

## 论体质教育流派

殷红<sup>1</sup>, 万茹<sup>1</sup>, 毛振明<sup>2</sup>

(1.河南大学 体育学院, 河南 开封 475001; 2.北京师范大学 体育与运动学院, 北京 100875)

**摘 要:**“技术困境”和“体质困境”已成为困扰我国体育教学工作的难题, 体质教育流派是我国当代重要的体育教学流派, 其 30 多年形成的理论与实践为我国体育教学走出困境提供新的借鉴和启发。重点阐述了体质教育流派形成的社会背景、发展脉络、贡献和局限, 提出“健身课”应该成为今后体育课改的新方向。

**关 键 词:** 学校体育; 体质教育; 体质教学流派

**中图分类号:** G807.04 **文献标志码:** A **文章编号:** 1006-7116(2014)05-0006-06

### On the school of fitness education

YIN Hong<sup>1</sup>, WAN Ru<sup>1</sup>, MAO Zhen-ming<sup>2</sup>

(1.School of Physical Education, Henan University, Kaifeng 475001, China;

2.School of Physical Education and Sports, Beijing Normal University, Beijing 100875, China)

**Abstract:** “Technical dilemma” and “fitness dilemma” have become tough nuts to crack, which are troubling physical education teaching in China; the school of fitness education is an important modern school of physical education teaching in China; its theories and practice formed in over 30 years will provide new references and inspirations for physical education teaching in China to get out of the dilemmas. The authors focused on elaborating the social background for the formation of the school of fitness education, as well as its development courses, contributions and limitations, and put forward that “fitness class” should become a new direction for physical education curriculum reform in the future.

**Key words:** school physical education; fitness education; school of physical education teaching

教育的丰富性来源于教育流派的多样性。“教育流派是在一定历史时期内某些具有相同或相近的政治倾向和教育理想的教育工作者, 为提倡和推行某种教育主张而形成的”<sup>[1]</sup>。教育流派有 3 个基本要素: 一是理论基础, 即对教育、教学本质及其规律的独特理解, 有其独特的教学主张和代表著作。二是有重大影响的学科带头人, 且在其教育主张的引领或影响下, 自觉或不自觉地聚集着一批志同道合的人, 形成了有着相似教育理念和风格的教育共同体。三是有一定的教学模式, 有一套操作体系和基本策略, 形成有特色的教学程序或环节。

在新中国成立尤其是在文革之后, 我国体育理论学界的部分学者面对国家体委长期以来“重运动竞技, 轻身体教育”的现实境况, 提出了“体育是体质教育”、

“不能误以为运动就是体育”、“竞技是娱乐而不是体育”的观点。这些观点提出后, 有人反对, 有人赞同。赞同之人, 不仅用理论进行声援, 更有通过几十年实践努力不懈地验证者。这个群体就是几十年来备受争议的“体质教育流派”。

对于学校体育界研究人士而言, “体质教育”、“体质教育思想”总是耳熟能详的。本研究重拾旧题, 从“教育流派”切入, 主要基于以下几点思考: 第一, 2013 年 11 月 12 日中共中央十八届三中全会通过的《中共中央关于全面深化改革若干重大问题的决定》明确指出: “强化体育课和课外锻炼, 促进青少年身心健康、体魄强健。”这是我国党和政府对几十年来青少年儿童体质健康不断下滑的强力回应, 深入挖掘体质教育流派的观点和实践的经验在新时期必然有很大的

收稿日期: 2014-03-29

基金项目: 国家社科基金重点项目“30 年来中国学校体育重要理论问题研究”(12ATY005)。

作者简介: 殷红(1963-), 女, 副教授, 硕士研究生导师, 研究方向: 学校体育。通讯作者: 毛振明教授。E-mail: hdytyh@126.com

借鉴、启发价值。第二，过去对“体质教育”、“体质教育思想”的研究都是片段性的，只是论述极个别代表人物的学术主张和思想，而“流派”体现了它的群体身份。从流派切入，能够让我们更完整地反映“体质教育思想”的昨天和今天。从学术研究来看，这是必要的，也是必需的。

## 1 体质教育流派产生的社会背景

任何教育流派都是特定时代的产物，体质教育流派出现的社会动因主要缘于几对矛盾。

### 1.1 “新体育”对人民体质的关注和国家体委只重“竞技”的矛盾

新中国成立初期，强调“体育为人民服务”、“发展体育运动，增强人民体质”<sup>[2]14-17</sup>。然而，1952年赫尔辛基奥运会后，我国认识到体育运动水平高低对新中国在国际上的地位有着重要影响，“竞技体育”与“国家地位”开始联系在一起。1956年以后，“提高”的重视程度开始超过“普及”，体委领导只“把运动成绩的胜负作为评判工作好坏的标准”，甚至有学者认为“体委只搞竞赛，其他的群众体育工作就没有好好地搞过。”<sup>[3]</sup>尽管批评声不绝于耳，但鉴于“竞技”对提高国家地位的重要性，1962年国家体委还是明确提出了省以上体委将体育工作的重点放在抓“提高”方面。1979年，国家体委又在《1978年全国体育工作会议纪要》中提出“国家体委和省一级体委要在普及与提高相结合的前提下，侧重抓提高。”<sup>[4]</sup>为了扭转国家体育重心忽视群众体育体质的现状，有些体育工作者就提出了“不能误以为运动就是体育”、“竞技不是体育”、“不要认为抓了竞技之后就等于抓了体育”<sup>[5]</sup>的观点。

### 1.2 大杂烩的“体育”与真正意义的“体育”的矛盾

由于翻译的原因，“体育”一词在我国是一个大杂烩的词语，其历史变故在此不再赘述。为了统一理解，1982年“烟台会议”对体育概念进行了重点讨论，达成了“大体育”（广义体育）、“小体育”（狭义体育）的共识。但是，一部分师范大学体育系的体育理论工作者因对我国体育工作自1959年后向竞技体育大量倾斜表示不满，不同意体育有“广义”、“狭义”之分。认为：中国“是按竞技方式办体育，在体育中搞竞技”。“实际上是普遍地用竞技教育代替了体育，使中国体育奄奄一息”<sup>[6]</sup>。后来，为了同大杂烩“体育”划清界限，有学者就提出了体育就是“体质教育”，并用“体质教育”、“真义体育”等术语代表其“真体育”。

### 1.3 青少年体质弱化与体育课军事化、劳动化、政治化、竞技化的矛盾

新中国成立后，我国青少年体质状况令人堪忧。

文革后，学生的体质状况又普遍有所下降。如北京市西城区对3 053名中小学学生进行体格检查，各方面都合格的仅占11.86%<sup>[2]203-204</sup>。与之相对应，则是体育课在体育含义泛化后做出的种种翻天覆地的大变动。如1958—1969年，在体育课上练匍匐、投弹、刺杀，上大练兵体育课；领学生去火车站装卸煤炭，上劳动体育课；体育课上给学生每人一块铁饼，教师发令，70块铁饼一齐飞上天，上竞技运动体育课；开始上课，每做一种动作之前，下课解散时，都大喊一句毛主席语录，上突出政治体育课。到了20世纪80年代，各级各类学校又上多项竞技运动课和一专课。在这样的大背景下，有学者提出应该“在教育制度体育必修课中取消大杂烩的用体育之名的运动课，开增强体质的健身课”，同时提出“不用‘体育(运动)课’这个名称，改称‘体质教育课’——健身课。……因为‘体育课’被弄糊涂了，所以要名正言顺地改称‘体质教育课’”<sup>[7]37, 44-48</sup>。

## 2 体质教育流派形成和发展的历史脉络

“体育为增强体质”这一思想在我国早已存在。如蔡元培先生呼吁培养学生“狮子样的体力”，认为“健全身体，实为教育上重要任务。健全的方法，运动最要。”徐一冰先生提出“体育不讲，人种不强，人种不强，国将安赖。”毛泽东认为“体育者，人类自养其生之道，使身体平均发达，而有规则次序之可言者也。”张伯苓提倡“注重体育，锻炼强健之国民。”新中国成立后，“发展体育运动、增强人民体质”也一时响彻中华大地。鉴于上述的思想积淀，加之三重矛盾的社会动因，1979年徐英超先生(以下简称“徐老”)率先提出用“体质教育”代替“体育”的概念，欲为“体育”一词正本清源，为国民体育谋实利。自此，体质教育流派正式登上历史舞台，成为推动我国体育教学科学化的一支重要力量。总体上看，体质教育流派的形成和发展可以分为以下几个阶段：

### 2.1 开端

在中国谈到“体质教育”，就不得不提及徐老，因为“体质教育”一词是徐老在1979年率先提出的。20世纪70年代初，按上级教育部门的指令，学校转入“复课闹革命”。此时，徐老受上级委派下基层中小学调研，走访了河北、山东、江苏、北京、南京等近70多所学校，后又于1977年观摩调查了山西、陕西的24所中小学。1978年又调查了江苏、上海的53所中小学。这一系列的调查研究，使徐老耳闻目睹了因受极左思潮的影响导致学校体育大受破坏，学生体质大幅度下滑的情景。经反复商讨，徐老向时任教育部部长蒋南翔汇报，提出了“体质教育”的思想。

徐老说：“‘体质教育是提高人体质量的教育’，认为一所学校体育卫生搞得好不好，最根本的一条是看学生的体质是否有所增强。”<sup>[8]</sup>徐老在其1983年所著《体质教育研究初论》中，以恩格斯著作《反杜林论》、马克思“未来的教育就是生产劳动同智育和体育相结合，它不仅是提高社会生产的方法，而且是造就全面发展的人的唯一方法”、毛泽东“搞体育是为了增强体质”“体育是关系几亿人民健康的大事”等为论据，认为“体育是在学校里设置课程，由教师运用教材和教法对学生进行体质教育，进行体质健康的教育，使学生成为身体和精神都健康的人。”

为了更好地理解体育，徐老又提出了“不能误以为运动就是体育”的观点。徐老认为：“运动是使身体活动的方法，是推动体育的工具。如果只重视运动比赛，只追求运动技术，而不讲如何增强体质，如何保持健康，其结果会违反人体生理。不但不能增强体质反而损害了健康，这就是以为运动比赛就是体育的结果。”在谈到“体育”和“运动”关系时，徐老说：“体育与运动很有关系，搞体育必须通过运动才能达到增强体质的目的，但它们又是两回事。体育是要按人体生理的需要而研究设计增强体质的办法。体育是为了育体的，它不能违反生理有损于身体，如果妨碍了身体的发育，那就是盲目的运动而不能叫做体育。”<sup>①</sup>

## 2.2 建构理论

徐老“体质教育”旗帜的树立引来了积压已久的学者们的共鸣。林笑峰、黄震、陶德悦、吴翼鉴、苏竞存、董安生、王俊山、林诗娟、韩丹等学者纷纷撰文声援，支持体育是“体质教育”的观点。在这之中，林笑峰先生(以下简称“林老”)最为突出。

林老早在1957年《体育文丛》上就曾发表文章，提出应取消“体育教育”一词。其缘由是在中苏关系恶化，林老受命重新审查苏联体育教材的过程中，确凿知道了“苏联的运动文化娱乐竞技事业不是体育”，但某些体育权威人士却认为“sport”是“体育”，接着又把“身体教育”化名的“体育教育”改为“sport教育”，把学校体育课程的内容全部改成竞技运动，弄得我国作为“身体教育”的“PE体育”“消亡”<sup>[9]</sup>。文革后，林老<sup>[10]</sup>又于1979年7月18日在《体育报》上发表文章《世界体育科学的动向和我们的新使命》，明确指出：“竞技(sport)不是体育(physical education)，体育不是竞技。”他<sup>[11]</sup>认为：“体育是增强体质的教育，指的是一切应用各种体育手段于直接炼身的过程。竞技是表演比赛给人家看的，观众只是饱享眼福，实属休闲消遣娱乐的过程。”林老的论断在一直认为“运动、竞技、体育无区别，竞技就是体育”的中国引起了一

场“学术地震”，其言论直接导致了“烟台风波”。尽管受到多方批判，林老仍然义无反顾地坚持“竞技不是体育”的观点。为了同泛化的体育相区别，林老用了“真义体育”来标注其所指。林老<sup>[12]</sup>认为，真正意义的体育是“锻炼身体增强体质的教育”，是“发展身体、建设身体、完善身体的教育。”林老<sup>[17]</sup>还专门做了一个比喻，他说：“健身和体育好比卫星和火箭，体育只能运载健身，否则不能称之为体育。”面对“大体育”，林老认为这是“中国人自己创造的土产，非真义体育”<sup>[12][243]</sup>。他批评这种将“体育”比作一座高大的金字塔，塔尖是所谓的“竞技体育”，塔底层的左半部是“学校体育”，右半部是“大众体育”的“大体育”观是一种“假义体育”，它给真义体育造成了两个贫困：体育经费的贫困和体育知识的贫困。林老主张将体育课之名改为“健身课”，因为“健身课”是增强体质的课，这样含义更明确，不至于sport 竞技娱乐内容充斥课堂，混淆视听。他认为，“运动课”和“健身课”在工作的根本思路上有本质区别的。“运动课”思路是“S(运动)—Y(身体)—S(运动)”，“健身课”思路是“Y(身体)—S(运动)—Y(身体)”<sup>[13]</sup>因此，他认为体育课应该教授健身的手段及应用方法，倡导开“健身处方”，提出了“体质变化势态控制的知识和技能是体育业务的中心环节、主要内容”，“体质变化，势态控制的各种措施都可以成为健身手段”<sup>[17]163-165</sup>，并提出了健身课教材的内容。

当然，为体质教育立论呐喊的不仅林老一人。如华东师范大学的黄震先生说：“体育过程中以竞技运动做教材内容，这是培养学生炼身能力的一大障碍。”为了进一步表达自己的主张，黄震先生<sup>[14]</sup>于1995年专门撰文《释体育说竞技》来论述二者的不同。文中称“竞技是与对手较量给人们观赏的运动文化娱乐活动。……体育要依靠科学教育提高人的身体素质。”“体育的事要办好，竞技的也要办好，不应该用开展竞技运动的方式去办体育而把真正的体育弄得名存实亡。”认为“在教育中，以竞技运动为主要内容来作为教育组成部分的体育的这种状况再也不能沿袭下去了。”

提及体质教育流派，还有一位先生不得不说，那就是吴翼鉴先生。吴先生是江西知名教育家，著有《吴翼鉴教育文集》、《教育人生》等专著，曾任九江市教育局局长等职务。他与体质教育结缘源于1983年无意中看到林老在《武汉体育学院学报》发表的文章——《自然体育和现代体育科学化》。吴先生同意林老的观点，自此，在学术上互相切差、交流，终成忘年之交。为了支持林老，吴先生先后发表了《关于“体育”概念讨论的意义何在》、《〈体育之研究〉的启示》、《论体育与生产力》、《1986—2000江西省学校体育发展战略

设想》、《体育目的问题之我见》、《论科学体育观的形成与发展》、《试论体育与教育》、《增强人的体质，是体育无“人”吗》、《〈我心中的理想体育〉质疑》、《各司其职比翼齐飞——伍绍祖同志答记者问读后感》等文章为体质教育辩护。文中批判体育的“多目的论”，批判“生物体育观淡出”<sup>[15]</sup>，批判“体育就是‘拿金牌’”等观点，认为体育的目的就是“增强体质”，并指出“我确切地认为，真正的体育是身体的教育，是发展身体的教育，是增强体质的教育。”<sup>[16]</sup>同时，他还引用伍绍祖的话来论证这一观点。如“必须明确，体育的总目标是增强人民体质……中国设置体育部门的根本目的是为了提高人民体质，而不是拿金牌……这个问题是我在90年代初期才搞清楚的，但现在许多同志，包括体育总局的一些同志，还只是想着拿金牌。”<sup>[17]</sup>吴先生<sup>[18]</sup>不同意“大小体育”之说，认为该理论“说白了，就是要否定体育的真义，把人力、财力、物力集中起来，用于奥运战略，以体育之名行竞技之实。最后，以‘sport’（竞技）作为总概念来‘吃掉’真正的体育。”

在体质教育流派中，韩丹先生算是一位思维异常活跃的学者，也是体质教育彻头彻尾的拥护者。韩先生1985年发表《关于体育本质与层次的哲学思考》一文，算是在体质教育流派中的登堂之作。韩丹先生通过对《世界体育宣言》、《学校体育的全球性展望》、《柏林备忘录》、《韦氏英语大辞典》、卢梭、康德的*Physische Erziehung*、英语*Physical Education*、马克思和*Bodily education*、俄罗斯、日本、美国等方面的深入考察，确认“体育的本义是身体的教育，是教育学的一个概念”，“体育活动的标志或特征是体育课(包括相应的课外活动)，没有体育课便不能称其为体育”。“体育是教育的组成部分，是体育教师通过体育课向学生进行身体的教育。其它所谓“体育”都不是我们讲的正宗体育。”<sup>[19]</sup>因此，韩先生也对“‘体育’这个正规的称谓被斯波特(sport)借去，变成了正宗”一事表示不满，提出“体育该复位了”<sup>[20]</sup>。

### 2.3 实验

教育不仅需要理论，更需要在理论指导下的实验去验证其正确性。我国体质教育实验研究最早始于20世纪70年代，徐老在提出“体育即体质教育”的同时，便在北京第十九中学开始了健身课实验。与之同时，为了研究如何最有效地增强学生体质，李兴文老师在1978年也在东北师范大学举办体质教育试验班，试图从传习式的体育思想方法中解放出来，把体育课真正上成身体培育课，用体质教育的原则和方法对学生进行体质教育。在这期间，为了落实教育部颁发的《中小学体育工作暂行规定》(该《规定》提出衡量学校体

育质量的主要标准就是学生体质的好坏)，曲宗湖先生也于1979—1980学年和1980—1981学年分别在北京海淀区十九中学和阜成路学校进行确保“两课、两操和两活动”的教育实验，探索出一种增强学生体质的新途径。1980年，江西省九江市第二中学体育教师杨时勉先生也不顾70岁高龄，以九江市二中、六中为试点亲自主持体质教育实验，受到了省内外专家学者的重视和赞赏。随后，1985年福建师范大学体育科学学院教授陈智寿先生开始在福建苍山对小学、初中、高中进行以提高学生的健身意识、能力及体质为目标的改革实验。实验共进行了5轮，每轮为期3年，前2轮以体育课程整体改革为突破口，后两轮为学校体育(含体育课程)的整体改革，参加的中小学计28所，对象7000余人，取得了一定的成果。在前辈不断探索的基础上，1997年广东省增城市荔城第二小学的邓若锋先生率领课题组开始在小学进行“小学健身知识技能教学的实验研究”，并以此为基础将实验范围扩大至初中和高中，已延续至今。在长期实验中，邓先生总结了健身知识技能教学的3种类型，并构建了小学至高中的健身知识技能教材体系，成为体质教育流派实验道路上最忠实的实践者。自20世纪90年代至今，还有广东西江大学、华南师范大学、广东工业大学、山西农业大学等单位的学者在积极践行健身教学，并对其原理性问题进行了实验探讨。

### 2.4 融合

在历经“开端、理论、实验”的过程中，体质教育流派的先导或后继者也遭遇了自身难以突破的瓶颈，如“教材困境”、“兴趣困境”等。于是，他们开始不断与其他观点进行思想碰撞、知识融合，寻找突破瓶颈的方法。因此，进入新世纪以来，体质教育流派在理论和实验上出现了新的突破。

第一，不像以前那样完全排斥竞技运动，试图通过“健身化”搭建二者沟通的平台。体质教育流派的代表人物林笑峰先生在20世纪80年代非常反对将竞技运动作为体育课的教材，这种反对曾让“体质教育”一度陷入“教材困境”。然而，2008年林老<sup>[7]37</sup>在著作《健身教育论》中却指出：“竞技游戏项目——篮球、排球、足球等可化为健身手段的活动性游戏，诸多运动娱乐活动都可以转化为健身手段的基本体操或活动性游戏，主要是在‘化’字上。”这是对以前体育手段理论的有益完善。

第二，不再只强调“练”，而是重视通过“运动学习+健身知识点”将运动健身化、健身趣味化。20世纪七八十年代体质教育思想主导下的体育课教学，纯一色的就是“练”。因为课堂采用的都是人类基本动作，

在动作方面不需要太多学习,学生只需要按照老师或自己制定的练习负荷采用重复法、巡回锻炼法等进行练习即可。然而,这种教学因忽视学生兴趣而在现实中难以为继。广东的邓若峰先生<sup>[21]</sup>在继承体质教育理论基本观点和进行大量实验的基础上,提出体育课的教材应该“以健身方法和法则为主线,将身体运动、营养和卫生措施、生活制度、心态调适等健身手段串联起来”。其中,身体运动(如走跑跳投、体操、球类运动、武术、游泳等)是载体,其他健身知识点通过身体运动进行彰显。他特别指出,把健身知识技能作为教材内容,其中最根本的一点,就是要把健身的法则和方法作为教材内容,这是健身知识技能教学的主线和灵魂。在长期实验中,邓先生还总结了健身知识技能教学的3种类型:知识主导技能教学、技能引导知识教学、技能知识并行教学,从而将运动学习与健身知识学习融为一体,有效解决了体质教育流派的“教材困境”和“兴趣困境”。

### 3 体质教育流派的贡献和局限

#### 3.1 贡献

无论在体育理论界还是在学校体育界,体质教育流派自始至终都是一支重要的学术队伍,他们用自己的思辨和行动为“体质教育”摇旗呐喊。随着时间的推移,尽管一些老辈渐渐逝去,但是他们的思想却影响了一代又一代的后继者。作为一支重要的学术流派,体质教育流派对我国体育事业的发展做出了重大贡献。

1)体质教育流派为世人澄清了“体育”的真义,为我们更客观、更理性、更科学地进行体育工作奠定了基础。

由于种种历史的原因,“体育”一词在我国包罗万象。正是出于对体育多元化的理解,才使得无论官方还是民间,谈到体育更多指代的是“竞技”,进而“竞技”成了体育的代名词,再进而出现了搞好竞技工作就是搞好了体育工作的错误认识。在此背景下,真正的体育(体质教育、健身教育)不仅被忽略了,甚至还出现了“增强体质过时论”、“让增强体质的事从体育中‘淡出’”的言论。体质教育流派宣传体育就是体质教育,别无他义。尽管因“语言习惯”问题该主张并未被学界采纳,但是它却真切地让我们明白了一个不争的事实:竞技和体育均有各自的规律,应该按照各自规律办事,而不应该相互取代。同时,体质教育流派认为“不能拿体质现象当身体的实质”<sup>[75]</sup>。跑得快、跳得高、大力士不一定体质就好。拼搏过力、超极限会使人伤残乃至死亡,从而让我们走出了“运动就是体育”的误区。

2)体质教育流派给我国30多年体育教学留下了不可磨灭的历史贡献。

体质教育流派坚持“体育是体质教育”、“健身是体育的主业”,因此在体育课上提倡通过“测脉搏”、“测练习密度”、“绘制心率曲线”、“课课练”等方式来提高运动的健身效果。直到今天,这些方式方法依然在影响着我们的体育教学,尤其是在目前“增强青少年体质健康”的大背景下,个别内容还有强化之势。如首都体育学院李京诚教授牵头立项了中国教育学会体育与卫生分会“十二五”重点课题《中国青少年体能素质课课练创新研究》。

3)体质教育流派关于“体质教育”的思想和实验为我国解决青少年体质下降问题提供了诸多借鉴。

“青少年体质下降”已成为我国政府要抓的一件大事,那么如何抓?用什么方法抓?需要思考。体质教育流派30年来的理论和实践成果无疑能够成为我们可以借助的“巨人肩膀”。如体质教育流派认为:“体质表现出来的现象多种多样,身体的形态、机能、能力都是体质表现出来的现象。体质中的某种变化都会以某种相关现象有所表现。尽管现象的表现与体质密切相关,而现象还是不等于体质。”如跑得快的,不等于他的体质就好;跑不快的,不等于体质就不好。跑得快或慢,这是一种现象,只是运动能力的一种表现,不能完全代表体能体质。在体质教育流派看来,“培养人们体质变化势态控制的意识和能力,是体育的一项重要任务,中心任务。”这从理论上告诉我们体育课的核心是什么。

通常我们的体育教学都是以身体运动为主要手段,从技术到技术。而体质教育实验研究则指出:运动不等于健身,只有科学的运动才能起到增强体质的作用。这里所谓的科学,不仅是指正确的动作,还有与之相应的健身方法和健身法则,还有健身运动最佳负荷价值阈,还有营养和卫生措施、生活制度、自然力(空气、阳光和水)、心态调适等相关内容。体质教育实验让我们了解到,健身课应该是以身体运动为主要手段,将上述健身的知识技能贯穿课堂的教学,而不是从技术到技术的运动教学。也就是,真正的体育课应该处处彰显健身的知识点,这在新时期对我们的教学改革具有重大的借鉴价值。

4)体质教育流派主张将“健身学”作为身体教育(PE)专业的主学科,这有助于完善身体教育专业的学科建构。

林老<sup>[71]50</sup>一直认为体育的原理来自“健身学”,并提倡建立“健身学”这门学科。他认为:“健身学是反映对体质增强过程之认识和实践的基本知识,包括对

健身过程的总的认识,以及优生、优育、锻炼、养生等诸方面。”林老主张将“健身学”作为身体教育专业的主学科,并认为若没有健身学做专业主课,就不可能有真正增强体质的教育。目前,华南师范大学已将健身学纳入体教专业的主科范畴,进行了先行实践,做出了榜样。

### 3.2 局限

任何一个教育流派都存在局限性,体质教育流派也不例外。这种局限性主要体现在以下两个方面:

第一,体质教育流派强调体育“健身”的一面,却忽视了体育“娱心”的一面。似乎在健身中不需要快乐,只是为了增强体质。于是,出现老师不愿教、学生不愿练的问题。

第二,体质教育流派的一个主流观点是:绝大多数的竞技运动不能作为体育的手段。那么有人就会问,目前体育课不教竞技运动教什么?事实上,篮球、排球、足球等只是一种身体运动形式而已,尽管发明人是出于娱乐、游戏的目的创造的,不是出于健身目的创造的,但这并不能否定它们的健身价值,而且体质教育流派一直也没有拿出足够的证据说明这些活动对身体的危害。其实,目前我们用于健身的运动形式,有相当一部分在起源时也不是出于健身的目的。跑能健身,它源于生存需要;毽球能健身,它源于儿童游戏。其实,我们现在只需要改变的是如何让学生在学学习篮球、排球、足球的过程中获得更多的健身知识,而不是从技术到技术。

“从技术到技术”、“从运动到运动”是我国体育课的典型特征,但这些技术、运动究竟能不能健身,在什么情况下能健身,我们很少考虑,因为我们的前提假设是“运动能健身”、“技术能健身”。其实,“从技术到技术”、“从运动到运动”本身没有错,错就错在我们将这些当成了体育的全部,把那些应该有的健身原则、健身方法、健身运动最佳负荷价值阈、营养和卫生措施、生活制度、自然力(空气、阳光和水)、心态调适等健身知识忽略了。“少年强则国强”,面对日益下滑的青少年体质健康困境,体质教育流派倡导的“健身课”必将会成为体育课改的一股新鲜血液,如何将技术学习、运动和健身知识点相融合,则会成为我们研究的新的主攻方向。

### 注释:

①徐英超. 体育实践与理论(第二稿). 刻印, 1978: 40-41.

### 参考文献:

- [1] 洪明. 现代新儒学教育流派研究[M]. 广州: 广东教育出版社, 2009: 1-2.
- [2] 崔乐泉, 杨向东. 中国体育思想史(现代卷)[M]. 北京: 首都师范大学出版社, 2008.
- [3] 编辑部. 坚决地“放”大胆地“鸣”[J]. 新体育, 1957(10): 2.
- [4] 熊晓正. 从“普及与提高相结合”到“各类体育协调发展”[J]. 体育文史, 1997(5): 18.
- [5] 张军献. 一位老教育工作者眼中的体育——吴翼鉴先生访谈札记[J]. 体育学刊, 2011, 18(2): 1-4.
- [6] 谷世权. 二十年前的一场争论——忆1982年“烟台会议”[J]. 体育文化导刊, 2002(3): 85-86.
- [7] 林笑峰. 健身教育论[M]. 长春: 东北师范大学出版社, 2008.
- [8] 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: 36-37.
- [9] 李寿荣. 倡行真义体育——林笑峰先生访谈录[J]. 体育学刊, 2007, 14(5): 1-3.
- [10] 林笑峰. 世界体育科学的动向和我们的新使命[N]. 体育报, 1979-07-18.
- [11] 林笑峰. 体育跟娱乐、竞技等文化活动相区别的问题[J]. 体育科技, 1981(7): 12-15.
- [12] 林笑峰. “真义体育”之真义——兼答熊晓正同志质疑[J]. 体育文化导刊, 1996(6): 6-8.
- [13] 林笑峰. 拨开“金字塔”上的迷雾[J]. 教育科学研究, 1990(1): 11-14.
- [14] 黄震. 释体育说竞技[J]. 体育学刊, 1995, 2(1): 32-33.
- [15] 吴翼鉴. 增强人的体质, 是体育无“人”吗?——与“人文体育观渐入与生物体育观淡出”的商榷[J]. 体育学刊, 1999(3): 1-2.
- [16] 吴翼鉴. 体育目的问题之我见[J]. 体育学刊, 1995(3): 19-21.
- [17] 古柏. 20世纪最后十年中国体育改革回顾——伍绍祖同志采访记[J]. 体育学刊, 2007, 14(1): 1-4.
- [18] 吴翼鉴. 论科学体育观的形成与发展——兼析体育思想正误碰撞的历程[J]. 体育学刊, 1996(1): 38-42.
- [19] 韩丹. 谈体育概念的源流演变及其对我们的体育认识和改革的启示[J]. 体育与科学, 2010, 31(4): 1-8.
- [20] 韩丹. 论体育[J]. 体育与科学, 2011, 32(3): 1-10.
- [21] 邓若锋. 高中健身知识技能教材内容的构建[J]. 体育学刊, 2008, 15(9): 71-74.