

## 日本学校“户外体验活动”的特征及实践启示

赵富学<sup>1</sup>, 程传银<sup>2</sup>, 宋生涛<sup>3</sup>

(1.武汉体育学院 体育教育学院, 湖北 武汉 430079; 2.南京师范大学 体育科学学院, 江苏 南京 210023;  
3.西南大学 教育学部, 重庆 400700)

**摘 要:** 对日本学校“户外体验活动”的政策演进、内容特点与组织特征等进行研究。日本文部科学省联合各地政府为学校开展“户外体验活动”安排了必要的场地和其它设施, 并为其提供特别经费支持。日本将“户外体验活动”寓于学生综合体育学习与体育特别活动之中, 注重学生生存理念与生存技能的培养, 关注学生的生命安全基础教育, 提倡优化学生之间的人际关系。通过制定相应的青少年体育政策、探索多元化的组织模式、使用形成性的活动标准和融合健身性理念等方式, 追求“户外体验活动”效果的最优化与最大化。我国学校体育可以借鉴日本“户外体育活动”的经验, 寻求来自国家、地方与学校的三级联合支持, 改革现有体育课程与教学组织开展方式, 在体育教学中注重培养学生的社会责任感与生存能力, 促进学生更好地适应在未来社会中扮演的角色和承担的义务与责任。

**关 键 词:** 户外体验活动; 生存能力; 体育课程与教学; 日本

**中图分类号:** G807 **文献标志码:** A **文章编号:** 1006-7116(2018)05-0095-07

### The characteristics of and practical inspirations from Japanese school “Outdoor Experience Activities”

ZHAO Fu-xue<sup>1</sup>, CHENG Chuan-yin<sup>2</sup>, SONG Sheng-tao<sup>3</sup>

(1.School of Physical Education, Wuhan Sports University, Wuhan 430079, China;

2.School of Physical Education, Nanjin Normal University, Nanjin 210023, China;

3.Department of Education, Southwest University, Chongqin 400700, China)

**Abstract:** The authors studied the policy evolution, content characteristics and organization characteristics of Japanese school “Outdoor Experience Activities”. Japan’s MEXT unites local governments to arrange necessary venues and other facilities for schools to develop “Outdoor Experience Activities”, and provides them with special fund support. Japan contains “Outdoor Experience Activities” in student comprehensive sports learning and sports special activities, values the cultivation of students’ survival philosophy and survival skills, focus on students’ life safety basic education, and advocates optimizing the interpersonal relationship between students. Japan pursues the optimization and maximization of the effect of “Outdoor Experience Activities” through such ways as establishing corresponding teenager sports policies, exploring diversified organization modes, using formative activity standards and fusing fitness conceptions etc. For school physical education in China, we can learn from the experience of Japanese “Outdoor Experience Activities”, seek for the united support of such three levels as the state, local government and schools, reform existing physical education curriculum and teaching organization development mode, value cultivating students’ sense of social responsibility and survival abilities, and promote students to better adapt to the roles they will play and the obligations and responsibilities they will take in future society.

**Key words:** outdoor experience activities; survival ability; physical education curriculum and teaching; Japan

生存能力是日本学校体育领域推崇的主要教学目标,它的设立与目前我国教育领域所探讨的核心素养初衷相似。生存能力是日本中央教育审议会议于1996年在《第三次教育咨询报告》中正式提出的学校体育教育指导性概念,并由此作为各级中小学体育学科培养学生的主要目标。该报告对学生的生存能力做了以下界定:(1)学生通过体育学习,独立解决自己身体素质与能力提升的系列问题,能从各类体育锻炼方法中选择适合自己的有效信息,主体性地建构自己的体育学习方法与能力。(2)能在体育学习中对美好的事物、明晰的规则、善良的行为进行感知,能铭记体育运动中关于正义、公正、生命、人权等基本伦理要求,形成团队精神。(3)具备能进行顽强生存的健康与体力<sup>[1]</sup>。总体来看,日本学校体育领域关于生存能力的界定主要包括学生自主发展、社会参与、人文精神与健康生活等方面。为了培养学生在体育活动中的生存能力,日本中小学体育教学活动进行了相应的改革与调整,其中“户外体验活动”便是体育教学改革的产物。2008年,日本文部省发布的《幼儿园、小学至高中及特别支援学校的学习指导要领等的改善(体育篇)》报告中指出了在学校体育中“户外体验活动”与学生生存能力培养之间的密切关系:“基于当前中小学生对未来和人际关系感到不安的现状,需要让他们在体育活动中与他人、社会、自然环境进行接触,培养学生共同生存的自信。鼓励学生参加自然中的集体住宿活动和职场体验活动等与他人、社会、自然环境之间能够紧密并直接接触的户外活动。”<sup>[2]</sup>“户外体验活动”在日本中小学体育课程体系中并非一门独立内容,它是体育课程的一种形式。

## 1 “户外体验活动”的政策演进

1998年日本修订了《中小学体育学习指导要领》,生存能力便成为日本学校体育目标的核心内容。因此,以往基于操场和体育馆舍的传统体育学习不能满足学生生存能力学习的需求,而是要开展户外性质的综合类、实践性体育活动课程,2000年以后,日本政府及教育管理部门对“户外体验活动”更加重视,原因是随着日本社会信息化、城市化的进程不断加快,生活压力与工作压力日益增大,少子化已成为日本社会面临的主要社会问题。在中小学体育教学中,日本政府指出教学内容缺少对学生社会性的培养和对生命的尊重,导致学生伦理观念缺失,在体育学习中的积极性与合作精神极为欠缺<sup>[3]</sup>。在教育部门的倡议下,日本各级各类学校开始在体育教学中实施有利于培养学生丰富人性和社会性的“户外体验活动”,“到户外去体育,

到大自然中去运动”成为“户外体验活动”的口号,并借此培养学生在社会中的适应与生存能力。

2000年日本的《教育改革国民会议报告》中指出:“在少子化与小家庭并存的时代,为了培养青少年的自我形成和社会性,需要通过户外体验活动进行教育。”<sup>[4]</sup>对此,学校体育课程增加了学生的自然体验、生活体验、生存体验等方面的内容与活动。2001年在日本文部科学省颁布的《21世纪教育新生计划》中,提出了关于中小学教育的7大主张,其中一条主张便是倡导“学校应在多样化的体育活动中,通过户外体验活动培养品性丰富的日本人”,强调增加“户外体育活动”在体育教学内容中的时间<sup>[5]</sup>。2002年修订的《学校教育法》与《社会教育法》中,也明确要求增加学生“户外体验活动”在体育课程设置中的比重。其中修订的《学校教育法》规定“在学校体育中要努力增加学生的户外体验性体育活动,尤其是到自然和社会中去磨练学生的意志和品性。”<sup>[6]</sup>根据日本社会的发展状况与相关教育政策、法规的要求,日本文部科学省于2002年开始推行以“丰富的户外体验活动推进”为主体的课外体育活动,目的在于配合学校体育教学以便共同培养学生的生存能力。其形式是通过指定实施“户外体验活动”学校,在自然中进行集体生活,学习和体验户外生存所需要的各项能力。基于此,日本文部科学省开始在全国各地指定中小学校并为其提供特别经费支持,联合各地政府为学校开展“户外体验活动”提供场地和其它设施,并给予必要的配合与辅助,以推动“户外体验活动”的顺利开展。

2010年以后,日本中小学体育教学中“户外体验活动”的形式不断发生变化,类型迅速增加,参加此项活动的学校和相应的经费支持也越来越多。从指定学校的数量变化情况来看,至2013年日本全国参加“户外体验活动”的中小学校已经增加到1000所以上,文部科学省投入的经费达到4.5亿日元,2015年预算额翻了一番并达到了9亿日元<sup>[7]</sup>。

## 2 “户外体验活动”的内容特征

“户外体验活动”推出以后,日本各指定学校都积极探索与开展形式多样的体验活动,内容以自然体验为主。以日本长野县的两所小学为例,2015—2016年与长野县的“国立青少年之家”进行合作,开展了为期6天的户外自然体验活动,主要包括登山、草原露营、沿河徒步、荒岛探险、传统捕鱼等。户外体验活动还与其他科目的教学及生活技能密切结合起来,在活动过程中让学生自行练习搭建帐篷、洗衣、做饭等技能,自己安排饮食起居,培养学生自理与自立能力以及在

户外生活中的团结协作、共同解决问题的能力<sup>[8-9]</sup>。

目前,日本户外体验活动的类别和数量还在不断增加,不同年龄和年级的学生可以广泛参加各种活动,其中对性别和年龄的要求逐渐减弱。有些学校开始尝试探索不同年级的学生可以在一种或几种不同形式的户外运动中共同活动,为学生找到他们最感兴趣的户外活动方式。除了兴趣,学生还可以在其所选择的任何一种活动中得到共同需要,即学习怎样提高技能和学会更多的生存知识。在一段时期内为所有中小学生学习提供互联网在线的活动选择,目标是促进户外活动内容可选择范围不断扩大。需要指出的是,要求各年级水平组的体育教师不仅要自己熟悉“户外体验活动”的项目与内容,而且还要教会学生在每个类别项目的体验中可以安全有效地使用活动方法。

### 2.1 “户外体验活动”寓于学生综合体育学习与体育特别活动之中

学生综合体育学习是日本2002年颁布《学校体育教学指导要领》之后增加的学校体育学习内容,和我国同时期开展的体育综合实践活动类似。学生综合体育学习的目标是通过综合类的体育学习培养学生的生存能力,其内容设置和教学计划都与学生生存能力的培养密切联系。2008年日本第4次修订的《中小学体育学习指导要领》中做出了对学生体育综合学习活动实施方面的建议,规定:“学生综合体育学习不仅要求学生接受必要体育锻炼与训练的知识,更要增加直接体验的机会,鼓励开展跨学科、跨领域的综合性与探究性的体育学习”<sup>[10]</sup>。例如,开展野外拓展训练活动时,如果学生没有足够应对生活与自然世界的的能力,不实地进行个人生存训练,那么则无法形成与培养对自然和社会的敬畏以及尊重生命、展现自我的精神。

体育特别活动属于一种活动性体育课程,按照组织与开发单位的不同分为班级活动、学生会活动、俱乐部活动与学校例行活动4种类型<sup>[11]</sup>。无论是学校组织亦或是其它团体组织的体育特别活动,都非常重视“户外体验活动”的内容。日本学校体育特别活动要求学生通过接触户外丰富的自然生活形成必要的生存技能,用以弥补与充实学校体育生活的不足。在体育特别活动中,通过“户外体验活动”让学生产生一定的感官刺激、身体锻炼、情感深化等方面的身心体验,使学生与自我体育实践之间建立联系。目前,日本各级各类中小学的体育特别活动基本都有“户外体验活动”的融入;贴近自然与社会的“户外体验活动”容易唤起学生自身体验与自身经历之间的共鸣,有利于学生在体育活动中更好地认识与肯定自我的价值。

在日本的学生综合体育学习与体育特别活动中,

通过融入“户外体验活动”的内容使体育学科在培养学生生存能力过程中发挥着更重要的作用。“户外体验活动”是对学生掌握的体育学科知识与技能进行实际演练的一种综合实际运用,也是对学生在体育活动中进行人格、品行、意志、个性与习惯等方面综合训练的重要手段。

### 2.2 生存理念与生存技能的培养是“户外体验活动”的重心

根据2008年日本颁布的《修改幼儿园、小学、中学、高中以及特别援助学校的学习指导纲要》的要求,“户外体验活动”中培养学生生存能力的核心理念并没有发生变化。就户外活动的具体内容而言,作为生存能力的主要训练方式之一,通过预设的各类户外活动培养学生更好生存所需要的健康、体力、经验等尤为关键,这也是日本学校体育面临的重要课题。在日本学者看来,体力是人类活动的源泉与重心,除了维持健康外,体力与精神方面的充实也有密切联系,是“生存能力”的重要影响因素<sup>[12]</sup>。孩子们的体力下降意味着将来整个国民的体力降低,会使整个社会失去活力,进而危及国家基础。为了孩子们身心的协调发展,在通过户外体验活动提高学生体力的同时,养成集体主义精神与应对自然的生存能力也非常重要。

“户外体验活动”中蕴含的生存理念与技能,是针对日本过去30年来强调的宽松体育、快乐体育而导致学生体育学习能力下降和体力下降等问题而提出的。培养学生的生存能力是“户外体验活动”内容的重要依据,也是其核心理念;“户外体验活动”中包含的生存能力概括起来可以描述为“培养学生真实的户外生存能力、丰富的生存技巧、健康的体魄和心理”,而反映在学校体育中则可以被解释为“体育技能的学习与适应能力”,具体包括通过“户外体验活动”使学生形成“身体适应能力、生存应对态度、生存应对知识——思考——判断——执行”的能力。因此,针对生存理念与生存技能开展的“户外体验活动”,是今后日本学校体育内容改革的主要特征之一。

### 2.3 生命安全基础教育是“户外体验活动”的主要拓展内容

“户外体验活动”有3个主要的拓展内容,即:户外生活中保证个人安全的能力、进行第一手医疗救护的能力、自然界和技术性极端情况下采用恰当行为的能力<sup>[13]</sup>。在户外体验活动中,体育教师要教会学生保障个人人身安全的基本常识和技能,主要包括让学生理解健康与安全生活方式所要求的规范、掌握基本的交通安全规则、在火灾情况下使用求生技能和正确行为、懂得在水中的安全规范、对自然生态平衡的保

护等。其目的在于使学生通过“户外体验活动”获得人身安全基本知识及技能,让学生积极参加有利于健康和生存经验的情景创设,使学生可以综合运用在体育学科中学习到的生理、保健、卫生知识,理解个人的行为与努力对成功进行“户外体验活动”的贡献值,培养学生成为有户外生存能力、有运动教养和运动热情的优秀“体育人”。

进行第一手医疗救护能力是指在“户外体验活动”中,教师要引导学生学会对溺水和窒息、晒伤和冻伤、骨折、食物中毒等受伤人员的救护、止血、包扎以及选择药物等<sup>[14]</sup>。目的在于使学生学会对户外活动中容易发生的危险场景进行控制,以免在真正面对这些场景时发生恐慌场面,使学生通过安全积极的方式面对和处理“户外体验活动”中存在的挑战与危险。第一手医疗救护技能的训练受到了日本政府和卫生管理部门的大力支持,日本卫生厅甚至对此项目有专门的预算和拨款。这一技能的掌握有利于学生在未来的社会生活中,对自己的身体、心理和情绪控制等方面形成积极的、负责任的态度,同时配合学校其它学科教学使学生具备无私奉献、不屈不挠和英勇无畏的精神。

培养学生在自然界和技术性极端情况下采用恰当行为的能力,是日本“户外体验活动”注重生命安全基础教育的又一拓展内容。要求学生知晓“户外体验活动”中自然界发生极端事件情况下有可能发生的各类后果,以及学生在此情景中需要掌握的安全行为及规则。技术性极端情况是在非自然情况下发生的,由人为造成的一系列突发与极端事件。在极端情况发生时,要求学生在保护自己的同时采取合理措施,运用所学知识及技能完成帮助他人脱离险境的任务<sup>[15]</sup>。在自然界和技术性极端情况下采用恰当行为的能力,有助于学生养成正确的生命态度与人生态度。学生在险情发生之后,自己采取的行为决定着对个人和他人生命、健康、安全的影响,有利于学生社会存在感与社会责任感的形成。

可以看出,生命安全基础教育作为“户外体验活动”的主要拓展内容,它所强调的保证个人安全、进行第一手医疗救护、自然界和技术性极端情况下采用恰当行为等要求,其核心是保障学生在户外活动中的健康和安全的,其延伸意义是帮助学生建立社会责任感和形成正确的生命观,这与日本在学校体育中倡导的生存能力价值取向是相辅相成的。

#### 2.4 优化学生之间的人际关系是“户外体验活动”的重要关注点

由于近年来在日本出现越来越多的校园伤害事件及校园人际关系紧张问题,人们又开始质疑体育课在增

强学生团体性以及优化学生关系过程中所起的作用<sup>[16]</sup>。于是,借助于“户外体验活动”的开展,大部分日本学校结合体育课程目标注重在“户外体验活动”中融入对学生心理健康与社会适应能力、体育态度和生活态度等方面目标的达成,让学生通过“户外体验活动”获得关于改善人际关系、促进个人与群体之间的合作能力等方面的知识与技能。各学校及其学校联盟制定了“户外体验活动”策略及其实施规则,保证参加“户外体验活动”的每一个儿童都能获得丰富有益的人际交往经验与合作方法,增强学生的适应能力,学校则尽可能地为学生在“户外体验活动”中创设交往的情景。在具体操作层面,文部科学省规定在“户外体验活动”中学校有权利根据自己的条件、社区的要求和学生的兴趣,设计具有本校特色的人际关系优化活动<sup>[17]</sup>。体育教师则有权决定采取何种内容、选用何种方法和手段施教,学生也可以贡献意见等,因此为“户外体验活动”的顺利开展增加了不少素材。另外,通过丰富互动式的户外活动方式,即体育教师也以成员身份积极参与到“户外体验活动”中去,从而间接树立起师生间类似于好朋友或好队友的和谐关系,这样不仅能够让学生和教师配合的更加默契,提升“户外体验活动”的质量,而且还可以为学生树立进行正确和恰当人际交往的范例,使学生们更加自如、快乐的投入到“户外体验活动”中去。

### 3 “户外体验活动”的组织特征

#### 3.1 制定相应的青少年体育政策保障

日本《新学习指导纲要》对“户外体验活动”所依据的基本运动领域进行了划分,分为身体活动、生长和发育、个性特征、安全、挑战、冒险、食物和营养9个领域<sup>[18]</sup>。“户外体验活动”可从这9个领域中任意选择主题进行组合,组合后的领域又可自行划分水平,所以内容非常丰富,且弥补了传统体育教学内容的欠缺与不足。在《新学习指导纲要》的执行过程中,文部科学省还制定了相应的青少年体育政策及青少年体育发展模式,其中单独提及到了“户外体验活动”的价值,即通过政策手段保障每一个日本儿童都能获得通过参与“户外体验活动”而丰富生活的均等机会。青少年体育政策是组织、发展和实施青少年体育活动的纲要和指南,其中包括协调发展学校和社区体育活动的方法,目的在于为“户外体验活动”的顺利开展提供制度支持和路径安排<sup>[19]</sup>。如今日本“户外体验活动”注重发展学生的参与意识和兴趣,其提供的内容受到大多数学生的喜爱和欢迎。在日本中部地区,“户外体验活动”已被列入体育课程的必修内容,成为学生体育学习、人际发展、健康促进必不可少的课程内

容。在相应政策的保障下,学校开始聚焦于如何使“户外体验活动”更加适合学生的特点和社会的要求,这也是体育课程设计与体育教师们极为关注的问题。

### 3.2 使用形成性的活动标准保障个体需求

日本中小学开展“户外体验活动”的基础在于保障和满足每个学生的个体需求,教会学生利用户外活动的机会掌握户外体育健身活动的基本原理,以便在以后的生活中自己安排户外体育锻炼计划,进而发展和完善个体身体与心理锻炼的方法和技能,不断满足个体的体育需求。

从日本“户外体验活动”标准与主导类型可以看出,新兴的“户外体验活动”采用的活动标准是把体育学、教育学、心理学与“户外体验活动”中的主导类型有效联系起来,使每一个主导活动都可以表现出儿童独特的发展需求,这些不同的个体需求相互衔接与组构成了“户外体验活动”在儿童身心水平与社会生存能力方面的多样性统一。因此,形成性的“户外体验活动”标准的特点不仅是考虑学生的身心发展阶段与个体需求,而且要依据儿童在“户外体验活动”中的主导活动类型与形成机制自身的特点,随时调整 and 选择“户外体验活动”的方法以保证其质量。

### 3.3 采用多元化的模式开展“户外体验活动”

2013年Hodge等<sup>[20]</sup>所做的一项调查显示,日本的大多数中学以一种或多种模式来开展“户外体验活动”,这些模式将理论类研究成果与实践很好的结合起来,“户外体验活动”已经成为这些学校体育课程中的必要组成部分。京都府、大阪府已经将“户外体验活动”作为学生日常体育活动的一部分,例如要求学校在体育课中教授学生道路安全交通知识并鼓励学生在步行或骑车去学校的路上对这些知识进行实践。广岛县课程评估局做了一项调查指出在21世纪的生活和工作中,日本学生应该有效地通过多种方式学习体育知识与技能,在“户外体验活动”中不要固定某一种实践模式,而应尝试多种模式的组合效果。户外体验活动应增强学生的适应能力和生存能力,使其将所学的内容知识应用于生活中,为学生的终身发展做足准备。在日本民众看来,学校应最大可能地采用多种模式将生活与生存知识融入到学生的身体培养中,二者不可偏废。学校不仅是受教育的地方,而且也是生活准备的场所。通过户外体育活动,帮助学生至少形成一项他们能熟练掌握的生存技能,帮助他们发展和应对未来的生活,使学生具备安全参与社会生活的能力,更好地提升个人生存技能。因此,“户外体验活动”的开展模式不仅要对社会的要求和变化做出反应,而且还要尽可能地预测日本青少年将来走向社会时作为一

个个体、市民和从业者所面临的生存问题。而未来社会生活前景遥远且难以预测,这就要求青少年通过多元化的“户外体验活动”储备相应的生存知识、技能和理解力来面对不断变化的社会期待。通过“户外体验活动”提供的生存知识与技能,奠定了日本学生在不同环境中享有幸福生活所需要的能力、自信心和义义务,使学生能够健康、安全与积极地生活。

### 3.4 健身性理念融合在“户外体验活动”之中

考虑到“户外体验活动”作为学校体育课程的组织形式之一,因此在确保学生掌握生存能力的基础上,日本学校对“户外体验活动”的健身性功能提出了一定要求。在“户外体验活动”中融合队列队形练习、一般发展练习、田径、活动性游戏和球类运动、滑雪和滑冰训练、滑雪橇、游泳、定向越野等内容,提升学生的身体素质与技能。期间还辅以必要的理论知识与内容,主要包括食物制作、个人卫生、自我监督、积极性休息、消极性休息、完整睡眠与间歇睡眠等,以确保学生身体一直能处于健康状态<sup>[21]</sup>。同时,教师和学生可以根据所处的环境条件对学生在“户外体验活动中”的身体训练程度和运动意愿进行调整,例如户外没有条件进行滑冰活动的可以用滑雪、雪橇等条件要求不高的活动进行替代,以达到预设的健身目标。

日本的“户外体验活动”从小学1年级就开始组织,每学期至少2次,不仅发展学生在生活中需要掌握的运动技能、技巧,形成一定的运动经验,而且促使学生在户外运动中形成健身的理念,有效融入到日常生活、学习和积极性休息之中,提升学生对体育活动健身功能的认识,使学生学习与体育活动相互促进。健身性的理念广泛融合到了“户外体验活动”的理论知识之中,如合并了关于学生的身体发展、生存技能、卫生饮食、意志和道德品质的发展、健康的生活方式、心理调节和自我调节方法等方面,渗透在对自然灾害、生产事故、交通事故等的预防与处理的过程中,以求得提升学生体育与健康方面的综合素养。

## 4 “户外体验活动”的实践启示

### 4.1 通过体育课程与教学培养学生的社会生存能力是必要和可行的

从日本学校“户外体验活动”的实施经验来看,通过自然体验、集体住宿、社会调查等活动学生对“生存能力”的理解力和执行力明显增强。Nakai等<sup>[22]</sup>对福井县23所小学长期参加集体住宿体验活动的学校进行调研时发现,通过这些活动不仅使学生的社会心理能力、道德能力、身体能力等有明显提高,而且学生的集体意识、人际交往、生活习惯等也都显现了积极的效

果,例如遵守时间、互相帮助、早睡早起等。另外,从政府公布的“户外体验活动”成果来看也非常瞩目。2010年文部科学省对2009年全国306所学校师生参加“农林渔村住宿体验活动”进行的调查显示:在农林渔业等职业的操作体验中学生学习的积极性有所提高,人性和社会性、道德方面的培养也颇见成效<sup>[23]</sup>。因此,无论是学者对于个别学校实施“户外体验活动”的调查结果,还是日本政府对“户外体验活动”实施效果的整体分析,都可以看出“户外体验活动”对培养学生生存能力的积极影响。

对于我国学生来说,体育课程的目标和内容改革方式也需要考虑到学生生存能力的培养。我们不一定需要照搬日本“户外体验活动”的具体模式,但可以通过设置相应的课程、增加不同的体育课程与教学形式,使学生在体育课程中具备责任担当与实践创新的能力,让学生通过体育学科的学习掌握生存所需的基本体能、技能和智能,为学生适应社会生活的需求奠定基础。

#### 4.2 “户外体验活动”的开展需要来自国家、地方与学校的三级联合支持

由于“户外体验活动”对学生生存能力的培养发挥着重要作用,因此日本政府从21世纪初就先后推出了系列政策支持中小学开展“户外体验活动”,并且与这些体验活动相关的事务并非仅靠文部科学省来推行,而是联合了经济产业省、总务省等多个部门,此外地方政府的密切配合与支持也是必不可少的<sup>[24]</sup>。这种多部门联合支持、地方政府和企业、学校之间的紧密合作是推动“户外体验活动”顺利开展的保障。另外,日本政府也为推进“户外体验活动”事业提供了充足的资金和设施设备方面的支持。在各地建立了相应的青少年活动中心,即“国立青少年活动之家”作为学生参加“户外体验活动”的协调中心。地方政府也根据当地的社会和自然条件等建立了各种体验活动中心,为中小学生学习“户外体验活动”提供了相应的场地和设施,即形成了国家提供政策和经费、地方提供场地和设施、学校配备师资的完备机制。对于我国而言,在培养学生体育与运动能力的进程中学校可适当增加学生的体育学习与生活实践相结合的活动,在体育教学中丰富学生的社会与自然体验等。同样,这类活动的开展仅仅依靠学校的力量是无法完成的,同样需要来自国家、地方政府和学校的支持和帮助。

#### 4.3 通过借鉴“户外体验活动”的组织与开展方式来培养学生的社会责任感

目前,在中国的许多大城市里有不少孩子存在社

会适应问题。所以如何吸引孩子们参加体验活动以改变他们的行为模式,使他们学会对自己和社会负责并成为对社会有用的人,是体育学科育人价值研究的重要取向和议题。在日本的“户外体育活动”中,有广岛、山口、石川、福井、神奈川5个地方集合了本地所有学校开展“户外体验活动”,并将相应的信息传输在互联网上,政府通过电子邮件便可以了解辖区所有学校“户外体验活动”开展的具体情况<sup>[24]</sup>。在这个网络系统中,主要探讨的是如何通过“户外体验活动”来培养孩子对社会的责任感。最终,研究者设计了使学生对个人和社会负责的“户外体验活动”结构。通常是这样的:首先向学生介绍本次“户外体验活动”的主题,让学生明确自己在活动中肩负的责任;其次进行“户外体验活动”所要求的体能、技能和运动技术等方面的练习;接着培养学生处理户外体验活动中遇到问题的能力。至于如何培养则一般让学生自己决定,然后大家讨论,讨论之后学生进行自我反省,最后向老师请教并得到指导<sup>[25]</sup>。这样既锻炼了学生处理问题的能力,又培养了学生对个人和社会的责任感。

我国可以通过借鉴“户外体验活动”的组织与开展方式,培养学生对个人与社会负责的态度和能力,培养学生在体育活动中学会尊重自己、理解他人,使学生在参与体育活动时尽自己最大努力去尝试解决困难和帮助别人;提高学生在体育活动中的自我导向水平,让学生从内心反思自己如何去参与、如何去努力,怎么能够规范自己的行为,进而做对社会有利的事情。通过体育活动培养学生从只关心自己转变为关心他人,能够考虑别人处在什么样的处境与状况,使学生在体育课外活动中能够帮助其他学生规范行为,在课内外活动中养成对个人和社会负责的意识与态度。

“户外体验活动”是深受日本中小学生学习喜爱的体育活动方式之一,拥有广泛而良好的师生基础,对于保障体育在日本学校学科体系中作为“优质学科”的地位具有重要贡献和价值。在户外体验活动中,日本文部科学省发布了许多和学生健康生活方式有关的报告和指南,高度关注学生的健康体能现状。“户外体验活动”的经验也使我们认识到了体育学科应加大研究与开发和与学生生活有关的内容与方法,发挥体育学科本身的特点,积极承担起改善国民体质与健康状况的重任。在体育课程与教学中,不能把焦点只放在运动中的各种技能习得上,也应该关注学生学习体育运动知识与技能的内在意义,追求体育课程深层价值的实现,强调面向生活的教育和公民教育。使学生在体育学习过程中,不仅要形成积极健康的生活方式,而且要明确自己将在未来社

会生活中扮演的角色及承担的义务与责任。

### 参考文献:

- [1] 文部科学省.就学ガイドブック入学指南日本の学校への入学手続き[EB/OL]. [2017-0701]. [http://www.mext.go.jp/result\\_p.htm?searchTextHed](http://www.mext.go.jp/result_p.htm?searchTextHed), 1999-06-01.
- [2] 白旗和也. 学校にはなぜ体育の時間があるのか?: これからの学校体育への一考[M]. 東京: 文溪堂, 2013: 5-28.
- [3] 久間孝正. 多国籍化する日本の学校: 教育グローバル化の衝撃[M]. 東京: 勁草書房, 2015: 107-109.
- [4] 文部科学省. 学校体育の充実: 文部科学省[EB/OL]. [2017-07-01]. [http://www.mext.go.jp/a\\_menu/sports/jyujitsu/](http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/jyujitsu/), 2008-09-23.
- [5] 森敏生. 学校体育の立場から[国際憲章]の意義と可能性を探る[J]. 日本体育学会大会予稿集, 2016, 67(7): 2-7.
- [6] 小高有普, 清水忠男. 戦後日本の教育における[創造性]の位置付け[J]. デザイン学研究, 2016, 63(3): 311-320.
- [7] 文部科学省. 学校体育振興事業報告集[EB/OL]. [2017-07-01]. [http://www.mext.go.jp/a\\_menu/sports/jyujitsu/](http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/jyujitsu/), 2001-10-22.
- [8] 天笠茂. 現代日本の教育課程政策における政治・行政・経営をめぐる諸問題[J]. カリキュラム研究, 2015, 24(1): 56-56.
- [9] 北野秋男. 現代教育制度改革への提言[J]. 教育学研究, 2014, 81(3): 335-336.
- [10] 鄢长安, 孙喜和, 白文. 日本新一轮学校体育指导要领改订的框架及内容分析[J]. 体育与科学, 2007, 28(2): 83-86.
- [11] 楊明. ものづくり先進国日本が教育先進国に何を学ぶべきか[J]. 塑性と加工, 2012, 53(6): 418-420.
- [12] HONJO K, ISO H, IKEDA A. Education level and physical functional limitations among Japanese community residents-gender difference in prognosis from stroke[J]. Public Health, 2009, 33(9): 49-56.
- [13] 佐藤豊. 体育科教育学の現在[J]. スポーツ教育学研究, 2012, 32(1): 59-62.
- [14] 刘春燕, 谭华, 季浏. 日本近代两次对外战争对学校体育的影响[J]. 北京体育大学学报, 2016, 39(8):

102-108.

- [15] 柴田一浩, 七澤, 朱音. プロジェクト研究報告(日本体育科教育学会第19回大会)[J]. プロジェクト研究報告, 2015, 31(2): 62-69.
- [16] ONUKI M, MARUYAMA H. Factual survey of education using ICT including e-learning in Japanese physical therapy schools[J]. Journal of Physical Therapy Science, 2009, 21(1): 43-48.
- [17] 闫文阁. 国内对日本学校体育的研究现状的分析[C]. 中国体育科学学会第九届全国体育科学大会论文摘要汇编, 2011: 2.
- [18] 钟启泉. 日本学校体育的演进及其未来走势——日本教育学者木下百合子教授访谈[J]. 全球教育展望, 2009(6): 3-6.
- [19] 杨昉. 日本学校综合活动课程教学对我国中小学体育教育的启示[A]. 第九届全国体育科学大会论文摘要汇编(2)[C]. 中国体育科学学会(China Sport Science Society), 2011: 2.
- [20] HODGE S R, SATO T, MUKOYAMA T. Development of the physical educators' judgments about inclusion instrument for Japanese physical education majors and an analysis of their judgments[J]. International Journal of Disability Development and Education, 2013, 60(4): 332-346.
- [21] 刘春燕, 谭华. 日本近代学校体育的基石——体操传习所[J]. 体育学刊, 2014, 21(2): 104-108.
- [22] NAKAI, TAKASHI, METZLER. Standards and practice for K-12 physical education in Japan: in both content and approach, Japanese physical education exhibits similarities to, and differences from, physical education in the United States[J]. Journal of Physical Education, Recreation & Dance, 2005, 76(7): 17-26.
- [23] 林徳治. 伝承と協働活動を融合したハイブリッドな学会をめざして[J]. 教育情報研究, 2014, 30(2): 31-37.
- [24] 张建华, 高嵘. 国内外体育课程发展与改革[M]. 桂林: 广西师范大学出版社, 2015: 1-9.
- [25] 石隈, 利紀. 日本の学校教育におけるスクールカウンセラーの現状と課題[J]. こころの健康, 1996, 11(2): 36-48.