

关于体育与健康思想的几点思考

许毓成

(湖南工程学院 体育部,湖南 湘潭 411104)

摘 要:“健康第一”思想的提出,给学校体育提供了良好的发展机遇,而明确责任、加强实践教学、提高教师素质、改革体育考核方法无疑有助于学校体育贯彻“健康第一”的指导思想。

关 键 词:体育,健康教育,教学形式,教师素质,评分方法

中图分类号: G80 **文献标识码:** A **文章编号:** 1006-7116(2002)05-0116-02

Consideration of physical education and health education

XU Yu-cheng

(Department of Physical Education, Hunan Engineering Institute, Xiangtan 411104, China)

Abstract: The advancement of the idea “Health First” provides good opportunities for school physical education to develop. The determination of responsibilities together with the reinforcement of practical teaching, the improvement of teachers’ qualities and the reforms of test methods of PE will undoubtedly contribute to the implementation of the guiding principle of “Health First”.

Key words: physical education, health education, teaching methods, teachers’ qualities, test methods

自国家提出“学校教育要树立健康第一的指导思想,切实加强体育工作”以来,健康成了体育学术论坛的热门话题,当中学的体育课改为“体育与健康”之后,人们就体育与健康之重要性谈论得更多了。无可置疑,体育对增进人类健康起着重要的作用。中学的体育课程被改为《体育与健康》课程,也足以说明体育在健康教育中的价值。“健康第一”思想的提出,同时也给学校体育提供了一个良好的发展机遇,学校体育是否能够真正提升自己在学校教育中的地位,在一定程度上有赖于学校体育对“健康第一”指导思想的落实。如何切实提高学生的健康水平,将成为学校体育工作下一阶段的重点,而明确责任、加强实践教学、提高教师素质、改革体育考核方法将有助于学校体育工作的开展。

1 健康的责任

影响学生健康的因素是多方面的,如遗传、自然环境、营养、生活习惯、药物、运动、人格特征、社会文化环境等因素,其中遗传、自然环境和营养对学生健康状况的影响是最为重要,单靠体育乃至学校教育,是无法控制诸如遗传或自然环境等这些对学生健康状况产生重大影响的因素,体育或学校教育对于健康的作用只有在上述因素的密切关联中才能够发挥有限的作用^[1]。

虽然影响学生健康的主要原因在于遗传、自然环境等因素,但是我们不能就此而推卸学校教育对于学生的健康状况

所要担负的责任。学校教育有责任使学生掌握有关健康的知识,并利用其它一些影响学生健康的因素尽可能地增进学生的健康。可事实上,中国的教育体制使得一些与健康相关的理论却很难在实践中展开。在学校教育中,教育者也很想提高学生的健康水平,可是,中国教育的现状,不得不使教育理念上的功利主义占有很大优势,并使得教师、家长、学生、社会产生“唯分是举”的做法和看法^[2]。教师们看“升学率”,家长们“望子成龙”,学生希望自己“出人头地”。所以,有利于学生进重点大学的才是他们所重点关注的,而健康教育、体育与提高学校的升学率是没有显性关系的,自然也不是教育的功利主义者所关注的热点。社会看重的是学校的分数和升学率,而不是健康教育实施的程度,因此,即使在素质教育被列为国策的今天,大多数学校仍旧是在进行扎扎实实的应试教育;“健康第一”的指导思想也无法很好地得以贯彻。换一句话说,如果中国的教育体制没有得到真正意义上的改革,健康教育也无法得到真正意义上的实施。

中国教育体制的改革在近期不可能有质的飞跃,要想全面推进素质教育,改善学生的健康状况,核心问题就是课程改革,与学生健康有着莫大关系的体育课程改革也自然为国家所重视。在学校教育中,体育对于提高学生的体质和健康水平,促进学生全面和谐发展,具有极为重要的作用,且学校体育在培养学生具有强健的体魄方面具有不可推卸的责任。但是,这并不意味着学校体育就要独立承担增进学生健康的

重任。要知道,体育是增进学生健康的重要手段,但不是唯一手段,仅仅靠体育课和体育教师,是不可能完成促进学生健康发展的任务。^[3]要达到学校教育中健康教育的目标,必须是靠多门课程教学的共同努力,才能取得较好效果。

2 体育课的形式

一直以来,人们没有把运动技术当作知识来对待,体育圈外人士如此,就连一些体育工作者也是如此认为。于是,体育教学给人们留下的印象就是没有什么知识传习,而只是指挥学生跑来跑去、玩耍玩耍的娱乐或游戏而已,搞体育教学的人也只不过是四肢发达、头脑简单的罢了,这在很大程度上影响了体育教学在学校教育中的地位。而一些力图改变这种现状的有志之士,为了使体育教学能有“知识”可以传授,就匆匆引入了一些浅显而又未经经理化的生理保健常识和体育竞赛规则等内容,当作科学知识塞进体育教学的教材体系,以求提高体育教学和体育教师的地位^[4]。可是,在这种体育理论教材引入体育教学多年之后,学校体育教学并没有从这方面有所突破。于是,当“健康第一”的指导思想提出以后,许多人士便认为应该大大增加体育理论课的课时,并将更多的有关健康的知识引入体育教学中,如此才能贯彻“健康第一”之精神,才能提高体育教学在学校教育中的地位。

传授体育知识并不需要增加理论课时,也不需要特别规定体育理论课时间。首先,运动技术就是一种操作性知识,传授运动技术就是传授知识。其二,体育教学具有体育的特征,这就注定了体育教学不能等同于一般教学。体育教学在内容方面以运动技术为主,在方法方面是以示范操练为主;在负荷方面是以生理负荷为主;在组织方面是以分组单练为主,在场所方面是以运动场馆为主^[4]。体育教学的这些特点注定体育教学应以实践课为主,而不是增加体育理论课时。其三,由于我国体育教学受到学校的硬件条件的限制,许多学校没有足够的(甚至没有)室内体育场地,在天气或环境恶劣的情况下是不可能进行户外体育课的,我们完全可以利用这种体育课时间进行体育理论讲座。其四,我们完全可以在体育实践课的同时进行与体育密切相关的营养、保健、生理健康、心理健康等有关知识的传授^[3]。

3 教师的素质

中共中央、国务院在《中国教育改革和发展纲要》中明确指出“振兴民族的希望在教育,振兴教育的希望在教师”^[5]。

前苏联教育家马亚科夫斯基说过:“你要让学生成为什么样的人,首先教师朝着这个方向努力,成为这样的榜样。”^[6]在素质教育被列为一项国策的今天,当我们向学生推崇终身体育思想之时,我们体育教师也势必要向着终身学习的方向努力,不断提高自己的业务水平。

可是,学校体育的地位在理论与实践上存在较大的反差,一劳永逸的旧思想观念以及体育教师继续教育制度的不完善,严重影响了体育教师素质的提高。当“健康第一”的指

导思想提出之后,习惯于原有教学模式下的一些体育教师的知识水平以及教学方法等已无法满足体育之健康思想的要求。体育教师素质的下滑必然会影响到整个体育教学系统,从而使体育与健康思想无法达到预期的目标。因此,一方面要提高体育教师继续学习的积极性;另一方面,国家要为体育教师的继续教育创造一个良好的环境,如此才有助“健康第一”指导思想之贯彻。

4 成绩的评定

体育课考核依然是学校体育中一个非常薄弱的环节,绝大部分学校还是沿袭传统的考核方式,使得学生最终成绩确定受到体育学科的限制,无法体现学生在学习过程中的真实情况。特别是当“健康第一”观念引入学校体育中之后,这矛盾就更加突出。传统考核方式只以身体素质、运动技能、体育理论以及出勤情况作为体育课成绩评定的内容,这种考核注重了体育课程的显性特征,却忽略了体育课程的隐性特征和健康之精神,显然已无法适应体育改革发展的要求。学校体育最重要的价值是增进学生的身体健康,身体素质和运动技能占体育课成绩的多半,这是无可厚非的,但是我们却不能因此而对学生的心理健康及社会适应良好于不顾,也就是说,体育课成绩的评定,必须将学生的心理健康以及社会适应能力纳入其中。再者,一个人身体素质的好坏,其先天遗传占了很重要的因素。当一个先天身体素质较差的学生在坚持体育锻炼之后,身体素质和运动能力方面都有了长足的进步,但成绩仍然不理想,针对学生的个体差异性,应如何来评价,值得探讨。

课程评价是促进课程目标实现和课程建设的重要手段,体育课成绩是对学生体育能力的全面评价。既然我们要在体育课程中坚持“健康第一”的指导思想,那么在学生的体育课成绩中,必然要对其有所体现,则学生的体能、知识与技能、学习态度、情意表现与合作精神必然要纳入学习成绩评定的范围,并让学生参与评价过程,以体现学生学习的主体地位,提高学生的学习兴趣,从而更有利于提高他们的健康水平。

参考文献:

- [1] 贾齐. 健康与体育关系之我见[J]. 体育与科学, 2001, 22(1): 55-57.
- [2] 檀传宝. 论教育美育[J]. 教育研究(京), 2000(12): 30.
- [3] 李克异. 要正确认识《体育与健康》课程的性质[J]. 中国学校体育, 2001(6): 卷首.
- [4] 张洪潭. 技术健身教学论[M]. 上海: 华东师范大学出版社, 2001.
- [5] 谢翔. 体育教师继续教育问题刍议[J]. 体育科技, 2001(2): 2.
- [6] 周登嵩. 学校体育教学探索[M]. 北京: 人民体育出版社, 2000.