

上海市中小学体育与健身课程教学中存在问题分析

蔡皓

(上海师范大学 体育学院, 上海 200234)

摘 要: 通过调查研究,用中共中央、国务院《关于加强青少年体育 增强青少年体质的意见》的精神,对上海市中小学体育与健身课程存在的问题进行了分析,指出在体育与健身课程的实施中还存在着对体育与健身课程目标内涵及其相互关系缺乏深刻的认识,未能突出“身体发展”这一核心目标;对体育与健身课程还缺乏“大课程观”的认识,难以确保学生每天锻炼一小时规定的落实;在课堂教学中缺乏身体锻炼的因素,学生在课堂教学中身体锻炼的效果受到影响等方面的问题。提出了应正确理解体育与健身课程目标和形成体育与健身课程的“大课程观”等观点,强调在体育与健身课程中要重视学生身体锻炼、合理安排运动量负荷、提倡对学生严格要求和吃苦精神的培养以及加强体育师资队伍的建设等建议。

关 键 词: 学校体育; 体育与健身课程; 课程目标; 上海市

中图分类号: G807.04 **文献标识码:** A **文章编号:** 1006-7116(2009)02-0073-04

Analysis of problems existing in the teaching of the physical education and fitness curriculum for elementary and middle schools in Shanghai

CAI Hao

(School of Physical Education, Shanghai Normal University, Shanghai 200234, China)

Abstract: By means of investigation and research, the author analyzed problems existing in the physical education and fitness curriculum for elementary and middle schools in Shanghai with the use of the outlines of Opinions on Boosting Physical Education for Teenagers and Enhancing Physical Fitness of Teenagers issued by Central Committee of the Communist Party of China and State Council, and pointed out the following problems still existing in the implementation of the physical education and fitness curriculum: there is a lack of profound understanding of the objective contents of the physical education and fitness curriculum and their interrelations; such a core objective as “physical development” is not highlighted; there is a lack of “grand curriculum view” type understanding of the physical education and fitness curriculum, so it difficult to ensure the implementation of the stipulation that students do exercises for an hour everyday; there is a lack of physical exercise factors in class teaching, therefore the effect of physical exercising by students in class teaching is affected. The author put forward the following suggestions: the objectives of the physical education and fitness curriculum should be correctly understood, and such views as the “grand curriculum view” on the physical education and fitness curriculum should be formed; it should be emphasized that student’s physical exercise should be highly valued and their exercise load should be rationally arranged in the physical education and fitness curriculum; it should be advocated that students should be strictly disciplined, and their hard working spirit should be cultivated, and the construction of physical education teacher team should be strengthened.

Key words: scholastic physical education; physical education and fitness curriculum; curriculum objective; Shanghai

收稿日期: 2008-11-12

基金项目: 上海师范大学科研基金项目(SK200879)。

作者简介: 蔡皓(1961-), 男, 副教授, 硕士, 硕士研究生导师, 研究方向: 体育社会学。

2007年5月,中共中央、国务院下发了《关于加强青少年体育 增强青少年体质的意见》(以下简称《意见》),《意见》对于解决当前青少年体质健康问题,提高全民族素质,培养中国特色社会主义事业合格的建设者和接班人具有重大战略意义和指导意义。同时也表明了党中央、国务院对青少年体育与体质健康关心和重视的态度与决心。为此,上海市各级政府、教育行政部门和各级各类学校,认真贯彻中央的《意见》,加强了对学校体育工作的领导。各级各类学校结合《国家学生体质健康标准》的全面实施和“全国亿万学生阳光体育运动”的深入开展,使上海市学校体育进入了一个新的发展时期。体育与健身课程的教学改革正在不断深入,学生体育锻炼形成了一定的规模。但是,要使中央的《意见》真正落到实处,尤其是要实现《意见》提出的“通过五年左右的时间,使我国青少年普遍达到国家体质健康的基本要求”,还有很多工作要做。为了更好地深入了解上海市中小学体育与健身课程促进青少年体质健康的现状,对本市的部分中小学进行走访、调查,观摩了相关学校体育与健身课的课堂教学,并召开部分学校校长、体育教师、班主任以及区县体育教研员座谈会,对上海市中小学体育与健身课程存在的问题进行研究,以期为不断改善和提高青少年体质健康状况提供理论和实践的参考。

1 对体育与健身课程目标内涵及其相互关系尚缺乏深刻的认识,未能突出“身体发展”核心目标

课程目标是指课程设计与开发过程中,课程本身要实现的具体要求,期望一定阶段的学生在发展品德、智力、体质、素养等方面所应达到的程度^[1]。《上海市中小学体育与健身课程标准》中把课程目标分为总目标和阶段性目标两个层次,无论是总目标还是阶段性目标,都提出了身体发展、知识技能、心理发展、社会适应等4个方面。应该说这种课程目标的提法,体现了体育与健身课程与人的全面发展联系更加密切,使体育与健身课程从工具理性向以人为本迈出了一大步。但是,我们在基层学校调查中发现,相当数量的中小学体育教师,对这种多元、平行的课程目标,无论在认识上还是在贯彻执行中都存在着一定的偏差。如对4个目标主次不分,面面俱到,而结果往往是事与愿违,不仅一个目标没有贯彻好,反而弱化了课程的主要目标,严重影响了体育与健身课程目标的正确贯彻与执行。由于课程目标是学校教育目的和培养目标的具体体现,它对教师树立正确的业务思想以及在体育教学中正确选择教材和合理运用教法等具有至关

重要的作用,因此,体育教师必须对体育与健身课程目标有正确的理解和认识。课程多元目标是课程具有多种价值和功能的体现,但是,在课程多元目标中,必然有一个居于中心和主要地位的目标,有学者称其为“核心目标”。所谓核心目标,是指与课程的性质和课程核心价值高度吻合,在诸多目标中居于主体和首要地位,教师在教学设计和教学活动中作为思维主线的目标^[2]。根据制定课程目标的基本依据(1.学校教育目的和培养目标;2.学科性质与功能;3.学生个体发展需要),我们认为“身体发展”是体育与健身课程的核心目标。我国著名科学家、中科院院长路甬祥^[3]在《时代,科学与教育的未来》一文中,明确提出,体育在于发展强健的体魄,足以承担人生工作重负。至于4个目标之间的关系,基于上述分析,我们认为应该是:从身体发展这个核心目标出发,把知识技能目标与身体发展目标紧密结合起来,使知识技能成为身体发展的手段;把心理发展、社会适应目标有机地贯彻到体育与健身课程的全过程之中。这样才能有重点、有层次并协调达到我们所追求的课程目标,才能通过体育与健身课程有效地发展学生身体,提高学生的健康水平,并促进学生更加全面的发展。

2 对体育与健身课程还缺乏“大课程观”的认识,难以确保学生每天锻炼1小时的落实

课程是课堂教学、课外学习以及自学活动的内容纲要和目标体系,是教学和学生各种学习的总体规划及过程^[4]。也就是说体育与健身课程的结构,不仅限于课堂教学,而且应将课外、校外的体育活动都纳入课程之中,树立和形成课内课外、校内校外有机结合的体育与健身“大课程观”。为此,上海市教委已明确规定,从2007年秋季起,上海市中小学体育与健身课程实行“三课、两操、两活动”的方案,以保证《意见》中关于“确保学生每天锻炼一小时”规定的落实。但是,我们在调查中发现,部分学校领导和教师,至今对体育与健身课程的“大课程观”尚缺乏深刻认识。比较重视体育与健身课程的课堂教学,轻视学生的体育活动课,使体育活动课在计划与要求、时间保证、场地器材提供、指导教师配备以及教师的课时报酬等方面都与体育与健身课堂教学及其它课程教学存在着很大的差距,处于明显的“弱势”地位。例如,少数学校至今没有按要求安排体育活动课时间,或安排了但却可以任意地被其它活动占用;有些学校学生多、场地小、器材少,又缺乏统筹安排,使体育活动课无法正常、全面开展;还有些学校由于体育师资不足,体育活动课基本处于无人指导、放任自流的状态,使

得“确保学生每天锻炼一小时”的规定很难得到保证。

体育与健身课程的“大课程观”，既是“课程”概念的本身含义，也是贯彻、落实《意见》中“确保学生每天锻炼一小时”和“没有体育课的当天，学校必须在下午课后组织学生进行一小时集体体育锻炼并将其列入教学计划”的要求。因此，学校领导和教师必须牢固树立和形成体育与健身课程的“大课程观”，做到既要重视体育与健身的课堂教学，又要认识到课外体育活动课是体育与健身课程的重要组成部分，高度重视学生课外体育活动的开展，真正把课外体育活动纳入学校教学计划之中，严格执行教学计划，充分体现教学计划的严肃性，使课外体育活动有明确的计划和目标，有专人负责，并且注意开发体育活动的场地器材资源和指导人员资源，为开展课外体育活动创造良好的条件，做到体育与健身课程的课堂教学和课外体育活动全方位和有机的结合，真正形成体育与健身课程的大课程理念，确保学生每天锻炼1小时规定的落实。

3 体育与健身课堂教学中缺乏身体锻炼的因素，学生身体锻炼的效果受到影响

体育与健身课程的课堂教学，既是体育与健身课程的重要组成部分，同时也是《意见》对学生每天锻炼1小时的要求。因此，广大体育教师在从事体育与健身课程的课堂教学时，必须重视学生身体锻炼的因素，保证学生在课堂教学中有足够的身体锻炼时间，使学生的身体在课堂教学中也能得到相应的发展。但是，我们在调查中发现，有相当一部分的体育教师，由于受所谓“教学课”和“活动课”区分的影响，片面地认为课堂教学主要是使学生掌握知识技能，而锻炼和发展身体则是“活动课”或“校外锻炼”的事情。因此，在课堂教学中，教师把主要精力和大量时间放在传授体育与健身的知识技能上，学生从事身体锻炼的时间相对不足，在一定的程度上违背了《意见》中把课堂教学时间作为“学生每天锻炼一小时”的规定，使学生在课堂教学中失去了部分身体锻炼的机会，不能保证学生的身体在课堂教学中得到有效的锻炼和发展。

应该说在体育与健身的课堂教学中，按照《体育与健身课程标准》规定的教学内容，用一定的时间向学生传授相应的体育与健身的知识技能是完全必要和无可非议的。但是，我们还应该认识到，按照现代教学理论对“教学”概念的界定，“教学”早已不仅仅是单纯地传授知识技能，教学是实现个人教养、发展和教育的基本途径^[9]。也就是说教学不仅应该完成传授知

识技能的任务，还应该完成“发展”和“教育”的任务。联系到体育与健身课程的实际，根据学科性质和功能，体育与健身课程的课堂教学本身就应该有发展学生身体的任务。因此，无论从“教学”概念出发，还是从落实“确保学生每天锻炼一小时”的规定出发，都应该保证体育与健身课堂教学中学生身体锻炼的时间。教师在课堂教学中不仅要做到精讲、精教，而且要做到在选择教学内容和教学手段时，真正从学生的实际情况和接受能力出发，使广大学生能尽快地掌握教师传授的知识技能，并尽快地转入到身体练习和身体锻炼中去，以保证学生在课堂教学中获得更多身体锻炼的机会。即使从学生掌握运动技能的角度出发，按照运动技能形成的规律，也应该让学生进行更多和反复的身体练习，从而使学生既能达到掌握运动技能，又能达到发展身体的目标。

4 体育锻炼的运动负荷不足，又缺乏严格要求，学生难以取得身体锻炼的实效

适宜的运动负荷对机体的有效刺激，是引起各器官系统功能产生适应性增强的原发因素，是人体体质健康水平得到提高的基本条件。也就是说学生为了取得锻炼身体的实效，无论参加什么项目的锻炼，都必须有适宜的运动练习强度、运动密度、运动持续时间、练习数量作保证。但是，我们在调查中发现，无论是体育与健身课程的课堂教学，还是在课外体育锻炼中，学生在承受运动负荷方面的随意性较大，相当数量的学生在参加体育锻炼时的运动负荷远远达不到发展身体、增强体质的目的。出现上述现象的原因，经过调查与分析，我们认为既有学生不能刻苦锻炼的问题，也有教师不能严格要求的问题。

上海市青少年学生，大多为独生子女，家庭经济条件相对较好，由于家长的溺爱和学校教育的缺失，以及社会不良因素的影响，很多学生在体育锻炼中表现出怕苦怕累、意志薄弱等，缺乏刻苦锻炼的精神。另一方面，我们的一些体育教师，由于错误地理解“快乐体育”和片面地认识学生个性化发展与满足个人兴趣的需要，以及害怕学生在体育锻炼中发生伤害事故，因而不能或不敢提出对参加体育锻炼时需要达到一定的运动量和运动强度的要求。例如，我们在基层学校调研中曾多次发现，为了增强学生的心肺功能和发展学生的耐力素质，教师安排学生进行1000m跑练习，但在跑过400m以后，就有相当数量的学生开始陆续退出练习，但教师对此现象并没有进行有效的干预，基本上抱着放任的态度。

为了改变上述状况，首先教师应该向学生讲清在

参加体育锻炼的过程中,只有承受一定的运动负荷,才能取得身体锻炼效果的原理,帮助和教育学生逐渐树立刻苦锻炼的思想和精神。其次,教师应该正确理解“快乐体育”的内涵,克服对学生一味迁就和迎合的做法,鼓励学生积极体验在刻苦锻炼、战胜困难后的快乐感受。要根据学生的实际情况,制定出科学的运动负荷以及预防伤害事故的具体防范措施,并在体育锻炼中,严格要求学生一丝不苟地完成既定的运动量负荷标准,以保证学生取得身体锻炼的实效。

5 体育师资不足、教师专业化水平不高,制约着体育与健身课程质量的提升

为了加强学校体育工作,提高体育与健身课程的质量,从而促进青少年体质健康水平不断得到改善和提高,学校必须有一支数量足够、质量合格的体育师资队伍。但是,我们在调查中发现,体育师资不足和少数(新)教师专业化水平不高,已经成为阻碍推进我市中、小学体育工作发展一个带有普遍性的问题。据我们了解,目前上海市中小学体育师资的编制,仍然是按照1993年上海市中小学体育师资编制标准配备的。但是,自从学校开展深化教育改革,全面推进素质教育以来,尤其是贯彻《意见》以来,体育与健身课程的结构发生了变化,课时和工作量有了较大的增加,而学校体育师资仍维持1993年的配备水平,因此,大多数学校体育师资存在数量不足的现象。上海市首份学生体质健康专项督导报告报道:有一所中学,58个班级,2700名学生,仅配备8名体育教师;有一所小学,29个班级,仅配备3名正式上课体育教师^[6]。现在有相当数量的中小学校体育教师每周都有20学时以上的工作量。至于另外的“两课、两活动”,有的学校根本不配备指导教师,有的学校只安排班主任或任课教师在现场应付,使体育与健身课程的质量很难得到保证。另外,我们在召开区中小学体育教研员座谈会上,教研员们还比较集中地反映了部分教师,尤其是刚参加工作的青年教师专业化水平较低的问题。如对课程目标把握不准;在教学中抓不住教材的重点、难点和要点;运动能力和教学指导能力较差;缺乏锻炼身体的手段和方法。还有少数教师,缺乏事业心和

对学生健康负责的责任感。这些都严重影响着体育与健身课程质量的提升。

对于体育师资队伍数量和质量的问题,必须引起我们的高度重视。建议教育主管部门,尽快按照体育与健身课程的新要求和《意见》规定的“按照开设体育课和课外体育活动的需要,配齐配强体育教师”。要把提升新教师专业化水平工作纳入市、区教师培训及学校和体育教研组的工作日程。制定计划,配备经验丰富的指导教师。要加强对新教师事业心、责任感的培养;要通过备课、观摩、评课等教学研究活动和有针对性的专项培训,努力提升新教师的教学能力和水平;要制定科学、合理的新教师考核指标,定期进行考核,从而有效提高新教师的专业化能力和水平。

学校体育课程是增进青少年体质健康重要途径之一,学校教育工作者要积极更新体育课程理念,严格执行和落实中共中央、国务院发布的《关于加强青少年体育 增强青少年体质的意见》及《体育与健身课程标准》,逐步解决体育与健身课程中存在的问题,以提升学校体育课程的内涵为重点,努力搞好学校体育工作,充分发挥体育与健身课程在青少年体质健康发展中的积极作用。

参考文献:

- [1] 钟启泉,汪霞,王文静.课程与教学概论[M].上海:华东师范大学出版社,2004:59.
- [2] 赵超君.关于体育课程核心目标与多元目标的思考[J].体育教学,2008(4):14-15.
- [3] 路甬祥.时代、科学与教育的未来[J].中国大学教学,1999,19(5):7-8.
- [4] 李秉德,李定仁.教学论[M].北京:人民教育出版社,1992:159.
- [5] 吴志超,刘韶曾,曲宗湖,等.现代教学论与体育教学[M].北京:人民体育出版社,1993:7.
- [6] 沈祖芸.观念提升仍有空间 师资不足依然严重 上海发布首份学生体质健康专项督导报告[J].上海教育,2008,51(10):24-25.

[编辑:邓星华]