

从学校体育现状谈现行课程教材改革

呼和浩特教育学院

刘 龙

一九八九年九月

从学校体育现状谈现行课程教材改革

学校体育是整个国民体育的基础，它直接影响到民族体质的强弱和运动技术水平的高低是造成体育强国的重要环节。21世纪的主人们不仅需要聪明的大脑和渊博的知识，更需要健康的体魄。据统计现代经济的发展90%以上是由于劳动生产率的提高，劳动生产率的提高主要取决于劳动者的素质，其中体质强弱起关键作用，目前我国正在实现“四个现代化”在各条战线上努力奋斗，社会现代化首先需要人的现代化，人的现代化主要是思想文化及身体素质的极大提高，体育成为生活中的自觉行动才有可能保证身体素质的不断提高保证人的现代化实现。

学校体育的任务是增强体质，掌握基本知识、技能、技术和科学的理论和方法，培养良好的品质，提高技术水平。这些任务哪些是主要的怎样很好的完成，多年来争论不休看法不一，与此同时体育的重要性，政府文件、领导批示年年写天天叫，但直至今天称体育为小三门到处可闻，为什么深受学生欢迎的体育，社会价值非常重要的体育却又这样难开展起来呢？

主要问题是：

一、历史根源。

中国教育几千年的传统是为了培养做官的而不是同整个民族素质的提高相联系的。教育的目的是为了培养少数尖子，孟子说：“劳心者治人，劳力者治于人”“学而优则仕”是它的宗旨，中国古代人体育美观是轻柔娇弱。如果说赵飞燕能跳掌上舞是典型例子，那么20世纪还要女人缠足男子留辫，决不是为了更好的增强体质。只能是在

摧残健康。鲁迅说过轻视体育是中国古代教育的“鸦片”它造就了许多四体不勤、五谷不分的“书呆子”。

二、师资少、质量低、场地小、经费缺。

体育课是唯一贯穿大、中、小学的课程，高中毕业要上800学时，但目前全国中小学缺六万名专职教师，最少需要10年可补上这方面的缺口。体育师资力量较低，运动场地小，经费缺，这些都影响着学校体育的开展。

三、学校体育成绩评估没有科学依据：

目前各级各类学校不同程度的存在两个方面的问题：

（一）学校体育任务不清、盲目教学。

（二）单纯追求运动成绩：

有的学校为了追求成绩，不考虑长远影响不顾学生们的健康，采用潜力挖尽，油水榨干的成人训练方法，使学生成绩如昙花一现。在18岁时成绩已似强弩之末。各级领导，体育部门评估学校体育好坏，教师业务水平高低的主要依据就是团体总分，三大球名次，有了运动成绩就有了荣誉。结果引导教师很大精力、时间、财力放在只占学生人数5%的运动队上，而95%学生的体育活动，健康水平无人过问，怎样科学、准确地评估学校体育成绩是改变学校体育现状的重要一环。

四、现行课程比例不当，教材陈旧。

我国学校体育教材几乎全部由田径、体操、武术和三大球组成，并且一用就是几十年虽经变动，但没能随着社会的发展，人民生活水平的提高及时大幅度调整课时比例，修改大纲教材，也没有不同省市地区特点，基本上是千校一面，万校一书。

见表一体育专业技术课内容和时数分配

表二共同体育课教学大纲

通过各级各类学校的专业课和共同体育课的教材时^数比例看有两个
特点：

(一)三大球、田径、体操、武术比例非常大约占80~90%

(二)各类大纲课时比例相似、并多年不变。

学生们对大、中、小学教材多次重复感到厌烦、枯燥。如前滚翻、后滚翻一滚就是几年十几年。队列队型练习更是每节课必有、教学形式也基本相似。造成课堂练习积极性不高，有的经常请假，有的出勤不出力，许多练习都是在教师督促下勉强完成效果甚微。

随着生活水平的提高对“拳、操、跑”为主的单一体育教学，学生已没有兴趣，而没有兴趣的活动是“缺乏生命力的”。所以教材要增加新的知识新的内容，课时比例也要做较大调整。

通过调查表明学生们对健美操、乒乓球……特别感兴趣，选修这些项目的人满为患。我们不能把体育课变成迁就学生兴趣的自由活动，也不能学生厌烦什么我们就非上什么。如果在30~40年前制订大纲就有网球、羽毛球等内容那是不现实的。当时不用说学生参加这些活动，恐怕大部份学生还不知网球为何物。今天在学校、街道，看到打羽毛球……已司空见惯，这些学生喜闻乐见的体育项目在教材中却没有或比例很小。

随着社会的进步，大的方面国民经济计划重工业、轻工业发展比例随时要改变，小的方面个人家庭也发生了从没见过洗衣机到家用电器齐全的变化。而唯独我们学校体育还是几十年几百年前铅球……为主要教学内容，难道我们就不能为了使学生更多的掌

握体育技术，更有兴趣的参加体育活动，更好的提高教学质量尽早的修改大纲调整课时比例吗？

体育强国苏联1985~1986年开始用的中小学新大纲，一年后发现许多不足之处，1986年及时修改。

世界各国根据不同地区、环境、气候等条件都有本国的传统项目；如蒙古男学生的柔术式摔跤，日本学校的棒垒球，挪威的冰雪长盛不衰、巴西、英国的足球、民主德国各校的游泳做为必修课。

我国的学校体育由于教材课时不当，出现了多年没人过问的现象，大、中、小、老、中、青都非常喜欢的羽毛球、乒乓球……在专门培养师资的体育系科只作为介绍项目占全部课时的2、5%左右，从没有人当作主要锻炼身体手段，学生们又不感兴趣的田径却长期牢围的占近1/3的学时。这样的结果是体育教师不知田径理论不会田径技术。各级学校出现了以三大球、田径为主的各项活动中体育教师是绝对主力，而以我国重点项目中的重点乒乓球、羽毛球……为主要内容的各项活动中几乎没有体育教师参加的现象。

见表三、呼和浩特市文教工会乒乓球、羽毛球决赛体育教师参加情况。

项目	人 数	名 次	时 间
羽毛球	男、女共16队112名 运动员体育教师10人。	男、女团体冠军中医院，（没有体育教师） 男子单打第5名体育教师。	1987年
乒乓球	男、女共16队112名 运动员体育教师6名。	女团冠军内蒙医院没有体育教师，男团冠军二中一名体育教师。 老男单打冠军。	1988年 体育教师
篮球	很少有体育教师参加。	取不上较好名次。	

我院几年来招的近120名进修教师中只有5人有一定乒乓球基础，一人有一定的羽毛球基础，网球无一人打过。而进修大纲中只有12小时的乒乓球课。

我决不能取消体育教学中的队列队型练习更不能砍掉田径、体操内容。只是得根据现在体育教育发展的两个特点（一）多方面效益（二）近期效益和长远效益相结合的要求，调整课时比例提高每节课的质量的同时用减下来的时间使每个初中毕业生较好的掌握一项；大学高中毕业生掌握两项终生受益的项目。这些项目要以便于开展的球类为主。因为现在学校体育教材中占85%左右课时所学的技术是学生毕业离校，由于年龄增长，将受到许多条件限制，如足球需要较大的场地还要多人参加，田径除跑步外）也受到器材场地的限制

我们不可想象那个人经常用推铅球、投铁饼来锻炼身体。

如果通过我们的努力培养的学生将来能为祖国健康的多工作5~10年，那么体育教育的长远效益从某种意义上来说就很好的体现出来了。

教材陈旧：

现行教材知识，技术大多是几十年或十几年前的概念，这些陈旧的知识技术和当前体育器材、场地、技术日新月异的飞跃发展极不相称。如中长跑教学中，按现行教材在一个跑的周期中当摆动腿通过身体垂直部位向前摆动时支撑腿各关节要迅速完全伸直。在途中跑常见错误第一条就是后蹬不充分，纠正的方法也是多做后蹬跑。而现在世界和我国优秀运动员技术动态是跑摆动动作^{中明显用力，后}蹬动作看不出来，后蹬结束时直观看时膝部仍有点弯曲。而我们现行教材要求后蹬膝、髌、踝三关节充分伸直结果造成后蹬结束时小腿有一个后伸动作（充分蹬伸的惯性），先向上再向前摆耽误了腿前摆的速度，在跑的各种辅助练习时过分强调后蹬用力，使跑变成了后蹬跑，每跑一步都要消耗较大的体力。与先进技术比腿处于后蹬位置的时间较长，过分强调后蹬，错误的后摆使跑的技术失去了经济性。这样的错误在铅球、跨栏等项目中也有存在。

总之我国学校体育现状不能令人十分满意解决问题的设想很多，效果多年不很显著，我认为只要抓住关键也容易解决，并能收到立杆见影，无本万利的效果，那就是：

（一）各级升学加试体育（知识和技术两部分）

（二）尽快修改大纲、调整课时。