

19 世纪以来美国中小学体育发展历程及其启示

燕凌, 李京诚, 韩桂凤

(首都体育学院 心理学与教育学教研室, 北京 100191)

摘 要: 分析美国中小学体育的发展历程: 19 世纪是美国中小学体育在欧洲模式影响下, 探索自身发展道路的阶段; 20 世纪上半叶, 新体育思潮的出现促进了中小学体育政策法规的不断完善和师资培训的蓬勃发展; 20 世纪下半叶至今, 通过中小学体育教育质量的全面提高, 增强青少年体质、保障青少年接受体育教育的平等权利、解决青少年肥胖问题是这一时期的主要课题。美国中小学体育发展过程中, 不断创新理念、完善政策法规建设、加强师资培训专业化, 为我国学校体育发展提供了借鉴。

关 键 词: 学校体育; 中小学体育; 体育政策; 美国

中图分类号: G807.0 文献标志码: A 文章编号: 1006-7116(2015)05-0087-05

The course of development of school physical education in elementary and middle schools in the United States since the 19th century and inspirations therefrom

YAN Ling, LI Jing-cheng, HAN Gui-feng

(Department of Psychology and Education, Capital University of Physical Education and Sports, Beijing 100191, China)

Abstract: Based on methods such as literature research, the authors analyzed the course of development of school physical education in elementary and middle schools in the United States: the 19th century was a stage at which school physical education in elementary and middle schools in the United States explored its own way of development as influenced by the European mode; in the first half of the 20th century, the appearance of new physical education ideas boosted the constant perfection of policies and regulations on school physical education in elementary and middle schools and the booming of teacher training; from the second half of the 20th century up to this day, enhancing teenager fitness, ensuring teenagers' equal right to accept physical education, solving teenager obesity problem, through the comprehensive enhancement of the quality of school physical education in elementary and middle schools, were main topics in this period. In the course of development of school physical education in elementary and middle schools in the United States, constantly innovating on new conceptions, perfecting policy and regulation construction, and strengthening teacher training professionalization, provide feasible reference for the development of school physical education in China.

Key words: school physical education; physical education in elementary and middle schools; physical education policy; USA

美国中小学体育的发展始于 19 世纪。历经两个多世纪, 美国中小学体育已从最初的欧洲模式, 发展为适合本土的美国模式; 从最初的零散、盲目状态, 发展成为具有政策制度保障的学校体育教育体系。目前我国青少年体质健康形势十分严峻, 而学校体育是解决青少年体质健康问题的主要途径, 分析美国中小学体育发展历

史, 将为我国中小学体育发展提供借鉴。

1 十九世纪探索欧洲模式的本土化路径

美国 19 世纪的中小学体育深受欧洲体育教育模式的影响。当时大量欧洲移民涌入带来的体育教育思想, 使得美国逐渐认识到体育锻炼和游戏对青少年成

长与智力的培养同等重要,启蒙了美国发展学校体育教育的思想。

1859年,美国开始正式采用“体育教育”(physical education)这一专业术语。而在体育纳入中小学课程体系之前,在欧洲教育思潮的影响下,一些学校已经开始鼓励学生每天进行体育锻炼。最早关于学校设置锻炼场所的记录是1851年明尼苏达州明确规定,每所学校必须留出至少1英亩的土地作为学生操场。1853年波士顿地区强制执行每个学生每天需要进行一定量的锻炼;要求每所学校需不惜一切代价提供锻炼场所。这一时期的美国中西部和西海岸的城市学校体育也开始觉醒,为学校的课间休息时间配备体育器材。

1859年,马塞诸塞州的朗德希尔学校(Round Hill School)成为第1所将体育纳入学校课程体系的学校。在这之前学校只是让男学生进行一些棒球、舞蹈活动,1827年,学校聘请的一名专门负责体育的教师查理·贝克,其采用德国模式,建立室外操场,将学生分成班级,每个班每周3次为时1小时的体育课。这也成为德国体育教育模式在美国应用的开端。

于此同时,瑞典体育教育模式开始进入美国,连同德国模式成为这一时期美国学校体育的两大主导模式,美国东部以瑞典模式为主,中西部以德国模式为主。德国模式强调身体的整体发展,课程模式以韵律活动为首,然后进行一些器械练习,最后依据个人爱好选择活动;瑞典模式以身心发展规律为基础,据此严格开展活动。两者之间争论不断,前者认为后者过于正式、枯燥乏味;后者认为前者缺乏科学依据,娱乐性太强。

两种模式的争论,导致1889年体育训练大会(Conference on Physical Training)的召开,至此,美国开始重视体育教育的专业化发展。1892年,美国体育教育促进协会会议(American Association for the Advancement of Physical Education)中,尼尔斯·波斯(Nils Posse)提出美国应该停止使用国外的体育教育模式,基于美国制度的特点及民众的需要建立自己的模式。美国教育界人士也开始反思欧洲模式主导国家体育教育发展的局面,海明威体育馆(Henmenway Gymnasium)负责人萨金特博士(Sargent),结合两者的特点创立“萨金特模式”(Sargent System),核心是根据力量发展的个体差异设计运动负荷,并为此设计了很多器材。至此,美国体育教育开始走上专业化发展的道路,探索适合美国教育现状的学校体育发展模式。

随着中小学体育的起步,相关政策制度也逐步得以建立。1866年,加州通过第1部州体育法,要求学生必须进行体育锻炼;1892年俄亥俄州也建立州体育

法,成为第2个体育有相关立法的州。其次,这一时期出现了专门负责体育事业的领导,但多数由欧洲移民担任,以德国移民为主。

体育进入中小学课程体系对师资有了需求,体育师范教育也因此出现。1827年,哈佛大学的福伦(Follen)指导一些学生教授体育,被认为是美国最早的体育教师培训;1837年,密歇根州明确提出体育教师应该具备基本的体育健康知识;1861年,迪奥·李维斯体育师范学校(Dio Lewis Normal Institute of Physical Education)成立,是第1所专门训练体育教师的学校,但是这一时期的师范学校主要以私立性质为主,且培训与医学联系紧密,很多体育教育工作者都是医生,没有教育学学位。

总体来说,这一时期学校体育在整个教育体制内并不受重视,一是传统思想的束缚,一些保守人士认为体力劳动足以满足身体锻炼的需要,甚至坚持清教徒的信条——认为任何形式的游戏都是有罪的,一些学者认为即使体育锻炼不是罪恶,也是浪费时间^[133]。当体育涉及到女童时反对声更为强烈。二是战争的冲击,1862年莫雷法案颁布,要求捐赠土地过程中,学校必须将男生的军事训练作为日常课程,以此代替体育课,内战的爆发更是助长了这一趋势。所以,这一时期中小学体育发展较为缓慢。1891年针对272个城市的调查显示,只有83个城市有专门负责学校体育的官员,81个城市需要体育教师,108个城市只是承诺安排体育教师;1887年之前,只有10%的学校有体育课,31个城市有体育场馆^[180]。另一项统计则显示1890年2526所公立高中只有94所有操场^[186]。

2 二十世纪上半叶新体育思潮推动中小学体育的迅速发展

19世纪末20世纪初德国模式、瑞典模式孰优孰劣的争论,生成了美国体育教育反思自身发展道路的土壤。1910年托马斯·D·伍德^[2](Thomas D Wood)提出两种模式均不适应美国现状的原因:这些模式试图通过课堂规范达到规范和矫正的目的,忽视学生兴趣;过于注重身体发展,忽视了个性和态度的培养;所设计的活动脱离日常生活。此时恰逢美国进步主义教育运动兴起,这一思潮致力于改革旧的教育体制,满足儿童自然发展的需要,促进儿童的体质健康。美国教育理念也因此发生极大转变:从注重学科发展转向注重儿童发展、儿童的需要和兴趣。以杜威为代表的一批教育家坚信游戏对于儿童的教育非常重要,伍德1910年发表著作《健康与教育》(Health and Education),引用杜威的理论,认为应该通过体育促进儿童精神、

道德、社会性的发展,提出创新体育模式,渗透社会和心理的目标,并将这一思想融入到他的“新体育”(New Physical Educaiton)思想中。新体育思想的核心是以游戏、运动等自然活动的形式培养社会公民,自然课程是新体育教育思想的主要载体。

随后,伍德的学生克拉克·赫瑟琳顿(Clark Hetherington)对新体育思想进一步发展,创立了一套游戏理论,并将其作为教育的基础。1913年在加州大学伯克利分校的资助下,赫瑟琳顿创办了游戏示范学校(Demonstration Play School),招收4~12岁儿童,每年夏天开放6周,每天3h,开展包括大肌肉活动、手工、环境和自然活动、戏剧、音乐活动、社会互动、语言活动、经济活动。学校取得了极大的成功,并受到整个国家的关注,赫瑟琳顿也因此被称为“现代体育教育哲学家”。之后哥伦比亚大学的威廉姆斯(Jesse F Williams)和纽约大学的纳什(Jay B Nash)将新体育思想及自然课程理论进一步发展和推广。威廉姆斯提出“现代体育应以身心合一为基础”,①教育和体育的目的是为民主社会做准备,通过游戏和运动,学生可习得社会所需要的价值观^[3]。纳什则从性格和情感的角度关注人的发展。新体育教育思想的发展一方面是美国体育教育发展不断自我反思、自我发展的产物,也反映了美国学校体育教育理念,从“体质”核心到“完全发展的人”之核心的重大转变。

新体育思潮的兴起也助力美国中小学体育快速发展。首先,学校体育政策法律不断完善。1914年时,美国只有3个州有体育教育相关法律,威尔逊总统针对这一现状提出儿童体育训练的必要性,并成立了公立学校体育推进委员会(Committee for the Promotion of Physical Education in the Public Schools),由杜威担任主席。在委员会的推进下,到1930年已经有39个州通过体育教育法,有22个州政府设立专门职位负责体育教育工作。相关立法的内容也更为细化,包括体育课程时间,以及毕业的体育学分要求。1930年,胡佛总统召开以儿童健康及其保护为主题的会议,会议形成美国儿童宪章,宪章明确提出在专业教师及领导的指导下,促进儿童从出生到成年期间的健康发展,包括健康指导、健康活动、身心娱乐活动。这一会议极大激发了学校开展体育教育的积极性。

其次,体育师范教育蓬勃发展。20世纪之前体育师资培训多由私立师范学校进行,且不授予学位。这一时期随着师资需求的扩大,私立师范学校的数量有所增长,出现大学层次师范学校。1905年YMCA国际培训学校(YMCA International Training School)开始授予学士学位,是第1所授予学位的私立师范学校。少数

大学和学院在19世纪末开始进行体育教师培训,很多大学建立了体育学院,最早的记录是1908年密苏里大学建立的4年制体育教育科学学院;1901年哥伦比亚师范学院率先提供硕士学位的体育教育人才培养;1924年纽约大学开始博士层次的体育专业人才培养。截至1930年,已经有28所大学提供体育教育专业研究生学位的人才培养。这一时期,还出现专门提供体育教育专业培训课程的公立师范学校。体育师资培训机构的数量已从1918年的20所上升至1946年的361所,1950年则超过400所^[4]。截至1950年,接受体育教育专业培训的总人数已经达到76000人^{[1]262}。

但两次世界大战、经济大萧条对中小学体育教育发展带来重大冲击。二战时期,美国政府建立了高中胜利军项目(High School Victory Corps),为军队进行预备训练。1943年,23个州推行了这一项目,其他州在体育教学中也十分强调战时需要。学校体育的核心从体育教育转变为体育训练。1956年美国教育部进行的调查发现,所有初中学生中只有不到一半的学生接受了体育教育训练;150000所小学中,91%的学校没有体育场,90%的小学活动场地没达到5英亩的标准。之后的一项调查显示,只有23%的小学达到每天15min体育锻炼的要求;80%的高中、60%的初中每周只有2~3次体育课^{[1]258}。经济大萧条的影响亦十分重大,学校体育是经费削减的首要目标;与此同时,体育教师培训不得不改进课程,满足教授多学科的培训需要,这是因为经济低迷时每个教师需要同时教授多门课程。

3 二十世纪下半叶至今以体育教育质量的全面提高为核心

二战之后随着城市化进程加速,人们更为热衷运动,中小学体育进入新的发展时期。

20世纪50年代,青少年的体质问题颇受国家重视。二战期间,约翰·B·凯利(John B Kelly)向罗斯福提交了一份报告,报告中显示美国参军的青年人中40%的人游泳成绩达不到50英尺(15.24m),溺水成为交通事故外第2大死亡原因,且主要是15~20岁的青年人^[5]。罗斯福总统大为震惊,立即成立了国防部下属体质健康办公室。1953年一项关于6项肌肉力量的测试数据显示,参与调查的4264名美国学校学生与2870名欧洲学校学生相比,前者及格率为8.7%,后者是57.9%,青少年体质问题再次备受瞩目^[6]。1956年,艾森豪威尔总统成立了青少年体质总统委员会(President's Council on Youth Fitness,现在更名为体质、运动、营养总统委员会(President's Council on Fitness,

Sports & Nutrition)和青少年体质顾问委员会(President's Citizens Advisory Committee on the Fitness of American Youth)。肯尼迪担任总统期间,号召开展体质健康革命,并将1961年4月30日至5月6日作为国家青年体质健康周。约翰逊担任总统期间,建立总统体质健康奖,1967年50 000名10~17岁的美国儿童获得该奖。二战后每一任总统都会亲自任命体质健康问题的特别顾问,每个州都设立体质健康机构。

青少年接受体育教育的平等权利,在这一时期日益受到关注,联邦通过一系列立法保障所有儿童接受体育教育的权利。20世纪后半叶,有两项立法对学校体育发展产生重要影响。一是1972通过的美国教育法修正案第9条,规定“任何人都不得因其性别被排除在接受联邦资助的任何教育或活动计划之外,被剥夺此类计划或活动应有的待遇,或受到歧视”,该法案为女性接受教育的权利提供了法律依据;二是1975年通过94-142公法,即《所有残疾儿童教育法》(Education of All Handicapped Children Act),目的是保证残疾儿童的合法权益,之后几经修订为2004年颁布的《障碍者教育促进法》(Individuals with Disabilities Education Improvement Act of 2004)。两个方案的颁布保障所有儿童接受体育教育的权益,也反映了学校体育以人为本、民主的发展方向。

青少年的肥胖问题是战后备受关心的另一重要问题,引发了人们关于如何通过中小学体育解决这一问题的思考。2010年美国疾病控制与预防中心(The Center for Disease Control and Prevention)的调查显示,至少有1/3的儿童超重或肥胖。20世纪80年代以来,儿童青少年的肥胖率已经翻3番,应对儿童肥胖的医疗成本也不断上升,学校体育被视为解决这一问题的主要途径。着眼于青少年健康问题,美国建立了青少年危险行为监督体系(Youth Risk Behavior Surveillance System),该体系2012年的调查显示,13.8%的青少年每周的体育活动时间不到60 min,只有28.7%的青少年每周能够有60 min达到“呼吸困难”程度的活动;31.5%的青少年每天参加体育课,31.1%的青少年每天用于非完成作业的电子产品时间约3 h,32.4%青少年每天看电视时间超过3 h^[7]。具体到体育课,2007年一项名为学校健康政策及课程研究(School Health Policies and Programs Study)的调查显示,全国只有3.8%的小学、7.9%的初中、2.1%的高中每天有体育课^[8]。因此,如何通过提高中小学体育课质量,切实提高学生体质水平、解决肥胖问题,成为这一时期学校体育发展的重要课题。

具体到学校体育教育的发展,1995年美国国家运

动与体育协会(National Association of Sport and Physical Education, NASPE)颁布了国家体育标准,2004年进行修订。国家体育标准目的是促进个体接受体育教育后,可以拥有终身体育的知识、技能和信心。在此基础上,标准提出高质量的体育教育的3方面:学生有学习的机会,小学每周有150 min的体育课,中学每周有225 min的体育课;学生在技能发展、体质健康、自尊方面参与有指导的实践;学生和体育课都要接受评估,进而建立问责制度、形成高质量的教学、促进学生学学习。为此,NASPE制定了K-12体育教育标准,并与青少年体质总统项目(Presidential Youth Fitness Program)共同构建了学生体质测试软件系统(Fitnessgram)评估学生体质水平。同时还采用许多项目来评估体育教学,例如NASPE的STARS等级认证系统;始于亚利桑那州梅萨公立学校学区(Mesa Public School District)的动力体育教育项目(Dynamic Physical Education Program)等。

二战以后体育师范教育更为强调专业化、标准化。1948年,美国举行了全国健康教育、体育、休闲职业准备大会(National Conference on Undergraduate Professional Preparation in Health Education, Physical Education, and Recreation),提出通识教育的重要性,同时制定了体育教师培训的标准。20世纪60年代的培训重点是培养可教授多种项目的多面手;70年代由于经济萧条,师资过剩,体育职前培训开始涉及非体育领域;80年代,专业化课程替代通识教育;90年代,培训课程更趋专业化,更多学生选择继续研究生学习。20世纪后半叶,私立体育师范培训学校已经消失。1995—1997年美国颁布《初级体育教师的国家标准》,之后又进行了两次修订,目前该标准已成为全美运动与体育协会制定高校体育教师培训大纲的构思框架。这些标准与全美运动与体育协会制定的K-12体育教育标准一起构成21世纪初美国初级体育教师培养的标准和模式。

20世纪下半叶至今,美国中小学体育走向了教育质量全面提高的阶段,但也经历了多次波折。例如,1957年苏联第1颗人造卫星的发射,使得一批教育者重新接受了身心训练可以分离的思想,造成战后体育教育的一次大倒退;20世纪80年代的经济危机,教育经费削减,学校体育成为“被削减”的首要目标。21世纪,发展学校体育的信息化和科技化、综合校内外各方资源,成为美国中小学学校体育面临的新挑战。

4 启示

美国中小学体育经过两个多世纪发展,完成从欧

洲模式到本土化的蜕变过程,理念上经历了从课程中心到学生中心、身体健康中心到身心发展的革新过程,理论上从经验依据走向科学依据,建构了学校体育质量全面提高与保障体系。与学校体育的发展相适应,体育教师也从最初的医学专业和运动训练的师资来源转变为体育教育专业训练的师资来源,培训模式从短期培训转变为拥有学历层次的专业培训。

但是美国青少年的健康问题依旧面临很多挑战,尤其是儿童肥胖问题。解决这一问题,除了营养饮食之外,最有效的途径就是学校体育教育的发展。虽然相关的教育卫生部门都提出了儿童青少年每天体育活动的建议时间,但联邦政府层次没有相关法律来执行这些活动。目前只有3个州达到每周小学体育课150 min,中学225 min的要求,只有6个州要求各个年级学生必须参加体育课。所以学校并没有给学生提供充分的体育学习和锻炼时间,中学的情况更严重,包括学生的学习动机不足、课时安排不足、师资问题等。

目前各国都非常重视青少年体质健康的问题,致力于通过改善学校体育教育现状,促进青少年体质的提高。2010年我国颁发的《国家中长期教育改革和发展规划纲要》(2010—2020)中指出,把促进学生健康成长作为学校一切工作的出发点和落脚点,要求“加强体育,牢固树立健康第一”的思想,为我国中小学体育发展进一步明确了方向。2011年教育部颁发了《切实保证中小学生每天一小时校园体育活动的规定》,为中小学学校体育发展提供了政策保证。2014年,《国家学生体质健康标准(2014年修订)》,首次将体育成绩与评优挂钩,我国关于青少年体质健康问题、学校体育发展的重视也因此达到前所未有的程度。以美国为借鉴,切实解决青少年体质问题、有效发展学校体育既需要国家层面的制度保障、政策引导,也需要体育

教育理念的与时俱进、学校师资水平的提高和硬件设施的完善;既需要改革课堂体育教学模式,也需要校内、校外各方利益相关者的共同合作。这一系列问题的核心,则是如何将青少年体质的培养,融入到全面发展的人才培养目标中去。

注释:

① 20世纪之前的美国体育教育哲学普遍认为,精神教育与身体训练是相互隔离的活动。

参考文献:

- [1] Mabel Lee. A history of physical education and sport in the U S A.[M]. New York: John Wiley& Sons, 1983.
- [2] Thomas D Wood. Health and education[M]. Chicago Chicago University of Press, 1910: 81.
- [3] Jesse F Williams. Education through the physical[J]. The Journal of Higher Education, 1930(1): 279.
- [4] Paula D Welch. History of American physical education and Sport[M]. Illinois: Charles C Thomas-Publisher, 1996: 144.
- [5] Lewis B Hersey. Inside story of the rejection rates[J]. Journal of Health and Physical Education, 1953, 24(1): 9.
- [6] Hans Kraus, Bonnie Prudden. Minimum muscular fitness tests in school children[J]. Research Quaterly, 1954, 25(2): 178-188.
- [7] Eaton D K. Youth risk behavior surveillance: unite states, 2011[R]. Morbidity and Mortality Weekly Report, 2012, 61(4): 1-162.
- [8] Kann L. Brener N D. Overview and summary: school health policies and programs study 2006[J]. Journal of School Health, 2007, 77(8): 385-397.

