

# 身体 体育 体育课程

## ——论普通高校体育课程的选择

段健芝, 彭健民

(湖南人文科技学院 体育系, 湖南 娄底 417000)

**摘 要:** 普通高校体育课程因社会背景、教育体制与教育理念、体育的不断发展与丰富等因素的影响, 其课程性质、课程目标与课程内容等有了更丰富的内涵, 体育的标志性物质载体——身体, 倍受体育课程的关注, 身体、体育、体育课程的研究也变得异常活跃和复杂, 这个时期普通高校体育课程必须有所选择, 简化身体活动背后派生的丰富内涵, 挖掘出学校体育可以且应该承载的内容, 遵循课程的“知识”本质。

**关键词:** 学校体育; 体育课程; 普通高校

**中图分类号:** G807.0 **文献标识码:** A **文章编号:** 1006-7116(2010)04-0050-05

### Body, physical education and physical education curriculum ——On the selection of the common college physical education curriculum

DUAN Jian-zhi, PENG Jian-min

(Department of Physical Education, Hunan Humanities Science and Technology Institute, Loudi 417000, China)

**Abstract:** Due to the influence of such factors as social background, education systems, education conceptions, and constant development of physical education, the nature, objectives and contents of the common college physical education curriculum have richer connotations, the body as the signature material carrier of physical education is intensively focused by the physical education curriculum, thus the study of the body, physical education and curriculum become extraordinarily active and complicated. In such a period, choices should be made for the common physical education curriculum to simplify rich connotations derived from body activities, to dig out contents which school physical education can and should carry, and to stick to the “knowledge” essence of the curriculum.

**Key words:** school physical education; physical education curriculum; common institutes of higher learning

随着人类社会的发展, 体育作为人类文化的重要组成部分逐渐发展和丰富起来, “体育”一词的定义已远远超出了“体育”原来的范畴, 与之紧密相连的“身体”、“体育课程”有了更丰富的诠释, “身体”这一具有生命力和生理性与社会性的人体, 以多方位、多层次状态倍受体育的关注, 体育课程从关注身体锻炼、提高运动技术水平逐渐走向了同时关注身体与社会、政治、经济、文化、教育等的关系, 从“增强体质, 发展身体素质和人体的基本活动能力”走向了“身体、心理、社会适应能力”三维健康发展的教育课程。回

顾我国体育课程的改革与发展历程, 在逐渐丰富的“身体”、“体育”、“体育课程”内涵背后, 一些非体育课程本质问题的现象也随之产生, 课程本源渐渐泛化与模糊, 在这个时候, 对处于“大学”环境中的身体、体育、体育课程的理解显得尤为重要, 对我国普通高校体育课程的发展与学生终身体育能力的培养有着极其重要的意义。

### 1 什么是身体

2009年3月18日在中国知网的《中国期刊全文数据库》

收稿日期: 2009-06-22

基金项目: 国家社会科学基金项目(09BTY028)。

作者简介: 段健芝(1966-), 女, 教授, 硕士, 研究方向: 学校体育学。

数据库中查关键词“身体”，仅1999~2008年相关研究就有44648篇论文，内容包括身体政治、身体美学、身体写作、身体文学、身体形象、身体表达、身体话语、身体健康、身体消费、身体文化、身体教育学、身体素质、身体运动、身体形态、身体民俗、身体权、身体史与身体性别史等等，涉及身体的目的性、手段性、生物性、精神性、个体性、社会性、偶在性、命定性、自我与非我性、时间性、空间性、经济性、教育性、意识性、哲学性、物质性、有机性等方面。

自然人的身体，是由各种器官有机构成的具有生命力的人体。社会学家把身体分为5种：世界身体、社会身体、政治身体、消费身体和医学身体<sup>[1]</sup>，李冲锋把学生的身体分为3种：被管制的身体、抑制与反抗的身体、群体中的身体。人的“身体”是多维度、多层次存在着的，具有生命力和生理性与社会属性，并且是随着历史、地域、种族、性别等诸多因素而生成、变化着<sup>[2]</sup>。“身体”越来越受到人们的关注，对身体的表述不仅仅是一种生物学意义上的物质存在体，而且容纳了更丰富的社会属性和文化烙印，成为具有强烈时代意义的文化符号。

## 2 什么是体育

现代体育主要包含3个范畴：一是作为行业或产业的体育，二是作为人的行为的体育，三是作为文化的体育。从社会功能看体育有教育、健身、休闲和娱乐功能；从社会形态看体育约定俗成地分为三大类，即学校体育、社会体育和竞技体育；从学科来看体育成为一门新兴的综合性科学，近半个世纪以来发展迅速，如运动医学、运动心理学、运动生物力学、体育史学、体育哲学、体育社会学、体育教育学、体育经济学、体育法学、体育美学、比较体育等等。“对诸如‘什么是体育’问题(即概念内涵问题)的追问，只有在一定的‘社会模式’中才有可能得到一个暂时的回答，在不同的‘社会模式’中则会有不同的回答”。<sup>[3]</sup>体育概念的争论是不变的“体育”术语与其所指向的变化的体育实践之矛盾的外部表现形式<sup>[4]</sup>。建国以来，我国有很多学者对“体育”概念进行过研究，林笑峰<sup>[5]</sup>认为：体育是身体教育或体质教育的简称，指的是教育者向受教育者传授增强体质、知识技能和运用这些知识技能实现锻炼身体的过程。熊斗寅<sup>[6]</sup>认为：体育是一种复杂的社会现象。它以身体与智力活动为基本手段，根据人体生长发育、技能形成和机能提高等规律，达到促进全面发育，提高身体素质与全面教育水平，增强体质与提高运动能力，改善生活方式与提高生活质量的一种有意识、有目的、有组织的社会活动。梁晓

龙<sup>[7]</sup>认为体育是指人类通过专门设计的身体运动和游戏，以达到增强体质、提高竞技水平和丰富社会生活为目的的一种独特的社会文化现象。唐炎<sup>[8]</sup>认为：体育是以发展人的自然属性为目的的身体活动。张洪潭<sup>[9]</sup>认为：体育是旨在强化体能的非生产性肢体活动。”刘湘溶<sup>[10]</sup>认为：现代体育，或者说体育在现代已经成为体育运动、体育科学、体育产业和体育文化四位一体的社会现象。什么是体育，至今仍未定论。体育关注的焦点是身体(包括自然身体和社会身体)，但是由于身体背后所依附的意识指向较多，体育也呈多意识指向形态。

## 3 什么是体育课程

体育的多意识指向形态，导致了“体育课程”认识上的多重理解与多重定位：体育课程是指为实现学校体育目标而规定的体育内容及其结构程度和进程。包括体育课程目标、体育课程内容、体育课时分配、课外体育锻炼等。体育课程不是一门学科的课程，而是全面发展教育的一个方面的课程<sup>[11]</sup>。体育课程是指在学校指导下，为了使学生能在身体、运动认知、运动技能、情感与社会方面和谐发展的有计划、有组织的活动<sup>[12]</sup>。体育课程是增强学生的体能，传授体育的知识、技能，为学生终身体育奠定基础的课程，它与德育课程、智育课程和美育课程相配合，共同实现促进学生身心全面发展的目标，是学校全面发展教育必不可少的课程<sup>[13]</sup>。体育课程是以体育知识与技能为主要内容，通过运动学习，促进学生的文化、身体、道德和社会素质全面提高，体育技能、能力和情感、态度、价值观和谐发展的必修课程<sup>[14]</sup>。体育课程的本质涵义是指在学校教育的环境中，学生主动地提高健康素质和体育文化素养，逐渐养成体育生活方式的一门课程<sup>[15]</sup>。公共体育课程是以“技艺性”为主，“科学性”、“人文性”与“情意性”兼备的一门以实践为主的课程<sup>[16]</sup>。特别是近10年来教育理念的多元化发展，“学校体育”在体育与教育的发展进程中重叠了课程目标与教育目标，对体育课程在实践中生成的条件机制考虑不成熟，“体育课程”成为研究者们对体育的先验(某种虽然先于经验，但除了使经验成为可能以外还没有得到更进一步规定的东西)的价值预设，课程方向不明确，处于飘忽状态。

## 4 普通高校体育课程的选择

在现代社会里，大学被誉为人类社会发展的“动力站”。知识的保存、传授、传播、应用和创新，文明的传承和进步，人才的发掘与培育，科学的发现与技

术的更新,社会的文明与理智,不同文化间的交流与沟通,无不依赖大学作为基础<sup>[7]</sup>。普通高校体育课程作为“文化化的学校课程”,在这个“动力站”里同样有其特定的历史使命。

如前所述:“身体”是体育的物质基础,是构成一切体育现象的基本条件;“体育”是以身体活动为媒介的一种社会现象;而“体育课程”是一门与“身体、体育”有关的教育课程。现代社会对“身体、体育、课程”的认识是不断发展的。多元化的认识,丰富的“身体、体育、课程”内涵,我们无力也无法全部录入体育课程,必须作出分层次、分维度的思考,挖掘出普通高校体育在一定时期内可以且应该承载的内容。

#### 4.1 高校体育课程对身体的选择

身体是体育的物质载体,体育课程无法逃避对身体的教育,但由于“身体”多维度、多层次的存在形态,普通高校体育课程对这一载体必须有所规定,只能是在一定生理条件与社会条件下发展有体育课程本质特征的“身体”。

1)体育课程对自然身体的选择——增强身体的活动能力。

这里提到的“身体”特指自然身体,即人的躯体或称人体。人体是一个统一的整体,体育是一种特殊的人体活动,经由进化史上形成的人体的高度灵活和能动的自组织能力,调节着人体有序状态的发展而相应发挥作用,“通过信息(以身体所接受的条件和方式,在与环境的相互作用中获得的信息)变换而带动人体的物质、能量变换,从而作用于人体的生命活动”<sup>[8]</sup>。体育除了增强运动系统的机能外,对大脑、心血管、呼吸系统、消化系统等等的机能都有调节作用,从生理意义上观照身体的教育,其表现形式就是“人体”的活动,“增强身体的活动能力”是基本要素,身体健康、心理健康是“人体”活动背后养护的丰富内涵,体育课程对身体的选择应理性处理“身心健康”的表现形式,更应避免“扬心抑身”。

2)体育课程对社会性身体的选择——文化性与教育性。

体育有促进社会人的身体(自然身体和社会身体)发展的功能,学校体育课程从宏观角度来说隶属于教育大范畴的教育课程,从微观来说,是一个以身体活动为媒介的文化课程,从社会性意义上观照在校学生的身体,高校体育课程对学生社会性身体的选择主要是在体育的“文化性”与“教育性”上(这里的教育指人的信仰与素养),个体性、社会适应、人文精神等是由体育本质属性的身体教育活动背后派生的,有限的

体育课程不可能实现“体育=自然身体+社会身体”的全面发展教育,作为“课程”的体育应注重课程的知识本质,避免“扬人文抑文化(知识)”。

#### 4.2 高校体育课程对体育的选择

当代体育已形成了对人类社会生活有着重要影响作用的独特的文化体系,学校体育功能不断扩大,如:健身、教育、启智、情感发展、美育、娱乐、竞技、政治、经济功能等等。“尽管在理论上学校体育可以与一切社会现象发生联系并产生作用,但是,学校体育对大多数社会现象所产生的作用即使在统计学上也无任何意义。这种泛化学学校体育功能的研究取向,不仅无助于对学校体育重要性的证明,反而会把我们的目光引向到一些与学校体育无关紧要的问题上去,从而使我们的目光引向到一些与学校体育无关紧要的问题上去,从而使我们的目光引向到一些与学校体育无关紧要的问题上去”<sup>[9]</sup>。因而,普通高校体育课程只能是在一定社会条件下承载“体育”的一部分功能。

1)对体育角色的选择——学习者。

每个人都处于一种社会角色中,任何一种角色都与一系列行为模式相关,是对具有特定身份的人的行为期望,如一提到警察,就会想到保护人们生命财产安全,一提到教师,就会想到教书育人。大学生是“学生”,“学习”是其主要行为。近10年来,随着全球教育的发展与改革,我国高校进行了各种各样的体育课程改革尝试,娱乐体育、休闲体育、保健体育已悄悄地走入了“体育课程”,课堂“社会化、娱乐化、自主化”已悄悄地转化了大学生的“学生”角色,向完全“社会人”角色转化。

从社会背景的角度看,由于国情和教育体制的特殊性,在角色扮演中我国大学生仍处于具有教育本质的他律与自主过渡层上,其课堂角色与社会责任有别于社会人;从环境的角度看,大学生身处教育专门场所——学校,其主要任务是相关“知识体系的学习”,虽然大学生的体育行为、知识要与社会对接,实现其社会化的进程,但不能改变其学习者的角色;从体育的角度看,普通高校的体育,其体育目标、体育技能、体育行为既不同于体育专业的大学生,又有别于竞技体育者与社会体育者,而且也有别于正处在身体生长发育时期的中、小学生的体育,大学生身心发育趋于成熟,其应是为未来储备体育方面知识与能力(包括创新能力)的“学习者”。

2)对体育内容的选择——“体育”化。

随着我国体育研究视角的不断开阔,“学术创新”不断地丰富体育内涵,体育课程与政治、经济、文化、教育等方面的联系日益密切,在此背景下的学校体育思想处于多方位、多元化状态,课程内容多层次、多

维度发展。不能否定“学术创新”取得了一些成果，但矛盾也同时存在：(1)教育理念主题过于丰富，技术中心论、体质教育论、健康第一论、终身体育论、快乐体育论、人文体育论、素质体育论同时存在；(2)课程设置观点多视角，如“运动技术技能训练”、“以人为本，淡竞技，重健身”、“健康第一，快乐第一”、“以学生兴趣为主，淡化甄别”；(3)体育课程目标“全面素质教育，身体、心理、社会适应能力三维发展”指导实践困难；(4)改革类型多轨道，如改革研究推陈出新学术讨论型、实施改革实验研究型、深入变革型，主要形式有以学生兴趣为主实行选项课、推行选修课、试行有偿教学，试行“三自主”选择、开展俱乐部形式教学；(5)体育课程形式非课堂化，出现了社会化、商业化现象，向娱乐化、休闲化、生活化发展。

社会背景、发展时期、文化底蕴、研究视角等不一样，对“体育”的理解自然也就不一样，但无论对“体育”如何理解、定义、发展与创新，离开了“有目的、有一定强度的身体运动”就不能构成“体育”，体育课程离开了“运动技能”，就不能维持课程在体育这个轨道的运转，离开了“体育文化(知识)”也就不能构成“体育课程”。“比较紧迫的问题是：现实的文学教育可能显得比较粗俗，现实的体育却显得意外地文静；文学课堂上可能看不出优雅、文明、文质彬彬，体育课堂上又看不见臂力、干劲、流汗、野性、疯狂。在这个时候，教育一定是出了问题<sup>[20]</sup>”。体育学术要“百家争鸣，百花齐放”，体育内涵要不断丰富与创新，但作为学校课程的普通高校体育课程内容，必须在一定时期内有一个比较科学的具有体育特质的规定性的选择，必须从“有目的的身体运动”出发，以“一定的身体负荷”为基础，以“体育运动技能”为前提，以“一定的体育知识体系”为内容，以“一定的教育规律与运动法则”为原则，以“一定的体育课程主线和必要的课程约束性”进行课程配置，使体育课程的内容随同“体育”被“体育化”，随同其他文化课程被“课程化”，最终经过体育过程作用于人才的培养。

#### 4.3 高校体育课程对课程的选择

身体、体育、体育课程研究的多重独特视角、开放性和包容性，导致了学校体育课程的多元化，这种多元化研究可概括的共性有限，几乎无法将体育课程统一在某个典型特征之下，面对强大的身体、体育与课程阵容，对于有关身体的具有课程属性的体育课程，应有一个基础的“课程选择”。

##### 1)对课程性质的选择——知识本质。

“基于已有的课程理论来把握体育课程的性质原本不是件困难的事情，就连没有接受过系统教育的人

都知道送孩子到学校是去‘学文化’，但是为什么很多学者却一直坚持体育课程的基本性质或主要任务是增强体质或增进健康呢？”<sup>[21]</sup>大学是传授知识和进行研究的机构，体育课程在教育上应形成体系，“既然课程的本质是经验(文化)，任何课程都是以与其相关的母体文化为平台使生物人实现‘文化化’，那么，体育课程作为课程计划中的一员当然也不例外。无论体育课程在任何时代或社会，无论基于怎样的课程观或教学观来实施体育课程，同样都应该以‘体育文化(或运动文化)’为媒介，同样应该是为了实现生物人的‘文化化’。从这一点上说，体育课程与其他任何课程完全一样，都是以传承文化为手段来达到新人的形成这一目的”<sup>[21]</sup>。课程的本质就是“知识”，课程选择的任务就是要对于这些“知识”的来源、体现方式与运用等问题进行解答。身份是“课程”的体育，必然有一个相关知识系统来支撑，与课程教学相关的情感态度、价值观和社会能力是在掌握和运用知识的过程中通过长期的努力形成的，课程的性质主要是知识性。

##### 2)对课程目标的选择——技能与文化。

学生、社会、学科(或知识)是课程目标的基本来源，对三者之间关系的不同处理方式就形成了不同课程目标的基本价值取向。我国当前《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》把体育课程目标分为“运动参与、运动技能、身体健康、心理健康、社会适应”5个维度，从维度的设计来论，不能否定“运动参与、运动技能、身体健康、心理健康、社会适应”满足了课程目标的3个基本条件——学生、社会、学科(或知识)。每种取向都有其价值，但在近10年的体育课程研究与改革中，在处理方式上与体育的“学科(或知识)”有关的“运动技能”这一课程目标在新的教育理念中被慢慢淡化，“身体健康、心理健康、社会适应”等非体育本质目标代替了体育课程目标。

“课程目标的种种来源大多以知识的形态呈现出来，课程目标如果不具备相应的知识基础，目标就仅仅只是目标而已”<sup>[22]</sup>。对于体育课程而言，“心理健康、社会适应”目标是在其独特的内在精神的自然而不息的追求中实现，而不是通过外在目标的达成而实现；“运动参与”是体育课程中获取新知识、全面提高能力的外在形式，是学生进行课程学习自然而必要的基本条件；“身体健康”我们无法全部录入体育，更无法“先验”于体育课程，因为身体是多维度、多层次存在着的社会人的物质载体，“身体”的健康同时受多种因素的影响。体育课程有其自身的特定价值，我们要考虑它所承载的特定的教育使命，更要考虑到它所承载的特定的体育使命，运动技能与体育文化是学校体

育的知识基础,是体育课程目标的主体,是体育课程的基本要素和特定的体育使命,对体育课程目标的选择主要是运动技能与体育文化的达成,其它目标有赖于教学过程中独特的有效教育方法在自然不息的追求中实现。体育课程要传授体育文化、指导科学运动的基本理论知识和培养运动技能,这是不容置疑的,否则,体育课程目标也仅仅是“目标”而已。

3)对课程教学的选择——“教学有法,但无定法,贵在得法”。

体育教学特殊的时空条件(包括运动器械)和以有意识、有目的的身体活动为主的形式,决定了课程教学区别于其他课程,不可能按照知识类学科课程的规律去组织教学。体育课程教学需要多种感官参与学习过程,在教学活动中师生双方不仅通过视觉、听觉接受信息,更需要本体感觉,然后经过大脑的分析与综合再传出,运用动觉、位觉、触觉等来感知并做出有效的控制,指挥身体进行相应的运动,并伴随着一系列的动觉后效(刺激作用之后对随后的心理活动产生的影响)。

我国对于体育课程教学进行过许多研究与尝试,主要有两种分类方法,一是按教学形式分为:“传习式”(传授式)、“放羊式”、“填鸭式”、“探究式”、“引导式”、“情景式”、“创新式”、“教养式”<sup>[23]</sup>、“培育式”<sup>[23]</sup>、“互动问答式”<sup>[24]</sup>等;另一种是按教学内容分为:保健型、竞技型、技术型、素质型、开放型、娱乐型等<sup>[25]</sup>。“教学有法,但无定法,贵在得法”,我们无需去追问某一种方式存在的必要性,每一种都有它存在的价值与意义,重要的是我们如何根据不同的时空条件、不同的实施对象、不同教学内容及目的以及学生水平,有针对性、有计划地科学选择。

课程教学必须是统一性与灵活性相结合,因为课程要得到有效实施,一方面需要教师根据课程目标和教材实施,并且其范围应当得到限制;另一方面需要教师根据实际情况进行一定的选择与调整,这是课程教学的本质所在。

### 参考文献:

- [1] 奥尼尔. 身体形态:现代社会的五种身体[M]. 张旭春,译. 沈阳:春风文艺出版社,1999:97.
- [2] 杜曦云. 消费主义囹圄中的身体[J]. 山花,2006(7):146-148.
- [3] 杨炳荣. 论学校体育的理念、观念、概念[J]. 北京体育大学学报,2006,29(3):377-379.
- [4] 孟凡强. “体育”术语与实践的矛盾及体育概念的争论[J]. 体育学刊,2009,16(1):10-14.

- [5] 林笑峰. 析体育的真义[J]. 中国学校体育,1989(2):39.
- [6] 熊斗寅. 什么是体育[J]. 体育文史,1996(2):8-9.
- [7] 梁晓龙. 体育和体育的功能与作用[J]. 体育文化导刊,2003(4):3-5.
- [8] 唐炎. 体育本质新论[J]. 天津体育学院学报,2004,19(2):36-38.
- [9] 张洪潭. 从体育的本质看体育教学[J]. 体育与科学,2008,29(3):81-85.
- [10] 刘湘溶. 对体育的全新诠释[J]. 北京体育大学学报,2008,31(6):721-723.
- [11] 杨文轩,陈琦. 体育原理导论[M]. 北京:北京体育大学出版社,1996:173.
- [12] 毛振明. 学校体育学[M]. 北京:高等教育出版社,2001:36.
- [13] 杨贵仁. 中国学校体育改革的理论与实践[M]. 北京:高等教育出版社,2006:119.
- [14] 韩敬全. 关于体育课程性质的论争[J]. 体育与科学,2008,29(5):38-40.
- [15] 张细谦. 体育课程的本质涵义[J]. 体育与科学,2007,28(2):29-31.
- [16] 邵玉玲,史曙生,顾渊彦. 体育课程导论[M]. 北京:人民体育出版社,2005.
- [17] 卢元镇. 奥林匹克运动与当代高等教育[J]. 广州体育学院学报,2002,22(4):1-5.
- [18] 陈晨. 体育与人体有序状态[J]. 中国新技术新产品,2008(8):173.
- [19] 唐炎. 对我国学校体育功能研究的反思[J]. 北京体育大学学报,2004,27(8):1102-1104.
- [20] 刘良华. “身体教育学”的沦陷与复兴[J]. 西北师大学报:社会科学版,2006,43(3):43-47.
- [21] 贾齐. 体育课程性质辨析——兼评体质(健康)说的非课程化倾向[J]. 体育与科学,2007,28(3):77-80.
- [22] 韩辉,李学. 课程目标的评价内容、标准与策略[J]. 当代教育研究,2008(6):120-122.
- [23] 陈春阳. 关于普通高等学校体育课程教学模式的现状分析及对策研究[J]. 吉林体育学院学报,2007,23(6):138-139.
- [24] 孙林,邱岚. 互动问答教学模式在体育与健康课程中的运用[J]. 体育世界·学术,2008(2):43-44.
- [25] 王占奇,张传龙. 普通高校体育健康课程教学模式走向的研究[J]. 科技信息,2007(13):371.