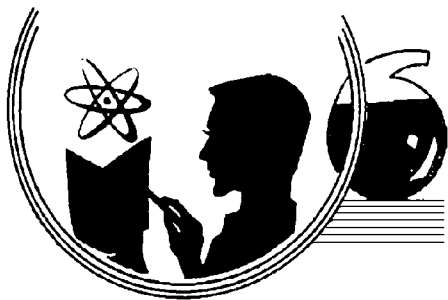


●世界课程改革与教学创新文库(第三辑)

学科课程改革与教学创新

体育教学原理与各国学校体育教学改革

北京师联教育科学研究所 编



学苑音像出版社

责任编辑 冯克诚 王 军

封面设计 师联平面工作室

世界课程改革与教学创新文库

(第三辑)

学科课程改革与教学创新

体育教学原理与各国学校体育教学改革

北京师联教育科学研究所 编



学苑音像出版社出版发行

2004年12月印刷

开本 850×1168 1/32 印张 228 字数 5925 千字

ISBN 7-88050-122-3

全38册配碟发行638.40元(册均16.80元 不含碟)

本书如有印刷、装订错误,请与本社联系调换

目 录

学校的健康管理	(1)
关心年轻一代的健康 ,体育..... 瓦·阿·苏霍姆林斯基(6)	
运动不足 ,会直接影响大脑.....	(10)
苏霍姆林斯基谈如何增进学生的健康	(12)
国内外的体育教学改革	(20)
激发体育的思维空间	[美]多纳·麦·米勒(25)
一种重要的教育方式——家庭体育作业	
..... [苏 亚·奥·皮亚尔恩格(30)	
“ PRECEDE—PROCEED ”模式在早期健康教育中的应用	(32)
西方国家的中小学课内外体育	(38)
美国儿童的竞技运动	(43)
美国中学的竞技运动	(47)
美国学校的体育课	(51)
美国中学的课外体育活动	(53)
美国堪萨斯州中学体育教师对体育教学目标的认识	(56)
中美两国学校的健康教育	(58)
加拿大学校体育的过去、现在和将来.....	(63)
加拿大的学校体育方向化	(67)
法国的学校保健	[A]钱海祐(71)
联邦德国学校两堂不同特点的体育课	(76)
联邦德国中小学的体育教学	(80)
民主德国的学校体育	(85)

东德中学体育教师的培训制度	(94)
罗马尼亚中小学的体育教育	(97)
苏联的学校体育工作	(99)
苏联重视学校体育教育	(102)
苏联对中小学生学习运动竞赛的要求	(107)
苏联建立新的校外少年儿童身体训练俱乐部	(109)
苏联国际象棋普及教育	[苏]B·切尔维亚科夫(111)
莫斯科为体弱儿童开办专门学校	(114)
日本的健康教育	(116)
日本中小学体育教学特点	(119)
日本大学体育教学的历史变革	(124)
日本大学体育教育的改革思路及未来走向	(127)
日本战后以来出现的理论观点	(129)
日本战后学校体育的主要学术团体与学派	(133)
日本普通学校的现行体育教学大纲的改革	(135)
日本保健体育大纲的实施状况	(140)
日本振兴 21 世纪学校体育的对策	(147)
日本体育教学大纲中理论知识部分的发展与变化	(151)
日本小学体育新学习指导要领介绍	(155)
日本初中体育新学习指导要领介绍
..... 日本冈山大学教授 团琢磨	(161)
日本中小学的体育教学	(167)
日本中小学体育新的教学大纲	(170)
日本体育教学的学生选择制	[日本]咏岛惇正(173)
日本学校体育教学的学习指导形态——“小集团学习”	(177)
宫城教育大学附属小学培养健美儿童的教育 ...	[日]中森孜郎(188)
日本中小学生的课外体育活动状况	(193)



学校的健康管理

学校必须对学生进行健康教育和保健教育,同时必须进行健康管理。

学校是一个教育的社会,是生活的集体。从而像一般社会必须进行社会保健工作那样,学校也必须进行社会保健工作,这就是学校的健康管理。

不过,学校的健康管理,包括物的和人的两个方面。

一、学校环境的健康管理

学校环境不仅是教育的场所,还是学生生活的场所,所以不仅应从教育的观点加强管理,而且还应从健康的和安全的观点出发,加强管理。

作为学生生活的地方——校园、校舍、运动场等设施,与学生的卫生保健工作有着极其密切的关系。它和家庭的房屋、房子的构造、设施等一样,与我们一般的保健卫生工作有着密切的关系,因而学校环境的整建与管理只从教育的、学习的观点出发是不够的。不过,关于学校设施的健康管理可以分为一般生活和学习生活两个方面。

1. 校内一般生活的健康管理

学校既然是学生生活的地方,首先应保持清洁。关于学校的清洁管理,在文部省训令中规定了学校清洁法(一)日常清洁方法;(二)定期清洁方法(三)临时清洁方法。

问题是由谁来搞学校的环境卫生。当然,应配备相当多的勤杂人员,专门负责经常的学校清洁工作,但是在教育财政上未必可能。



因此可以由学校的成员,即教师、学生自己把学校的清洁搞好。这不仅是因为学校财政有限,不得不这样做,而且有其积极的教育意义。自己负责搞好自己生活场所的清洁是生活教育的基础。但是,必须特别注意,应根据学生的身心发育阶段等情况分配应负责的清洁范围。

2. 学习生活的健康管理

学生在学校,不仅像在家里一样只是生活,而且应像成年人在工作岗位上工作那样,从事学习。为了便于学习,才特别设立学校,建筑有关设施。因此,必须从学习的观点出发,加强学校设施的健康管理。

然而,用于学习的学校设施就是“教室”。因此,学习生活的健康管理就是如何搞好教室的设施问题。当然,一般都注意要有良好的通风设施,同时,在学习上特别注意“采光”问题。因此,为了“预防学生的近视眼”,在采光方面有特别的规定。

3. 保健卫生设施

因为学校是实施教育的地方,当然要有教育设施,可是同时也为一般生活整建各种设施,所以必须适当加以管理。关于保健卫生设施,有厕所、排水设施、供水设施、饮水处、洗手处、洗脚处等,在清洁上特别重要的是供水设施。供水设备,既与学校防火有重大关系,也与学校保健有着密切的关系。

只靠努力是不能保持学校的清洁的。必须有特别的设施,因为它是搞好清洁卫生的前提。希望学校供水充足。

其次,为了进行健康管理,学校应特别筹建伙食设施和保健卫生设施。伙食设施,与其说是从教育方面考虑,不如说是从保健方面考虑才设置的,必须十分注意其经营管理。

保健卫生设施,如保健室(卫生室)。它是由人的设施和物的设施组成的。人的设施要配备校医、牙科医生和护士等,要有常设的护士。护理教师由于同时要兼任教育工作,所以只配备护理教师往往



是不够用的 配备专职保健护士是颇为理想的。

以上简述了学校环境的健康管理 这些主要是教育行政部门的任务 ,除学校清洁工作外 ,都是建校初期必须充分加以考虑的。

二、学校成员的健康管理

学校主要是由学生和教师组成的。因此 ,首先必须考虑学生的健康管理问题。

1. 学生的健康管理

学生健康管理的基础 ,是对学生进行健康诊断 ,充分了解健康管理对象——学生的实际情况。


第一、关于学校进行健康诊断的问题 ,在“学校保健法”上有明确的规定。学校健康诊断 ,应根据各种目的进行。实施义务教育的学校 ,在就学前进行。这是对学龄儿童、学龄学生入学前采取的必要措施。

第二、为决定录取新生而进行的健康诊断。这是为了诊断入学志愿者是否有胜任该校学习任务的健康体格。

第三、对在校学生进行的健康诊断。区分为一般的和特别的两种。一般的健康诊断是为了管理学生的健康而进行的。这里分为定期健康诊断和临时健康诊断。定期健康诊断每年四月进行一次 ,将其结果载入学校健康诊断卡片 ,要保存五年以上 ,并且必须根据“学校卫生统计调查”的规定处理。

第四、特别健康诊断 ,是为了特殊目的进行的 ,例如为进行职业指导进行的健康诊断。这是在学生临近毕业时 ,为了对学生讲进行职业选拔而进行的健康诊断。

临时健康诊断 ,是在临时有必要时进行的。主要有 (一)学校发生传染病时 (二)学生长期不能上课的前后 (三)需要对结核、寄生虫病、及其他疾病认真进行检查时 (四)就学、入学或毕业时 (五)其他校长认为必要时。



健康诊断的本身并不是目的,必须根据健康诊断的结果,采取必要的措施。这就是学校必须进行健康教育,健康方面的个别谈话,采取预防疾病的措施,并进行适当的卫生护理指导,以及为此而筹建必要的设施。这些正是健康管理的问题。

我们在这里必须明确地区别健康管理与健康教育和健康教学。首先是健康教育和健康教学的区别。健康教学(Health instruction)以学习有关健康、保健、卫生的常识为目的。因为一般学生在健康、保健、卫生方面缺乏必需的知识,为弥补这一缺陷才进行健康教学。健康教育虽然包括健康教学,但是它的范围更广泛,包括进行健康生活的训练。由于教育必然含有训练和实地指导,所以,健康教育必然包含着健康技术指导。这个健康技术指导,个别实施时就是健康生活指导。因此,健康教育这个概念包含的内容比健康教学更广一些。学校的健康教育计划,应与按课程计划的保健体育科目的教学密切联系起来实施。

2. 教师的健康管理

教师的健康如何,当然与教师个人有关,但是对于学生的健康来说也是个关系重大的问题。学校管理特别应该抓住对学生健康有重大关系的教师的健康管理。有一实例,某校发现某班的学生与其他班的学生相比,结核病感染率高,经查明是由于该班的班主任就是不自觉病状的患者。据此,可以清楚教师的健康管理是多么必要。

教师的健康状态不仅对其工作,而且对教育效果也有很大影响,从这个观点来看,教师的健康管理也是个重大问题。不过教师的健康管理当然是教师自己管理自己的问题,可是它又必须作为学校管理的事项。

教师的健康管理与学生的健康管理一样,必须根据他们的健康诊断同时进行。

然而,教师在录用前必须严格进行健康诊断。因为一旦录用,就不能令其辞职,特别是对于结核病患者要进行仔细的检查,凡是健康



异常者 ,绝对不应录用。

其次在复职时要进行仔细的健康诊断。这多数是对因患结核病而离职的 ,或者对长期缺勤的教师进行的。

对教师的定期健康诊断 ,应在每年四月进行。另外也进行临时健康诊断。依据这些诊断了解教师的健康状况 ,并且应当采取对策。据此 ,把教师分为健康的、要注意的、要保养的三类 ,以便分别采取各种必要的措施。

最后对于病休和长期缺勤的教师也要进行健康诊断 ,并对他们的疗养生活给予必要的指导。

关心年轻一代的健康,体育

瓦·阿·苏霍姆林斯基

世界课程改革与教学创新文库·第三辑
·
6

良好的健康状况、饱满的精神和充沛的体力——这是朝气蓬勃地认识世界、乐观向上、随时准备克服困难的最重要的条件。儿童的精神生活——他的智力发展、思维、记忆、注意、想象、情感、意志,在很大程度上取决于他体力的活跃程度。孱弱、消瘦、不舒服、容易生病的孩子,在课堂上很快就会感到疲劳,眼神消散,动作变得迟钝。鉴于此,我们总是把孩子的学习劳动,把他们的各种活动,放在他们体力和精神力量的、一般状况与一般发展的背景下进行考察的。

在对儿童的研究中,他的健康状况应是全体教师特别关注的对象。教师要与家长和校医一起,给每个学生规定劳动、休息和饮食的制度。有些儿童,思维过程迟钝、缓慢,是整个身体虚弱的结果,因此我们力求做到,使这些孩子春、夏、秋三季晚上开着窗户睡觉,让他们吃特别富有维生素和植物杀菌素的食物(如蜂蜜、春夏季节的鲜牛奶、油脂、蛋、鲜肉、水果),让他们在夏季日夜呼吸田野里和草地上的空气。所有这一切对他们的健康与智力发展起着能生奇效的影响。

儿童的体力发展问题也有其相反的一面:健康状况在很大程度上又取决于精神生活,其中包括取决于脑力劳动的文明。因此,我们认为,迷恋于那种“高效的”、“加速的”教学手段是不能容许的,这种教学观点就是把儿童的头脑看作一种电子装置,可以无限地储存与掌握知识。儿童是有生命的,他的头脑是极其纤细、娇弱的器官,应该十分爱护和小心谨慎地对待它。脑力劳动的充分价值不仅仅取决于它的速度和紧张,而首先取决于它的正确的、深思熟虑的、合理的



组织。

当然不能忘记,在我们这个时代,生活的全部节奏在加快。然而由此不能得出结论说,学校里就容许赶任务、神经过敏、忙乱不堪以及激情压倒理智。

少年期和青年早期学生的健康需要特别加以关注。这两个时期正是身体发育迅猛进行的时期,教育者要密切注意自己的学生的体力和脑力劳动的和谐发展。在少年期,巨大的危险是由于死记硬背这种畸形劳动而损害学生的健康。不能容许12—15岁的少年每天坐4—5小时去熟记一页又一页教科书,这对健康有着极为有害的永久性影响,它会遏制智力的发展,使兴趣、钻研精神和求知欲衰退。

遵守作息制度的一系列要求,对于结实的身体和饱满的精神非常重要。学校要绿树成荫,校园里有着自己的小气候(丰富的氧气),低年级的某些课在绿色的教室里上,这是身心健康的最起码的先决条件。孩子们在醒来之后的最初的6—7个小时从事紧张的脑力劳动,在随后的几个钟点里从事不需要思想过度紧张的各种活动,在睡眠前的最后的5—6个小时里,则完全禁止紧张的脑力劳动。儿童和少年早睡早起,醒来之后立即着手工作(上学前的1—2小时做最难的功课);下半年(中午放学以后)学生们主要是在新鲜的空气里度过,从事满足个人需要的有趣的创造性劳动(下半年也可以用来阅读)——在我们的教育工作中,作息制度的原则性要求就是这些。

早晨,在上课前完成家庭作业,使下半年摆脱致力于课本的紧张的脑力劳动,让这段时间主要从事户外的体力劳动,从事个人爱好的活动,阅读,游戏等,这样就不仅增进了学生的健康,而且为他们丰富的精神生活,为他们的全面发展创造了条件。但是,下半年这样安排,绝不是摆脱任何脑力劳动,而相反,这正是要使一种能有一种丰富的、丰富多彩的、多方面的智力生活。要培养聪明的、全面发展的人,必须使儿童和青少年每天能按照自己的愿望(这愿望也需要培



养)来支配不少于六、七个小时的自由时间。否则,任何关于发展天资、爱好和发展能力的议论,都只能是空话。我们不准儿童在上课的紧张的脑力劳动之后,再长时间地钻研教科书,因为这会使头脑干涸,打消学习兴趣。学生下课以后要能够在课外小组里、在学校实验园地和花园里从事创造性的劳动,阅读文艺书籍和科学普及读物,只有在一种条件下,他们的学习愿望才不会低落下去。

要使学生体魄健全,体力劳动起着重要的作用。一个人没有正常的疲劳,就不会充分地享受休息。有许多劳动过程(如给技术作物锄草、砌砖墙、照料果树、收获庄稼等等),可以把其中的和谐、优美、协调的身体动作看作是体操。经常从事这种体力活动的学生,他们的特点是,身体发展优异,健美,各器官和谐协调,体态匀称,姿势优美,动作既有力又具有可塑性。给各个年龄期的学生都找到能够使人得到身心发展,锻炼其体质,培养其劳动美感的种种活动,这是全体教育工作者都应特别关注的事。户外劳动,特别是在不过分寒冷时的户外劳动,能防止学生受寒生病,由于加强了神经的兴奋而给儿童以有益的影响。这种劳动乃是预防神经衰弱、心绪不宁、易受刺激的主要条件。

在儿童和青少年的身心发展中,做体操和进行体育锻炼起着重大的作用。但是,这些活动只有当全部教学教育工作充满了对学生的健康、对他们身心和谐发展的关怀时,才能完成自己极关重要的职能。重要的是使学生从身体锻炼中得到欢乐,使之成为他们的需要。人们做体操和进行体育锻炼,应该首先不是为了比赛的成绩,而是为了造就体魄的健美。我们努力使学生相信,由于经常的体育锻炼,他们不仅能得到身体发育的美和动作的协调,而且性格也得以形成,意志力也受到锻炼。在完成身体操练,如跑、跳、以及各种竞技游戏时,我们很注意使学生得到美感的满足。经验证明,学校里举行各项运动形式的动作优美、雅致、协调的锦标赛是适宜的。这样,不仅能显示,而且能造就体魄的健美。



休息问题是个性全面发展的的问题之一。休息可能是无所事事,也可能是积极的活动。处于毫无动作的状态中,作为激烈紧张的体力或脑力劳动之后的间歇是必要的。但是,在人的一生中,不应该有一分钟不是用于他的精神生活的充实的。对于一个善于休息的人来说,甚至默默地观察大自然和欣赏艺术作品也是一种创造。只有那种使体力和精神力量以特殊的形式焕发出来的休息,才是真正的休息。使儿童习惯于积极地、主动地休息,是教师、班主任十分重要的任务之一。我们认为在各种活动的合理的交替中,在满足于美的需要的劳动中,在对自然美的积极的享受中,就包含着学生的休息。这样做,孩子就经常得以休息,这对于他们身心的充分发展具有重大的意义。正确地组织课堂上和课前、课后的脑力劳动,正确地安排总的作息制度,才能找出自由支配的时间,用于这种休息。

休息时间是精神生活中最复杂的时间,这时,人独立地享用由他人创造的文化珍品。让学习和体力劳动之外的空余时间充满生动的、激动人心的思想,充满深刻的道德的、智力的和审美的情感,我们把这些看作是自己的任务。休息时间里精神上的志趣越丰富,课堂上的学习和脑力劳动就越吸引孩子,他就能越多地感受到文化艺术作品中的美。休息时间里思想感情的丰富取决于活动的性质。休息时间里智力生活应该与学习有所区别。读书、进行体育锻炼、扮演剧本中的某个角色、参加业余文娱小组,学生会感到他在为集体创造某种价值。在必修的功课之外的时间里,积极地满足多方面的精神志趣,是精力充沛、乐观向上、富有朝气、生机勃勃的源泉。如果在某种自己喜爱的脑力劳动过程中,学生仿佛在自己身上发现着新的力量、新的能力,那末这样的脑力劳动甚至也会变成休息。

(青岛市第47中学白振汉译自《瓦·阿·苏霍姆林斯基选集》(五卷集),第一卷,1979年版,第204—208页。)

运动不足,会直接影响大脑

在孩子们中,目前已开始增加低体温现象,可以说自律神经失调就是它的迹象之一。对此,日本立川共济医院小儿科部长甲贺正聪发表了他的意见。认为:妨碍孩子们的自律神经正常发育的原因就是熬夜、睡懒觉,搞乱了正常的生活节奏。其他原因就是过分保护自己,运动不足。

一、宠儿化

甲贺部长举了个例子,他说,比如我们进入狮子或豹等野生动物的动物园时,就觉得它们没有精神。另外,在高层住宅里,作为爱物而被饲养的狗、猫的抵抗力都较弱。动物园的动物和家庭的爱物都能保证有个安全的环境和充足的食物。但,与此相反的,它们却被剥夺了紧张感和运动。由此,它们的自律神经运动就迟钝了。这样也就容易患病。同样,我们人类在那些娇生惯养、又不去游玩,运动量不充分的孩子们中也容易产生这种现象。其原因就在于,人类的大脑具有其他动物所无法比拟的高度发达的大脑皮质。另一方面还具有与猫、狗相同的在大脑内侧被称作大脑边缘系的下等哺乳类脑,以及与蛇、鳄鱼相同的在大脑最里侧被称作脑干脊髓系的爬虫类脑。体温、循环、呼吸的调节及反射运动的管理都集中于这个脑干部。另外,这个脑干部又强烈地支配着、包围着它的大脑边缘系。

二、衰竭的大脑

父母的过余保护和过余干涉都会使孩子们的大脑边缘系的发育



迟缓,运动不足就会使脑干部衰竭。孩子们的自律神经失调被称作是一种文明病。甲贺部长告诫家长说:要想让孩子的自律神经发展健全,就是要早睡早起。最重要的是不要过余保护,要让他们充分的运动。

三、使其紧张

当然,对于患有自律神经失调的孩子可以接受“入院疗法”。禁止与父母联系,从医院直接上学。这样父母就无法再去娇惯他们。同时,在孩子的心中也就产生了一种紧张感。每天起床的时间是早晨5时半,就寝是晚上9时。早饭前和晚饭后各作一次体操。并要求跳绳千次、腹筋百次,进行干布摩擦等。用干布擦全身可以使周围张挂的自律神经末梢传感功能得到有效的锻炼。为了使自律神经恢复正常,还要立一个详细的日程表。

(杨军——译自:1990.10.21.“读读新闻”《教育》专栏)



苏霍姆林斯基谈如何增进学生的健康

苏霍姆林斯基断言：德育、智育、体育、美育、劳动教育，是一个互相促进的、不可分割的统一过程，而健康和体育在这个过程中占有十分重要的地位，它是保证学生头脑清醒、精力充沛，从而促进全面发展的“起码条件”。值得指出的是，苏霍姆林斯基的这一教育信念不是凭空产生的。例如，他为了弄清健康状况与智力水平的相互关系，具体地说，为了弄清所谓“差生”学习吃力的原因，曾进行了二十多年的考察。结果发现：在这些差生中，85%的人所以学习落后，乃至留级，不是因为思维迟钝，也不是因为大脑皮层细胞发生了什么不利变化，而是由于身体虚弱，健康状况不佳，患有某种疾病，而且这种病症往往是在孩子活跃好动的掩盖下不易觉察的，他们在课堂上，开始时能专心听讲，但过了十一十五分钟之后，就双眼失神、不能专心听讲和紧张思考了。鉴于此，苏霍姆林斯基得出一个结论：要使学生全面发展，包括促进他们智力的发展，就必须对孩子们各方面的情况进行仔细的观察和研究，而这种观察和研究首先应从孩子们的健康状况入手。的确，苏霍姆林斯基在这方面做了脚踏实地的工作：他为了掌握每个孩子的健康状况，建立了一套由父母、校医、教师进行“联合诊断”的制度，并且在此基础上，采取了各种各样的措施，从多方面提高学生的健康水平，进而保证学生的全面发展。柏高老师具体介绍3种行之有效的措施。

第一，创造一个有益于健康的绿色环境

苏霍姆林斯基所以强调绿色环境的重要性，其科学依据是（1）