

# 日本初中体育《学习指导要领》的修改及其特征

陆作生<sup>1</sup>, 陈娇霞<sup>2</sup>

(1.华南师范大学 体育科学学院民族体质与健康研究中心, 广东 广州 510006;

2.焦作师范高等专科学校 体育系, 河南 焦作 454001)

**摘 要:** 修改后的日本初中学校体育《学习指导要领》在体育课程目标、体育课程水平目标和体育课程运动项目内容方面都有所变化。这种变化呈现三大特征: 一是科学性更强; 二是指导性更强; 三是适用性更强。

**关键词:** 学校体育; 学习指导要领; 初中体育; 日本

**中图分类号:** G807.3 **文献标识码:** A **文章编号:** 1006-7116(2011)03-0103-02

## Revision of the Outline of Learning Instructions for physical education in junior high schools in Japan and its characteristics

LU Zuo-sheng<sup>1</sup>, CHEN Jiao-xia<sup>2</sup>

(1.School of Physical Education, South China Normal University, Guangzhou 510006, China;

2.Department of Physical Education, Jiaozuo Teachers College, Jiaozuo 454001, China)

**Abstract:** The revised Outline of Learning Instructions used for physical education in junior high schools in Japan is somewhat changed in terms of objectives of the physical education curriculum, level objectives of the physical education curriculum, and sports events in the physical education curriculum. Such changes present three major characteristics, namely, more scientific, more instructive; and more applicable.

**Key words:** school physical education; physical education in junior high school; outline of learning instructions ; Japan

日本文部科学省依据《日本教育基本法》,对2002年实施的日本初中《学习指导要领》进行了修改。新修改的初中《学习指导要领》于2009年3月28日颁布,并将于2013年4月1日全面实施<sup>[1]</sup>。我国与日本同处亚洲东部,具有类似的文化传统和生活习俗,并且日本是国际上公认的“人类体质发展奇迹”国家,而中国学生的体质在近年来不断下降。通过研究日本《学习指导要领》的修改及其特征,能够为我国学校体育的发展提供经验。

### 1 日本初中体育《学习指导要领》的修改内容

#### 1.1 体育课程目标的修改

这次日本《学习指导要领》的修改,继承了以往培养学生“生存、生活的能力及活力”指导思想,并在此思想指导下强调:为了人们一生中能够保持和增

进健康,应重视丰富体育生活方式;为了加强身心一体化,促进身心和谐全面发展,应继续密切保健与体育的关系;为了所学内容在生活中的灵活运用和确定适应学段和发育阶段的指导内容,应明确修改的体系框架<sup>[2]</sup>。

修改后的日本初中体育《学习指导要领》的体育课程目标是:“紧紧围绕身心一体化,通过合理的运动实践和对健康、安全及有关运动的理解,培养终身亲近体育活动的素质和能力的同时,努力提高增进健康的实践能力和体适能,培养快活而充实的生活态度。”而修改前的是:“紧紧围绕身心一体化,通过合理的运动实践和对健康、安全及有关运动的理解,培养有利于积极参加体育活动的素质和能力的同时,努力提高增进健康的实践能力和体适能,培养快活而充实的生活态度。”修改后增加了“终身”一词。《学习指导要

收稿日期: 2010-06-08

基金项目: 国家社科基金项目(09BTY002)。

作者简介: 陆作生(1966-),男,研究员,博士,硕士研究生导师,研究方向:体育教育与体育法。

领》的“为了人们一生中能够保持和增进健康”的修改方针,明确了“能力”和“素质”及“态度”之间的关系。亲近体育活动的素质和能力是增进健康、提高体适能、形成积极态度的基础和前提,而增强体质,提高体适能和形成积极体育态度,也非常重要,不可忽视。

### 1.2 体育课程水平目标的修改

新修改的初中体育《学习指导要领》体育课程水平目标修改幅度很大,修改前并没有把3个年级分别设置体育课程水平目标,而将其作为一个整体来确立水平目标。这次修改把初中3个年级分成2个水平目标,即初一和初二为一个水平目标,初三单独为一个水平目标。

在日本有学者认为:初中设定一个水平目标,不利于教师把握每个年级的目标特点,不利于指导体育教学实践,特别是教师在选择、改造教材内容时常常不知所措。在目标指引下教师在不同的内容领域里如何选择和改造运动项目内容,以便更好地完成教学任务,成为教学实践中亟待解决的重要问题。而这种把初中分成两个水平的做法,更突出了学生阶段性特点。初一和初二设为同一个水平目标,使其与初中三年级的目标区别开来,也使教师明确初一和初二应达到什么样的水平目标才能为初三水平目标奠定良好的基础。

初一和初二的水平目标强调了“掌握知识与技能,丰富运动体验”,“促进身心和谐发展”,“培养公平竞赛,相互合作,完成任务等积极性”。“掌握知识与技能,丰富运动体验”是初三目标中“能够终身进行体育活动”的基础。“能够终身进行体育活动”体现了体育课程“培养终身亲近体育活动的素质和能力”目标的重要性。“培养公平竞赛,相互合作,完成任务等积极性”中“积极性”替换了原来“态度”。在态度方面,在修改后只是强调“健康与安全”地进行体育活动的态度。这种修改更加真实准确而富有针对性。在初三的水平目标中,“积极性”的内容中增加了“参与策划的积极性”,这与修改前不同,“参与策划的积极性”是体育课程“增进健康的实践能力”目标的具体化,是实践能力具体要求之一。可见,修改后的水平目标与体育课程目标更加一致。

### 1.3 体育课程运动项目的修改

日本初中体育《学习指导要领》中,运动项目领域在修改前后并没有变化,还是包括增强体质运动、器械运动和田径、游泳、球类、武道、舞蹈等运动及体育知识8个领域。因为内容过多,所以这里只对初三的器械运动和田径、游泳、武道、舞蹈5个领域的运动项目内容修改前后变化进行探讨。

在球类项目中,不再以具体球的项目来分类,而是把各种球的运动项目分成目标型、过网型、棒球型3种球类。这样把众多的球类项目归为3类,每一类有共同特点和规律,方便教师模块式选择球类运动项目,也有益于学生触类旁通地认识和理解不同球类特点及提高学习效率。

运动项目修改后另一大变化就是每个领域的运动内容增加了具体要求。这些具体要求指明了运动项目完成的基本方式和要领,明确了教师教学的方式和方法。例如,方式上的指导有:应在垫上运动中进行“动作组合”;在创作舞蹈中要“把想要表达的主题,展现在各种各样的即兴表演中,体现在简单的舞蹈中”等。在跳高中“要借助有节奏的助跑,有力地进行踏跳”;在游泳中“要保持手腿和呼吸协调配合”;在进球类中“制造空隙进攻到门前”等。

## 2 日本初中体育《学习指导要领》修改的特征

修改后的日本初中体育《学习指导要领》呈现出3大特征:一是科学性更强。修改后更加明确学校体育课程最终目标是提高“生存、生活能力及活力”,因此,修改后强调“身心”的和谐统一,并且明确了“能力”和“素质”与“体适能”及“态度”之间的关系。“终身体育”很重要,但在日本不是每个年级都提出“终身体育”目标,而是在初一和初二丰富运动体验后,在初三才提出“终身体育”目标。修改后初中体育《学习指导要领》力求体现出学科内在的逻辑性,力图让人不仅知道什么内容重要,还要知道重要内容之间的内在联系是什么及先后发展的逻辑顺序。二是指导性更强。科学的理论表述还不足以满足教师对指导的要求,教师需要更具体明确的运动项目内容的指导。修改后的初中体育《学习指导要领》不仅列出了需要学习的运动项目,而且提出了各项目学习程度目标。三是适用性更强。文字表达更加清晰明确,容易让人读懂,这对于初中体育教师来说简单明了,适合教师的理论知识水平。运动项目内容分类清晰,特别是把球类运动进行归类,更方便教师选择教学内容。

### 参考文献:

- [1] 文部科学省. 学习指导要领解说体育编[Z]. 东京: 东山书房, 2009: 1-2.
- [2] 东京书籍编辑部. 中学校保健体育科学习指导要领修改要点[M]. 东京: 东京书籍, 2008: 4-6.