

教育科学“九五”规划国家重点课题

# 面向21世纪 体育师资培养和 体育教育专业改革 与发展研究

MXESYSI TYSZPYH  
TYJYZYGG YFZYJ

主 编 邓宗琦

副主编 周绍忠 邓树勋 季克异



华 / 中 / 师 / 范 / 大 / 学 / 出 / 版 / 基 / 金 / 丛 / 书

全国教育科学“九五”规划国家重点课题

# 面向21世纪 体育师资培养和 体育教育专业改革 与发展研究

主 编 邓宗琦

副主编 周绍忠 邓树勋 季克异

华中师范大学出版社

(鄂)新登字 11 号

图书在版编目(CIP)数据

面向 21 世纪体育师资培养和体育教育专业改革与发展研究/  
邓宗琦主编. —武汉:华中师范大学出版社,2000.9

ISBN 7-5622-2255-x/G · 1085

I. 面… II. 邓… III. ①体育-师资培养-研究,②体育-教育  
改革-研究 IV. G807

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 44002 号

面向 21 世纪体育师资培养和  
体育教育专业改革与发展研究

© 邓宗琦 主编

华中师范大学出版社出版发行

(武昌桂子山 邮编:430079)

新华书店湖北发行所经销

黄冈日报社印刷厂印刷

责任编辑:彭守权

责任校对:罗 艺

封面设计:甘 英

督 印:朱 虹

开本:850×1168 1/32

版次:2000 年 9 月第 1 版

印数:精装 1—200 册

平装 1—1000 册

印张:16.5 字数:410 千字

2000 年 9 月第 1 次印刷

定价:精装 40.00 元

平装 26.00 元

本书如有印装质量问题,可向承印厂调换。

## 课题组成员

顾 问：邹时炎 宋尽贤  
组 长：邓宗琦  
副 组 长：周绍忠 邓树勋 季克异  
主要成员：李 祥 黄 檠 谭受清 王崇喜  
王伯中 刘安清 王 健

参加课题研究人员还有：

|            |            |            |            |            |
|------------|------------|------------|------------|------------|
| 郭 敏        | 吴永龄        | 封官声        | 王 斌        | 刘贤龙        |
| 郭春娥        | 曾庆肃        | 李庆友        | 李华生        | 张达文        |
| 王光华        | 步德寿        | 孟庆金        | 杨 跃        | 王忠友        |
| 汤启宇        | 王广虎        | 唐宏贵        | 王超英        | 高凤山        |
| 赵建强        | 殷 红        | 杨 军        | 王新平        | 乔风杰        |
| 张惠卿        | 杨改生        | 张学研        | 薛留成        | 丁英俊        |
| 赵宗跃        | 左 成        | 屈东华        | 马文海        | 张子沙        |
| 周铁军        | 易小坚        | 李厚德        | 马卫平        | 史小蓉        |
| 邱小梅        | 赵小平        | 周丽红        | 吴澄清        | 王 湘        |
| 吴宇强        | 魏 彬        | 陈瑞宁        | 黄汉升        | 陈俊钦        |
| 梅雪雄        | 林取用        | 洪泰田        | 余奎康        | 许红峰        |
| 陶玉萍        | <u>高顺生</u> | <u>林 海</u> | <u>梁俊雄</u> | <u>许康成</u> |
| <u>廖 辉</u> | <u>张湛宁</u> | <u>肖 洁</u> | <u>甄达文</u> | <u>章晓霜</u> |
| <u>董周生</u> | 姚辉洲        | 梁柱平        | 郭李亮        | 陈照斌        |
| 龙小敏        | 谢 翔        | 陈绮文        | 陆瑞当        | 刘森林        |
| 李志清        | 陈 琦        | 曾红辉        | 邓星华        | 黄玉山        |
| 董翠香        | 王 健        | 胡学明        | 刘献国        | 王家宏        |
| 毛振明        | 张耀辉        | 潘绍伟        | 林 强        | 焦光宇        |
| 江仁虎        | 董宏伟        | 纪瑞颂        | 顾中华        | 郭蔚蔚        |
| 肖彤岭        |            |            |            |            |

## 内 容 简 介

本书为全国教育科学“九五”规划国家重点课题研究的主要成果选编,内容包括结题报告和十一个子课题。结题报告分五部分:概述,2010年前后的体育教育,面向21世纪体育教育专业改革与发展,面向21世纪体育师资的培养,面向基础教育。十一个子课题为:现状调研,特点与趋势,师资培养要求,目标与规格,课程改革,培养过程,培养途径,教学评估,办学条件,继续教育,中学教材教法。本书可供体育教师,体育教育专业学生,体育科研工作者,体育管理干部学习与参考。

# 目 录

## 结题报告

- 面向 21 世纪体育师资培养和体育教育专业改革与发展研究  
..... 邓宗琦 周绍忠 邓树勋 李 祥 李克异 (1)

## 现状调研

- 我国体育教育专业及体育师资现状的调研分析  
..... 刘安清 郭 敏(执笔) 吴永龄 封官声 (29)
- 面向 21 世纪我国高等体育教育专业师资培养的问题与思考  
..... 殷 红 赵建强 高凤山 王崇喜(41)
- 我国普通高校体育专业师资队伍状况研究  
..... 马卫平 谭受清 吴澄清 吴宇强 (50)

## 特点与趋势

- 国内外体育教育专业的现状、特点及发展趋势 ... 王 健 (58)
- 新中国高校体育本科专业设置的变迁与启示 ..... 王 健 (79)
- 高等体育教育专业的发展及其课程体系分析 ..... 王 健 (90)
- 中国近代体育教师教育课程模式的发展  
..... 王 健 邓宗琦 (104)
- 生活方式的变化与大众体育的发展  
..... 邓宗琦 王 健 (114)
- 试论跨世纪的学校体育功能 ..... 李 祥 (129)
- 面向 21 世纪体育教育专业改革的方向 ..... 李 祥 (138)

## 师资需求

- 2010 年前我国中等学校体育教师需求的预测研究  
..... 刘贤龙 周绍忠 (145)

## 21 世纪我国对体育师资的学历要求

..... 李志清 谢翔 (160)

## 21 世纪我国体育学科研究生培养的较优模式——KAQ 整合模式 .....

王斌 周绍忠 马红宇 (162)

## 目标与规格

### 面向 21 世纪普通高校体育教育专业培养目标及规格要求的

研究 ..... 王崇喜 高凤山等 (170)

### 国内外普通高校体育教育专业培养目标的比较研究

..... 王新平 (184)

### 高等体育教育专业培养目标改革的必要性及其对策

..... 王超英 潘绍伟 (194)

## 课程改革

### 面向 21 世纪我国普通高校体育教育专业课程体系改革研究

..... 黄汉升 梅雪雄 陈俊钦等 (199)

### 我国普通高校体育教育专业教学计划的沿革、现状与发展

趋势 ..... 陈俊钦 黄汉升 梅雪雄等 (207)

### 面向 21 世纪我国普通高校体育教育专业教学方法体系结构

及发展趋向... 张子沙 马卫平 谭受清 周丽红 (215)

### 现行我国普通高校体育教育专业教学方法体系结构的调查

研究 ..... 马卫平 张子沙 谭受清 周丽红 (228)

### “体育与健康教育融为一体”——体育教育专业改革研究

..... 湛江师范学院体育系课题组 (237)

## 培养过程

### 普通高校体育教育专业学生培养过程的研究

..... 王崇喜 杨改生等 (247)

### 对体育教育专业教学过程的研究 ... 丁英俊 张学研 (269)

### 普通高校体育教育专业招生问题研究

..... 杨改生 王崇喜 屈东华 (278)

|                            |                             |
|----------------------------|-----------------------------|
| 高校优秀体育教师成才因素分析             | ..... 杨改生 王崇喜 屈东华 (283)     |
| 对普通高校体育教育专业学生能力培养与评价的研究    | ..... 张学研 王崇喜 (291)         |
| 21 世纪体育教育专业大学生的能力结构模式      | ..... 王 斌 周绍忠 马红宇 (302)     |
| 体育专业学生思想特点及其教育对策探讨 ...     | 郭春娥 (311)                   |
| <b>培养途径</b>                |                             |
| 面向 21 世纪我国培养体育师资人才的层次及途径研究 | ..... 黄 桢 郭李亮 姚辉洲 (317)     |
| 我国高校高学历体育师资现状及培养途径研究       | ..... 谢 翔 郭李亮 陈绮文 (328)     |
| 我国初、中级体育师资培养的层次与途径的研究      | ..... 梁柱平 (333)             |
| 体育师资成人教育发展的现状与趋势 .....     | 陆瑞当 (342)                   |
| <b>教学评估</b>                |                             |
| 体育教育专业本科教学水平评估体系的研究        | ..... 邓树勋 陈 琦 曾红辉 (348)     |
| <b>办学条件</b>                |                             |
| 我国普通高校体育教育专业非术科教学场地状况研究    | ..... 吴澄清 马卫平 谭受清 吴宇强 (367) |
| 我国普通高校体育教育专业术科教学场地状况研究     | ..... 吴澄清 马卫平 谭受清 吴宇强 (377) |
| <b>继续教育</b>                |                             |
| 面向 21 世纪体育教师继续教育的研究        | ..... 周绍忠 吴永龄 (390)         |
| 中等学校体育教师继续教育研究             | ..... 董翠香 王 健 王伯中等 (409)    |

|                                              |                                        |
|----------------------------------------------|----------------------------------------|
| 面向 21 世纪高师体育院(系)继续教育教学内容与课程设置<br>改革之研究 ..... | 王家宏 刘志民 王维群等 (428)                     |
| 湖北省中学青年体育教师综合素质剖析<br>.....                   | 周绍忠 吴永龄 王忠友等 (435)                     |
| <b>中学教材教法</b>                                |                                        |
| 关于中学体育课程改革与教材建设的研究与实践<br>.....               | 季克异 (443)                              |
| 福州市中学体育课程教材实验研究工作阶段性(第一年)<br>总结报告 .....      | 福州市教育委员会<br>福州市《全国中学体育课程教材实验》课题组 (456) |
| 通过大单元教学实现体育教学目标的实验研究<br>.....                | 郭春光 江德新 王铁生 梁颖 (463)                   |
| “指导——自学自练”实验迈出可喜的一步<br>.....                 | 梁颖 孙建国 马武敏 (474)                       |
| “和乐体育”在我校高一年级跑单元教学的实验探讨<br>.....             | 萧书腾 施祖仕 何宇坚等 (478)                     |
| 浅谈如何增强学生“体育意识”和“健身能力”<br>.....               | 郑福兴 (489)                              |
| 运用“成功体育”实现中学排球单元教学目标的实验探索<br>.....           | 郭春光 李青 (497)                           |
| 实施体育实验教材,促进学生素质教育 .....                      | 郑家宵 (503)                              |
| 附:研究成果目录 .....                               | (510)                                  |
| 后记 .....                                     | (519)                                  |

# 面向 21 世纪体育师资培养 和体育教育专业改革与发展研究

邓宗琦<sup>1</sup> 周绍忠<sup>1</sup> 邓树勋<sup>2</sup> 李 祥<sup>3</sup> 季克异<sup>4</sup>

(1. 华中师范大学; 2. 华南师范大学;

3. 湛江师范学院; 4. 教育部体卫艺司)

**摘 要** 体育是学校教育的重要组成部分。体育师资是学校教师队伍的重要组成部分。《面向 21 世纪体育师资培养和体育教育专业改革与发展研究》,作为国家“九五”重点课题,就师资培养和专业改革与发展两方面重点进行研究,为教育行政部门在新世纪对体育师资培养及其继续教育和体育教育专业的改革与发展等提供理论与实践方面的有益参考。本结题报告分五部分:第一部分,概述。主要介绍了主题背景以及十一个子课题的情况及其研究成果与特色。第二部分,2010 年前后的体育教育。主要介绍了联合国、某些国家重视体育与健康的情况,“使健康目标成为可持续发展的核心”,“体育为健康,健康离不开体育”。特别论述了我国重视体育增强人民体质的重大决策。指出“国家对青年、少年、儿童的体育活动给予特别保障,增进青年、少年、儿童的身心健康”,“学校必须开设体育课”,学校体育在素质教育中的重要性。第三部分,面向 21 世纪体育师资的培养。论述了对体育师资的要求和应具备的素质以及体育师资培养过程的质量控制的框图,对体育师资培养目标作了阐明和概括,对体育教育专业的课程体系的纵横结构及教学方法改革作了探讨,并就体育教师的继续教育问题提出意见。第四部分,体育教育专业的改革和发展。简要介绍改革的良好机遇和改革的构想。提出了体制改革、结构调整分层次设立体育教育专业:第一层次以培养本科生、研究生为主;第二层次以培养本科生为主,适当培养一部分研究生;第三层次以培养专科生为主,以及专业改革与建设的有关问题。第五部分,面向基础教育。就中学体育教学改革,课程的特性及教材的编写与实验的研究作了介绍,为体育师资的培养、培训及体育教育专业的改革与发展提供科学依据。

**关键词** 体育师资培养 体育教育专业 改革与发展

## 第一部分 概 述

早在 1995 年初,“新苗体育奖学金”理事会和教育部体卫艺司的领导就提出结合新苗体育奖学金颁奖活动,开展有关体育师资培养和体育教育专业改革与发展的研究。接着进行了专题准备,并报告教育科学规划领导小组办公室,很快得到支持。体卫艺司在工作上给予了具体指导,新苗体育奖学金理事会和体卫艺司还适当给予经费上支持和资助。1996 年正式向教育科学规划领导小组办公室申报了题为《面向 21 世纪体育师资培养和体育教育专业改革与发展研究》的研究课题,并希望列入国家重点课题。课题组长是邓宗琦教授(华中师范大学,曾任中国体育科学学会常务理事、全国体育统计专业委员会主任等,曾承担国家体委课题并获 1991 年国家体委科技进步二等奖,现任全国教育硕士专业学位教育指导委员会委员),副组长是周绍忠教授(华中师范大学,曾任体育系主任、国家教育部全国高校体育教学指导委员会委员)、邓树勋教授(华南师范大学,曾任体育系主任、国务院学位委员会体育学科评审组成员,曾获 1996 年国家教学成果奖二等奖)、季克异研究员(教育部体卫艺司体育处处长、国家教育部全国高校体育教学指导委员会秘书长,曾获 1996 年国家教学成果奖二等奖),主要成员有李祥教授(湛江师范学院)、黄荣教授(广西师范大学)、谭受清教授(湖南师范大学)、王崇喜教授(河南大学)、王伯中教授(河南师范大学)以及刘安清副教授(体育系主任)、王健副教授、刘贤龙教授(均为华中师范大学),后来又请福建师范大学、苏州大学有关教授参加本课题的研究。

课题原分为十个子课题:第一子课题是《体育教育专业及体育师资现状的调研分析》,由华中师范大学刘安清、郭敏等承担;第二子课题是《面向 21 世纪我国学校体育的发展与师资需求研究》,由刘贤龙、周绍忠(华中师范大学)等承担;第三子课题是《国内外高

校体育教育专业现状、特点及发展趋势研究》，承担人王健（华中师范大学）、陈琦（华南师范大学）等；第四子课题是《面向 21 世纪普通高校体育教育专业培养目标及规格要求研究》，承担人王崇喜、高风山（河南大学）等；第五子课题是《面向 21 世纪普通高校体育教育专业课程、教材与方法体系改革与发展研究》，承担人谭受清、张子沙（湖南师范大学）、黄汉升、陈俊钦（福建师范大学）、李祥（湛江师范学院）等；第六子课题是《面向 21 世纪普通高校体育教育专业学生培养过程的研究》，承担人王崇喜、杨改生（河南大学）等；第七子课题是《我国不同层次体育师资与人才培养体系及途径研究》，承担人黄燊、郭李亮、姚辉洲（广西师范大学）等；第八子课题是《我国普通高校体育教育专业教学水平评估体系的研究》，承担人邓树勋、陈琦（华南师范大学）等；第九子课题是《我国普通高校体育教育专业办学条件与建设研究》，承担人吴澄清、谭受清（湖南师范大学）等；第十子课题是《面向 21 世纪我国体育师资继续教育研究》，承担人周绍忠、吴永龄（华中师范大学）、董翠香（河南师范大学）等。经过一段时间研究后，课题组认识到，要研究体育教育专业的改革和发展使体育教育专业能培养出更多、更好的符合中学体育教育、教学改革需要的合格教师，必须认真研究、积极参与中学体育教学改革的实践。因此，决定增加一个子课题《中学体育教材、教法研究》，作为第十一子课题，承担人是季克异（教育部体卫艺司）、邓树勋（华南师范大学）等。

所有子课题在总课题组的统一部署下，均已完成任务，发表了大量论文（详见目录），第十一子课题还编出了实验教材，由高等教育出版社出版，并进行了初步实验，取得良好效果。

本课题在研究方法、理论探索等方面有若干创新之处。总课题组还利用控制论原理，把整个课题的研究进展看作一个可控的动态系统。根据课题的总目标，进行了有效的目标分解，每个子课题是一个子系统，并按子目标进行运行。控制的方法是定期检查和

定期了解课题运行状态并将情况通报各子课题组,还及时召开工作会议协调、组织课题研究工作,并举行研讨会进行交流,突出重点,适当调整了研究计划。这样,虽然规划办 1997 年元月 2 日才下达研究任务,但基本上能按研究计划和规定时间进程完成总任务。各子课题对一些理论问题进行了较深入的探索。总课题组在对国内外广泛调研(欧、美、东南亚以及港、澳、台等均进行过调研)的基础上,对 21 世纪我国体育师资的数量和质量要求都能较准确定位,并能从知识、能力、素质等方面对体育教育专业培养目标、课程体系、教学内容和教学方法改革以及体育教师的继续教育和面向基础教育与主动参加中学的教育改革实践等方面提出切实可行的方案和建议等。

本课题经过三年多的研究与试验,初步取得以下成果:

一是对新世纪体育的特点和体育教育的发展有了更明确的认识。新世纪由于人们对健康的追求,而对促进健康主要手段的体育,将随着时间的往后延伸会越来越为人们所需要,并成为人们日常生活不可缺少的组成部分。由于作为学校体育最重要组成部分的体育教育是人们认识体育、掌握健身的体育知识、技术技能的必经过程 and 关键阶段,更是指导通过体育运动科学锻炼身体、增强体质、促进健康,为人们追求一生健康长寿的基础教育。无疑,随着新世纪知识经济时代的到来,为了确保人人健康生活,应付激烈的社会竞争,将会越来越重视作为素质教育基础的体育健康教育。

二是在大量的调研和总结我国体育师资培养的历史经验基础上,通过学习党的方针政策,对 21 世纪的体育师资的培养,从培养规格、层次结构、课程方案、教学方法、培养过程、师资需求的预测,到如何加强继续教育以及体育教育专业的改革与发展等,均提供了理论依据和建设性的参考方案、意见与建议。

三是取得了丰硕的理论成果。三年来围绕课题改革试验,共撰写了近 80 篇相关论文,70%以上的论文已在全国核心期刊发表或

参加有关学术报告会。编著出版《学校健康教育学》、《体育健康测量与评价》、《体育与健康教育》和中学体育试验教材等一批有理论与实践价值的成果。

四是改革成果得到社会的认可。学校健康教育学课程分别被列为教育部 1998 年、1999 年颁布的本专科体育专业课程方案的必修课与主干课程。课题所编著的《学校健康教育学》与中学体育试验教材均由高教出版社出版向全国发行,中学实验教材将在全国七个省进行试验。

经三年来的改革研究与试验,课题主要有以下几方面的特色:

一是改革研究与试验同步进行。特别是体育教育专业和中学体育教学改革,不但深入进行改革理论研究,同时还进行了实践性的试验,且取得了可喜的进展。

二是课题研究采取了半开放与大协作的形式进行。课题开始,不但有组织严密的总课题与子课题,而后随着课题研究的深入与需要,课题研究向全国有关高校开放,不断吸收新的有关研究人员参加研究,并对国内相关课题研究成果及时予以吸收和借鉴。本课题是建国以来体育教育科学研究第一个国家重点课题,称得上新中国建立以来高校和教育行政开展体育教育专业改革研究的最大一次和最高层次的大协作。参与本课题研究的高校共有 11 所和 11 省教委体卫艺处,以及教育部体卫艺司和高教出版社。参加研究的人员遍布全国东南西北中的近 100 人,包括一批博士、硕士、年青学术骨干(其中教授 27 人、副教授 48 人);参与试验的省有 7 个,第一期在福州市 8 所中学 360 个教学班进行实验。

三是密切依靠各级教育行政部门的领导和支持。课题的研究,从立项到开展的全过程,都是在教育部体育卫生与艺术教育司领导和全国教育科学规划办公室体卫艺学科组的指导与支持下进行的,而课题研究前进的每一步,又都是都在各院校的院、系领导直接组织下开展的,特别是试验过程,更是得到所有参加试验的省、市

教育行政部门和学校领导、师生的大力支持。

四是专科体育与健康教育相融合的改革与试验始终坚持以“学校教育要树立健康第一的指导思想”为向导,立足于构建一套科学的、体育与健康融为一体的培养体育健康课师资的课程方案,和建设一套加强素质教育的中学体育教材体系。

五是不断总结、分析研究工作的阶段成果与进展情况,及时调整、修订与充实研究计划。由于课题研究涉及的问题、院校、人员是新中国成立以来,在体育教育方面研究最为广泛和最具理论与实践意义的重要课题,因此,总课题组不断通过课题简报的形式对各子课题组研究进展情况的汇报进行分析,找出问题,下达新的指导意见,使各子课题达到同步协调进行,并举行了三次学术研讨会。特别是对研究中遇到的关键问题,敢于大胆决策,如对如何使体育教育专业改革与中学体育改革同步的问题,及时决定增加一个《中学体育教材、教法研究》的子课题,体现了课题研究的综合性、系统性、科学性和实践性,取得更大的社会效益。

## 第二部分 2010 年前后的体育教育

需求是个人、社会和国家发展的动力,也是体育发展的动力。从人的生存、发展、享受来看,体育是全人类的需求。人们愈来愈明白,健康是人的最重要的需求,是人的最重要的财富。健身已成为人类追求的一股潮流。早在 20 世纪 60 年代,健身运动就从世界各地兴起。现代健身跑的创始人范·阿肯于 1964 年对 454 名 40—90 岁的中老年长跑爱好者作过调查,发现其中 80% 的人曾患过各种疾病或身体衰弱,坚持 6—7 年健身跑,已全部恢复健康。为了对照,他对另外 454 名不锻炼的中老年作了调查,发现其中 29 人(6.4%)患癌症,有 17 人已死亡。许多发达国家的政府在几十年前就预计到这点。

为了缓解文明综合症对人类健康的威胁,世界健康组织早在

1978年在阿拉木图召开的世界健康大会上发起了全球性的“健康为大众运动”，并号召“使健康目标成为可持续发展的核心”。

世界卫生组织(WHO)提出：“健康是每一个人的最基本的人权，不论他们的种族、宗教信仰、政治倾向如何、经济或社会地位如何”，“实现每个民族的健康目标是获得世界和平与安宁的最基本的保证”。1994年4月7日至10日WHO与国际运动医学联合会在德国科隆召开了“健康促进与体育”的国际会议，并建立了“体育为健康”联合委员会。该会议认为个人健康的责任在很大程度上要由个人和家庭承担，但政府必须采取行动，创造一个使公民形成和保持体育生活方式的社会和体育环境，使体育成为健康生活方式的基石，向青少年、儿童提供体育活动，并养成终身参加体育运动的习惯；鼓励成年人每天参加30分钟以上、中等强度的体育活动。1997年2月27日、28日，WHO在日内瓦召开了以“积极生活：体育为健康”为主题的非正式会议。大会报告第一部分集中阐述了在全世界范围内推进“体育为健康运动”的任务是：提高对健康与体育活动的全新认识；从公共健康和公民健康的角度来促进体育活动的开展；更好地使体育活动融入人们的日常生活，提高人们对体育价值的理解；创造向体育活动提供支持的环境等。WHO还确定1999年10月1日为世界“老人日”，开展“健康散步活动”，并提出应加快各类专业群体的培养，如体育教师、体育辅导员和管理人员等。

美国政府是较早实施健康计划的国家。《健康公民2000年》是美国政府从1990年开始实施的一个全国性的健康计划。其目的在于提高全体美国人的健康水平，塑造一个强健的民族，以迎接21世纪的挑战。人们意识到，高度的现代文明给美国人民带来实惠的同时，也带来困扰；人们承受巨大的心理压力，运动机会少了。特别是步入老龄化社会后，医疗费用大幅增加。

其实美国政府早在1980年就发表了《促进健康/预防疾病：全

民族的目标》，这个目标体系涉及 15 个领域，1990 年实施完毕。并且决定，到 2000 年美国所有青少年每天都上体育课。现在美国各州都把健康目标列入自己的战略计划、政策纲领或保健改革的行动之中。体育是美国人生活的一个重要组成部分，它在许多方面影响着美国人的日常生活；体育活动拓宽了美国人的消费需求，既为人们提供娱乐享受，又是一种积极的休闲方式。美国有十分发达的学校体育系统，学校的体育设施都是一流的。在美国“体育为健康，健康离不开体育”已得到社会共识。从小学到大学的教育过程中，学校体育与学科教育、职业教育、道德教育并列，体育成为学校教育的四大支柱之一。

澳大利亚有一项促进计划，其目的是从小就培养孩子们对体育的兴趣，提高他们的体育技能和社会服务能力，努力培养他们成为体育志愿者。澳大利亚家庭收入的 8.6%—10.1% 消费在体育娱乐上。

新加坡一直在提倡生命在于运动——步行。步行运动是每个公民迈向积极和健康生活方式的起点。它通过 2 公里步行运动的成绩来估计个人的健康状况。这种步行运动是每个新加坡人，特别是那些不经常参加体育运动的人应该参加的最基本运动。

在日本，把身心统一作为保健体育的新方向。通过运动、健康、安全来提高体质，提高学生对体育活动的兴趣。他们认为在身心一元论的观念下，体育和健康必须结合，身体和精神都必须放松。

在我国，早在 50 年代初，毛泽东就发出“发展体育运动，增强人民体质”的号召，确定了新中国体育的性质、方向和任务。邓小平曾深刻指出，体育主要是广泛的群众体育运动。江泽民特别强调：“体育工作很重要的问题就是要增强人民体质，这是一个国家富强和文明的标志。单有经济实力也不行，必须把 12 亿人民的体质搞上去。”1995 年 6 月 20 日国务院颁布的《全民健身计划纲要》（以下简称《纲要》），拉开了中华民族体质建设伟大工程的序幕，标志