

加拿大学校体育身体素养推展情形及启示

居方圆¹, 张震²

(1.台湾师范大学 运动与休闲学院, 台湾 台北 106; 2.华东师范大学 体育与健康学院, 上海 200241)

摘 要: 身体素养成为国际学校体育的新焦点, 加拿大身体素养的推展走在世界前列, 在研究与实践方面都是世界公认的佼佼者。分析加拿大学校体育身体素养推展情形, 给予我国身体素养从学术研究走向教学实践以启示, 进而向全面实现提高学生身体素养的目标迈进。加拿大定义身体素养是动机、自信、身体能力、知识和理解, 能够重视并且承担终生身体活动的责任。从“技能学习”到“情境学习”是加拿大身体素养观念在学校体育的转变过程。从教学目标、教学设计、教学策略及教学评量 4 个方面对加拿大身体素养导向教学进行分析, 得出 4 点启示: 在激发学生“我想玩”的动机前提下, 让学生获得运用身体的能力; 学习“带得走”的能力, 将自我决定论贯穿体育课堂; 建立“我很棒”的信心, 转化素养导向体育教学原则; 记录“动起来”的瞬间, 重新思考体育教学评量功能。

关键词: 学校体育; 身体素养; 体育教学; 素养教学; 自我决定论

中图分类号: G807.0 **文献标志码:** A **文章编号:** 1006-7116(2020)02-0096-07

The situation of and inspirations from physical attainment promotion in the school physical education area in Canada

JU Fang-yuan¹, ZHANG Zhen²

(1.School of Sports and Leisure, Taiwan Normal University, Taipei 106, China;

2.School of Physical Education and Health, East China Normal University, Shanghai 200241, China)

Abstract: Physical attainment has become a new focus in the international school physical education area. Physical attainment promotion in Canada leads the world, being a strong performer recognized by the world both in terms of research and practice. Analyzing the situation of physical attainment promotion in the school physical education area in Canada gives inspirations to physical attainments in China from academic research to teaching practice, and then approaches the goal to comprehensively realize student physical attainment improvement. Canada defines physical attainment as the motivation, confidence, physical competence, knowledge and understanding, being able to value and take the responsibility of lifelong physical activities. From “skill learning” to “scenario learning” is the process of changing of Canadian physical attainment conception in the school physical education area. The authors analyzed Canadian physical attainment oriented teaching from such 4 aspects as teaching objectives, teaching design, teaching strategies and teaching assessment, and derived 4 inspirations: under the precondition of stimulating the “I want to play” motive of the students, let the students abstain the ability to use their bodies; learn the abilities that can be carried with you, penetrate the self-determination theory throughout physical education classes; build up the confidence of “I am great”, transform the attainment oriented physical education teaching principle; record the moment of “moving your body”, rethink physical education teaching evaluation functions.

Key words: school physical education; physical attainments; physical education teaching; attainment teaching; self-determination theory

收稿日期: 2019-08-13

基金项目: 上海市哲学社会科学规划教育学青年项目 (B1801)。

作者简介: 居方圆(1992-), 女, 博士研究生, 研究方向: 运动教育。E-mail: jufangyuan163@163.com 通讯作者: 张震

身体素养(physical literacy)是当今国际学校体育的焦点,贯穿人一生的旅程。国际体育科学和教育理事会(ICSSPE)的《体育教育的国际立场声明》(*International Position Statement on Physical Education*)中指出:“身体素养是体育教育的结果,是青少年儿童全面发展和取得成就必不可少的基础”^[1]。身体素养理念自英国学者Whitehead提出以来,许多国家的学者在持续地进行讨论。2019年6月,身体素养的第二本专著《世界身体素养》(*Physical Literacy across the World*)出版,最新定义为“适合于每个人,身体素养可以被描述为动机、信心、身体能力、知识和理解,以重视并承担参与终身体育活动的责任”^[2]。这一理念不仅对当今世界体育的改革,而且对出于转型发展中的中国体育有重要的参照价值^[3],身体素养源于一元论,一元论中的现象学和现象学派中的存在主义的哲学概念^[4],其哲学基础是具身的存在论哲学。自任海教授对身体素养的理论基础阐释过后,越来越多的学者接受身体素养的用语和理念,董翠香等^[5]在阐释习近平总书记关于体育工作的重要论述的基础上,提出我国学校体育应确立“身体素养”引领学校体育发展的基本理念。高海利等^[6]认为身体素养理论更新了学校体育的目标——培养具有身体素养的人,拥有享受终身健康的身体活动的知识、能力和自信,并对其构成要素及其理论价值探微。赵海波等^[7]从测评的特点、内容、实用性、可信度等方面对加拿大的3种身体素养测评体系进行了分析、解读。2019年9月国务院办公厅正式发布《体育强国建设纲要》,指出“将促进青少年提高身体素养和养成健康生活方式作为学校体育的重要内容”^[8]。我国身体素养的研究属于刚刚起步阶段,目前仍停留在概念的探讨^[9-10]与评量方式的分析^[11-12]等方面,为更好地发挥身体素养对实现“终身体育”的重要意义,实现“以体育人”的教育目标,需要从学校体育教学现场出发,向先进国家学习。

加拿大从2008年开始推行身体素养的概念,是早期把身体素养纳入国家课程的国家之一,近10年的经验使其成为倡议身体素养的先驱。根据Aspen Institute的调查,加拿大、英国威尔士是发展身体素养最发达的国家和地区^[13]。不仅是在国家政策的层面,各个省份也将身体素养列入官方文件中,并积极贯彻落实。加拿大不遗余力地在竞技体育、休闲运动、学校体育等领域推行身体素养,并不断加强跨领域合作。学术研究也是成果斐然,尤其是身体素养的评量方面,目前已有3种工具获得世界范围内的认可,在加拿大高校体育领域也颇受欢迎,包括“终身护照”(Passport for life,简称PFL)、“青少年身体素养评量体系”(Physical

literacy assessment for youth,简称PLAY)以及“加拿大身体素养评量工具”(Canadian assessment of physical literacy,简称CAPL)。加拿大身体素养的推展走在世界前列,实践与研究方面都是世界公认的佼佼者。

本研究目的为分析加拿大高校体育身体素养的推展情形,给予我国身体素养从学术研究走向教学实践以启示。通过“加拿大体育与健康教育”(Physical and Health Education Canada,简称PHE Canada)、“体育生活”(Sport for life)官方网站收集资料,并对加拿大身体素养研究专家及体育教师进行访谈,采用归纳分析法分析资料,同侪检核(peer debriefing)的方法对信实度进行检核,文献与访谈资料形成互证关系。

1 身体素养的定义

2010—2015年众多名称的出现使身体素养的概念出现混淆,除了体育素养(sports literacy)之外,还有身体活动(physical activity)、体育教育(physical education)、甚至是动作发展(motor development)与基础性动作技能(fundamental movement skills)等。各个国家的定义各不相同,英国身体素养的概念是由Whitehead定义:动机、信心、身体能力、知识和理解,为学龄儿童提供终身参与身体活动的基础^[4]。美国Aspen Institute将身体素养定义为:个体具备积极健康生活方式的能力、信心和愿望^[15]。新西兰的身体素养方法适用于所有年龄段,能够认识并回应参与者一生的生活需求^[16]。

不仅是世界各国,就连加拿大国内对身体素养的定义也不一致,加拿大终身体育中心提出:身体素养是指能够掌握的基本动作技术(fundamental movement skills)和基本运动技能(fundamental sport skills),并通过这些能力来识别自身周围环境从而做出适当反应与决定,同时也能在一定的身体活动条件下进行自我控制,从而能够更加自信地运动^[17]。PHE Canada定义为:具备身体素养的个人,有能力在不同环境中从事各种有益全人健康发展的身体活动^[18]。

加拿大相关部门领导人提出:需要使用一致的定义用于制定政策、实践和研究。因此,政府相关部门决定与从事休闲研究、身体素养研究的学者们集中讨论出属于加拿大的身体素养定义。讨论结果与国际素养协会相一致,包含动机、信心、知识理解、基本动作能力4个方面,获得各方共识的定义如下:身体素养动机、自信、身体能力、知识和理解,能够重视并且承担终生身体活动的责任^[19]。并于2015年发表共识声明:身体素养是所有人都可以使用的包容性概念;代表着每个人的独特旅程;可以通过不同环境和背景

下的一系列经验来培育和享受；需要在整个生命中得到重视和培养；有助于整个人发展^[20]。

2 加拿大身体素养理念的转变

加拿大从2008年开始推行身体素养,加拿大运动部(Sport Canada)早期坚持的信念是:让每一个个体拥有特殊的动作技能,才会有继续从事体育运动的可能。此外,加拿大将运动视为国家文化的一部分,并试图在竞技运动中培养公民品格、领导力等。因此,起初身体素养与竞技体育紧密联系在一起,比较狭隘地看待身体素养是关于技能的学习,侧重学生技能水平的发展,将身体素养与动作技能练习划等号,并与运动员长期发展连结。《发展身体素养:给父母与0~12岁孩童的手册》(*Developing Physical Literacy: A Guide for Parents of Children Ages 0~12*)的出版,是加拿大推行身体素养的起点,手册中提出加拿大长期运动员发展模型(LTAD)。LTAD模型认为身体素养是从出生到青春期(女孩11岁,男孩12岁)发展起来的,主张根据各年龄阶段的身心特质与发展进程促进人的身体活动,通过“积极性开始”(active start),鼓励0~6岁幼儿积极地进行体育活动,随着年龄的增长,再进行一些“基础性”(FUNdamentals)、“训练性”(learning to train)的学习,强调孩子的身体能力,发展基本运动技能,例如走、跑、跳、投的基本能力,以及基本运动技能和基础知识的整体发展:敏捷、平衡、协调和速度。因此,加拿大的小学体育课程只教授学生基本运动技能,是线性教学和非线性游戏的混合,提供各种丰富多彩的玩具和设备,并鼓励学生在各种环境中来发展基本运动能力,包括陆地、冰雪、空中、水中或水上,让身体活动成为学生日常生活的一部分。教师会将足球、篮球等体育器材纳入教学设计中,辅助动作练习。在练习过程中,发展学生身体素养,让该年龄阶段的学生能够在学习各种基本动作技能中建立自信与培养兴趣。当学生进入到中学阶段,这些基本运动技能形成一个坚实的身体能力平台,便可以学习整体运动技能,帮助其建构生理和心理的能力,进行“培训性训练”(training to train)与“学习性竞争”(learning to compete)。青少年学生进入“培训性训练”阶段时,技能可以通过多种不同类型的运动进行转换,在“学习性竞争”阶段,他们可以将基本的运动技能和战术整合到更专业的身体活动中。这是协调和精细运动控制加速发展的时期,也是学生看到自己的进步、享受练习技能的时期。当进入更高年龄段,则为“竞争性训练”(training to compete)与“获得性训练”(training to win)阶段,侧重于高性能运动,让具备高水平能力的

人选择从事竞技运动,专注于一项运动,并争取在专业比赛中获胜。

LTAD模型是早期身体素养的“技能导向”,政策制定者认为:短期学会基础性动作性技能,未来就有能力从事其他的运动项目。其忽视了身体素养是终身、整体的概念,身体素养被描述为一种所有人都可以发展的能力,适用于不同年龄层、不同能力的人,是为了实现人们更加积极、健康生活的目标,而不是只针对生命周期的某一阶段,将具有身体能力的人培养成专业运动员。在实践的过程中逐渐意识到运动参与并不能够只有技能学习,因此引起学界的广泛讨论,Dwayne Sheehan认为早期加拿大将身体素养概念过度简化,LTAD模型有其合理性,但身体素养不应该只有身体动作技能。技能固然重要,若学生不感兴趣,依然无法促进运动习惯的养成。于是,提出参考LTAD模型逻辑性的同时弱化“技能”、提升“情意”,目的由培育专业运动员转向培养学生运用身体的能力。由此可见,身体素养的推展并非一蹴而就。

从“与竞技体育紧密联系”到“是每一个人应该具备的身体能力”,身体素养理念的转变,引起了加拿大社会、政府和学校的重视。身体素养被视为让加拿大人过上健康积极生活所需的发展型身体能力、知识和态度的基础。体育的地位得到了提升,学校体育成为加拿大推展身体素养的重要领域,政府在政策方面也给予了一定程度的倾斜。学校体育教师也意识到体育课的重要性在于让有身体素养的个体,能够有自信、有创意、有策略的去展现身体能力。目前,加拿大大学校体育课程与教学从身体素养出发,由技能转向情意,重视情境脉络学习。

3 基于身体素养概念的体育教学

本研究将从教学目标、教学设计、教学策略及教学评量4个方面对加拿大基于身体素养概念的体育教学进行分析。

3.1 教学目标:预期的改变

体育教师在建立学生的身体素养方面发挥着重要作用,但加拿大目前并不是每个学校都有体育教育专业背景的教师,由一般学科的教师兼授体育课是普遍现象。由于不具备相关的体育专业背景知识,一般学科教师在教授体育课时会显得力不从心、缺乏自信。但从另一个角度来看,一般学科教师除体育课时外,会有更多的时间与学生相处,也就有了更多实施身体素养教学的时间和机会。因此,为了充分发挥一般学科教师优势,帮助一般学科教师能够更好地应对体育教学现场,加拿大教育部门开发了更多的教材资源,

同时体育教学目标也发生了改变。

加拿大教师将身体素养描述为一种状态,考量学生是否愿意参与身体活动。教师意识到身体素养是一个整体性的学习,学生的态度、动机、信心的培养非常重要,学龄儿童阶段为身体素养培养的关键期,热衷于运动或喜欢参与体育课堂活动的学生更有可能在一生中保持活跃和健康。因此,在课堂教学中鼓励学生积极地参与到身体活动中。

体育教学的预期目标不再只是动作技术的精熟程度,而是更加重视技能、知识、态度的整合,并且能够针对学生的个体差异修正教学。学校将身体素养的概念融入体育课程,教学目标由传统的动作学习变成让学生拥有运用身体的能力,体育课堂也因此变得更加生动有趣。

3.2 教学设计:知识的迁移

加拿大体育教学将教学内容与日常生活连接,从动作技能式教学转向游戏式教学,通过修改规则,简化、降低难度的方式,让学生更多地参与到技能学习,并且将课堂知识迁移到日常生活中。

以加拿大亚伯达省南部城市卡尔加里的一所小学为例,该校学生每天都有一节体育课,每节时长为35 min,每节课都有既定的流程,开学前两周学生就能建立规则意识。由于并不是每节课后都有下课时间,体育课通常是3节连上,115 min课堂时间仅有一次15 min的休息时间,时间相当紧凑。所以通常会有2位教师进行合作教学,一位负责带领热身,另一位负责主体教学。体育教师会将场地、器材提前布置好,不同班级的学生可以直接进入教学现场。课程一开始,教师引导学生选择自己喜爱的器材或辅具进行热身,让学生在课程一开始就能够进入欢乐的氛围,3~5 min中等强度的热身活动后,学生不会觉得枯燥无味,同时身体也做好了充分的伸展。这种课堂导入模式源自于Deci与Ryan在1985年所提出的动机理论——自我决定论(self-determination theory),鼓励学生自主选择。

每节课都采用固定的模式,适当地调整教学内容。热身是前导活动,教师会进行游戏式导入,设计与本节课的教学内容有关联的游戏比赛,通常会运用小型的比赛,而非大型竞赛。之后教师会让学生进行大肌肉练习和一些操作性动作技能的学习,学生可以自己选择基础动作的练习项目,教师充分考虑到学生个体差异,进行规制修正,让能力较差的学生先选择简化动作,待学生熟悉后再加入高阶的练习方式。教学工具的使用方面,除了多元的体育器材运用在课堂中,体育教师还会利用一种叫“BAM-Video”的延迟摄影工具,目的是让学生能够清楚看到自己的动作,通过

科技手段帮助学生进行动作分析,同时学生可以自主地进行反复多次的练习。教师则负责对学生练习情况进行录像、并设定延时秒数,能够即时纠正学生错误动作,学生练习的积极性提高,运动参与的兴趣也越发浓厚。

此外,低年级阶段的学生会学习移动、空间的变化,以及面对身体碰撞时应怎样注意安全等。高年级时就会采用一些主题性教学,例如学会合作,即通过分组练习的方式让每位学生都能够融入到课堂教学中,并且教会学生如何寻找搭档,以及如何组成合作小组等。这些都是学生在日常生活中会遇到的问题,将这些主题纳入到身体练习过程中,学生能够学会反思,并且在课后将知识迁移。激烈运动后会运用音乐放松的方式,将学生带入音乐情境中进行想象,充分地调节与休整。

3.3 教学策略:“教育”的原则

PHE Canada的“EDUCATION(教育)”9项身体素养教学原则是加拿大身体素养教学的策略,9项教学策略环环相连、相互影响,形成交互式的轮回图像。其与优质体育课程相一致,是体育教学成功的关键因素,为创建积极的学习环境奠定了基础,这种学习环境可以帮助学生提高身体素养^[21]。

1)享受(enjoyment):从根本上激励学生和发展技能;采用与学生的技能水平相匹配的身体活动,鼓励学生获得进步和成功;提供适合学生发展的课程;促进每个班级学生高度参与。

2)多样化(diverse):设计多样的活动形式,要学生选择他们想要学习的活动类型;使用多种形式的教学方式,以满足学生个人需求,促进多个目标的达成。

3)理解(understanding):精心策划课程,鼓励学生超越简单知识向更深层次的理解,鼓励各种形式的知识交流、运动分析,使学生成为“聪明的学习者”。

4)品格(character):加强学生的公平竞争、团队合作等关键品格特征,同时融入生活技能的发展。

5)能力(ability):通过各种基本技能发展,以培养学生的运动能力。鼓励技能的转移,以培养学生参与各种体育活动的的能力,关注个人改进,而非与他人比较。

6)整体性(totality):为学生提供全面发展健康的机会,包括提供各种健身活动,以支持耐力、力量和灵敏等身体素质的发展。

7)想像力(imagination):学生能够在安全的教学环境中,为各种教学活动提供创造性的方案。

8)持续性(ongoing):在校期间定期(每天)提供体育课程,强调积极生活的重要性,帮助学生整个生命周期中持续健康所需的技能、知识和态度,并倡导学

生课外体育活动。

9) 培育(nurturing): 确保培养整个孩子的身体发育(如健康、技能发展), 认知发展(如思考、理解、解决问题的能力)和情感发展(如与同伴的互动、沟通、团队合作), 为每个年龄阶段的学生规划适当的体育活动。

3.4 教学评量: 动态的历程

如何评量? 是教育研究者共同关心的问题。但世界各国在发展身体素养评量的过程中, 都会与本国具体国情相结合, 融入到不同的教育体制, 发展出不同的评量方式。因此, 各国评量方式也不一定与国际身体素养宣导的一元论的哲学基础完全吻合。

从地理环境角度, 加拿大地域辽阔, 统一评量方式并不可行, 且推行困难; 从教师地位角度, 在加拿大和北美其他国家, 儿童的更多身体活动是在学校以外的场域, 像是运动俱乐部, 加拿大体育教师的地位相对而言要比俱乐部教练低; 从社会文化角度, 家长认为儿童过早接触专项运动可能会限制其他方面的发展, 以及女生参与运动比男生的阻力更大, 相比之下女生会缺少家庭支持从而缺乏自信。因此, 选择合适的教学评量方式显得尤为重要。

目前, 加拿大被认可的身体素养评量工具主要有 PFL、PLAY、CAPL。其中 PHE Canada 研发的 PFL 是在学校推广身体素养的主要工具, 也是体育教师进行教学反思的重要工具, 由 3 套独立的评量工具组成, 分别针对 4~6 年级、7~9 年级和 10~12 年级学生, 主要评量学生积极参与、生活技能、体适能技能、动作技能等方面的水平。PFL 注重动态的历程, 更像是一个形成性评量, 学生技能学习的结果并不重要, 重要的是参与的过程。由于个体差异大, 从信效度上看是有一定的局限, 但对加拿大体育教师而言, 看重的是学生的学习态度, 更注重的是教育的价值和教学的实用性。此外, 身体素养评量的目的不止是考察学生的能力, 更重要的是促进教学。Physical Literacy Checklist (简称 PLC) 是一种综合评估工具, 是可以帮助促进学生身体素养发展的教学改进^[21]。PLC 用途包括基于对建设性反馈、反思, 专业发展的观察, 自我评估或同伴评估。围绕有效教学的 4 个关键组成部分构建, 即计划、环境、指令、专业化。帮助体育教育者评估他们的教学计划、教学能力、专业性和培养有效学习环境的能力, 以促进学生的身体素养发展。

4 对中国推动身体素养的启示

身体素养作为学校体育领域的新焦点, 在促进青少年身体素养方面需要结合我国课程与教学的实际情况进行推展。我国于 2011 年出版的《义务教育体育与

健康课程标准(2011 年版)》^[23] (以下简称“课标”) 虽未提及“身体素养”一词, 但发现其表述与身体素养理念有很多共通之处。从课标中提出的 4 个课程基本理念来看, 将“健康第一”作为指导思想、注重学生的健康发展, 与身体素养“全人健康”的思想相一致, 身体素养提出的是通过一种身心一元、知识整合、情境学习的课程设计与教学方法来增进学生身体活动, 促进全人健康; 激发学生的运动兴趣对应身体素养的动机层面, 培养学生终身体育意识也符合身体素养的重要原则, 身体素养是一种个人的终身旅程, 且每个人的旅程都是独一无二; 课标提出重视学生的主体地位, 身体素养教学则倡导自我决定论, 从“教师主导”向“学生主体”转化, 重视学生的感受以及与合作的互动; 在关注个体差异方面, 身体素养重视的是学习者能评估自己在个人旅程上, 关于身体活动的学习进展与成功经验, 以自我挑战、评估、反思、计划与超越为主要诉求, 而非建立在与他人比较的竞争基础上, 亦非以打败他人为主要目的^[24]。运动参与、运动技能、身体健康、心理健康和社会适应 5 个学习领域的目标内容, 涵盖了知识、技能、情意及社会互动等方面, 与身体素养理念息息相关。身体素养的体育课不仅仅强调技能的重要, 也重视认知、情意与终身运动参与的学习^[25]。同时注重学生运动态度、运动潜能、运动经验以及运用身体的能力等在体育课程中的具体实践。

由以上论述可知, 课标中的理念及目标内容与国际身体素养理念有许多共通之处。但体育课程改革过程中依旧出现“三无”体育课, 以及面临“学生喜欢运动但不喜欢体育课”等难题, 这些问题的出现与具体的实施方式和操作方法有关。体育课程是增进国民健康的重要途径, 因此, 我国在学校体育方面需要借鉴加拿大推展身体素养的经验与做法, 与课标精神紧密结合, 提高青少年身体素养和养成健康生活方式的理念和目标才能得以实践。依据身体素养“动机、信心、知识理解、基本身体能力”四大支柱, 从体育教学出发, 得出以下启示。

4.1 激发“我想玩”的动机, 让学生拥有运用身体的能力

身体素养是个人与环境的良好互动, 加拿大早期过度简化, 只关注到动作技能学习, 导致身心二元。反观我国体育教学亦是如此, “知识、情意、技能”的教学目标之间并无联结, “知识有一点, 情意少一点, 技能是重点”的观念出现在大多数体育教师的课堂里。在部分的总和不等于整体的一元论假定下, 身体素养的发展并非以“堆叠”(additional) 的方式进行^[26]。在我国推展身体素养体育教学, 并非全盘打破所有旧制, 而应取长补短地改革创新, 可以将原有的“知识、情

意与技能”三者整合。

情意层面与“动机”(motivation)和“信心”(confidence)的概念有所重合。当我们反复强调动机重要性时,不可忽略体育教师在帮助学生培养身体素养的过程中扮演着重要角色,动机不是与生俱来的内在动力,需要在学生拥有运用身体的能力基础上,在良好的师生互动情境下,提供学生一个恰当的学习环境,才能不断激发学生“我想玩”的动机。当学生能够自动自发的“玩”时,便有了运动参与的动机,将有助于健康生活习惯及规律运动习惯的养成。身体素养体育教学并不意味着摒弃技能,而是试图进行从技能导向到素养导向的成功转化,学生需要“掌握一项以上的运动技能”,才能促使终身体育的达成。因此,在激发“我想玩”的动机前提下,让学生拥有运动的能力是首要任务。

4.2 学习“带得走”的能力,将自我决定论贯穿体育课堂

不同学科培养不同的素养,例如数学素养、科学素养等,目的都是为了培养学生各项功能性技能。体育学科的功能早已不只是增强体质,身体素养就是将体育学科的复合性功能突显,从更高层次来看身体素养又是可以解决学生日常生活中面临的各种问题。急救、逃生等生活技能不是通过宣传橱窗、国旗下讲话就可以学会,而是体育知识在日常生活的运用。教育相关部门需要重新审视现存的教材、教法是否能够让学生学习“带得走”的知识,只有拥有运用身体的能力,兼具运动参与的动机,再将运动知识理解、内化,才能真正实现知识的迁移。

在西方国家,身体素养是许多体育课程、辅导策略、健康计划和政策制定的基础。然而,该概念的复杂的哲学和整体性质意味着身体素养的绘制、评估和测量的方法很大程度上取决于教师对这一概念的理解^[27]。体育教师提供给学生什么样的身体经验非常重要,在某种程度上会直接影响学生今后的运动选择。教师要设计符合不同学生创造性经验的教学,决定权的归属是一个比较重要的问题。在我国传统体育教学过程中,教师基于课堂常规要求,会对学生进行课堂管理,“不能”“不许”“不可以”等命令式词汇限制了学生自主选择的权利。在此,应借鉴加拿大教学设计的经验,让学生自主去选择练习内容。当学生拥有不同程度运动身体的能力时,“我想玩”的动机开始出现。运用自我决定论,强调“赋权增能”,将运动的权利还给学生,能够实现学生个人能力的增长。

4.3 建立“我很棒”的信心,转化素养导向体育教学原则

身体素养不只是学校的责任,更是社会和家庭的义务。学校体育在学生身体素养的发展旅程中极其短

暂,更多的时间是在校外,需要家长帮助孩子获得持续运动的能力,督促、鼓励孩子,并和孩子一起运动。当孩子在比赛场上有良好的运动表现或精神品质表现时,要即时给予正增强,帮助孩子建立“我很棒”信心,让孩子不会再因运动参与而焦虑或害怕。

身体素养的9项教学原则是加拿大践行身体素养导向的教学策略,由于每个国家的基本国情与教育环境不同,因此不可生搬硬套,但在“能力”“想象力”“持续性”3个方面,值得借鉴。我国体育教学原则一直在随着课程改革的进程不断地重构,尤其在新课标提出“以人为本”“终身体育”“健康第一”的课程理念后,诸多学者对体育教学原则进行了新的阐释。无论是传统原则还是新制原则,都反映了该时期的理念,为体育教学工作提供了科学指导,有其可取之处,但在实施操作过程中仍然阻力重重。基于终身运动旅程的视角,需要考虑以一元论为理论基础、身体素养的四大支柱为依托,将现有的体育教学原则进行转化,从而实现高品质体育教学。因此,需要明确运动是学生个人的事情,应该关注学生个人改进,而非与他人比较。体育教师在教学过程中要培养学生解决问题的能力,让学生能够为各种教学活动提供创造性的方案,并帮助学生获得整个生命周期中持续健康所需的技能、知识和态度为教学原则。

4.4 记录“动起来”的瞬间,重新思考体育教学评量功能

Whitehead^[4]曾说过:“身体素养是个人的。”加拿大体育教师认识到每个人的发展历程不同,重视学生学习的历程,采用形成性评量的方式,把学生的意见纳入评量体系,有自评、互评、师评等多种途径。体育教师鼓励学生将自己的身体经验记录下来,并附上创意的佐证依据,例如照片、学习单等,那些“动起来”的瞬间才是最好的考核指标。加拿大的经验也启示我们重新思考体育教学评量的功能。

2019年国务院最新印发了《国务院关于实施健康中国行动的意见》(以下称《意见》),提出要实施中小学健康促进行动,要求结合学生年龄特点,以多种方式对学生健康知识进行考察^[28]。因此,在《意见》实施前期,我国各级教育部门应组织体育教师在职培训,明确体育教学评量的目的不应只是为了考察学生的“学”,更重要的是为了促进教师的“教”。体育教师应自发组成专业学习社团,共同探讨如何以多种方式对学生健康知识进行考察,分享教学过程中遇到的问题,形成共同备课、教学互评的教学文化。体育教师必须明确评量的目的、方法,即为何评量,如何评量。以考试为目的身体素质练习显然不利于终身体育的实现,没有绝对完美的评量工具,教学评量不能只是以

线性量化的方式实施,技能导向的运动技能测试只能评量出学生的单一能力,而不是整体素养。

参考文献:

- [1] International Council of Sport Science and Physical Education. International Position Statement on Physical Education[EB/OL]. [2019-07-28]. https://m.paralympic.org/sites/default/files/document/120203172924430_2_7_2_B_Attachment_ICSSPE_International_Position_Statement_on_Physical_Education.pdf.
- [2] WHITEHEAD M E. Physical literacy across the world[M]. New York: Routledge, 2019.
- [3] 任海. 身体素养:一个统领当代体育改革与发展的理念[J]. 体育科学, 2018, 38(3): 3-11.
- [4] Whitehead M E. The concept of physical literacy[J]. European Journal of Physical Education, 2001(2): 127-138.
- [5] 董翠香, 郑继超, 刘超, 等. 新时代中国学校体育落实总书记有关重要论述的发展战略研究[J]. 北京体育大学学报, 2018, 41(11): 1-8.
- [6] 高海利, 卢春天. 身体素养的构成要素及其理论价值探微[J]. 体育科学, 2019, 39(7): 92-97.
- [7] 赵海波, 周爱国. 加拿大不同身体素养测评体系分析及启示[J]. 外国中小学教育, 2018(12): 18-25.
- [8] 国务院办公厅. 体育强国建设纲要[EB/OL]. [2019-07-28]. http://www.gov.cn/zhengce/content/2019-09/02/content_5426485.htm.
- [9] 李卫东, 侍崇艳, 殷鼎. 美国学校体育的历史演变[J]. 体育学研究, 2018, 1(4): 20-24.
- [10] 阳艺武. Physical Literacy: 内涵解读、中外对比及教学启示[J]. 上海体育学院学报, 2016, 40(4): 73-78+94.
- [11] 赵雅萍, 孙晋海, 石振国. 加拿大3种青少年体育素养评价体系比较研究[J]. 首都体育学院学报, 2019, 31(3): 248-254.
- [12] 陈思同, 刘阳. 加拿大体育素养测评研究及启示[J]. 体育科学, 2016, 36(3): 44-51.
- [13] 詹恩华, 阙月清, 掌庆维. 素养导向体育课程评析: 以英国、加拿大、美国、澳洲为例[J]. 大专体育, 2017(143): 1-13.
- [14] WHITEHEAD M E. Physical literacy: Throughout the life course[M]. New York: Routledge, 2010.
- [15] 陈长洲, 王红英, 项贤林, 等. 美国体育素养战略计划的特点及启示[J]. 体育学刊, 2019, 26(2): 96-104.
- [16] Sport New Zealand. Physical literacy approach[EB/OL]. [2019-07-28]. <https://sportnz.org.nz/about-us/who-we-are/what-were-working-towards/physical-literacy-approach>.
- [17] 于永晖, 高嵘. 体育素养研究[J]. 首都体育学院学报, 2017, 29(6): 506-509+516.
- [18] Physical & Health Education Canada. What is the relationship between Physical Education and Physical Literacy?[EB/OL]. [2019-07-28]. https://phecanada.ca/sites/default/files/content/docs/resources/Physical_Literacy_Brochure_2010.pdf.
- [19] TREMBLAY M S, COSTAS-BRADSTREET C, BARNES J D, et al. Canada's Physical Literacy Consensus Statement: process and outcome[J]. BMC Public Health, 2018, 18(2): 1034.
- [20] Sport for life. Canada's Physical Literacy Consensus Statement[EB/OL]. [2019-07-28]. <http://sportforlife.ca/physical-literacy/consensus-statement/>.
- [21] Physical & Health Education Canada. physical literacy educational strategies[EB/OL]. [2019-07-28]. <https://phecanada.ca/activate/qdpe/physical-literacy-educational-strategies>.
- [22] Physical & Health Education Canada. physical literacy checklist[EB/OL]. [2019-07-28] <https://phecanada.ca/activate/physical-literacy/physical-literacy-checklist>.
- [23] 中华人民共和国教育部. 义务教育体育与健康课程标准(2011年版)[M]. 北京: 北京师范大学出版社, 2011.
- [24] 掌庆维. 身体素养导向教学之展望与挑战[J]. 学校体育, 2018(162): 31-43.
- [25] International Physical Literacy Association. International physical literacy association homepage[EB/OL]. [2019-07-28] <http://www.physical-literacy.org.uk>.
- [26] 掌庆维. 素养导向体育教学之理论基础[J]. 学校体育, 2018(168): 38-48.
- [27] NIGEL R G, WILLIAM M R, DWAYNE S, et al. Charting physical literacy journeys within physical education settings[J]. Journal of Teaching in Physical Education, 2018, 37: 272-279.
- [28] 国务院. 国务院关于实施健康中国行动的意见[EB/OL]. [2019-07-28]. http://www.gov.cn/zhengce/content/2019-07/15/content_5409492.htm.