

## 对学校体育“健康第一”指导思想的思考

辛利<sup>1</sup>, 刘娟<sup>2</sup>

(1.广州体育学院, 广东 广州 510500; 2.北京师范大学-香港浸会大学联合国际学院, 广东 珠海 519085)

**摘 要:** 从学校体育定位、学校体育以学校教育指导思想替代自身指导思想、学校体育不能解决健康的所有问题、学校体育应该有自己的指导思想以体现其特殊价值等方面对“健康第一”的学校体育指导思想进行了思考,以期达到活跃学术研究、更好地为学校体育实践服务的目的。

**关键词:** 学校体育; 指导思想; 健康第一

**中图分类号:** G807.0 **文献标志码:** A **文章编号:** 1006-7116(2013)05-0008-04

### Thoughts about the “health first” school physical education guiding ideology

XIN Li<sup>1</sup>, LIU Juan<sup>2</sup>

(1.Guangzhou Sport University, Guangzhou 510500, China;

2.BNU-HKBU United International College, Zhuhai 519085, China)

**Abstract:** The authors thought about the “health first” school physical education guiding ideology in the following aspects in order to achieve such goals as enlivening academic researches and serving school physical education practice better: 1)school physical education orientation; 2)school physical education replaced its own guiding ideology with school education guiding ideology; 3)school physical education cannot solve all the problems about health; school physical education should have its own guiding ideology in order to think about the “health first” school physical education guiding ideology in terms of embodying its special values etc.

**Key words:** school physical education; guiding ideology; health first

学校体育指导思想是人们对学校体育价值取向的认识,是用来指导学校体育实践的。任何一个指导思想的确立,都有一定的时代性,随社会、教育等的发展而变化。改革开放以来的不同时段,学校体育指导思想也不同,如体质教育思想、快乐体育思想、终身体育思想、以生为本思想等。特别是新世纪以来伴随着基础教育改革又提出了“健康第一”的学校体育指导思想。1999年《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》指出:“健康体魄是青少年为祖国和人民服务的基础前提,是中华民族旺盛生命力的体现。学校教育要树立健康第一的指导思想,切实加强体育工作,使学生掌握基本的运动技能,养成坚持锻炼身体的良好习惯。”据此,有学者提出了学校体育“健康第一”的指导思想,在2001年(试行)和2011年实施的《体育与健康课程标准》都将此作为体育与

健康课程的第一理念和指导思想。

“健康第一”指导思想基于健康概念的演化,力求从身体、心理、社会适应和道德等方面促进学生身心全面的健康。目前,教育的指导思想、学校体育的指导思想、体育与健康课程的指导思想,甚至于体育课堂教学的指导思想都是同一个,以至于广大的体育教师在进行课堂教学设计和说课时,不加上“坚持健康第一的指导思想”就有可能不被认可或得不了高分。那么,“健康第一”是不是学校体育的指导思想?如果是,就应该能较好地指导实践,可为什么学生的健康状况总是“令人堪忧”?是否在操作层面上出现了问题?如果不是,那又应该是什么?因此,本研究基于学校教育的视野从学校体育的本质和价值视角出发,结合社会对学校体育的诉求,以及体育与健康关系等对学校体育“健康第一”指导思想进行思考。

收稿日期: 2013-08-22

基金项目: 国家社科基金重大招标项目“新时期我国学校体育教育理论与实践重大问题研究”(11&ZD150)。

作者简介: 辛利(1959-),女,教授,研究方向:学校体育理论与实践。

## 1 自古以来学校体育就是学校教育的重要组成部分

在古代中国，儒家所尊崇的“六艺”——礼、乐、射、御、书、数体现了当时学校课程设置的全方位、多层次性。在西方学校体育也与中国古代有惊人的相似，古代希腊学校体育已经发展到相当完善的程度，尤其是雅典教育的体育锻炼不仅要使学生身强力壮，更要求发展均称。为个人的和谐发展打基础的学校体育思想和实践，更是国外古代学校体育完整而典型的代表<sup>[1]</sup>。另外在古代希腊博雅教育看来，绅士的标志不仅仅是学养，更是德性、礼仪和才艺。它传达的教育学理念是，完美的绅士应该是有德之人；应该具备真才实学，但并非学究；绅士应该娴熟击剑、舞蹈、法语等才艺，同时通过打猎、板球等贵族体育娱乐方式来增强体魄。

我们再看近代，被誉为近代学校体育之父的捷克教育家夸美纽斯提出：“健康的精神高于健康的身体”、“一种愉快的心情就是一种健康”、“精神快乐是人的生命源泉”。他特别提出了游戏在教育中的意义，指出：“儿童游戏的时候，智慧总是在紧张的活动，甚至可以得到磨练；游戏也可以使儿童自寻其乐，并可以锻炼身体、精神的活泼和各种肢体的敏捷。”儿童从游戏里可以学到日后所需要的很多有用的东西。因此，他在论述幼儿的智育、语言发展、体育和德育时，都提出了用游戏的方式进行。

洛克则把一个绅士能否“忍耐劳苦”、“出人头地”同身体强健与否直接联系起来。怎样才算是“强健的身体”？“身体强健的主要标准在于能忍耐劳苦”，因此，他主张身体锻炼自幼就要开始。毛泽东也指出：体育“非第调感情也，又足以强意志。体育之大效，盖尤在此矣。夫体育之主旨，武勇也。”

可见，古今中外的学校教育都认为：体育是学校完整教育不可或缺的组成部分，体育不仅使人身体上获得好处，更能在意志和精神上受益，其所特有的对身体和意志方面的价值是其他课程无法比拟的，这种价值的获得也正是当时学校教育所需要的，是培养“君子”和“绅士”必不可少的能力和品质。无体育不成为完整教育，培养不出“完美人”；脱离教育谈体育就是无源之水，不能成江河！正如袁敦礼<sup>[2]</sup>所言：“体育虽不能尽一切教育之能事，然如无体育，则不成其为教育，教育含意至多，范围至广，体育为其不可缺之一方法，而不能谓体育为其唯一最重要之方法。”这深刻地阐明了学校体育在学校教育中的定位：学校体育不仅具有增进学生的生长发育和塑造学生的身体形态及功能之特殊作用，更重要的是它具有“育人”的功能，学校体育是学校教育的重要组成部分，它与学

校其他课程一起共同承担着完美学生人格的使命，使其成为促进学生健康必不可少的重要课程之一。

## 2 “健康第一”一直是新中国成立以来学校教育的重要指导思想

回顾新中国成立以来学校教育的发展历程不难看到，“健康第一”一直是学校教育的重要指导思想。早在建国初期毛泽东给时任教育部长的马叙伦写信，针对学生营养不足、学习过重、健康不良的实际，强调“要各校注意健康第一、学习第二，营养不良，宜酌增经费，学习和开会的时间宜大减，病人应有特殊待遇，全国一切学校都应如此。”1951年1月15日，毛主席再次就学生健康问题致信马叙伦说：“提出健康第一，学习第二的方针我以为是正确的。”<sup>[3]</sup>1951年8月政务院公布了《关于改善各级学校学生健康状况的决定》，其中就指出：“增进学生健康，乃是保证学生完成学习任务，并培养出有强健体魄的现代青年的重大任务之一”，要求“立即纠正忽视学生健康的思想和对学生健康不负责任的态度，切实改善各级学校的学生健康状况”。20世纪末中共中央国务院针对一些学校的教育思想还不够端正，片面追求升学率的倾向，再次强调“基础教育要贯彻‘健康第一’的思想，切实提高学生体质健康水平。”由此可见，自新中国成立以来“健康第一”一直都是我国学校教育的重要指导思想；“健康第一”是相对于我国基础教育长期以来受应试教育的影响，而忽略学生的身体健康所造成学生体质下降而提出来的。1999年6月中共中央、国务院颁发的《关于深化教育改革，全面推进素质教育的决定》中旗帜鲜明地指出：“实施素质教育，必须把德育、智育、体育、美育等有机地统一在教育活动的各个环节中。学校教育不仅要抓好智育，更要重视德育，还要加强体育、美育、劳动技术教育和社会实践，使诸方面教育相互渗透、协调发展，促进学生的全面发展和健康成长。”这不难看出，学生要“五育”并重，以求和谐发展，使人健康成长，而不是哪“一育”通过“单打独斗”便可做到的。

另外，我们从逻辑学角度看，学校教育与学校体育是整体与部分的关系，学校体育思想的提出应受教育思想的约束，但不能完全照搬。如果学校各学科课程的指导思想都以学校的教育思想所替代，就犯了“概念不当并列”的逻辑错误，同时也失去了各学科在整体学校教育中应有的特殊地位与价值。所以作为学校教育一部分的学校体育(或体育课程)指导思想就应在遵循学校教育指导思想的前提下，更加突出自身的本质特点。体育的本质就是“强化体能的非生产性肢体

活动”。所以,学校体育的指导思想应该尊重这种体育的特质,在学校教育思想的引领下,允许百花齐放、百家争鸣,多元思想并存,以建立能充分彰显体育学科特色的指导思想体系。

### 3 单靠学校体育不可能解决学生健康的所有问题

健康问题是近半个多世纪以来世界性的话题。早在1948年,联合国世界卫生组织(WHO)成立时,就在其章程中开宗明义地指出:“健康是身体、精神和社会适应上的完美状态,而不仅是没有疾病或是身体不虚弱。”1978年9月《阿拉木图宣言》中也指出:“大会兹坚定重申健康不仅是疾病与体虚的匿迹,而是身心健康社会幸福的总体状态,是基本人权,达到尽可能高的健康水平是世界范围的一项最重要的社会性目标,而其实现,则要求卫生部门及其他多种社会及经济部门的行动。”1989年,WHO深化了健康的概念,认为健康应包括躯体健康、心理健康、社会适应良好和道德健康,要求人们应从这4个方面来综合评判一个人的健康。到了1999年,世界卫生组织又提出了人体健康的新标准,即肌体健康的“五快”和精神健康的“三良好”。肌体健康的“五快”指:吃得快、便得快、睡得快、说得快、走得快。精神健康的“三良好”指:良好的个性人格、良好的处事能力、良好的人际关系。如果我们从多维的角度来考察人的健康,也就不难发现影响健康的因素是多方面的。

另外,“学校体育”这一术语是中国对体育分类时的提法,体育界习惯将体育划分为:竞技体育、群众(社会)体育和学校体育三大类别,说到学校体育时一般人们都习惯于从体育的角度来探讨问题。如果我们从学校教育的角度来考察,所谓的学校体育实际上就是学校体育课程,但在学校教育中人们很少从学校课程设置的角度来探讨体育的问题。正因为视角的不同,常常会引起我们在分析学校体育问题时脱离教育的本质特征,仅从体育所具有促进人体健康的功能之角度来审视。当国家体育总局和教育部共同关注青少年的体质健康问题时,常把学生的健康问题简单地归因于学校体育工作质量的优劣是值得商榷的。在学校教育这个大系统中,其各组成部分之间有着互相依赖、密不可分的价值取向,德育、智育、体育等几方面都是大系统中既相对独立又相互作用的统一和谐之因素,增进青少年健康不仅是学校体育的目标更是学校教育、乃至全人类为之奋斗的目标。因此,人们赋予学校体育承载学生健康使命的理想期盼,并不是单一学校体育所能承担的。

王占春曾说“健康并非体育的唯一目标,而且体育也担当不起健康的全部目标。”<sup>[4]</sup>这一语道破了健康和体育的关系不是线性的关系。把世界性的四维的健康问题都推到学校体育头上,使其背负着沉重的十字架,去完成一个不可能完成的任务。再看看学校体育圈里的人们,整日神情庄严地围绕学生健康制定着大大小小的“周密”规划、进行着各级各类的培训,其效果值得反思。而提倡“健康第一”的学校体育思想也已十载有余,我们为之付出了不少的努力,可为什么反馈给人们的尽是学生健康令人堪忧的信息呢?其实实现学生健康目标不但要配以多种的手段、方法和渠道,更应该是学生、学校、家庭、社会、政府各尽其责,为学生的健康做出自己应尽的义务。

### 4 “健身育人”应是我国学校体育工作的永恒主题

学校体育作为学校教育的重要组成部分,其具体归属首先是学校教育;其次是体育。学校体育应该在这二者结合之下建立起自己独特的指导思想,与其他课程一起共同完成学校教育的使命。自古以来学校体育的宗旨就是发展学生的基础性动作技能和学生的体能,在身体练习和运动实践中培养学生的情趣,完善学生的人格。目前我国基础教育体育课程改革首先应该与其他课程一起共同发展学生的身心健康,其次是完成自身课程所肩负的独特功能。学校体育与学校其它课程一样不仅要对学生的健康负责,更要对学生的身心发展负责。学校体育要着力发展学生的身心可发展性,通过体育课程传授给学生规范的动作技能,培养学生在团队竞争中的拼搏意志,培育学生的身心和谐、人格健全,造就学生面对困难的自信心与顽强意志力。学校体育的工作必须基于学生的需要,着眼于学生身心潜能的唤醒,促进学生知识、情感与动作技能等方面的和谐发展;必须关注学生所面临应试教育的身心压力和学生生长发育中的独特需要,必须关注学生的终身学习之愿望,提高学生的体能水平,这些才是学校体育在学校教育工作的实际操作中所能完成的任务和所能达到的目标。

学校教育目标主要有三大领域:认知、情感和动作技能。动作技能发展领域在人的社会行为发展中有着非常重要的地位,人的年龄越小其作用就越大,这也是动作教育为何很早就成为各类学校教育重要内容的原因所在。从世界学校课程的历史演变与发展看,体操或体育课程很早就成为培养完善人格的重要课程,更多的是为了发展学生的基础性动作技能和提高学生的体能,为提高学生的健康水平、行为气质和构

建完善的人格奠定坚实的身体基础。学校体育主要肩负的任务就是发展学生的基础动作技能、提高学生的体能和完善学生的人格。因此,我们认为目前我国学校体育的指导思想应该是“健身育人”。“健身”是指发展学生的基础动作技能与增强学生的体能,为全面增进学生健康奠定身体基础;“育人”是指通过身体运动方式培养学生具有丰富的情感和具有一定社会责任感的人。学校体育只有将“健身”与“育人”相结合才能突显学校体育在学校教育中所具有的本质特征。“健身”与“育人”的完美结合是学校体育特有的专利,它是通过体育教师身体力行地教和学生身体力行地身体练习与专门的身体训练来实现的。因此只有将学校体育的指导思想正本清源,学校体育才能与学校其他课程一同系统地、全面地实现学校教育“健康第一”的目标。

学校体育“健康第一”指导思想的提出迎合了“世界健康问题”的大背景和我国教育思想的指向,其出发点是好的应当大力提倡。然而,它却又在一定范围内导致学校教育、健康教育、体育、学校体育、体育与健康课程、体育教学等概念模糊、层次不清、关系

混乱,直接影响学校体育的实践效果,值得反思和深入研究;学校体育指导思想是人们对体育价值的认识,不同的价值取向可以提出不同的思想。因此,多元性学校体育思想的并存是符合事物发展规律的,特别是学校体育的指导思想更应该允许多元化;但无论价值取向如何,以发展学生基础性动作技能和学生体能为宗旨,在身体练习和运动实践中培养学生的情趣,完善学生的人格,承担起学校教育赋予它的身体教育功能则是学校体育的永恒主题。

#### 参考文献:

- [1] 周登嵩. 学校体育学[M]. 北京:人民体育出版社, 2004: 5.
- [2] 袁敦礼, 吴蕴瑞. 体育原理[M]. 上海:上海勤奋书局, 1933: 150.
- [3] 何东昌. 中华人民共和国主要参考文献 1949—1975[M]. 海口:海南出版社, 1998: 32.
- [4] 毛振明, 赖天德. 解读中国体育课程与教学改革——著名专家、学者各抒己见[M]. 北京:北京体育大学出版社, 2006.

## 2013年《体育网刊》第5期题录

### 探索与争鸣

- “乱象丛生”已成全运会代名词,推动全民健身需要一个突破口.....大佬鸣  
从举国体制看中国男篮.....小纪  
“中国体育”一说的合理性.....佚名

### 体育人文社会学

- 体育实践中的身体资本  
——基于布迪厄社会理论的探讨.....蒋国权  
对我国农村体育研究中的“农村”、“农民”界定的思考.....吕和武  
论数字体育的文化特征.....高俊, 黄滨  
历届央视春晚中的体育文化元素探析.....汤龙, 李祖荣

### 学校体育

- 太极拳运动在校园文化建设中的缺失与回归.....鲁家政  
中小学体育教学中伤害事故的预防与应对策略.....张瑛

### 民族传统体育

- 闽拳的历史流变与发展现状研究.....茹军强, 林建华  
传统太极拳的当下意义  
——基于不断出现的社会暴力事件的思考.....佚名

### 体育史学

- 体育史,想说爱你并不容易.....王苏杭  
从事体育史研究需要做些什么.....云海间  
试论古希腊体育运动的休闲意蕴.....黎海燕, 张宇飞