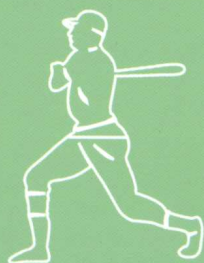


学校体育学

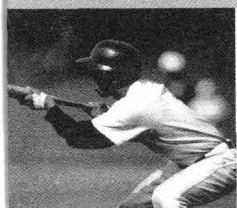


XUEXIAO TIYUXUE

范海荣 任继祖 主编



 复旦大学出版社



学校体育学

XUEXIAO TIYUXUE

范海荣 任继祖 主编

江苏工业学院图书馆
藏书章

复旦大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

学校体育学/范海荣,任继祖主编. —上海:复旦大学出版社,2009.8
ISBN 978-7-309-06098-0

I. 学… II. ①范…②任… III. 学校体育-研究 IV. G807

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 115156 号

学校体育学

范海荣 任继祖 主编

出版发行 复旦大学出版社 上海市国权路 579 号 邮编 200433
86-21-65642857(门市零售)
86-21-65100562(团体订购) 86-21-65109143(外埠邮购)
fupnet@fudanpress.com <http://www.fudanpress.com>

责任编辑 陈军 卢茗

出品人 贺圣遂

印刷 上海申松立信印刷厂

开本 890 × 1240 1/32

印张 10.75

字数 309 千

版次 2009 年 8 月第一版第一次印刷

书号 ISBN 978-7-309-06098-0/G · 839

定价 22.00 元

如有印装质量问题,请向复旦大学出版社发行部调换。

版权所有 侵权必究

前言

FOREWORD

学校体育学在学校体育中具有重要的地位和作用,是高等学校体育教育本科专业的必修主干课程,是师生体育教学活动的基本依据,是体育教学理论和实践的结合点。

根据教育部 2003 年 6 月颁布的《全国普通高等学校体育教育本科专业课程方案》和 2004 年 9 月颁布的《全国普通高等学校体育教育本科专业各类主干课程教学指导纲要》的精神,我们在学习总结我国学校体育发展与改革经验的基础上,广泛学习、吸纳我国自改革开放以来各个时期《学校体育学》各种版本的成功经验及理论研究成果;特别注意学习“体育(与健康)”课程改革的成功经验,从存在的问题和失误中吸取了教训。同时,因国内编写的《学校体育学》版本较少,有些版本也缺少各地体育教学改革的特色,因此,我们编写了这本《学校体育学》。本教材有以下四大特点。

一、教材结构体系更完整、内容更科学全面。全书共分四篇,基本涵盖了学校体育的方方面面。在编写过程中,我们既注重传统基本理论的传承,又精心吸纳、补充了体育学和学校体育学领域的新理论和新成果。

二、注意吸纳《体育(与健康)课程标准》(实验稿)较为成功的经验,但对改革中的失误和不足进行了分

析、梳理与辨伪,吸取正反两方面的经验教训,重新审视了有关内容和理论,明确提出客观、正确的理论观点。

三、突出理论与实践结合,强化实用性。学校体育理论属于综合性、应用性理论,重点指导学校体育的实践活动。本教材总结应用了体育教学实践中的很多经验和理论,使广大体育教师和学生既能学到科学全面的基本理论和基本方法,又能学以致用,指导学校体育实践活动。

四、本教材既注重高等学校体育传统理论,又突出地方的社会人文特色,同时兼顾了学生的求职需求。将科学性、传统性和实用性有机结合起来。

本书内容主要包括学校体育概论、体育课程和体育教学、课余体育、学校体育管理等。本教材主要用于全国普通高等学校体育院系、体育学院开设“学校体育学”课程的教学用书,也可作为广大中小学体育教师继续教育和实施学校体育管理的参考用书。

本书由兰州城市学院体育学院院长、教授范海荣和教授任继祖任主编。参加编写的人员有河西学院体育系党总支副书记、副教授杨吉萍。教材编写分工如下:任继祖教授负责编写第一章、第二章、第三章、第四章;杨吉萍副教授负责编写第五章、第六章、第十三章、第十四章、第十五章;范海荣教授负责编写第七章、第八章、第九章、第十章、第十一章、第十二章。全书由范海荣教授拟定编写提纲并统稿,编写过程中多次进行讨论和修改。

本书在编写过程中,得到了西北师范大学体育学院张学忠教授的热情指导和帮助,同时,我们参考了众多的专业书籍,引用了兄弟院校的有关教材和资料,在此一并致以衷心的感谢。

由于编写人员水平所限,一定还存在许多不妥之处,恳请广大读者批评指正。

编者

2009年4月

目录

CONTENTS

前言 / 001

第一篇 学校体育概论

第一章 我国学校体育的发展概况 / 003

第一节 我国学校体育的沿革 / 003

第二节 我国学校体育思想的形成与发展 / 015

第三节 现阶段我国学校体育发展概述 / 025

第二章 学校体育与学生的全面发展 / 031

第一节 学校体育的功能 / 031

第二节 学校体育与学生的全面发展 / 037

第三章 我国学校体育的目标 / 047

第一节 学校体育的目标体系 / 047

第二节 实现学校体育目标的基本途径与基本要求 / 054

第二篇 体育课程与体育教学

第四章 体育课程 / 061

第一节 体育课程概述 / 061

第二节 体育课程的类型与结构 / 064

第三节 体育课程的功能与价值 / 073

第四节 体育课程改革的发展趋势 / 076

第五章 体育教学的内容与手段 / 082

第一节 体育教学内容概述 / 082

第二节 体育教材的编选原则及分类 / 087

第三节 我国各级学校体育教材的内容及特点 / 094

第四节 体育教学手段 / 100

第六章 体育教学的目标、规律和原则 / 105

第一节 体育教学的特点和目标 / 105

第二节 体育教学的构成要素及规律 / 113

第三节 体育教学原则 / 124

第七章 体育教学方法 / 131

第一节 体育教学方法概述 / 131

第二节 按照教学活动中获得信息主要途径的分类方法的介绍 / 133

第八章 体育教学的组织 / 151

第一节 体育教学常规 / 151

第二节 体育教学中的场地器材布置和队列队形运用 / 153

第三节 体育教学的组织形式 / 154

第四节 体育课的密度和运动负荷 / 158

第九章 体育教学设计与计划 / 173

第一节 体育教学设计 / 173

第二节 体育教学计划 / 176

第三节 学段体育教学计划的制订 / 177

第四节 学年体育教学计划的制订 / 179

第五节 学期体育教学计划的制订 / 184

第六节 单元体育教学计划的制订 / 190

第七节 课时体育教学计划的制订 / 194

第十章 体育教学评价 / 206

第一节 体育教学评价概述 / 206

第二节 体育教师教学评价 / 212

第三节 学生体育学习评价 / 214

第三篇 课 余 体 育

第十一章 课余体育锻炼 / 227

第一节 课余体育锻炼的概念与意义 / 227

第二节 课余体育锻炼的特点与原则 / 229

第三节 课余体育锻炼的组织形式 / 233

第四节 课余体育锻炼的计划与评价 / 237

第十二章 课余体育训练 / 241

第一节 课余体育训练概述 / 241

第二节 课余体育训练的原则和内容 / 245

第三节 课余体育训练的方法 / 257

第四节 课余体育训练的实施 / 261

第十三章 课余体育竞赛 / 279

第一节 课余体育竞赛概述 / 279

第二节 课余体育竞赛的组织 / 282

第三节 课余体育竞赛的实施 / 285

第四篇 学校体育管理

第十四章 体育教师 / 295

第一节 体育教师的地位与作用 / 295

第二节 体育教师的工作特点、职责和条件 / 297

第三节 体育教师的培养与提高 / 304

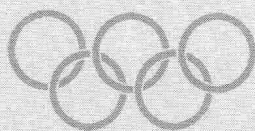
第十五章 学校体育管理与法规 / 308

第一节 学校体育管理概述 / 308

第二节 学校体育管理体制 / 312

第三节 我国学校体育行政法规介绍 / 318

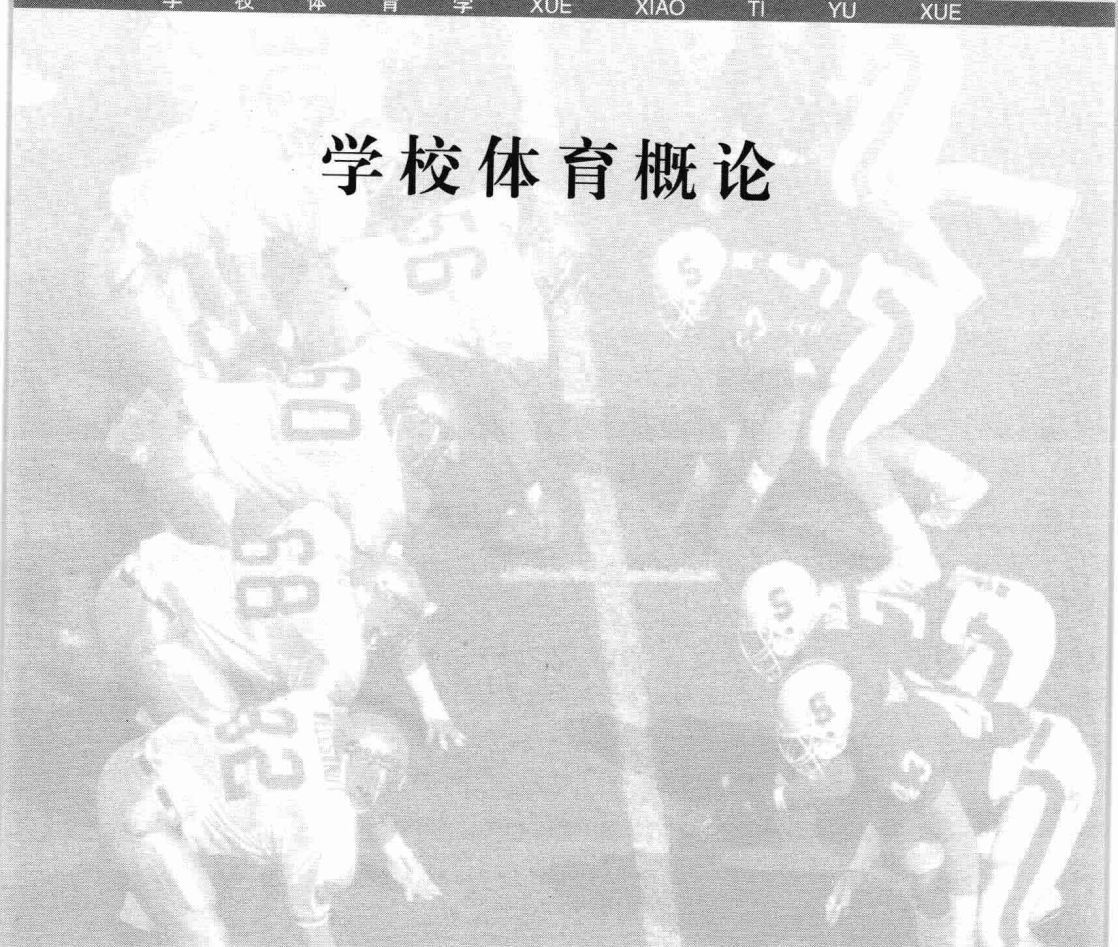
参考文献 / 332



<<< 第一篇

学 校 体 育 学 XUE XIAO TI YU XUE

学校体育概论



第一章 我国学校体育的发展概况



内容提要

本章简单介绍了我国古代学校体育的概况,概述了我国近代学校体育的形成与发展及新中国成立以来学校体育的发展;论述了我国学校体育思想的初步形成与发展;也展望了我国学校体育发展的新趋势。

第一节 我国学校体育的沿革

一、我国古代学校体育概况

我国具有几千年的文化教育历史,古代学校在奴隶社会就出现了,据史料记载,“夏曰校,殷曰序,周曰庠,学则三代共之”,说明夏、商、周各代已有了不同名称的学校。商代又出现了“大学”和“庠”两级施教的学校教育。西周时,随着奴隶社会的繁荣发展,学校又有发展,分为“国学”和“乡学”两种,学校的教育体系已较为完备,但都是为奴隶主贵族子弟而设立,是培养统治者和官吏的学校。当时,文化知识和书籍文献都为官府所垄断,所以说“学在官府”。奴隶主贵族子弟学校的教育内容是“礼、乐、射、御、书、数”,称为“六艺”。其中,射、御是军事技能的训练,具有体育的性质。此外,“乐”中的舞蹈,也含有体育的意义。这种文武合一的教育和训练,既促进了奴隶社会体育的发展,也初步形成了我国古代体育。西周以后,东周和春秋战国时期,我国社会由奴隶制向

封建制社会转变,由原来的“学在官府”变为“学在四夷”,兴起私人讲学、办学之风。但是,秦汉以后,学校教育转向重文轻武,学校体育从此逐渐衰退。从西汉到清朝末年这长达两千余年的封建社会时期,一般学校的教育内容,是以儒家的“四书”、“五经”为主,偏重德育、智育,教育思想重文而轻武。唐代实行文举、武举分开的科举制度,宋朝开始兴办武学,文武教育于是截然分途。宋、元、明时期“理学盛行,对中国社会和教育影响极大。在学校教育中强调关门闭户,静坐读书”;对学生的健康漠不关心,助长了“文弱之风”,使学校体育衰败不堪。明、清采用“八股文”的科举取士方法,学校教育更只注重于埋头读书、背书、写字、做八股文章。直到清朝末年,我国学习日本和欧美各国,开办了近代式的学校,在这些学校中才开始出现了体操(相当于体育)的教育内容,社会上也才开始有了西方式的体育活动。

纵观我国古代学校体育,虽绵延未断,但几经起落,步履蹒跚。在整个封建社会中,由于受重文轻武思潮的影响,学校体育始终未能在学校教育中取得应有的地位,甚至基本被排除于学校教育之外,最终导致学校体育在我国古代没有得到应有的发展。

二、我国近代学校体育的形成与发展概述

按现在一般的历史分期,是以鸦片战争到“五四”运动作为我国近代历史时期。但是,我国体育界采取从鸦片战争到中华人民共和国成立之前的这段时期作为我国近代体育时期。

自1840年鸦片战争以后,由于帝国主义列强不断入侵,广大中国人民为反抗侵略,反对封建统治,不断起义,使清王朝内外交困,面临灭亡。统治阶级中的一些大官僚、大军阀,为救亡图存,推出了一次所谓“自强、求富”的洋务运动。在教育方面,他们主张学西方,兴办西学,开始创办西方式的新式学堂,包括军事学堂,并把西方体育引入这些学堂中,把体操规定为学堂的学习课程,内容主要是瑞典式、德国式、日本式的普通体操,另有兵式体操和游戏等,并开展了以西方近代体育为主的各种体育活动,从而使中国学校教育首次出现了体育课程和体育活动。

虽然当时洋务派兴办的西方式学堂极少,但对西方近代体育在我国的传播起到了不可忽视的作用。

甲午战争后,洋务运动失败,继之而起的是改良主义的维新运动。虽然维新运动为时极短,不过百日即告失败,但以康有为、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,特别包括西方资产阶级全面发展教育学说,首次提出了在学校中必须德、智、体三育并重的思想,认为各级各类学校都应重视体育、卫生和少年儿童身体的发育与健康,强调了体育在学校教育中的地位和作用。这对我国学校体育发展的影响是巨大而深远的。清政府为了维护摇摇欲坠的封建政权,推行“新政”,废除科举,兴办学校,1903年颁布了《奏定学堂章程》,规定各级各类学堂中都要设立体操科,小学堂每周3学时,中学堂每周2学时,高等学堂每周3学时。这一新学制执行后,由于各级学堂都安排了体育课,从而使近代学校体育得到普遍实施,结束了我国两千多年来学校教育中基本没有体育的历史。至此,我国近代学校体育初见端倪。但是,由于新学制基本上仿效和抄袭日本的学制,受日本军国主义教育思想的影响,学校体育课的内容基本以千篇一律的兵式体操为主,不但呆板、枯燥,也不符合青少年儿童的身心特点。加之,由于当时体操教员缺乏,许多学堂都由退役士兵来充当教员,这些人缺乏专业知识和技能,而且教风极差,所以一定程度上影响了学校体育尤其是体育课的实际效果。

辛亥革命后,新成立的民国政府对学校教育也采取了一些革新措施,但体育方面并无根本改变,一方面仍沿袭清末军国民教育兵操为主的体操科。另一方面由于受教会学校和基督教青年会的影响,许多学校在课外开展球类和田径为主的活动和竞赛,比较注重活泼、愉快、机智的运动。由于课内和课外两种明显不同的体系,形成了学校体育的“双轨现象”,这种现象直至1922年学制改革后才逐渐消除。

“五四”新文化运动是一场伟大而彻底的反对封建文化的运动,在这场运动的推动下,我国学校体育也进入了一个新的发展时期。“五四”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,其中最杰出、最具代表性的论述体育的理论文献是毛泽东同

志 1917 年在《新青年》上发表的《体育之研究》一文。这篇文章用辩证唯物主义的观点,对我国体育以及学校体育的现状做了深刻的分析和尖锐的批评;并对体育的意义、锻炼的原则等诸多问题进行了精辟的论述,强调了学校教育必须德、智、体三育并重,这对促进我国学校体育改革有着十分重要的意义。除此之外,恽代英的《学校体育之研究》也极具代表性。

1922 年《壬戌学制》的出台标志着军国民主义在我国的没落。《壬戌学制》是受实用主义教育思想的影响,参照美国“六三三制”的形式并结合我国当时的实际制定的,它是自新文化运动以来我国教育改革的总成果。此后,1923 年《新学制课程标准》的公布,正式将学校“体操科”改为“体育课”。废除了原来的兵式体操,改为以球类、田径、游泳、普通体操等近代体育项目为主的教学内容,并纳入了生理卫生和保健知识。这是我国学校体育史上一个新的里程碑。随着我国学校体育的重大改革,对体育教学规律和方法的探索及研究也受到了体育教师的重视。当时较为流行的是“三段教学法”、“单元教学法”、“分类教学法”等。这些方法虽然只是部分教师的初步尝试,其中还有不少缺点,但毕竟为学校体育的改革注入了新的活力。

这个时期学校课外活动及校内外运动竞赛比过去更加活跃,同时女子体育也有了很大发展,并逐步开始重视对师资的培养。当时最为典型的是“南京高等师范学校体育科”和“北京高等师范学校体育科”,这两所学校在培养体育师资方面比过去有很大改进,从而使我国对体育师资的培养逐步完善和走向正轨。然而,尽管在这一时期学校体育有了很大发展,但重文轻武和轻视体育的思想依然较为严重。

1927 年国民党背叛革命建立南京国民政府,同时中国共产党开展武装斗争创建农村革命根据地,中国出现了两种政权、两个区域,学校体育的发展也处在错综复杂的环境下,发展很不平衡。在国民党统治区,国民党政府一度为加强学校体育的管理,成立了学校体育的领导机构。先后颁布了不少学校体育法令,并在此基础上于 1940 年 3 月公布了《各级学校体育实施方案》,这是我国近代史上第一个比较全面的学校体育实施方案。与此同时,教育部还聘请国内外一部分体育专家编

写了各种体育教材和教学参考书,并兴办了一些高等学校体育系科和中等体育专科学校,培养了一批体育师资力量,这些都反映了当时体育界有识之士对实施学校体育的某些设想和愿望,并对近代学校体育产生过一定影响,但由于学校体育不被重视,所制定的一些体育法令和措施并没有得到贯彻和实施,学校体育经费严重缺乏。运动场地器材设备简陋不堪,体育课被视为“小四门”,可有可无;课上“放羊式”现象普遍存在,课外只注重训练少数选手去夺锦标,从而使学校体育发展缓慢,学生健康状况极差。

与此同时,中国共产党领导下的革命根据地却十分重视学校体育的开展。在苏区和解放区内,各级各类学校都开设体育课和课外体育活动,活动内容丰富多彩,并经常举行各种类型的运动竞赛和运动会。在物质条件十分困难的情况下,广大师生想方设法,因陋就简,土法自制,缓解了场地器材的紧张,使根据地的体育活动呈现出一派热火朝天的新气象。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。总之,在党中央和毛主席的正确领导下,革命根据地的学校体育有了很大发展,也为新中国学校体育的开展奠定了基础。

三、新中国成立以来学校体育的发展概况

1949年10月,中华人民共和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。新中国成立后,学校体育取得了巨大的成就,但也走过了曲折的发展道路,大致可分为以下四个阶段。

(一) 初创阶段(1949—1957年)

新中国建立之始,党和政府就非常重视学校体育工作,十分关心青少年学生的身体健康。早在1950年和1951年,毛泽东曾两次作出“健康第一”的指示。1951年7月,中华全国学生第15届代表大会的决议中也提出,“要积极开展学校中的体育和文娱娱乐活动,努力改进全国同学的健康状况,要使每一个同学都具有强劲的体魄,能够胜任紧张的

学习和繁重的工作。为了适应祖国国防建设的需要,应该注意提倡军事体育活动”。特别是1951年8月,中央人民政府政务院发出了“关于改善各级学校学生健康状况的决定”。1953年毛泽东同志又将“身体好”作为三好学生的第一条,更强调了增进学生健康的重要性,对纠正轻视学校体育、忽视学生健康的状况起了重要作用。

为了加强对学校体育的领导,1952年中华人民共和国教育部设立体育处,国家体委也设有群众体育司学校体育处。此后各省、市、自治区也于1953年开始相继在教育行政部门设立体育机构,使学校体育的发展有了组织保证。1952年教育部和国家体委联合颁布了《学校体育工作暂行规定》,其中明确指出我国学校体育的基本目标是“促进学生身心发展,增强体质,并对学生进行道德品质的教育,使他们能很好地完成学习任务,从事社会主义建设和承担起保卫祖国的重任”,从而使我国学校体育的开展有了明确的目标。为了达到这一目标,教育部于1952年在《各级各类学校教育计划》中正式规定,从小学一年级到大学二年级均开设体育必修课,每周2学时。1953年5月,教育部发出《关于中学体育成绩暂时考查办法的通知》,又指出体育课是中学课程的一科,其成绩与其他各科成绩相同,按一门学科计算。为了提高体育课的教学质量,1953年教育部组织翻译了苏联十一年制体育教学大纲,向全国体育教师进行介绍。1956年在此基础上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,从而使体育教学工作有了统一的规范要求。

为了推动我国群众体育的发展,特别是促使青少年儿童积极参加体育锻炼,国家体委于1954年在参照当时苏联的模式并结合我国国情的基础上,制定并公布了《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。这一制度的实施对我国学校体育的开展起到了重要的推动作用。针对新中国成立之初体育教师数量不足、质量不高的问题,党和人民政府采取了一系列措施,于1952年创办了中国历史上第一所体育学院——华东体育学院(1956年改为上海体育学院)。此后,全国先后在北京、中南、西南、西北等地办起了6所体育学院,创办了11所

体育学校和中等体育专科学校,并在 38 所高等师范院校设立了体育系科,同时加强了对在职教师的业余进修,从而缓解了体育教师严重不足的问题,提高了师资的质量。总之,学校体育在新中国成立后短短几年间得到了前所未有的迅速发展。

(二) 曲折发展阶段(1958—1965 年)

1958 年在“大跃进”的影响下,教育战线也受到“左”的思想的干扰,打乱了学校正常的教学秩序。在学校体育工作中,也曾出现以劳动代替体育、盲目追求指标、脱离实际等错误做法,违背了学校教育和学校体育的规律。加上自 1960 年起的三年经济困难,学校体育课和课外体育活动被迫减少或停止,学生体质普遍下降。但在党中央“调整、巩固、充实、提高”的方针指引下,通过及时总结正反两方面的经验和教训,采取正确措施,使学校教育和学校体育又重新步入正轨。学校体育在指导思想、体育课程建设、各项体育工作的措施,以及师资队伍建设等方面,都有了新的发展。

1961 年,人民教育出版社组织人力、物力,及时编辑出版了中小学体育教材。第一次明确提出学校体育应从增强学生体质出发的指导思想。根据我国国情把教材分为基本教材和选用教材,以满足各地不同的要求,从而促进了体育教学质量的进一步提高。特别是 1963 年,教育部在北京召开了各省、市、自治区教育厅(局)体育干部座谈会。会议讨论了中小学如何搞好体育、卫生工作,重点试用中小学体育教材,提高教学质量,积极开展各种活动和运动竞赛,以及提高在职教师的业务水平等一系列问题,重新推动了学校体育工作的发展。

随着国民经济的全面好转,我国政府有关部门针对当时的实际情况提出,学校体育要面向广大学生,首先上好每周两节体育课,同时坚持做好早操和课间操,安排好每周两次的课外体育活动,在广泛开展群众性体育活动的基础上,适当组织学生的运动竞赛,并且鼓励有条件的学校开始试行《青少年体育锻炼标准》,从此学校体育运动又蓬勃开展起来。随着体育课质量的提高、课外体育活动的广泛开展、运动队训练的恢复以及运动竞赛的正常进行,学生的体质有所增强。