

X

UEXIAO TIYU ZHONG
TIZHI RUOSHI QUNTI JIAOXUE WEITAN

学校体育中 体质弱势群体教学微探

薛建新 著

国家一级出版社



中国纺织出版社

“全国百佳出版单位”

学校体育中体质弱势群体 教学微探

薛建新 著



中国纺织出版社

内 容 简 介

我国高校体质弱势学生的数量在持续的增加,形成了体质弱势群体,加大了高校体育教学工作的难度,高校体质弱势群体的教学问题,引起了社会的广泛关注,需要我们全社会高度重视。本选题首先介绍了学校体育的发展状况以及作用、功能等内容;然后对于学校体育的教学、体育课程的研究、特殊体育课程与体质弱势群体、体质弱势群体与体育科学等内容进行了详细论述;最后从体质弱势群体教学的目标、原则、内容、评价等角度,作了比较深入的研究,并且对体质弱势群体的运动处方以及具体的健身项目进行了理论和实践指导。本选题成书以后的主要针对人群为高校体育教师。

图书在版编目(CIP)数据

学校体育中体质弱势群体教学微探 / 薛建新著. —
北京:中国纺织出版社, 2018.2

ISBN 978-7-5180-3898-5

I. ①学… II. ①薛… III. ①高等学校—学校体育—
教学研究 IV. ①G807.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 188134 号

责任编辑:武洋洋

责任印制:储志伟

中国纺织出版社出版发行

地址:北京市朝阳区百子湾东里 A407 号楼 邮政编码:100124

销售电话:010-67004422 传真:010-87155801

http://www.c-textilep.com

E-mail: faxing@e-textilep.com

中国纺织出版社天猫旗舰店

官方微博 http://www.weibo.com/2119887771

虎彩印艺股份有限公司印制 各地新华书店经销

2018 年 2 月第 1 版第 1 次印刷

开本:710×1000 1/16 印张:12.25

字数:218 千字 定价:59.50 元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社图书营销中心调换

前 言

高校体育教学中,关注体质弱势群体的体育需求是体育精神实质的展示,是对普通高校体育工作者提出的更高要求。关注“体质弱势群体”的身心发展,采用灵活的教学方法和原则对高校学生体质弱势群体进行指导,帮助其身心健康发展,增强社会适应性,使其共享体育运动的欢乐,对高校体育教学工作更好地开展具有重要意义。

本书大致分为两个部分,第一部分为第一至第三章,主要介绍学校体育中的一些教学以及课程研究内容,第二部分为第四至第七章,主要讲述学校体育中一些体质弱势群体的教学问题。其中,第一章为学校体育概述(学校体育发展概况研究、学校体育的作用与功能);第二章对学校体育教学进行研究,包括体育教学的概念及特点、体育教学目标与内容、体育教学方法、体育教学的组织和管理、体育教学设计与评价;第三章讲述学校体育课,主要包括体育课程的内涵及发展、体育课程的学科基础、体育课程的编制与实施、体育课程的学习与评价、体育课程资源的开发与利用;第四章讲述特殊体育课程与体质弱势群体教学,主要包括弱势群体综述、特殊教育 with 特殊体育教育、体育保健与康复教育、体质弱势群体特殊体育课程的理论框架、民族地区大学生体质弱势群体教学;第五章讲述体质弱势群体与体育科学,主要包括体育科学体系概述、体质弱势群体与体育学科专业建设、体质弱势群体与体育专业人才培养、体质弱势群体与相关法规政策改革、体质弱势群体与体质人类学的发展;第六章讲述体质弱势群体的体育教学,主要内容包括体质弱势群体体育教学目标、体质弱势群体体育教学内容、体质弱势群体体育教学原则、体质弱势群体体育教学方法;

第七章讲述体质弱势群体健身运动处方与健身教学，主要包括体质弱势群体健身运动处方、体质弱势群体游泳健身教学、体质弱势群体健美操和体育舞蹈健身教学、体质弱势群体休闲娱乐健身教学、体质弱势群体太极拳与软式排球健身教学。

总体上来说，本书逻辑清晰，内容丰富，具有非常重要的理论价值和实践价值。理论的发展最终是为了指导实践，希望本书能在人们探索体质弱势群体教学的道路上尽到微薄之力。

本书在撰写过程中，对前人有关体质弱势群体教学的资料进行了借鉴和吸收，在此对其作者表示诚挚的谢意。由于时间仓促，水平有限，书中难免会有遗漏及不妥之处，恳请广大读者朋友批评指正。

作者

2017年9月

目 录

第一章 学校体育概述.....	1
第一节 学校体育发展概况及研究.....	1
第二节 学校体育的作用与功能.....	12
第二章 学校体育教学研究.....	22
第一节 体育教学的概念及特点.....	22
第二节 体育教学目标与内容.....	26
第三节 体育教学方法.....	32
第四节 体育教学的组织和管理.....	36
第五节 体育教学设计与评价.....	39
第三章 学校体育课程研究.....	47
第一节 体育课程的内涵及发展.....	47
第二节 体育课程的学科基础.....	53
第三节 体育课程的编制与实施.....	56
第四节 体育课程的学习与评价.....	64
第五节 体育课程资源的开发与利用.....	72
第四章 特殊体育课程与体质弱势群体教学.....	78
第一节 弱势群体综述.....	78
第二节 特殊教育与特殊体育教育.....	83
第三节 体育保健与康复教育.....	85
第四节 体质弱势群体特殊体育课程的理论框架.....	87
第五节 民族地区大学生体质弱势群体教学.....	89

第五章 体质弱势群体与体育科学·····	92
第一节 体育科学体系概述·····	92
第二节 体质弱势群体与体育学科专业建设·····	93
第三节 体质弱势群体与体育专业人才培养·····	99
第四节 体质弱势群体与相关法规政策改革·····	100
第五节 体质弱势群体与体质人类学的发展·····	102
第六章 体质弱势群体的体育教学·····	105
第一节 体质弱势群体体育教学目标·····	105
第二节 体质弱势群体体育教学内容·····	109
第三节 体质弱势群体体育教学原则·····	121
第四节 体质弱势群体体育教学方法·····	127
第七章 体质弱势群体健身运动处方与健身教学·····	133
第一节 体质弱势群体健身运动处方·····	133
第二节 体质弱势群体游泳健身教学·····	146
第三节 体质弱势群体健美操和体育舞蹈健身教学·····	150
第四节 体质弱势群体休闲娱乐健身教学·····	173
第五节 体质弱势群体太极拳与软式排球健身教学·····	178
参考文献·····	187

第一章 学校体育概述

学校体育学作为体育人文社会学类的主体课程之一,经历了不同的发展变化。本章针对学校体育进行论述,内容包括学校体育的发展概况、作用以及功能。

第一节 学校体育发展概况及研究

一、西方学校体育发展概况

西方学校体育教育,是以欧洲为主要发源地。下面,我们主要围绕西方学校体育的发展进行大致阐述。

(一) 古希腊学校体育概况

在古代欧洲,古希腊学校体育教育主要以斯巴达式教育与雅典式教育这两种形态存在。

1. 斯巴达式教育

公元前8世纪,斯巴达人建立了实行奴隶主寡头政治的城邦国家,实行全民皆兵的政策,一切活动皆以军事为出发点,实行尚武教育。以培养凶悍的军士著称于世,是其主要特点;军事体育是其主要内容,以“骑士七艺”——骑马、游泳、投枪、击剑、狩猎、下棋和吟诗最具代表性。

斯巴达的法律规定,儿童都归国家所有,新生婴儿必须交国家检查,体弱患病或畸形儿便被扔到山谷之中,令其死去,只有体格强壮、健康合格的儿童才交给父母抚养。7岁后就要到国家设立的学校接受教育,主要是诸如投枪、投重物、赛跑、游泳、游戏等身体训练。12~14岁的男孩,其标准的体育活动是球类、角力、射箭、投掷、标枪、拳击、狩猎等。20岁之后,男子开始过军营生活,30岁允许结婚,婚后仍然继续参加军事训练,直到55岁。7~18岁的斯巴达女子要接受诸如角力、掷铁饼、投标枪、赛跑、跳跃、舞蹈、球类、爬山等国家组织的身体训练。

2. 雅典式教育

雅典式教育的目的在于把统治阶级的子弟培养成身心和谐发展的能履行公民职责的人,不仅要把他们训练成为身强力壮的军人,更要把他们培养成为具有文化修养和多种才能的政治家和商人。这种“文武兼备”的教育思想,对人类教育的发展起到了积极的推动作用。

在雅典的学校教育中,体育同样扮演着重要的角色。雅典人7岁前在家接受教育,游戏是其主要教育内容,如猜单双、掷骰子、拖小车、玩小球等;7~14岁要在文部学校和音乐学校学习文化知识和音乐以及一些简单的体育活动,如简单的体操动作、跑、跳游戏等;14岁进入体操学校,学习赛跑、跳跃、投标枪、掷铁饼和角力等以及游泳和舞蹈;16岁后,进入体操馆继续练习体操和五项运动;18岁青年经过测验合格者成为公民,宣誓入伍接受两年严格的军事训练,并到边防去见习。与斯巴达妇女相比较而言,雅典女子享有的权利不太广泛,只是在音乐学校接受与舞蹈相关的身体训练。

(二) 中世纪欧洲学校体育概况

欧洲中世纪时期,基督教会几乎垄断了教育,使其成为神学的侍婢和宣传教义的工具。在开设的教会学校中,主要内容是神学,并不包括体育。基督教主张“禁欲”,认为“肉体是灵魂的监狱”。因此,学校为扼制所谓的“肉欲”,安排大量的祈祷、忏悔时间,棍棒和鞭子成为学校的“教具”,故而盛行体罚、监禁、绝食之风,伤害了学生的身心健康。

骑士教育,是欧洲11世纪形成的一种为培养“神权王权刽子手和封建教会卫道士骑士”的教育制度,后因封建制度解体和枪炮的广泛使用而逐渐没落。从大体上来讲,骑士教育包括三个阶段,即家庭教育、侍童教育以及扈从教育。其教育内容除学习上流社会的各种礼节,重点是学习“骑士七技”,即骑马、游泳、投枪、击剑、打猎、下棋和吟诗。由此,我们不难看出,古希腊人的全面发展思想不包含于骑士教育之中,而骑士教育只存在对宗教的狂热和对领主和贵妇人的献媚。

著名的意大利人文主义教育家维多里诺·德·费尔特雷(Vittorino D.Feltre, 1378—1446)在继承古罗马教育家昆体良的教学法思想,并结合自己对教育的认识、理解的基础上,兴办了一所新学校——“快乐之家”。学校规定学生都必须参加体育活动,其内容基本上是沿袭中世纪宫廷学校的诸如骑马、赛跑、击剑、游泳、球类运动、军事活动等身体活动形式。由此我们不难看出,“快乐之家的学校体育”在一定程度上推动了近代学校体育的兴起。

（三）近代欧洲学校体育的形成与发展

1. 近代欧洲学校体育思想的形成

随着资本主义的出现和近代科学技术的不断发展，在资产阶级教育思想和实践的发展进程中，学校体育进入了一个新的阶段。

14 世纪后，文艺复兴作为新兴资产阶级为发展资本主义、摆脱教会控制，在意识形态领域开展的反封建运动在欧洲爆发了。文艺复兴高举人文主义的旗帜，在教育上主张恢复古希腊的教育思想和重视体育的传统，强调人的个性发展、个人自由，反对宗教束缚、反对体罚，倡导人的尊严，肯定人的价值、地位和功能，提倡健康、活泼、乐天的人生。由此可见，它为近代学校体育的发展吹响了号角。

进入 17、18 世纪，欧洲发生了工业革命^①，这是欧洲资本主义大发展时期。启蒙运动是资产阶级为推翻封建统治、建立资产阶级政权而开展的一场伟大的思想解放运动。启蒙运动主张人性论，强调人权反对王权，用人道反对神道，用人类科学理性反对宗教迷信，提出了自由、平等、天赋人权等不朽的口号。法国启蒙运动和英国资产阶级革命促进了近代教育（体育）思想的形成，涌现了一批教育家、思想家，他们对学校教育提出了新的思想观点，为近代学校体育的发展做出了卓越的贡献。下面，我们主要围绕这一时期著名的教育家及其观点进行具体阐述。

捷克著名教育家夸美纽斯（1592—1670）开创了班级授课制，被誉为“近代学校体育之父”。他主张：每人每天要保证 8 小时睡眠，8 小时工作，8 小时进食、健康卫生和身体锻炼；学校要为儿童设立充足的运动场所，学习间隙要安排半小时的休息和体育活动。

英国资产阶级教育家洛克（1632—1704）主张“绅士教育”，认为德育、智育、体育是教育的三大部分，并强调体育是一切教育的基础。他的体育论可以集中为一句话：“要忍耐劳苦，不要娇生惯养。”为此，他建议：冬夏衣着不可过暖；要用冷水洗脚，要坚持冷水浴；要会游泳，要多过户外生活，要多吸新鲜空气，忍受冷热晴雨；饮食要清淡、有节制；要早睡早起，要睡硬床；不可过多用药，等等。

瑞士教育思想家和实践家裴斯泰洛齐（1746—1827）提倡实际技能教育，包括身体训练、手工职业准备和其他一切富有实际技能意义的教育。他认为，身体器官和手工职业的训练，应当成为人的全部教育组成部分。在他看来，体育就意味着对儿童身体和实用技能的训练，是智育

^① 工业革命（The Industrial Revolution）开始于 18 世纪 60 年代，通常认为它发源于英格兰中部地区，是指资本主义工业化的早期历程，即资本主义生产完成了从工场手工业向机器大工业过渡的阶段。工业革命是以机器取代人力，以大规模工厂化生产取代个体工场手工生产的一场生产与科技革命。

不可缺少的补充,一个儿童没有受到必要的身体训练,他就不可能养成行事的能力。他提倡体育的真正目的在于,训练儿童使用其手和脚的实际活动能力。他指出,儿童应以自己生活中简单的动作来发展他们的体力。由于儿童身体训练发展了力量、技巧,必然会给他们以谋生手段,把日常劳动中一些动作加以提炼;按一定程序予以训练,不仅可以锻炼儿童身体、全面发展体力,而且能培养儿童劳动精神。他把体育与劳动教育、职业训练进行了结合,并指出对于生活条件比较穷困的儿童来讲,体育就是职业性劳动教育。

2. 近代欧洲学校体育的发展

18世纪末期开始,随着近代学校体育理论的逐步形成,在欧洲一些国家开始了近代学校体育的实践,后逐步在欧美一些国家普及,近代学校体育进入了一个大发展时期,纷纷在各国建立了近代学校体育制度。下面,我们主要围绕这一时期著名的教育家及其贡献做出具体论述。

(1) 巴泽多。18世纪70年代中期,德国博爱主义教育家巴泽多(1723—1790)在德绍创办了博爱学校。该校课程安排每天5小时读书、3小时体育(斗剑、舞蹈、骑马、竞技、体操、音乐和游戏等)、2小时手工,每年暑假2个月野营,开展打猎、钓鱼、游泳、爬山、赛跑、游戏等体育活动,并根据古希腊的体操、欧洲的骑士运动和德国民间游戏,创造了德绍五项竞技,即赛跑、跳跃、攀登、平衡和负重。在那时,德绍博爱学校的教育思想和实践对德国各地产生了很大的影响,纷纷效仿并建立了这种学校。

(2) 古茨穆斯。被誉为“德国体操之父”的体育教育家古茨穆斯(1739—1839),对近代学校体育发展做出了杰出的贡献。他从理论和实践上对德国近代早期的体操进行了系统的整理和研究,使之形成一个完整的教育体系,被称为“教育体操”。此外,他还创造了自己的体操体系——八项基本运动^①、手工作业和青少年游戏三大类。在这一体操体系中,与体育发展的关系最密切的就是八项基本运动。

(3) 施皮斯。在德国体育史上,施皮斯(1810—1858)是最具有影响力的人物之一。其原因在于他创编了适应当时学校需要的教育体操,即协同体操、秩序运动和徒手体操。他把体操从社会引向学校,被称为“学校体育之父”。

(4) 林氏。瑞典体操代表人物林氏(1776—1839)将体操做了分类,

^① 八项基本运动包括跑步运动,跳跃运动,投掷运动,角力运动,悬垂运动,平衡运动,举起、搬运、手倒立、拔河、跳绳、滚翻运动,舞蹈、步行、兵士运动。

主要分为以下四类。

①教育体操：使身体按自己的意愿自由活动的体操，以求得身体的自然发展。

②兵士体操：手持一定的物体，或以自己的体力使外界物体按自己的意志运动的体操，属器械体操与器械运动。

③医疗体操：以矫正身体某个部位偏缺，从而使身体均衡发展的体操运动。

④健美体操：以表现人的思想感情为目的，即艺术体操，其动作是建立在解剖学、生理学等人体科学的基础之上，使体操的科学性得到提高。

哈慕尔·林（1820—1866）是林氏的儿子，他发展了教育体操，并把它引入了各类学校，为体育学校体育打下坚实的基础。

（四）西方现代学校体育的发展及未来展望

自 20 世纪起，在世界大战的影响下，西方各国对学校体育都重视起来。两次世界大战之后，许多国家结合本国实际，采取多种措施加强学校体育工作，使学校体育发展达到了一个新的水平，使体育成为学生日常生活不可或缺的一部分。

如今，大家普遍认为，体育与健康教育是值得强调与关注的。随着教育改革的逐步深入，学校体育发展呈现出新的趋势。经过长期的研究与分析，我们对其做了总结，主要归纳为四个方面，如图 1-1-1 所示。

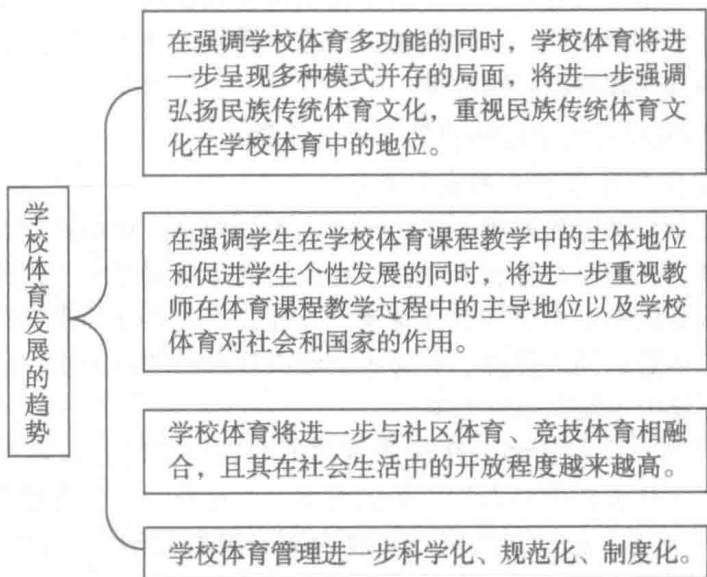


图 1-1-1 学校体育发展的趋势

二、我国学校体育的形成与发展

（一）我国古代学校体育的形成与发展

我国古代学校体育是随着学校教育的发展而产生的，但其发展步伐是滞后和迟缓的。我国在唐代开始实行文举、武举分开的科举制度，宋代开始兴办武学，文武教育于是截然分途。到清末开始学习日本和欧美，开办了近代式的学校，在这些学校中开始有了体操（相当于体育）教育内容，社会上也才开始有了西方式的体育活动。

春秋时期的大教育家孔子的一些思想，对体育的发展有很大的影响，论述如下。

（1）孔子重视人的道德和礼仪建设，在竞技比赛中也主张要把双方的友谊放在第一位。

（2）孔子倡导培养全面发展人才的体育观念：主张通过体育锻炼来达到培养人高尚道德和修养的目的。子曰：“志于道，据于德，依于仁，游于艺。”

（3）孔子提倡的体育精神与奥林匹克精神中的团结、友谊、进步、和平、公平等理念不谋而合，特别是“友谊第一，比赛第二”的竞技观念与奥林匹克追求的参与比取胜更重要的理念更是一脉相通。由此我们不难看出，孔子的体育思想具有普世价值。

总之，在整个封建社会中，由于受重文轻武思潮的影响，学校体育一直未能受到足够的重视，甚至基本被排除于学校教育大门之外，导致学校体育在我国古代的发展比较缓慢。

（二）我国近代学校体育的形成与发展

1. 军国民学校体育的形成与发展

军国民学校体育的产生，是由于对日本的效仿。早在鸦片战争前，就有外国传教士在中国兴办教会学校。在此后的洋务运动中，我国又陆续开办了一些新式的军事学堂和普通学堂，除开设近代科学知识学科外，还设有体操课，内容以兵工体操、普通体操和田径运动项目为主，以击剑、木棒、游泳、爬山等运动项目为辅。

众所周知，维新运动是在洋务运动失败后兴起的。以康有为、梁启超、严复等为代表的维新派积极提倡西学，大量介绍西方资产阶级的科学文化教育等知识，包括西方资产阶级全面发展教育学说，首次提出在学校教育中必须德、智、体三育并重的思想，强调体育在学校教育中的地位和作用。显而易见，这在很大程度上影响了我国学校体育的发展。

后来清政府推出了“新政”，做了一番改革。其中，对教育制度的重大改革就是“废除科举，兴办学校”，并在各类学堂中安排了体操课，标志着我国两千多年来没有体育学校教育的结束。但是，这一时期所开设体育课的教学内容无法引起少年儿童的兴趣，且体育教师资源短缺，方法欠妥，教风极差，使学校体育教学的效果无法达到较理想的水平，同时也无法引起广大民众对参与体育活动的兴趣。

总之，这一时期（1840—1919）军国民教育思想盛行，强调“通过对学生和全体民众进行尚武精神的培养和军事素质的训练，使他们具有军人的品德和体质，以达到“抵御外侮、寓兵于民的教育”，其主要内容包括：“批判传统文弱教育，宣传尚武精神”。在康有为、蔡锷等人的大力推行下，学校教育的宗旨在1906年定为“忠君、尊孔、尚公、尚武、尚实”。虽然那时的军国民教育思想存在局限性，但它对近代体育课程的确立起到了促进作用，推动了近代体育课程的确立，冲破了传统教育重智轻体的束缚，在很大程度上推动了“尚武”风气的形成，以及近代教育和体育课程的发展。

2. 自然主义学校体育的形成与发展

自然主义学校体育的产生与发展，是由于对美国经验的借鉴。美国教育家、体育家威廉姆斯，是自然主义体育思想的主要代表人物之一。经过长期的研究与分析，我们将其主要观点做了总结，主要归纳为五个方面，如图1-1-2所示。

自然主义体育思想中存在合理部分，对我国学校体育理论与实践能够起到推动作用，能够使人们营造出和谐的教学氛围，培养学生热爱体育的意识与体育习惯，提高教学效果。

在自然主义思想中，还存在着一些不符合我国国情的内容。经过长期的研究与分析，我们对其做了总结，主要归纳为以下四个方面。

（1）它片面强调学生兴趣。

（2）它否认增强体质是学校体育的主要目的。

（3）它否定体育教师的主导作用。如果体育教师不起到主导作用，任凭学生自由发展，那么学校体育教学的目标与任务是无法完成的。

（4）它排斥非自然的、操练性的体育活动，这样一来将导致体育教育效果片面化。

因此，现代体育教育体系的发展是多种体育思想之精华相互作用的结果。1919—1949年，通过对自然主义体育思想的辩证吸收和运用，我国学校体育取得了一些成就并获得了较快的发展。

“五四运动”时期，教育思想空前活跃，用先进、科学的观点论述体育的思想也陆续出现。其中，毛泽东同志 1917 年在《新青年》上发表的《体育之研究》一文，是众多体育理论文献中最具代表性的。与此同时，这还是我国近代史上最早论述体育的文献。

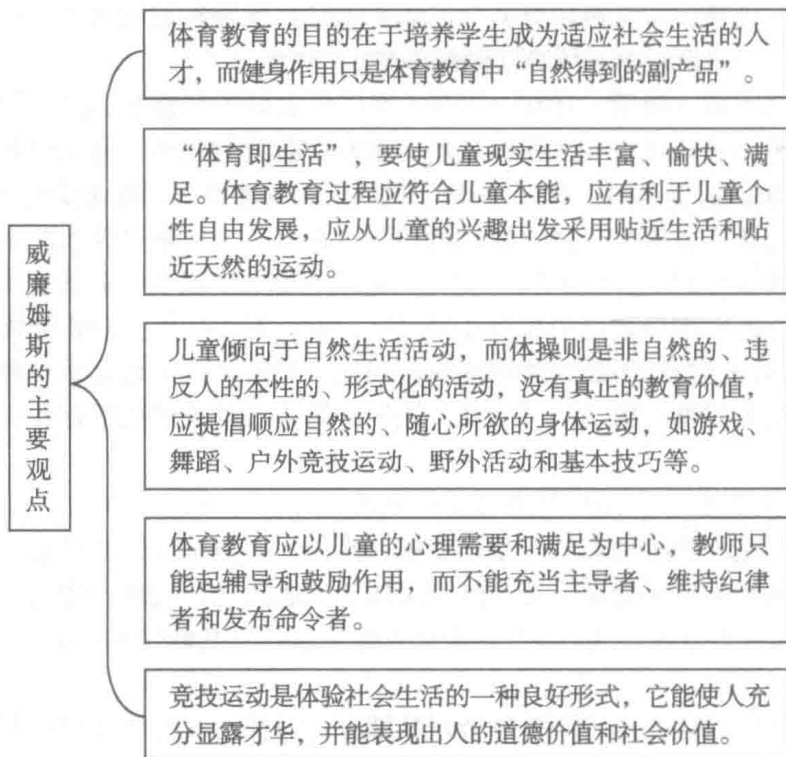


图 1-1-2 威廉姆斯的主要观点

1923 年，《新学制课程标准》正式将“体操课”改为“体育课”，设立以球类、田径、游泳、普通体操等近代体育项目为主的体育课程。当时比较流行“三段教学法”“单元教学法”等教学方法，它们存在许多不足之处。虽然如此，但也为学校体育的改革注入了新的活力。

1927 年，国民党建立了南京国民政府。同时，中国共产党开展武装斗争，创建了农村革命根据地。在国民党统治区，于 1940 年颁布了《各级学校体育实施方案》，同时编写了体育教材、教学参考书。但由于受封建思想的影响，体育的发展也极为缓慢，课堂上普遍存在“放羊式”的现象，课外也只重视少数选手的训练。在中国共产党领导下的苏区和解放区，各级、各类学校都开设了体育课和课外体育活动，有着丰富的活动内容，而且经常举行不同类型的运动竞赛和运动会。1941 年创建的延安大学体育系，为解放区培养了一批体育干部，从而为新中国学校体

育的开展打下良好的基础。

（三）我国现代学校体育的形成和发展

我国现代学校体育的发展，是由于对苏联经验的借鉴。1949年10月，新中国的成立揭开了中国历史崭新的一页，学校体育从此进入了一个全新的发展阶段，取得了巨大成就，但也走过了曲折的发展道路。经过长期的研究与分析，我们对我国现代学校体育的形成与发展做了总结，主要归纳为四个阶段，具体如下。

1. 初创阶段

这一阶段是在1949年~1957年。新中国成立之初，党和国家对学校体育工作、青少年学生的身体健康以及体育工作领导机构、体育法规的建设十分重视。早在1950年和1951年，毛泽东曾两次做出“健康第一”的指示。1951年8月，中央人民政府政务院发布了《关于改善各级学校学生健康状况的决定》。

教育部于1952年规定从小学一年级到大学二年级必须开设体育课，并创办了中国历史上第一所体育学院——华东体育学院。同年6月10日，毛泽东主席题词：“发展体育运动，增强人民体质”，为新中国的体育工作指明了方向和任务。

1954年，国家体委制定并颁布了《准备劳动与卫国体育制度》（简称《劳卫制》），并要求初中毕业生达到《劳卫制》少年级标准，高中毕业生达到《劳卫制》一级标准。显而易见，它在很大程度上推动了我国学校体育的发展。

1956年，教育部编辑出版了我国第一部中、小学体育教学大纲，并于1957年出版了中、小学体育教学参考书。

2. 蓬勃发展阶段

1977年至今，是改革开放后新的发展阶段。党的十一届三中全会召开，标志着我国政治、经济、社会、文化、教育走上了正轨。会后，党和政府实行了一系列改革开放政策，学校体育也进入了新的发展阶段，管理机构逐渐恢复并得到加强。这主要体现在四个方面，具体如下。

（1）管理机构方面

1977年，教育部（局）设立了体育司，国家体委恢复了学校体育处，各省、市、县教育厅（局）也相应设立了体育卫生处（科）。对于学校体育工作向规范化、制度化、科学化的方向发展而言，这是一种保证。

（2）课外体育活动方面

体育活动的组织形式与内容十分丰富。修改后的《国家体育锻炼标准》

更加切合实际，所以可操作性更强。

（3）师资队伍建设方面

为了加强对体育师资的培养，党和政府在有条件的师范院校和综合性大学建立体育系、科，同时扩大现有体育系、科的招生名额。在中等师范学校增设体育班，并举办了不同层次的进修班。这在一定程度上解决了体育师资短缺的问题，并提高了师资的质量。

（4）课程改革方面

1979年10月，教育部和国家体委联合下发了《高等学校体育工作暂行规定》《中小学体育工作暂行规定》。同时，各种国外的体育思想和体育教学理论与方法，如结构教学法、快乐体育、成功体育等，开始在学校体育界广泛传播和实验。但多数述论和改革都集中在教学改革方面，很少有论述学校体育思想和体育课程理论的。在20世纪90年代以前，以“三基”和“三中心”为特色的主智主义体育教育特色并未发生根本改变。1979年至1999年的20年时间内，先后流传了三种思潮——快乐体育、终身体育、成功体育，呈现出多元化的发展趋势。

1950年小学体育暂行标准：体力基础——健美体格、运动习惯、团结友爱。

1956年小学体育教学大纲：为建设保卫祖国服务——全面锻炼、全面发展。

1962年体育教学大纲：增强体质、服务学习和劳动、健康、能力、技能和道德，提高部分运动基础较好的学生的运动技术水平。

1978年中学体育教学大纲：一个目的（培养建设者保卫者）三项基本任务。

1987年体育教学大纲：终身体育、发展个性、陶冶情操、创造精神。

1992年义务教育大纲：卫生教育、活动类课程。

1997年高中体育大纲：必修—选修，全面锻炼增进健康、知识、技能、意志、能力——终身体育基础、品德情操。

2000年体育与健康教学大纲：突出“健康第一”的指导思想和学会学习等。

20世纪80年代以来，开展了快乐体育实验、体育与健康教育相结合的实验。

1990年3月12日，颁布了《学校体育工作条例》，标志着我国学校体育已进入法制化管理轨道。与此同时，还印发了《中小学体育器材设备配备目录》。