会演也是如此；“五讲四美”“三好学生”评选，各校也要有人参加。在这种情况下，学校就必须组织力量，分兵突击，完成“三育”任务。实际上形成了智育一部分学生、体育一部分学生、德育一部分学生，三个一部分相加就是学校的全面发展。他们说，在学生文化水平低，教师力量参差不齐，教材难度和份量较重的情况下，为了应付上级检查，每学期的教学也照样按计划 and 进度完成，有的学生完全不懂，甚至考试成绩全得0分，学业期满，也只好发“各科成绩及格，准予毕业”的文凭。而没有

进入重点中学的学生家长，也只希望学生获得一个“文凭”，便于将来顶职、就业评工定级。

如果对党的教育方针继续处于这样的认识和理解程度，学校要按教学规律办事，对学生全面负责，安排学生每天一小时体育锻炼是困难的。因此，当前的首要任务，还是要进一步解决对教育方针的认识。

一要帮助学校从片面追求升学率的社会舆论中解放出来。有些需要上级部门担担子的要敢于承担，使那些真正能按教学规律办事的学校理直气壮，上级部门更不能以任何形式向学校施加压力；

二是要鼓励学生真正学点文化科学知识，特别是大批非重点学校，要从实际情况出发，安排学校教学，使学生获得应有的文化科学知识。当前进行中学结构改革，压缩高中，多办职业学校，为学生谋求出路，是一个很好的办法；

三是把体育成绩纳入升学率的“指挥棒”范围以内，使它成为高考的一门功课（如考试可另作专题研究），以引起社会、学校和学生的重视。

如果认识问题解决得好，措施也比较得力，真正落实学生每天一小时体育锻炼才有保证。

二、要把学生每天一小时体育锻炼时间，纳入学校教学的总时数的范围之内，才能保证落实。教育部等十部委（82）教体字001号《关于贯彻执行“保护学生视力工作实施办法”（试行）》的联合通知第五条规定：“学生每日学习时间（包括自习）与课外活动，小学生不超过六小时，中学生每天不超过七小时，大学生不超过八小时”。按照这个规定，中学生每天学习时间为： $7\text{小时} \times 60\text{分} = 420\text{分}$ ，小学生 $6 \times 60\text{分} = 360\text{分}$ 。

据沙市一中调查，学生每天6节（上午4节，下午2节）正课， $6 \times 45\text{分} = 270\text{分}$ 。另外，每天还安排早自习一节50分，早锻炼20分，课间操20分，课外活动45分，晚自习两节100分，每节课间10分（上午一、二节间，三、四节间，下午一、三节间，二、三节间，晚自习间）50分钟。每天时间为：

$$270\text{分} + 50 + 20 + 20 + 45 + 100 + 50 = 555\text{分}$$

按七小时的规定超过了135分。如果早操、课间操、课间休息不计算学习时间，也多出了45分，超过了七小时的规定。每天要安排一小时体育锻炼时间就比较困难。

目前的情况是：每周有两次体育课，两次课外活动，如果能错开安排，六天之内有四天是可以保证一小时锻炼的，还有两天就不能落实。我们设想每周再加一次体育课（暂不考虑体育师资不足的困难）和一次课外活动来保证另两天的一小时体育锻炼，但学校反映也是有困难的。因为除上级规定每天学生在校时间总量外，还规定了中学每周36课时，要开足正课30—32节，小学要开足28—31节。按照这个规定，沙市一中初三（课程总量处于初一、二和高中之间，有一定代表性）每周的安排是：政治2节，语文6节，代数6节，英语5节，物理4节，化学4节，体育2节，音乐1节，班会1节，自习5节（每天不到1节）共36节。他们认为，按照这个规定，高二年级要完成数学计划，每周还必须有三个下午课外时间要安排正课，星期天也要加上四节，在这种情况下要增加体育课时是困难的，而且要经过上级批准。