

对体育课和健康教育关系的审视

冯雅男, 李金龙

(山西大学 体育学院, 山西 太原 030006)

摘 要: 针对中小学“体育不宜做为健康教育主要载体”的言论, 从共生理论、课程综合化趋势、学校体育功能流变、客观资源条件 4 个视角进行分析, 提出体育课与健康教育分开不可取, 学校的体育和健康教育, 应当探寻在同一目标体系下共生互利, 走课程综合化道路。

关 键 词: 学校体育; 体育课; 健康教育

中图分类号: G807; G479 **文献标志码:** A **文章编号:** 1006-7116(2015)02-0086-04

Examination of the relationship between physical education classes and health education

FENG Ya-nan, LI Jin-long

(School of Physical Education, Shanxi University, Taiyuan 030006, China)

Abstract: Aiming at such a remark about health education in elementary and middle schools as “physical education is not suitable for acting as a major carrier of health education”, from such 4 perspectives as the theory of symbiosis, the tendency of curriculum integration, the evolvement of school physical education functions, and objective resource conditions, the authors put forward the following opinions: the “theory of separation” is not a desirable way; from the perspective of school education, physical education and health education should look for symbiosis and mutual benefits under the same objective system, and get on the track of curriculum integration.

Key words: school physical education; physical education class; health education

健康教育是学校教育不可或缺的重要组成部分。我国基础教育阶段的学校健康教育起步于 20 世纪 80 年代末期。2001 年起, 我国开启了建国以来力度最大、范围最广的新一轮基础教育课程改革, 对学校中的各门课程都产生了深刻影响。其中, 体育课更名为“体育与健康课程”, 新的体育与健康课程改革提出要对小学生加强健康教育, 增加健康教育方面的内容。2008 年颁布的《中小学健康教育指导纲要》则进一步强调: 学校健康教育实施的主要载体为体育与健康课程, 主要师资之一为体育教师, 明确了体育与健康课程为中小学健康教育的主要实现途径。然而, 这两次学校健康教育的重大改革, 引发了来自体育学、医学、保健学等领域一些学者对其科学性和合理性的忧虑, 集中表现为: 面对健康教育在开课率、教材、教学内容、师资等诸多问题, 抑或质疑体育的学科特性遭到严重削弱, 面临生存危机^[1]; 抑或挾伐体育课“挤掉”“抢

去”了原本具有独立形态的健康教育课, 使之成为可有可无的空设, 陷入逐渐消失的尴尬境地^[2]。总而言之, “体育课不宜作为健康教育主要载体”“体育课作为健康教育的主要载体可行性不强”^[3], 主张两者划明界限, 各立门户。

中小学体育与健康课程究竟是否应该作为健康教育的主要载体? 如何认识和处理学校教育中体育和健康教育的关系? 本研究从共生理论、课程综合化理论、学校体育功能“流变”、客观条件资源 4 个方面对此进行讨论。

1 体育和健康教育可以共生互利

共生理论的核心思想认为, 事物的共生, 是共生单元在共生环境下以一种共生模式共同存在和发展。共生包括 3 个要素: 共生单元、共生环境、共生模式。共生单元是构成共生体或共生关系的基本能量生产和

交换的单位，是形成生物共生的基本物质条件；共生环境是影响共生体的所有外部因素的总和；共生模式也可以称为共生关系，是指共生单元相互作用的方式或相结合的形式。其中，共生单元是基础，共生环境是重要的外部条件，共生模式是关键——即共生单元以怎样的关系相处。共生模式存在寄生、偏利共生、互利共生3种形态：寄生是一种寄主向寄生者提供能量，寄生者依附寄主而生的附庸关系，偏利共生是从寄生关系向互利共生关系转化的中间类型，特点是对其中一方有利。而互利共生模式，则是共生单元能够和谐生存、相互增益、相互促进、共同发展的平等伙伴关系。

体育和健康教育同为学校课程这一共生体中的两个息息相关的共生单元，显然不是寄生关系和偏利共生关系。学校教育中的体育和健康教育，客观上具备构建互利共生模式的条件和基础。

1) 学校教育中的体育与健康教育，在价值追求上存在交汇点。

健康是不是体育的事儿？健康由不由体育来管？有学者认为：“体育作为一种社会文化形态，具有多种价值内涵，“健康”只是其中的一个方面，体育课程的根本或终极价值取向是否必然就是“健康”，至少在目前还没有令人信服的论证。”^[4]我们认为，健康不是体育唯一的事，但健康却理应是学校体育最重要、最主要的事。诚然，体育是一种复杂的社会文化活动，具有多重属性、多种目的、多种功能，但体育在特定的范围内，属性、目的、功能却是有所偏重且相对稳定的：竞技体育在运动成绩的不断攀升下实现人类极限的更高、更快、更强；休闲体育则以闲暇为前提，追求自由忘我，随性而动的乐趣……而作为学校体育，“为学生的健康服务”“让孩子能健康成长”“孩子能有个好身体”是其最基本、最主要的目标和任务，因为它承载了国家、社会、家长和学生对体育与健康这门课程最朴素的期望、最真实的心声、最直接的诉求。不强调学校体育特殊的目的性，就会把其泛化为一种无法掌握的社会活动。

长期以来，我们的学术研究与现实脱节饱受诟病，其症结在于学术研究总站在专家立场去“应如是”和“以为然”，将顶层设计的推论等同于对广大学生和家长的感同身受，忽略了“为了谁、依靠谁、服务谁”。正如有调查显示：“学生对体育课中融入健康教育的作用认可度较高。有56%的学生认为将体育与健身课融入健康教育有利于其掌握体质健康促进的知识，51.6%的学生认为有利于学会科学体育锻炼的方法。”但却得出“体育课作为健康教育课的主要载体的可行

性不强”^[5]这样牵强的结论。我国学校体育教育在“以人为基点和出发点”这一基本问题上存在着人学关怀的淡化和放逐，甚至出现了“人”的缺场和隐匿^[5]。

因此，怀疑学校体育是否应将健康作为其价值追求，或主张将健康从学校体育之中抽离，忽略了学校体育的特殊性，缺乏实证作为依据。

2) “以身体培养为基本特征的实践性课程”是体育与健康教育共有的特点。

有学者提出体育课和健康课在课程性质上存在差异性：“体育课是以身体练习为主要手段的技艺类课程，而健康课是以传授知识为主的启智类课程。”^[5]我们认为，首先，这种说法对健康教育性质的认识失之偏颇。逻辑学认为，科学的概念在于反映事物的本质特征，而事物的本质属性是指这一事物必然具有并与其他各类对象区别开来的属性。而这一概念则过于宽泛，模糊了健康教育与其他课程的界限。试问，“以传授知识为主的启智类课程”，难道语文课、数学课、历史课等等不是吗？知识的传授仅仅是健康教育实现的一种手段，启智更不是健康教育所追求的最终结果。其次，教育是有目的地培养人的活动。而培养则是按照一定的要求，长期地教育和训练，使之成长。以身体为本，体育中的锻炼、训练是一种培养，健康教育中的养护、养成也是一种培养。所以，从“以身体培养为基本特征的实践性课程”这一层面来看，体育和健康教育有着共同育人的目标。

3) 体育与健康教育和谐共生与三维体育观契合。

体育作为人的活动，无论从社会宏观角度或个体微观角度上看，各种体育现象和活动都是由生物、心理、社会三方面众多因素交织在一起综合作用的结果^[6]。打破传统的单一思维模式，代之以“三维系统思维模式”，将体育放进生物、心理、社会这个三维空间中系统地、动态地进行考察和实践，是体育走向科学化必由之路。长期以来，体育或者被窄化为单纯的生理练习，或者异化为“对身体的规训和改造”，而其中的“人”却往往被抽象和变为孤零零的碎片式、工具性存在，其作为人的完整性遭到分割，身心不能得到协调发展^[4]。学校体育中体育与健康教育相结合，不仅是学校体育发展的一种科学、进步的有益尝试，更与三维体育观高度契合。

体育与健康课程的提出，并不是原来的体育课和健康教育课两门课程进行简单、机械的拼凑与相加；更不是谁占上风，谁被替代、被挤占、被影响、被弱化的水火难容的对立关系。打破固有的僵化思维与惯性思维，既认识和尊重两者的差异，更承认和利用两者的互利共生关系。

2 体育和健康教育应走课程综合化道路

课程问题始终是教育改革的核心问题。我国基础教育课程改革的核心思想就是打破分科课程一统天下的局面,引入课程综合化理念:“改变课程结构过于强调学科本位、科目过多和缺乏整合的现状,整体设置九年一贯的课程门类和课时比例,并设置综合课程,以适应不同地区和学生发展的需求,体现课程结构的均衡性、综合性和选择性”^[7]。实现分科课程和综合课程的有机统一,从而达成整个课程体系的重构。

沿用半个世纪之久的“教学大纲”改为“课程标准”,完全不同的教育理念、内容等,对一线的教育工作者原有的思维定势、熟悉的教學路径、实际的工作开展带来了强烈的冲击和巨大的挑战。“茫然若失”“手足无措”是他们的真实体验和写照。许多学者和教师停留在对体育课更名为“体育与健康课程”作语义学上的解释,却对其实质——“综合课程”缺乏正确的认识和深入的理解。

综合课程,是将具有内在逻辑或价值关联的原有分科课程内容以及其他形式的课程内容统整在一起,旨在消除各类知识之间的界限,使学生形成关于世界的整体性认识和全息观念,并养成深刻理解和灵活运用知识综合解决现实问题能力的一种课程模式^[8]。简言之,就是有意识地运用两种或两种以上学科的知识和方法论,去考察或探究一个中心主题或问题的一种课程取向^[9]。课程综合化,是课程的某种发展与改革的性质、理念、形态的基本趋向,涉及到课程组织、教学方法、师生关系等因素。可以说,课程综合化不单指综合课程,而综合课程是课程综合化最重要最集中的表现。中小学教育中体育与健康教育结合,走课程综合化道路,有其深刻的动因。

当前社会问题以及人与人、人与社会的关系日趋复杂多变,单一学科的知识已很难应对和解决。因此,对学生是否具备从多角度整体感知事物,协调运用综合知识的能力提出了前所未有的要求,同时也对学校教育培养学生综合实践的能力提出了更高的目标。从实际出发让学生最终能够学以致用,得到实实在在的益处,理应成为每一门学科的追求。那么体育给学生的“用”和“益”又体现在哪里呢?我们对学生成长的期待难道仅仅停留在学生完成了一个流畅的前滚翻、一个有力的投掷动作,或者秒表记录下的傲人成绩吗?“体育教育与学生的生活之间的关系正被颠倒,不是体育教育适应学生生活而是学生生活适应体育教育”^[10]。在面对社会问题和情境的前提下,体育与健康教育走综合化道路是有其必要性的。固守传统而僵化学科本位主义,再将本已庞大臃肿的课程体系再作

细分,强调体育与健康教育泾渭分明、各自为营,无疑使学生对事物的把握是机械的、片面的、静止的,限制了学生的视野,束缚了学生的思维,脱离学生现实生活的需要且无助于实际问题的解决。而走综合化道路则能避免这一缺憾,为学生创造考察世界的整体观念,提供了多学科的方法和视野,激发整体“顿悟”,有助于培养学生超越学科界限综合解决问题的能力,也更贴合实际。

探寻体育与健康教育走课程综合化道路,需要依据不同学段的特点、不同地域的教学条件,在课程的综合方式、课程的设计模式、课程的资源利用等方面进行灵活的选择。值得注意的是,虽然体育教学的研究不计其数,却鲜有关于体育与健康课程综合化的理论研究和应用研究。理论准备的不充分,造成了实践中可以参考借鉴的模式和范本少之又少,这就需要我们教育工作者运用自己的智慧和能力,从生活中发掘资源和素材去大胆实践。

3 体育与健康教育结合顺应学校教育的需求

一个事物的功能随着社会的发展而有所变化,功能是具有流动性的。任何事物的功能随着人类社会的发展都会发生变化,事物的功能处于一种流动和变化的状态之中,体育功能的这种流动性和变化的规律是永远存在的^[6]。时代加速变迁,学校体育的功能,乃至目标、内容等,也在随着社会的发展、教育的趋向、学生的需要,发生变化。学校体育在现代教育和体育思想与理念的影响下,内涵更加丰富,在广度和深度上呈现出不断扩展的趋势,学校体育的多种功能将被时代赋予新的意义:或有些功能渐渐衰退,最后消失,成为特定时期历史的产物,或衍生和凸显出之前从未有过的功能,并彰显新生事物的力量,甚至代表将来发展的趋势。

教育要面向现代化、面向世界、面向未来。体育面向生活化,体育和健康教育结合为一个体系,是学校教育实现自身可持续发展的必然要求。现代科技发展急剧改变着我们的生活方式,“文明病”“都市病”蔓延和爆发,生活方式的巨变,加快了体育生活化的进程,“在生活方式的巨变中,作为文化现象的体育正扮演着越来越重要的角色”“体育生活化的提出,必将代表目前乃至未来体育新的、充满生机和希望的走向”^[6]。体育生活化的进程,就需要结合以健康生活与生活方式、疾病预防等为主要内容的健康教育。以动态的、发展的眼光看学校体育的功能流变,体育与健康教育结合是未来学校教育的需求。

4 体育与健康教育结合基于教育资源整合

实事求是是我们开展一切工作的指导思想。实事求是最基本的要求就是一切从实际出发，落实健康教育也要从当前我国学校教育的实际出发。

一些学者所提出的“单独设立健康教育课程，使其成为一门独立的科目”的良好愿景，寄托了学者们殷殷的期望。但就我国现实情况而言，从学校教育的实际出发，目前和相当长的时间内，都不具有可行性和可操作性：没有成体系的学科理论和构架，使其难以自立；没有专门的高等教育培养机制，难以形成专门师资，面临“无源之水无本之木”的尴尬；地区发达程度和教育资源的不平衡，注定许多本已捉襟见肘的中西部学校、农村学校心有余而力不足。

因此落实健康教育，要利用和整合当前学校教育的资源，探寻体育与健康教育的结合，形成一个服务学生健康的“课程综合体”，无论从现有专业设置上，还是师资力量上，都具有现实意义。

从专业设置上来看。教育部每年修订的《普通高等学校本科专业设置规定》，依据学科完善程度、发展程度、招生来源等多种重要因素，科学化设立和审批新增专业。健康教育还不具备形成独立一级学科或独立科目的充足条件。在现行的专业设置中，只有体育学中“体育教育”“体育保健康复”和医学中的“妇幼卫生”“卫生事业管理”几个非常有限的专业能够涵盖到健康教育的内容。而对于医学专业的学生，其职业规划和就业流向，往往对应医疗、卫生等专业机构，极少数会从事学校教育工作。所以，在体育学中，设立健康教育专业这一方向，培养专业型人才，或加强体育教育专业中健康教育学习的比重，培养复合型人才，都是可取之道。

从现有师资上看。体育教师比其他学科教师更具优势^[11]。首先，体育教师曾比较系统地学习过有关运动生理学、运动心理学、人体解剖学、体育保健学、运动生物化学等方面的学科专业知识。有这些知识为基础，经过培训或自学后再任教中小学的健康课程比其他学科教师更适合；其次，体育教师作为教育工作者，掌握教育学、心理学知识，了解教育教学的一般规律，掌握教学法，有较强的组织教学的能力；再次，体育教师在长年累月的训练和教学之中，具备果敢、坚毅等独特品质，具有很强的领导凝聚力、决策魄力、社交沟通能力和处理突发事件的能力；另外，体育教

师往往都具备良好的身体素质，更有利于在实施健康教育中能给学生树立正面、积极的榜样。

体育与健康教育的争鸣，本质上是如何认识和处理两者关系的问题。从共生理论看，体育和健康教育应是平等合作的互利共生关系；从课程综合化趋势看，体育和健康应该探寻走课程综合化道路；体育和健康教育的结合，不仅是未来学校体育功能流变的要求，也是当下学校教育现实情况的要求。不容否认的是，体育与健康课程两者携手共进的过程中，“磨合”和“适应”必然伴随着“成长的阵痛”：体育教师健康素养缺乏、教学内容和教法选择不当、教材缺乏或单一、评价体系尚未形成等等。但是，道路的曲折和艰难并不意味着道路的错误。虽有坎坷，我们仍要有信心给力前行，路漫漫其修远兮，惟愿求实创新之火不灭。

参考文献：

- [1] 史曙生. 新一轮体育课程改革“健康教育化”倾向剖析[J]. 北京体育大学学报, 2006, 29(5): 663-664, 667.
- [2] 喻坚. 中小学健康教育存在的问题与出路[J]. 教学与管理, 2010(5): 49-50.
- [3] 沈建华, 卢伯春, 郑家鲲, 等. 体育课程作为学校健康教育主要载体的思考[J]. 上海体育学院学报, 2011, 35(4): 74-76, 87.
- [4] 王健, 潘凌云. 人学视域下我国学校体育教育的现实探问与发展路向[J]. 体育科学, 2013, 33(11): 17-27.
- [5] 阎智力, 顾渊彦. 实施新课程标准应注意的几个问题[J]. 体育学刊, 2004, 11(3): 80-82.
- [6] 杨文轩, 杨霆. 体育概论[M]. 北京: 高等教育出版社, 2011: 40.
- [7] 教育部. 基础教育课程改革纲要(试行)[EB/OL]. http://www.moe.edu.cn/publicfiles/business/ntmlfiles/moe/moe_309/200412/4672.html.
- [8] 有宝华. 课程综合论[M]. 上海: 上海出版社, 2002.
- [9] 张华. 课程教学论[M]. 上海: 上海出版社, 2000.
- [10] 石振国, 田雨普. 为生活的体育还是为体育的生活——现代体育教育目的辨析[J]. 体育文化导刊, 2005(5): 56-57.
- [11] 游蕴琦. 健康教育困境及与体育课堂教学整合的策略[J]. 体育学刊, 2014, 21(5): 91-93.