

浙江省
第一届体育科学学术报告会

论文摘要汇编



浙江省体育科学学会编印

一九八二年一月



目 录

一、体育科学理论

通过体育锻炼提高学习效率,促进智力发展的两年试点的调查与分析	(3)
浙江省近代体育学校简史	(6)
鲁迅与体育	(12)
应重视学生生理、心理特征的调查研究	(13)
浙江省交通学校学生体质状况的调查与分析	(15)
女生月经期体育教学适应性的初步探讨	(16)
怎样提高体育课的教学质量	(17)
慈溪县农村中小学若干身体形态和身体素质的调查分析	(18)
关于学校学生体质状况和改进教学的几点看法	(19)
杭州一中毕业生体质状况的调查报告	(21)
背越式、俯卧式跳高教学关键一环	(22)
如果开展幼儿体育活动的探讨	(23)
跳远丈量法	(25)
谈谈对高中一年级男生三级跳远教学体会	(27)
对抗一中69名运动员的调查分析	(28)

二、运动训练学

全攻全守型打法是我国排球的发展方向	(33)
女子中长跑运动员郭琴少年时期的训练	(37)
如何提高我国乒乓球直拍快攻打法	(39)
试论少年投掷运动员的全面训练	(40)
儿童(男)体操运动员的选材	(41)
百米运动员形态和技术关系探讨	(42)
试谈篮球青少年女运动员的身体训练	(44)
关于“台风”阵地进攻战术的探讨	(46)
谈训练小学生排球队	(47)
应重视少年儿童足球队员技战术意识的培养	(48)
论直拍反板进攻技术	(49)
短跑运动员的选材要注重步频	(51)
无氧代谢和无氧训练在现代中长跑中的地位	(52)
对少年田径运动员训练中几个辩证关系的看法	(53)
如何预防标枪训练中的运动创伤	(54)
论投掷运动员的力量训练	(55)
肩、肘关节在青少年举重运动员选材中的意义	(57)

1980年浙江省业余体校举重比赛调研报告	(59)
如何提高青少年运动员的抓举训练	(60)
幼儿心理特点及其体操入门	(62)
关于体操运动员的后备力量	(63)
对女子体操运动员选材的年令探讨	(63)
浅谈武术运动的发展方向	(64)

三、运动医学

窦性心动过缓运动员的多项指标测定及综合分析	(69)
女生青春期发育的顺序对未来身高增长潜力影响的探讨	(76)
运动员付舟骨损伤探讨	(80)
33例窦性心动过缓运动员的中医辨证分型	(82)
口服糜蛋白酶对软组织创伤的效用	(83)
血型与运动素质	(85)
业余长跑锻炼的心、肺、免疫功能及血液流变学观察	(85)
运动员运动负荷时心、肺功能的动力学观察	(87)
静息时运动员的胸腔内气量、气道阻力及气道传导等的测值报导	(88)
指拨理筋疗法加硝酸亚汞铝箔疗法治疗软组织损伤的疗效观察	(88)
对胫骨疲劳性骨膜炎的探讨	(89)
少年田径运动员800米记分赛前后心电图变化	(90)
窦性心动过缓运动员超声心动图测定	(91)
优秀举重运动员的心电图分析	(92)
运动前后脑血流图分析	(94)
运动员的上消化道出血	(95)
对比蹬车运动试验和阿托品试验对判断运动员窦房结功能的价值	(96)
21例窦性心动过缓运动员心音图分析	(97)
运动对肺功能的影响	(99)
心功能指数应用上几个问题的探讨	(100)
体操运动员的脊柱椎体骨软骨病	(101)
软组织闭合性损伤患者血清FDP值的测定	(102)
应用纸板加压垫法治疗腕舟骨骨折	(104)
膝关节软骨板损伤450例临床分析	(105)
中小学运动会运动员血红蛋白的调查	(106)

四、运动生物力学

对叶佩素背越式跳高技术的生物力学分析	(111)
--------------------	-------

五、体育仪器器材

数字式纵跳摸高测量仪	(117)
------------	-------

通过体育锻炼提高学习效率,促进智力发展的 两年试点的调查与分析

杭 中 (一)

体育科学理论部分

体育锻炼首先体现在增强体质。有了强壮的体魄,是从事各项工作的物质基础。学生从事学习任务也是一样,体质的强弱对智力的好坏起着一定的作用。体质差,学习任务难以完成。身体稍有不适,学生上课时注意力就不容易集中,思维活动不能很好开展,接受能力受到影响。这从一般常识可以推知。从生理观点来分析,进行体育锻炼,可以起到调节神经的兴奋与抑制作用。长时间的學習,大脑会出现疲劳现象,进行一些体育活动,就可以得到恢复,以便重新获得接受知识的活力。

“保证学生每天有‘一小时的体育锻炼’”这是周总理生前的遗愿。是针对青少年儿童生、心理特点以及学习任务的具体需要所作的必要措施。这是科学的,是非常必要的。中央对学、教、训工作提出“两课、两操、两锻炼”也是为了保证学生每天有一个小时的锻炼。可是当前学校制度上虽有如上规定,但实际情况差距还很大,当然有些是客观条件所限制。例如场地、器材、天雨、下雪等等而不能如要求保证学生每天一小时的体育锻炼。但也有些学校单纯追求升学率的情况下,挤去了学生体育锻炼的时间,这是更不应该。分析原因,主要在于对体育锻炼的作用,体育锻炼与学习的关系的认识还没有很好的统一。真所谓:“体育锻炼说起来重要,干起来次要,忙起来不要!”

为了坚决贯彻全面发展的方针,进一步阐明体育在学校中应有的地位与作用,针对“体育锻炼增强体质提高学习效率”这一观点,于七九年下半年开始对七九年初中入学学生进行了试点。确定一班作为试点班,其余三个班作为对照班(该年级全校共四个班)。

分 析

在一班实行风雨无阻确保每天一小时的有计划、有组织的体育锻炼。其它三个班按学校的一般常规进行,在课业工作和学习方面也予以适当安排。经过近两年的试点工作,四个班在体质与学习两个方面都有一定的提高。但一班中提高更快,初步收到了令人比较满意的成绩。现将一班与其它三个对照班在身体形态、机能、素质、学习三个方面的具体发展情况,列表如下:

(78) 初中入学学生入学初期与初二学期期末形态机能发育情况对照表(男生)

(79) 初中入学学生入学初期与初二学期期末形态机能发育情况对照表(女生)

通过体育锻炼提高学习效率,促进智力发展的 两年试点的调查与分析

杭四中 沈祖炎

前 言

体育锻炼能增强体质,已成为众所周知的常识。体育锻炼也能促进提高学习效率,有助于智力的发展,有利于提高学习质量,多数人的认识也是一致的。但在实际过程中往往不能予以肯定。甚至错误地认为体育会影响学习。通过实际试点调查,每天八小时学习,抽出一小时进行体育锻炼,其学习效率是超过八小时学习,用公式表示,即: $8-1>8$ 。

观 点

体育锻炼首先体现在增强体质。有了强壮的体魄,是从事各项工作的物质基础。学生从事学习任务也是一样,体质的强弱对智力的好坏起着一定的作用。体质差,学习任务难以完成。身体稍有不适,学生上课时注意力就不容易集中,思维能力不能很好开展,接受能力受到影响,这是一般常有的现象。从生理观点来分析,进行体育锻炼,可以起到调节神经的兴奋与抑制作用。长时间的学习,大脑会出现疲劳现象,进行一些体育活动,就可以得到恢复,以使重新获得接受知识的活力。

“保证学生每天有一小时的体育锻炼”这是周总理生前的遗愿。是针对青少年儿童生、心理特点以及学习任务的具体情况所作的必要措施。这是科学的,是非常必要的。中央对学校体育工作规定“两课、两操、两锻炼”也是为了保证学生每天有一小时的锻炼。可是当前学校课表上虽有如上规定,但实际情况差距还很大,当然有些是客观条件受限制。例如场地,器材,天雨、下雪等等而不能如实确保学生每天一小时的体育锻炼。但还有些学校在单纯追求升学率的情况下,挤去了学生体育锻炼的时间,这是更不应该。分析原因,主要在于对体育锻炼的作用,体育锻炼与学习的关系的认识还没有很好的统一。真所谓:“体育锻炼讲起来重要,干起来次要,忙起来不要!”

为了坚决贯彻全面发展的方针,进一步阐明体育在学校中应占的地位与作用,针对“体育锻炼增强体质提高学习效率”这一观点,于七九年下半年开始对七九年初中入学学生进行了试点。确定一班作为试点班,其余三个班作为对照班(该年级全校共四个班)。

分 析

在一班实行风雨无阻确保每天一小时有计划的体育锻炼,其它三个班按学校的一般常规进行,在班级工作和学习方面也予以适当安排。经过近两年的试点工作,四个班在体质与学习两个方面都有一定的提高,但一班毕竟进展较快,初步收到了令人比较满意的成效。现将一班与其它三个对照班在身体形态、机能、素质、学习三个方面的具体发展情况,列表如下:

(79)初中入学学生入学初期与初二年级期末形态机能发育情况对照表(男生)

(79)初中入学学生入学初期与初二年级期末形态机能发育情况对照表(女生)

(79)年初中入学学生第四学期期末身体素质测定对照表

(79)年初中入学学生各学期主课期末考试成绩对比表

说 明

在身体形态机能发育情况,从表 I 看到一班男生入学初期与第四学期末测定数据对比,增长率除胸围发育略慢于四班0.10厘米外,其余四项数据均大幅度增长于其他三个班。如体重增加超过各班二公斤以上,从表 II 看到一班女生在入学初期与第四学期两个数据对比的增长率来分析,一班增高8.08厘米,二班是5.78厘米,三班是6.08厘米,四班是4.78厘米,一班增高超过其它三个班达二厘米以上。体重也是同样情况,一班增重超过其它三个班达1.5公斤以上。在胸围一项中,增长率略差于三、四两个班,这项测定数据还待进一步研究,因为这与女生生理特点发育迟早有关。至于肺活量的增加率,则大大超过其它三个班。一班女生在两年来四项形态机能的增长率发展最快,这是经过试点工作取得的成效。综合以上情况一班身体发育情况是比较好的,而且占绝对优势,特别是男生。

在身体素质及运动水平的提高方面,从表 III 反映出一班男生很明显地四项素质测定数据仅力量性项目差于四班男生外,其它在全年级中均占领先地位,女生测定情况仅次于二班女生,其它也都领先。在运动水平方面,一班在全年级中占绝对优势,每学期一次的年级篮球赛,一班男女两队均获冠军(该班对篮球活动已初步形成爱好的风气,群众活动面已达到96%以上),全校各年级登山接力比赛(每班男女两队,每队10人组成),一班男女两队也分别获得冠军;校第十八届田径运动会,一班在全年级中获得男女总分第一。近一年多来,凡是学校各项体育竞赛,该班均占魁首,体育锻炼已初步形成风气。

在学习方面(见表 IV),从开始进校分析,初中入学考试成绩一班总平均占全年级第三位。进校一个学期后,提高到第二位。自第二个学期起,直到目前第四学期,主课成绩连续获得全年级第一位,按中学基本课程语、数、英三课的总平均来看,自第二学期起,每学期也连续均占第一位。从表 IV 的数据可以分析到,一班基础课程文化知识水平是比其它三个对照班上升较快,发展也比较稳定。一班两年来在风雨无阻确保每天一小时锻炼的试点工作中,在文化知识方面,不但没有影响,而是比其它班级提高快。每天适当的体育锻炼是能促进提高学习效率。

做 法

一班试点工作取得初步成效,其关键在于班主任工作细致深入。班主任施再学同志担任试点工作后,首先就对全班学生进行动员,讲清试点任务与要求,发动班委骨干起模范带头作用,召开家长会议,征求意见,统一认识,要求积极配合,经常举行小型座谈会,抓活思想,抓存在的问题,抓学生的学习与锻炼,结合个别谈心,解决思想问题,解决有关学习与锻炼中的安排问题,以使试点工作得以顺利进行。她在整个工作过程中,不辞辛劳,做到及时通气,密切配合,步调一致。

在保证每天一小时锻炼的具体安排上,我们的做法是:每周有体育课及课外体育锻炼的四天,则按学校布置进行,若逢天雨下雪,其它班级不能进行课外锻炼时(因条件限止,至于体育课则全校各班均按正常要求进行),而一班则布置雨天锻炼内容,如跳绳,室内体操项目等。无体育课及课外体育锻炼的其它两天,由体育组组织一班在体育教师直接指导下

进行素质训练,根据他们的年龄生理特点,重点放在速度跳跃及适当的力量训练。又根据少年儿童爱好,交叉安排篮、排、乒等球类锻炼,多进行游戏竞赛等形式的活动,培养他们爱好锻炼的习惯。在时间安排上,根据不影响全体学生活动的前提下,妥善安排一班,保证场地、器材的物质条件,在日短夜长的季节,下午无法保证必要的物质条件时,则一班锻炼改在晨间,由食堂准备早餐,以使他们在锻炼后有充裕时间进早膳而不影响上课。在炎热的季节,则布置游泳训练,从而保证每天进行一小时的锻炼。在要求上,男女同学运动量和强度有所区别,对个别患有慢性病者,更有不同。如该班女生张帆,原患肾脏炎,现经医院检查,检验证明大有好转。在考试前夕,我们针对学生情绪及具体情况,多安排一些轻松而活跃的球类内容,少安排素质训练,运动量及强度均减少,以调剂他们的情绪。总之我们按照“少儿特点,锻炼价值,内容多样,讲究实效”的原则进行安排与组织。

以上仅是试点的初步结论,很不成熟,肯定还有变化,在做法上还存在很多问题,还待进一步探讨与摸索,加以改进,请提意见。

后 言

通过这次试点工作,还发现全年级近视眼程度大幅度提高的严重问题,值得引起全社会高度注意,现将统计情况列表如下:

性 别	测 定 时 间	样 板 数	视 力 (平 均 值)	
			左 眼	右 眼
男 生	79年 9 月	95	1.21	1.20
	81年 7 月	91	1.01	0.92
	视 力 减 退 数		0.20	0.28
女 生	79年 9 月	99	1.09	1.13
	81年 7 月	100	0.82	0.81
	视 力 减 退 数		0.27	0.32

从表X看出:11—12岁的儿童在小学毕业时平均视力已不符合正常的1.5标准。在经过初中两年的学习,视力平均下降至少达0.20,最高下降到0.32,读完高中,情况将更不堪设想,如不从根本上采取必要措施,则情况更会严重,为此我们呼吁全社会来关心少年儿童的视力和身体的健康,特别是领导部门要采取积极措施,严格衡量教育质量的标准(全面发展)。不要片面追求高分,单纯追求升学率,要高瞻远瞩,要对后代负责,以防止拔苗助长,昙花一现的不良后果。其次是积极有效地提高师资水平,从发展学生的智力能力着手,科学地改革教学方法,提高教学质量,并以制度堵塞加班加点,滥发资料,变相补课的不良倾向,从而保证减轻学生课业负担,使在校学生生活丰富活跃,充分发展少年儿童兴趣爱好,培养良好情操。第三改善必要的物质条件,如教室采光,桌椅标准,加强用眼卫生制度等等。

我们要为建设“四化”培养全面发展的合格人才而贡献一切力量。

浙江省近代体育学校简史

姚廷华

迨清末叶，清室为缓和庚子，辛丑以后的国家形势，诏议兴学。1903年颁布《奏定学堂章程》，浙江各府、县遵照章程规定，凡高等小学以上学校开设了以“兵式体操”为主要内容的体操科。当时师资来源主要是武备学堂毕业生，少数是日本留学生和聘请日本体操教员。

由于体育师资远不能适应“新学”增长的急需，清朝学部于1906年通令全国各省，在省城的师范学堂附设体操专修科，以培养体操专门人才。

从庚子、辛丑到辛亥革命年间，是中国传播资产阶级民主革命思想的阶段。较早派遣留日学生的浙江，在传播新思想、新文化的过程中，在1905年即运用体育来鼓吹革命，组织和培训起义骨干，倡办了体育团体和体育专操科。

自1905年起到1949年的全国大陆解放，在这将近半个世纪的年代里，浙江在办体育学校方面，大抵可分：清末民初时期，“五四”运动时期，国民政府统治时期。在这期间先后办过十余所体育学校和体育专业，对培养体育专门人才、开展浙江体育起了积极的作用。然而在旧社会里，对于办学，尤其办体育学校，其办学的历程却是非常艰辛而多坎坷。

笔者借此文，仅将访问体育界前辈和地方耆老所得，结合所蒐集的史料，加以综合整理，分述如后：

清末民初时期

清末的浙江，是代表江南沿海地区革命力量的光复会的中心。1905年兴中会，华兴会，光复会联合组成中国同盟会，光复会领导人之一徐锡麟，于当年上半年在绍兴倡办体育会后，同年农历八月与陶成章一起筹建了大通师范学堂，校址设在府山麓古贡院之豫仓。除授各学科外，尤其注重兵式体操和器械操。后来按陶成章建议，在学堂内设立体操专修科，从而开创了我国近代创办体育学校的先声。

在“向杭州学务处递禀”时申称：“内设体操专修科，凡有志者均可入学，六月毕业；即行各归本乡倡办乡团，以为征兵预备”。“清吏信为然，可其请”。其实，徐、陶烈士藉此巧辟革命蹊径，运用体育手段造就革命人才，训练起义骨干，达到集结革命力量，推翻清王朝之目的。故“凡党人来者入体操专修科，”专习兵式体操，“于是大通学堂遂为草泽英雄聚会之渊藪矣”。到1906年9月止，前后已两期结业，颁发的文凭“盖有绍兴府及山阴、会稽两县的大印，又盖大通学堂图章于末，背面则记以秘密暗号。”（陶成章《浙案记略》）“鉴湖女侠”秋瑾，在徐锡麟赴安徽任职后，于1906年冬主持校务，后将体育会并入大通学堂，同时招收了体操专修科一期。

1907年农历五月二十六日，徐锡麟发动安庆起义失败，慷慨就义。秋瑾闻讯，决意以身殉国，在抗击中被捕，壮烈牺牲于绍兴轩亭口。

据1918年越铎日报11月31日“禹域阳秋”专栏载：“溯丙午、丁未而往绍兴，各校任体操教员者半为大通校及体育会人，其功效可想见也”。由此证明，大通师范学堂不仅培养了革命骨干，同时造就了大批从事教育的体育师资，

与大通学堂相呼应的台州革命党人，在项儒、屈映光等领导下，于1907年创办了耀梓体育学堂。这也是一所以军事体育培养人员作起义准备的学校，因徐、秋烈士挺身赴难，清政府严加镇压，以“体育奉停”的皇命，将耀梓体育学堂强行关闭，从此体育一词，在浙江成为忤逆龙鳞，触犯天条，横遭禁锢。

中华民族是富有革命传统的民族，各地的革命斗争此伏彼起。1911年（宣统三年）反清斗争形势犹如怒涛排壑不可遏抑。是年六月底七月初，浙江组织体育会时，因避违而以“尚武会”命名在杭垣宣告成立，这是浙江迎接辛亥革命高潮的前奏。（浙江教育官报：光绪卅四年第一期。褚辅成《浙江辛亥革命纪实》）。

受新学促进，清政府以杭城贡院（现杭一中址）改建的浙江两级师范学堂，在1907年农历十月，经过报名和定期开考，招收了优级（培养中学师资）初级（培养小学师资）及体操专修科学生共六百人，翌年春，校舍落成后入学。

体操专修科的课程有体操、游戏、教育学、生理学、教授法、伦理学：算学、音乐等。据1909年统计，体操专修科学生有一百名毕业，1910年有一年制体操专修科毕业生61名，两年制体操专修科兼英、算专修毕业生36名，后续招两年制学生二百名于1911年暑期毕业。两级师范学堂中先后担任体操教员的，是留学日本大森体育学校的陈景璠、胡麟阁、张希青等人。（《杭州府志卷十七》《浙江文史资料选辑（四）》）。

1908年，处州（今丽水）府中学堂也附设过体操专修科，招收一个班，共有学生二十五人。据残存的《浙江教育官报》载：杭州尚有全浙师范体操专修科和杭州体育讲习所等校所，可惜上述学校史料散失无存，且待今后发掘补遗。（浙江教育官报：《1908年师范学堂，师范生统计表》《1911年浙江各学堂教员一览表》）。

武昌起义的炮声，推翻了统治中国二百六十多年的清王朝，结束了自秦汉以来延续两千几百年的帝王政权，开创了中华民族的新纪元。

领导浙江光复的军政将领，绝大多数乃当年秋瑾介绍入光复会的成员。他们为缅怀英烈，纠集同志，继承和发扬革命烈士的遗志，在中华元年重建了以浙江冠名的体育会，一个多月后，因故改组，并在云居山摩崖题字；同年兴办了私立浙江体育学校，成为辛亥革命后全国创立体育学校之首。

私立浙江体育学校：校长是浙江体育会会长吕公望（第六师师长）兼任，校董是沈钧儒（省军政府教育司司长），袁文白主持校务，经费除校董和社会捐赠外，由省议会决议，政府每年津贴银元三千（浙江公报《民国二年岁出预算第三十二款教育补助经费》）。

校董会主要是浙江军政界人士。1914年春季，教务长王莘（卓夫，仙居人）升任校长。前期的体校办学认真，注意管理，重视教授法，学校声誉较好。据史料载：王莘曾于1924年获得教育部五等宝光勋章的奖励。（浙江教育行政月刊1924年第六期）。

嗣后两位校长是孔壅（逸夫）和周雪愚（铁成）。先后担任教务长的有孙纲球（樵）、傅政霖、李君勉、袁济时。

体育学校的学制，从开办至九期是一年半的选科，十期起改办二年制本科。以后又恢复招收选科，共办二十九期，培养了千余名学生。在校学生通常在一百一十二、三十名。课程设置除与其他学校雷同外，初创时期尤重兵式体操和拳术，更为特殊的，该校专门设有兵学与警察学两门课程。

校址经过数次迁徙，从开办初的普安街（现今所巷与红峰针织厂附近），迁到板儿巷，

又迁羊市街，最后搬到城隍山（即吴山）。当时学校设备简陋，教学上的主要活动场地则借用邻近的运动场。如：梅东高桥大营体育场（今省立体育场），原抚台衙门旧址的运动场（现杭五中、水利局附近），以及湖滨的旧省立公众运动场（后改民众教育馆运动场，即今湖滨游船租借处地段）。

学生主要以省内居多数，但在早期也有“国外如安南、朝鲜的学生”（注），以及国内北自辽宁、吉林，南有云南，广东，西有四川、湖北等省的青年为景仰革命英烈前来投考攻读，尔后也招收了女学生入学。

体育学校向来在课程设置和学生出路方面，受浙江军、警、政界的影响和控制。因此多数学生毕业后转入军界（北上进保定军校，南下入黄埔军校）和警界（进警官学校）。如：1926年4月，浙军第三师组织教育队时，在“挑选部属军士入队肄业”的同时，“另招募体育学校毕业生投充”，即是其中明显的一个事例。（越铎日报）然而服务于教育界，兢兢业业于本职工作的毕业生也不乏人。体育学校培养出不少运动员，如1930年在杭州召开的第四届全国运动会时，代表浙江参加游泳角逐，又在翌年第二届省运动会上，获得全能冠军的张绳宽，就是该校学生。（访问周伯平先生，项柞梁先生记录注：浙江体育专门学校运动特刊：孙纲球《致毕业同学书》1928、12）。

“五四”运动时期

在“五四”爱国运动的推动下，促进了新文化运动的发展。浙江在创办体育学校方面，出现了崭新面貌。尤其是女子体育，一经“五四”运动的冲击，不期脱颖而出，闯开了“女禁”。从此浙江在提倡妇女体育，开办女子体育学校中也数全国较早的省份，这是思想解放的重要成果。

1920年间，私立浙江女子体育学校诞生了，我国近代第一所中国体操学校，从上海迁到了湖州南浔镇，兰溪的私立浙东体育专修学校和杭州的私立浙江体育师范学校，相继破土而出。浙江省从原有一所私立浙江体育学校，激增到五所之多，这在浙江近代史上是件了不起的大事。

武问梅是私立浙江女子体育学校校长，原是辛亥革命时期的女子敢死队队员。在“五四”新文化运动的影响下，冲破封建世俗陈见的藩篱，受“妇女解放”“妇女平等”新思想的推动，聘请吴腾（云程，义乌人，浙江体育学校毕业留校执教，编著《学校应用体操法》）担任教务长，于1919—1920年间勇敢而艰辛地办起了女子体育学校。以培养女子体育师资专才，推动浙江妇女体育运动的开展。校址设在杭州清波门六官巷内，学生近百人。数年后终因经费和立案等原因被迫停办。这所女子体育学校，犹如闪光的明灯，在顽强的挣扎中被熄灭了；然而这位辛亥革命女战士的办学精神令人敬仰。在浙江教育（体育）史上应予公正评价。（访问周伯平先生，项柞梁先生记录）。

此外，1917年2月杭州的浙江私立普成女学校。专门附设了女子体操讲习科，这所热心提倡体育的普成女校，深感当时女校逐渐增多而女体育教师奇缺的矛盾，为了急需培养一批女体育教师起见，特地开办女子体操讲习科，学额为六十名，学制一年，校址在凤山门内严官巷底。（1917年2月7日越铎日报）这是目前所知道的，浙江省最早办女子体育专业学校。

中国体操学校是我国首创的一所专门培养体育师资的学府，1920年为徐一冰独立主持后，迁至江浙交界，临近上海而盛产蚕桑鱼米的浙北名城——湖州南浔镇。

徐一冰，原名益彬又名逸宾。留学日本后立志发奋图强。1907下半年与徐傅霖，王季鲁

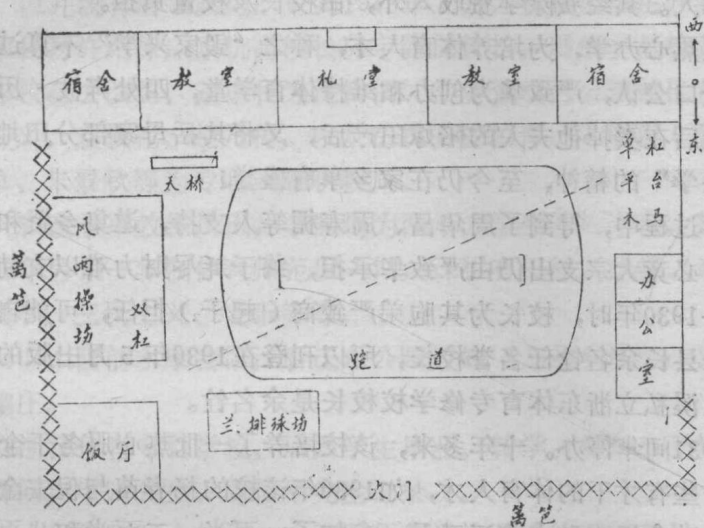
等人在上海北浙江路华兴坊共同创办中国体操学校。1908年，第一届学生入学1916年杭州举行第一次全浙中等学校联合运动会时，徐一冰应聘返浙，担任大会司令部及评判部的主干（即总指挥与总裁判）。

该校迁返徐氏故里南浔后，校址设在南浔西栅西庄村（现今北里影剧院一部分及其后面大片土地），新建的校园地广五十亩，建筑了礼堂、教室、办公室、寝室、饭堂等等教学与生活用房，辟有田径场（兼足球场）、兰球场、排球场，风雨操场。置有天桥、平台、木马、单杠、双杠等器械。1921年春，校舍落成如期开学。

课程有学科和术科，除体操课外增设了田径和球类。当时任职的教师有徐一行、邱楼五、沈立宽等人，在校学生约七十余人。

徐一冰先生以管教严格，蜚声于教育界，他艰苦办学不遗余力，因积劳成疾，惜于1922年秋病逝。继任校长为其胞弟徐一行。直到1927年下半年终因经费困难而停办。

据解放前后任南浔中学校长林黎元老先生忆述，体操学校与林宅仅一河之隔，少年时经常去体操学校游戏和运动。北伐军进驻南浔时，全镇的庆祝大会便是借体操学校操场召开。对于体操学校的方位和布局林老记忆犹新，画稿如下：



林老说：“因操场嫌短，跑一百十码时要斜线跑”。又指出“体操学校停办后，校舍租让。因经营爆竹作坊，失火而毁”。

该校先后计三十六届学生，毕业生达一千五百三十一人。上海、苏州、广东等地体育学校创办人都是该校毕业生。

中国体操学校不仅对我国体育事业，作出卓越贡献；而在辛亥革命时，参加李燮和部敢死队的战士中，中国体操学校学生最占多数，为光复上海、南京，为革命谱写了光辉业迹。（《中国体育参考资料第九辑》《历史档案》1981年第3号，访问林黎元老先生、朱从良老先生、周子美老先生、潘逸群老先生记录）。

私立浙东体育专修学校，是浙江体育学校第六期毕业生严致华所创立。他为振奋民族精神为祖国的富强，积极倡导体育回乡里兴办的。

1920年开创之初，定名为浙江金华道私立体育学校。尔后曾改称过浙东体育专门学校、

光华体育专修学校。然而当地人民一直亲昵而习惯地沿用简名，称呼“体育学堂”。

体育学堂校址最早设在兰溪水阕门斗富桥头（现在兰溪棉纺织厂宿舍一带），1922年初迁到孔庙（现兰溪二中），1923年下半年才迁入严氏祠堂（现在兰溪二中宿舍及其附近）。

1921年10月，兰溪大云山麓的文昌阁广阔空地，改建成公众运动场，县署委严致华兼任场长。体育学堂建于孔庙和严氏家祠，都利用了公众运动场进行教学。

浙东体育专修学校是一所中等专业学校，所设课程有：国文、算术、英语、地理、历史卫生、体育学、儿童学、音乐、图画、童军、军训、田径、球类、游技、武术及器械体操等。教师中有与严致华一同开办的李杰、有舒风鸣、李哲、罗运筠、周寿楣、胡桂莲等人，随着学校的发展，学生的增多，先后任教的还有吴鸿、陈炎、严维基、徐尚武、叶苍、严致商（其间汤恩伯也曾到校任职，不久即东渡日本）。

开办初，每年招生一次，仅二十余学生。以后改为每学期招生，每次约三十名，由于经济、学业、身体等原因而有中途辍学，所以每届毕业生大致只二十余人。

幸蒙兰溪县副县长胡汝明同志大力支持，借阅珍藏的1929年11月出版《兰溪县概况》一书，据此史料记载：“1929年体育学堂有学生82人，分四级编制，教员22人；自开办至1929年共有毕业生264人。其经费除学费收入外，由校长及校董负担。

严致华为乡里热心办学，为培养体育人才，称之“毁家兴学”不算过誉，据兰溪地方耆老和教育界前辈众口公认，严致华为创办和维持体育学堂，四处奔波，历尽艰难。他变卖了所有田地房产，最后在卖掉他夫人的陪嫁田产后，又将其岳母家部分田地变卖办学。此种为体育事业“毁家兴学”的精神，至今仍在家乡享有盛誉！

严致华在办学过程中，得到了周华昌、周寿楣等人支持，邀集乡贤和社会名流组成学校董事会集资襄助。必竟大宗支出仍由严致华承担，终于耗尽财力难以支持。

1929年末——1930年时，校长为其胞弟严致商（起于）担任，可能自谦资望不足或出于其他原因，由前任县长余名铨任名誉校长，所以刊登在1930年5月出版的《浙江教育行政周刊》第38期上，兰溪私立浙东体育专修学校校长是余名铨。

这所学校到1931年间停办。十年多来，该校培养了一批热心服务于金华各县的师资力量，同时也培养一些有才干的体育人才，如1930年该校的杨春苗与倪安金，即是浙江省选派出席第四届全国运动会短跑和中跑运动员，参加了一百米、二百米和八百米的竞赛。

兰溪历来是金华八县中富庶之地，但是开拓新文化中也非易事，严致华对金华地区提倡体育，创办体育学校的业迹，可谓苦心经营，付出了毕生代价，不愧为浙江近代体育的积极倡导者，为发展浙江体育作出了贡献。

（访问兰溪县90岁郑宝谦老先生、76岁冯如珍先生、78岁朱德璋先生、77岁郑宝善先生、69岁吴志桢先生、57岁严宝琛先生（严致商儿子）谈话记录，1929年《兰溪县概况》）。

二十年代杭州还有一所私立浙江体育师范学校开办。那是在1921年成立的，由省长周凤岐（恭先）兼任校长，敦聘蔡偃哉（中国体操学校毕业）为教务长主持校务。先开办于杭州梅东高桥堍，后租借羊市街雄镇楼民房一幢为校舍，学制两年。第一期招收学生64名，1922年3月教育部批准备案（浙江教育月刊民国十一年第三期，教育部指令332号）。专职教师只两三人，大多数是兼课教师。

学校年级以“天行健君子，以自强不息”十字的顺序排列取名。办到子字班时，因经费无着而关闭。（湖州少体校校长方中矩先生回忆录，周宝璋先生提供）。

国民政府统治时期

北伐战争的胜利，沉重打击了帝国主义和封建军阀在中国的统治。自1927年“四·一二”反革命政变后，蒋介石在南京建立了国民政府。

在国民政府统治下的浙江，若以国民体育中的一部分——体育学校论之，非但无所建树，相反则日见枯萎凋零。从1927年4月18日（南京国民政府成立），到1933年上半年的六年时间，二十年代艰辛建立起来的几所体育学校，由于得不到应有的扶助和支持，不得不被迫一一停办。

就此，浙江没有一所培养体育人才的学校了，这种落后的倒行变态，正是国民政府政迹的暴露。

抗战前夕，杭州有一所昙花一现的浙江省立体育专科学校，当时委任王毅诚为校长，聘屠镇川（鼎瑛）为教务长。因不愿出任，改聘贾志征。校址择定省体育场对面原蚕校旧址，业经招生，准备入学。因日本帝国主义的大举侵犯，爆发抗战，这所“呱呱”坠地的省立体专。被扼杀于“产盆”之中。（访周伯平先生记录）。

私立浙江体育、童子军专科学校，始于1944年筹建，曾以校长阮毅成，董事长朱家骅报经教育部立案批准，但并没有着手实施；直到1948年8月才在杭州招生开学。

其时，学校董事长易许绍棣，原杭高校长房宇园任校长，周伯平是校董兼秘书，教务长孙纲球（懋）。1949年校董会改组，董事长为沈钧儒、常务董事吕公望兼代董事长。

聘请南来的董守义，袁敦礼，赵乃传，以及在杭的陈柏青、朱程表（襄）、胡士煊、朱守训、蒋新、周定章、朱景秋等为专职或兼职教师。

学校分设体专科和童子军教练员班，学制均为两年，学生约八十名。1949年春、秋续招体专科各一班，1950年另招一年制体育师范班一期，课程有田径、球类、童军、裁判法、教育学、生理学、解剖学、三民主义、音乐等等。

该校开办于杭州旧大营前永康会馆，后迁六公园旁的“九芝小筑”；又迁大营后的水星阁，再迁岳坟附近鲍庄。

解放初改称私立浙江体育专科学校，后因学生毕业、转学、参军参干等原因，1951年上半年学校停办。（访问房宇园先生、周伯平先生记录）。

此外，浙江在三十年代和四十年代，有四所师范学校开设体育师范科，学制三年；培养小学体育师资。

省立杭州师范学校，于1936年曾开办“艺师科”，招收体育科学生及艺术科学生共30余名，合成一班。专业课分班上上课。当时的体育主任为王逸公，教员有赵蕴华，兼课教师为周伯平，侯崇三（童子军），后因抗战迁校至丽水碧湖，合并于普通科上课，体育科学生尚有数名坚持读完。

省立湘湖师范学校于1947年1948年先后招收体育师范科学生共约八十名；体师科：科主任陈裕伦。教师有冯马兴、裘澍涵、胡庆生，朱方东、陈宗强等。

省立湖州师范学校体育师范科：科主任周宝璋，该校于1948年招收学生四十名，先后任课的教师有方中矩、吴从善、陈振寰等。

两校体师科学生，由于参军等种种原因，湘湖师范体师科仅留九人于1950年毕业，湖州师范体师科毕业生，连1950年初的插班生合计在内只有十人。

设在义乌县佛堂镇的省立金华师范学校，解放前夕也增办了体育、童子军科，科主任班

自强,教师有苏博文、严邦洛等。解放后改办体育、音乐师范科,1949年2月招生,开办初有学生50人,到1952年毕业时只13人。

师范学校体师科学生,在课程方面与普师学生共修语文、数学、史地、物理、教育学、心理学等课程外;在专业课方面,有田径、球类、体操、体育原理、体育行政、裁判法、解剖学和生理卫生。

小 结

综上所述,浙江自晚清兴学以来,在“新学”的推行下开始建立了我国自己的体育专业学校培养专门人才。

中国的资产阶级民主革命派,在浙江,运用体育来鼓吹革命,传播民主革命思想,组织和训练起义骨干,有推翻清王朝服务起了重要的作用;构成了浙江辛亥革命的光辉篇章。

受“五四”运动的推动,爱国的、热心倡导体育的和事业性强的仁人志士,为强国强民,振兴民族精神,纷起办学。出现“毁家兴学”的动人事迹。女子体育学校开办了,体育学校增多了,浙江体育界出现兴旺,奋发的新景象。

从民国纪元起,不论军阀统治,还是国民政府成立以后,素称文化之邦的浙江,在漫长的岁月里竟没有一所公立体育学校,从事体育人才培养,推动体育工作的开展。真正脚踏实地地办体育教育事业的,都出自于民间。他们经受种种艰难,以微薄而有限的力量,迈开坚定的步伐奋斗着。他们既没有受到引导、加强,又极少得到资助扶持。当国民政府六周年之际,所有体育学校先后陆续关闭殆尽。从此,全省形成没有体育学校的空白倒行局面,长达十五年之久。军阀战乱,日寇侵犯,国民政府的腐败造成了浙江体育事业凋残冷落的根本原因。

解放了的神州大地,日月重光的今天。浙江体育已扎根于滋润的沃土之中,显示出蓬勃生机;大好形势激励我们在中国共产党领导下,发扬爱国主义光荣传统,为着振兴中华,建设“四化”的宏图而努力做好本职工作。

鲁 迅 与 体 育

杭大体育系 李翅鹏

毛主席称“鲁迅在中国的价值,据我看要算是中国的第一等圣人。”值此纪念鲁迅诞辰百周年之际,笔者搜集整理了鲁迅的部分体育遗产,分六个方面介绍鲁迅在致力于“改造国民性”的事业中,从事体育实践,注重体育宣传等概貌。力求通过纪念鲁迅,学习鲁迅的精神,造成一个全社会都来重视体育活动的新风尚。

全文共八千余字,摘要如下。

一、《三味书屋》外的课余兴味。小时候,鲁迅不满私塾里那种“只看见院子里高墙上的四角天空”般的生活,在读经,读史,读诸子百家的“三味”之余,总要到《百草园》等地自寻乐趣;玩《纸糊盔甲》等武打游艺;寄居乡下后,自主的游戏和活动更为广泛。从而,冲决封建教育的禁锢,自取健康发展的新路。

“儿童的情形，便是将来的命运”。提倡儿童体育是时代赋予家长和儿少工作者的光荣责任。

二、《戎马书生》和柔道学员。反清革命人心所向之际，鲁迅就读于南京，在进化论的影响下，更激起救国热情。决心做个文而兼武的“戎马书生”，课余常练骑马，骑术日精，直至可与旗人子弟媲美。留学日本弘文学院时，自愿选修柔道。为方便体操，在江南班上第一个剪了辫子，并赋诗摄影、断发照《自题小象》是鲁迅思想转折的第一个里程碑。鲁迅是我国首批柔道学员之一。

以立志推动锻炼，实为现代青年们的学习榜样。

三、赞助学生体育的师表。在民主革命思想影响下，鲁迅日夜思考着祖国的危亡，立志做个“精神界之战士”，回国后的第一个职业是教师，在教育界任职的岁月里，总是身体力行地赞助学生体育，关心女性解放，注意政治内涵，实为现今教育界的师表。

四、鲁迅笔下的体育宣传。在鲁迅那七百余万字的著译文库里，书信日记中，蕴藏着极其珍贵的体育遗产。他猛烈抨击传统的家庭教育，主张“儿童要动，切不可向静”；他把“文学青年的咯血、近视和体质的弱”，看成是“于战斗有妨碍的事”；他明察秋毫地揭露“因是子静坐法”和“国粹拳术”的险恶用心；他用韩非子的“不耻最后”和运动竞赛的“费厄泼赖”，注：Fairplay，英语译音，意为不用不正当手段的正大光明的竞赛，精神勉励青年竞持奋发，凡此等等，笔锋所及，入木三分。

在体育适应“四化”建设中，学习鲁迅文风，加强体育宣传，实为当务之急。

五、鲁迅晚年少锻炼的原因。驱于斗争的复杂，鲁迅握笔为枪，冲锋陷阵，自觉献身，常过着“象兵士伏在战壕里休息一下”地紧张生活，奋笔疾书，顾不上锻炼。环境的恶劣，反动派的迫害，旧病复发，当时被认为是绝症的肺病，不适宜运动。即使如此，但他仍然根据自己的年龄，职业和体格状况，坚持力所能及的体育活动。本着“与其不工作而多活几年，倒不如赶快工作而少活几年”地韧性战斗。他那“虽自觉渐渐消瘦，也以为快活”的自我牺牲精神，实为现今中老年们的楷模。

六、读点鲁迅体育后的启示。鲁迅的人生哲理是：“横眉冷对千夫指，俯首甘为孺子牛”。他常自比为“牛”，吃的是草，挤出来的是奶，哺育着有志革命的年轻一代。鲁迅的体育言行，是鲁迅遗产中重要组成部分。我们体育战线现在纪念鲁迅，就要象鲁迅那样终身奉行“运动原是很好的”信念，把育体运动看成是一项强国强种，振奋民族精神的国家事业，自觉锻炼，积极工作，努力推进。

应重视学生生理、心理特征的调查研究

杭州大学：陈德明、周成富、徐可平

为了使学校体育更适合学生的年龄特征，我们用了两年多的时间，在我校七九、八〇两级1433名学生中进行了一些调查研究。根据所得的材料，在教学中作了一些实践，现归纳以下几个问题与大家共同探讨。

一、调查结果：

年龄最大的26岁，最小的只有15岁，平均年龄，男生为17.3岁，女生为17.5岁。属于少年年龄阶段的男生占57.1%，女生占56.6%。在19岁以下的学生占87.5%。

男生身高在1.70米以下的占72.2%，女生身高在1.60米以下的占58.8%。男生体重在55公斤以下的占75.8%，女生体重在50公斤以下的占69.2%，

进校前达到少年组标准的男生占18.5%，女生占12.9%，达到青年组标准的男生占2%，女生占0.9%。有比赛经历的男生占11.4%，女生占8.7%。

学生中对各项锻炼活动都感兴趣的占4.7%，偏爱各种球类活动的男生占54.1%，女生占46.5%，而对各项体育活动都没有兴趣爱好的却占30%。

对学校体育教学比较关心，能提出建议与要求的占30%，而有70%的学生对学校体育并不关心。

大部分学生具有一定的活动能力，他们特别喜爱游戏性、竞赛性的活动。有81.19%的学生希望提高自己的体育运动技术水平。

90%的学生对于增强体质有要求，对体型的美育观也在不断地加深，他们羡慕健美的体型。71%的学生有通过体育课把自己锻炼得更健美的要求。

二、针对学生的生理心理特征，在体育教学中应抓的几个问题。

1. 严格执行体育正课教学的管理制度。

2. 开设普通课、专项课、保健课、训练课，和高年级学生体育选修课等多种形式的体育课。

3. 加强体育目的性的教学。

4. 加强体育知识的传授。

5. 把原来每周二小时体育课连上改为两次课分上，每节课为五十分钟。

6. 从八〇年开始，为了保持体育课的适宜运动量，对课的运动量作了大量的现场测定和统计，并列为研究的课题之一。

7. 课内外结合，开展小型多样的各种竞赛活动，抓好达标锻炼。

三、结果

学生入学以后，经过两年的体育课教学和平时的锻炼，身体素质得到一定的提高。现就七九级学生两年来一些代表性项目的成绩统计作一比较，以说明问题。

性别	人 数	项 目	第一学期	第二学期	第三学期	第四学期	提 高
男	497	100米	15"57	14"63	14"26	14"03	1"54
	420	引体向上	5.43次	6.49次	7.41次	9.12次	3.69次
	421	立卧撑/分	25.09次	28.76次	30.19次	31.93次	6.84次
女	202	100米	18"64	17"36	17"64	17"29	1"35
	204	仰卧起坐	11.77次	18.95次	18.53次	23.91次	12.14次
	201	跳绳/分	102.01次	115.09次	118.59次	133.07次	31.06次

重视学生生理心理状况的调查研究，对提高体育课教学的科学性，减少盲目性，关系很