

我国学生体质健康测试制度的演变

张强峰, 孙洪涛

(湖南师范大学 体育教学部, 湖南 长沙 410081)

摘 要: 对我国学生体质健康测试制度的演变进行归纳整理与客观陈述, 认为我国学生体质健康测试制度的演变过程是由以苏联《劳卫制》为参考(1951—1974 年)、自主研发(1975—2003 年)、与世界接轨(2004 年至今)3 个阶段组成; 阶段一测试项目的特点为“军事化”、“地区化”, 阶段二测试项目的特点为“身体素质化”、“达标化”, 阶段三测试项目的特点为“多维化”、“强制化”。我国学生体质健康测试制度在演变过程中的各个阶段, 都具有发展学生身体形态、身体机能和身体素质的功能。

关 键 词: 体育管理; 学生体质健康测试制度; 中国

中图分类号: G807.0 **文献标志码:** A **文章编号:** 1006-7116(2016)02-0029-05

An analysis of the evolution of the student physical health test system in China

ZHANG Qiang-feng, SUN Hong-tao

(Department of Physical Education, Hunan Normal University, Changsha 410081, China)

Abstract: The authors collated and objectively stated the evolution of the student physical health test system in China, and concluded that the process of evolution of the student physical health test system in China consists of such 3 stages as the Soviet Union's Labor and Defense System reference stage (1951-1974), independent development stage (1975-2003), and world standardization stage (2004-today); the characteristics of test items at stage one are militarized and regionalized, the characteristics of test items at stage two are physical making and standard meeting oriented, the characteristics of test items at stage three are multidimensional and compulsive. Various stages in the process of evolution of the student physical health test system in China have the function to develop student physical shape, physical functions and physical makings.

Key words: sports management; student physical health test system; China

纵观 20 世纪以来我国各个时期的学生体质健康测试制度、测试项目是变化着的, 对于如何划分我国学生体质健康测试制度的演变历程, 截至目前, 尚未看到较为一致的研究成果和表述^[1-5]。诚然对出于不同需要的不同划分角度和标准及其划分结果和表述应予以尊重, 但在阶段划分和时间界定上存在不同划分结果和表述体现着内在认识上的分歧, 这种状况会造成我国学生体质健康制度概念的模糊或混乱, 也不利于学术研究。因此, 本研究借助大量文献资料对我国学生体质健康测试制度整体发展概况进行归纳整理与客

观陈述, 确定我国学生体质健康测试制度的发展阶段, 探析各个阶段演变的缘由, 并归纳和提炼各阶段测试项目的特点。

1 阶段一: 以前苏联《劳卫制》为参考

1.1 发展历程(1951—1974 年)

1950 年国家领导人派体育代表团出访前苏联, 考察了前苏联实施《劳卫制》的经验, 代表团回国后结合我国实际情况, 草拟我国《劳卫制》项目标准的初步方案, 考虑到当时开展《劳卫制》的条件还不具备

收稿日期: 2015-05-02

基金项目: 国家社会科学基金教育学青年课题“新《国家学生体质健康标准》背景下我国大学生体质健康保障机制研究(CLA140160)”; 国家社会科学基金体育学一般课题“生命视域下我国学生体质健康促进的长效机制研究”(15BTY058); 湖南省教育厅优秀青年基金课题“中美学生体质健康测试变迁及脉络对比研究”(15B151); 湖南省普通高校青年骨干教师培养计划资助。

作者简介: 张强峰(1981-), 男, 讲师, 博士研究生, 研究方向: 青少年体质健康促进。E-mail: michaelzqf@126.com 通讯作者: 孙洪涛教授。

而没有公布,但此时国民健身卫国意识强烈,一些城市和学校自发开始试行一种类似前苏联《劳卫制》的《体育锻炼标准》制度^[6],为后期《劳卫制》在全国范围内实施奠定了基础。1954年国务院正式公布《准备劳动与卫国制度暂行条例》和项目标准^[7]。1956年根据前一段开展学生体质健康测试的经验并吸收1955年前苏联劳卫制改革的精髓,对《准备劳动与卫国制度暂行条例》进行了修改,并更名为《劳动卫国体育制度条例》,1958年国务院正式批准公布《劳动卫国体育制度条例》^[8]。20世纪60年代初,中苏政治关系紧张,我国也进入了3年自然灾害时期,各地先后停止了《劳动卫国体育制度条例》的开展和推广。1964年国家体委在全国体育工作会议上,根据周总理“劳卫制这个名称不符合我国习惯”的指示,将《劳动卫国体育制度条例》改名为《青少年体育锻炼标准》并向全国发布^[9]。在“文化大革命”时期,《青少年体育锻炼标准》被迫停止施行。

1.2 测试制度的演变

1951年开始实施的《体育锻炼标准》分为初级、中级、高级3个级别,男女各3组,项目有游泳、跳高、100 m跑、手榴弹掷远4项,但未形成全国性、地区性的测验制度,只是由一些学校自发组织^[1]。随后1954年颁布实施的《准备劳动与卫国制度暂行条例》对测试级别进行了细化,分为预备级、1级和2级,1级包括3组,通过1级3组后才能参加2级的测试。17岁以上男性和15岁以上女性皆可根据自己实际年龄和身体状况参加各组,但不得随便升组或降组。在测试项目和测试要求方面,其中预备级达标标准是需达到3项必测项目和3项选测项目测试的最低要求,1级2级达标标准需达到3项必测项目和2项选测项目测试最低要求,测试时间跨度为一个年度内全部测验完毕即可。在激励手段方面,参加1、2级测试及格者,经中央体育运动委员会授权地方体育运动委员会,颁发证书和证章,并享有参加体育比赛,被选为国家、省、市、县运动代表的优先权利,为保证测试工作的质量,对获得劳卫制1级和2级证章的人,每隔3年进行一次复测^[6]。1958年开始实施的《劳动卫国体育制度条例》的测试级别分少年级、1级和2级。其中少年级在5个测试项目类别中各选1项进行测试,1级和2级是在6个项目类别中各选1项进行测试,第1项至第5项的标准由中华人民共和国体育运动委员会统一制定,第6项的标准由各地方体育运动委员会因地制宜自行制定。这是17岁以上男女根据自身测试情况达到1级或2级标准,证书证章的有效期为3年,过期可以重新测试,其中在测试项目上,《劳动卫国体

育制度条例》最大变化删除了体操类项目(劳卫操,垫上运动,跳箱双杠等)和部分军事类项目(20 km骑马)。随后的《青少年体育锻炼标准》,与《劳动卫国体育制度条例》大体相同,只是在年龄分组上取消了31-40岁,41岁以上两个年龄组别。

1.3 演变缘由

阶段一学生体质健康测试制度,是以各地区自发组织实施的《体育锻炼标准》为蓝本进行修订的,其中历经3次修订。从1949年建国到20世纪50年代中后期,我国奉行的是与前苏联结盟的外交政策,全面深入学习前苏联成为上下一致的思想和行为准则,因此把前苏联行之有效的《劳卫制》拿来使用自然是顺理成章的事。从当时的历史环境来看,是政治与体育锻炼默契结合的典范:此时的学生体质健康测试制度既为提高国民健康素质,也为战争准备服务。一项制度是否可以移植,关键是看移植的温床是否适应,当时《劳卫制》移植的温床是适宜的:新中国没有体育事业建设经验,要向前苏联老大哥学习;同时广大人民,特别是青少年要准备劳动和保卫祖国,必须有强健的体质作保障,因此,强身健体与保家卫国相得益彰。“一边倒”是建国初期学生体质健康测试制度产生的真实写照,这与当时的国际环境和前苏联老大哥的“特别关怀”是分不开的,毛主席也说要“倒向社会主义一边”,两厢情愿。随后中国和前苏联在意识形态方面产生分歧,《劳卫制》就成了意识形态的包袱,苏联《劳卫制》退出我国学生体质健康测试制度的舞台,《青少年体育锻炼标准》取而代之也是理所当然,但是《青少年体育锻炼标准》只是改换了名称,其测试内容和测试标准与《劳动卫国体育制度条例》无太大的变化。因此阶段一的学生体质健康测试制度,是以前苏联《劳卫制》为参考阶段。

1.4 测试项目的特点

1)测试项目“军事化”。

《准备劳动与卫国体育制度暂行条例》总则中明确指出:“其目的是向劳动人民进行全面的体育教育,培养人们成为健康的、勇敢的、乐观的祖国保卫者和社会主义接班人。”而《劳动卫国体育制度条例》的总则也对学生提出了“更好地为社会主义建设和保卫祖国服务”的要求。因此当时的测试项目,带有强烈的改变民族形象、为生产和国防建设服务的色彩,使参加锻炼的人在速度、耐力、灵敏和力量等得到全面发展的同时,掌握初步的国防知识,当时的测试包括很多军事性质的项目,如6 km行军、20 km骑马、手榴弹掷远、蕴含军体拳特色的劳卫操,同时全国范围内的青少年也非常乐于参与该类别项目的测试,测试项

目彰显“军事化”特点。

2) 测试项目“地区化”。

《准备劳动与卫国制度暂行条例》的测试项目标准,是在各地实行了3年《体育锻炼标准》的基础上,尽量参考了各省、市实际情况而订制的,南方省市的年龄分组与北方省市的分组存在差异性^[10],带有地域性的项目如北方的滑冰、南方的游泳等项目被吸纳为选测项目。据当时的资料记载,蒙古族学生的力量、耐力与速度,一般高于全国平均水平,而弹跳、协调性一般低于全国平均水平^[11],因此第6项测试项目的标准由各地自行定制,把各地自订的《体育锻炼标准》定为《劳卫制预备级》,作为《准备劳动与卫国制度暂行条例》的一个预备阶段,极大地促进了各地参与测试项目制订的积极性。此阶段的测试项目充分考虑到各地区各民族不同情况,“地区性”特点是当时测试项目的又一个典型特征。

2 阶段二：自主研制

2.1 发展历程(1975—2003年)

1975年在国家体委、教育部、共青团中央、卫生部的通力合作下,本着能使学生在速度、耐力、灵敏和力量等身体素质方面得到全面发展的角度出发的,联合颁布了《国家体育锻炼标准》^[12],是中国自主制定并实施的第一个学生体质测试制度,经国务院批准而施行的。1982和1989年对《国家体育锻炼标准》进行了2次修订。

2.2 测试制度的演变

1975年颁布的《国家体育锻炼标准》,是在1964年颁布的《青少年体育锻炼标准》的基础上进行修订,在测试项目上,取消了《劳卫制》中射击运动、掷手榴弹、行军等军事体能测试项目,增加了掷实心球、铅球、1 min 仰卧起坐等身体素质测试项目。其中为促进青少年积极参与体育锻炼、提高身体素质,对于测试达标者,根据其组别分别颁发银色、金色绿叶和金色金叶奖章的激励措施^[13],在那个年代,对于获得奖章的青少年而言,无疑是最大的荣誉。

1982年颁布的《国家体育锻炼标准》相对于1975年颁布的《国家体育锻炼标准》而言,在测试项目方面,去掉了一些对场地器材和师资条件要求较高的项目,如器械体操,增设一些简便易行的体质测定项目,如立定跳远、50 m 跑、仰卧起坐等;增添了短距离往返跑、游泳、滑冰等替代项目,以便适应地区特点和促进这些运动项目的广泛开展。在评分方式上,采用评分法代替原来的达标法,并规定各单项最低分不得低于45分。在具体评分标准上,每个年级实行不同的

评分标准,以鼓励学生要不断追求“更高”“更快”“更强”的体育精神。在激励手段方面,对于测试达标者,在给予奖章和证书表彰的基础上,高考成绩同等条件下优先录取,同时首次对于试行工作成效显著的单位和工作人员,给予表彰,极大地鼓舞学生们参与体育锻炼和测试工作组织者的热情。1989年颁布的《国家体育锻炼标准》在1982年的基础上扩大了可供测试项目的范围,包括在少年以上组增加了10 m×4往返跑、双杆臂屈伸(男)、斜身引体(女)、曲臂悬垂,进一步降低测试各单项最低得分至30分,并将测试成绩评定列入体育课成绩,初步形成课余锻炼与体育教学相结合的方式促进学生体质健康的局面。同时考虑到儿童组的实际情况,儿童组增加的10 m×4往返跑、50 m×8往返跑、掷实心球(1 kg)、20 s 立卧撑、斜身引体等测试项目难度系数稍小,同时部分测试项目男女有别^[14-15],因此不同组别的学生均可以根据自身运动喜好和特长而选择不同的测试项目进行测试。

2.3 演变缘由

阶段二我国学生体质健康测试制度历经3次修订,项目测试要求和达标标准等都有所调整,“以身体素质为主”是这个阶段的显著特征。“文化大革命”后,国家在总结和反思学生体质健康测试制度后,取消了因战争年代需要而设置的带有军事性质的测试项目。同时在建设中国特色社会主义国家方针的指导下,学生体质健康测试项目的选择是以我国青少年的实际情况和项目开展的地域性和普及型为出发点,测试项目标准的制定都是以国内多省市多部门大范围调研为依据,因此这个阶段的测试制度是自主研制阶段。

2.4 测试项目特点

1) 测试项目“身体素质化”。

纵观1975、1982和1989年的《国家体育锻炼标准》,绝大部分测试项目是以反映身体运动素质的运动项目,并且为更好地反映我国青少年儿童体质发展水平的实际状况,在原先只有达标的基础上,细化为及格、良好、优秀3级测验标准,及格标准是体现国家对青少年儿童在身体素质和运动能力方面的基本要求,良好和优秀级标准则是鼓励青少年儿童在达到及格标准后继续提高身体素质和运动能力。测试项目偏重对身体素质的测定,学生的运动能力决定了学生的体质健康水平,因此测试项目“身体素质化”成为当时测验制度发展中的一个典型特征。

2) 测试项目“达标化”。

这个时期的《国家体育锻炼标准》总则第一条提出,《国家体育锻炼标准》的制定是“为了增强学生体质,提高他们的运动技术水平”。因此,《国家体育锻炼

炼标准》的测试项目围绕着如何提高学生的运动技术水平而制定,而我国实施的运动技术水平等级制度都是按照达到相应标准而评定相应等级,通过学生测试的表现(能不能达到标准)来判断是否达标,学生对测试项目更多趋于能否达标的认识,“达标化”成为当时测试项目的又一个典型特征。

3 阶段三:与世界接轨

3.1 发展历程(2004年至今)

教育部、国家体育总局组织了有经验的专家学者和第一线的体育教师组成课题组,通过座谈、填写调查表等方式,从不同的角度对制定《国家学生体质健康标准(试行方案)》进行了多方面的科学论证,最终确定了评价指标及各项指标在综合评分中的权重,该标准于2002年在全国范围内试行^[6]。2007年教育部、国家体育总局根据当时形势,在总结《国家学生体质健康标准》试行工作经验的基础上,对学生体质健康测试制度进行了修订和完善,颁布了《国家学生体质健康标准》^[7]。2013年教育部开始了新一轮的学生体质测试标准的修订工作,以北京体育大学“运动与体质健康教育部重点实验室”为主,组织了国内17所高校的专家学者组成《标准》修订工作组,抽样范围覆盖了17个省、直辖市、自治区(含少数民族聚集地区,如云南、新疆),基于全国135 947名有小学生样本而制定的,并于2014年7月公布了《国家学生体质健康标准(2014修订)》^[8]。

3.2 测试制度的演变

与《国家体育锻炼标准》相比而言,《国家学生体质健康标准(试行方案)》在测试评价标准中首次出现了“健康”一词。在测试分组方面将小学分为1~2、3~4和5~6年级3个组别,初中及以上年级每年级一组,大学一组共10个组别,同时增加了BMI、肺活量和坐位体前屈等与健康有关的测试项目,于2004年在全国各级各类学校全面推广。同时《国家学生体质健康标准(试行方案)》的成绩对学生评优、获奖,甚至能否毕业都有直接的联系,其管理要求可谓严谨。与《国家学生体质健康标准(试行方案)》比较,2007年实施的《国家学生体质健康标准》,进一步突出“健康第一”的理念,并增添了一些力量素质、速度素质和运动能力类型的选测项目,如投沙包、跳绳、踢毽子、25 m×2往返跑、立定跳远、坐位体前屈、仰卧起坐、掷实心球、400 m跑,这些测试项目正是针对我国历次学生体质健康调研中反映最为突出、降幅最为明显的体能指标,并考虑到在全国范围实施的可行性而设定的,与《国家学生体质健康标准(试行方案)》

相比,《国家学生体质健康标准》规定400 m跑(50 m×8往返跑)、1 000 m跑(男)、800 m跑(女)、台阶试验的得分达不到及格者体质健康测试的总分最高59分。在学生体质健康水平下降趋势得不到有效遏制时,《国家学生体质健康标准(2014修订)》在测试项目上增加了小学1~4年级的肺活量测试,进一步细化分组至16个组别,同时将所有年级的测试项目都统一为必测项目,结束了中国学生体质自《劳卫制》开始设有选测项目的历史。另外,为了着重提高测试的信度、效度和区分度,着重强化其教育激励、反馈调整和引导锻炼等的功能,《国家学生体质健康标准(2014修订)》进一步精简了测试项目,为我国体质健康测试制度与国际青少年体质评价标准接轨奠定了基础,并增加了学生薄弱的体能指标测试项目的权重,在满分100分的基础上另设20分附加分,即当学生奖励指标成绩超过满分标准后,直接在学生学年总分中增加鼓励分,其中各年级阶段的奖励指标均为与学生薄弱的速度、力量、耐力等身体素质类测试项目,同时对于测试成绩达不到50分的普通高中、中等职业学校和普通高等学校的学生按结业或肄业处理^[9]。

3.3 演变缘由

阶段三学生体质健康测试制度也历经3次修订,测试制度的核心概念为“学生体质健康”。从20世纪90年代后期开始,在世界范围内体质健康测试已由身体运动素质测试向身体健康素质测试的转变。人们充分认识到身体成分、心血管系统的功能水平、肌肉的力量和耐力、关节的柔韧性是影响人体健康水平的主要因素,也是影响人们学习和工作乃至提高未来生活质量的重要条件。由于对体质健康要素的进一步认识,学生体质健康的测量与评价也随之发生了重大的变化。体质健康这一概念及评价指标已被世界大多数国家的有关专家所认同,并被广泛地应用于这些国家学生体质健康的评价之中。随着我国的国际化进程的深入,国人对体质健康的理解和认识也随之不断丰富和变化。因此这个时期我国的学生体质健康测试制度,在评价标准中强化了对健康的综合评价,充分吸收国际上先进的体质健康测试制度的经验与成果,制度的修订符合国际流行趋势,彰显出政府部门全球化视野和长远的战略眼光。

3.4 测试项目特点

1)测试项目“多维化”。

此时的测试项目中出现了身高、体重、BMI、肺活量和坐位体前屈等与健康相关的体质测试项目,这样使得测试指标从单一的运动素质类增加到身体形态、身体机能和运动素质3类。这一调整标志着我国

学生体质健康测试项目完成了由身体素质达标向与健康相关的体质评价的“多维化”转变。

2)测试项目“强制化”。

测试的测试项目,在《国家学生体质健康标准(试行方案)》与《国家学生体质健康标准》中,身体形态测试项目为必测项目,运动素质为三选一的必测项目,在《国家学生体质健康标准(2014 修订)》中,身体形态、机能和运动素质测试项目全部为必测项目,结束了我国学生体质健康测试制度选测项目的历史,此时的体质健康测试由必测加选测到项目全部必测的过程,必测意味着强制性,这些转变凸显出我国学生体质健康测试制度的测试项目的“强制化”特征。

4 结论

1)我国学生体质健康测试制度的发展阶段划分为3个阶段:以前苏联《劳卫制》为参考阶段(1951—1974年)、自主研发阶段(1975—2003年)、与世界接轨阶段(2004年至今),各阶段都历经3次修订。

2)各阶段测试项目具有各自的显著特点,阶段一“军事化”、“地区化”;阶段二“身体素质化”、“达标化”;阶段三“多维化”、“强制化”。

3)我国学生体质健康测试制度是从提高学生体育锻炼水平和保家卫国开始的,该制度在发展演变中的性质、测试项目、评分方式,以及激励手段等在不同阶段的发展演变中都发生了不同程度的变化,但整体上都具有发展学生身体机能和身体素质的功能。

参考文献:

- [1] 王皋华. 学生体质健康标准演变与发展的理性思考[J]. 首都体育学院学报, 2004, 16(2): 1-4.
- [2] 曾吉. 新中国成立以来我国学生体质健康标准的演变与发展[J]. 沈阳体育学院学报, 2007, 26(4): 16-18.
- [3] 王曼. 建国后我国学校体育评价标准的演变与发展[J]. 吉林体育学院学报, 2010(3): 108-110.
- [4] 于红妍. 中国学生体质测试的演进历程及阶段特

征[J]. 北京体育大学学报, 2014, 37(10): 113-118.

- [5] 范立仁. 总结经验,进一步做好《国家体育锻炼标准》施行工作[J]. 中国学校体育, 1996(2): 60.
- [6] 中央人民政府体育运动委员会. 关于公布准备劳动与卫国体育制度暂行条例、暂行项目标准、预备级暂行条例的通告[Z]. 1954-05-04.
- [7] 中央人民政府体育运动委员会. 劳动卫国体育制度条例[Z]. 国务院全体会议第81次会议, 1958-10-20.
- [8] 中央人民政府体育运动委员会. 关于在全国施行国家体育锻炼标准条例的请示报告[Z]. 1975-04-11.
- [9] 王华倬. 论我国近现代中小学体育课程的发展演变及其历史经验[D]. 北京: 北京体育大学, 2003.
- [10] 尹博庸. 关于当前中学体育工作中的几个问题[J]. 成都体育学院学报, 1960(1): 1-15.
- [11] 于道中. 《西藏自治区青少年体育锻炼标准》的研究[J]. 体育科学, 1995, 15(1): 4-9.
- [12] 骆延祐. 牧区蒙古族中、小学生对《国家体育锻炼标准》修改方案适应情况的调查研究[J]. 内蒙古师院学报, 1982(1): 31-42.
- [13] 中央人民政府体育运动委员会. 国家体委关于颁发国家体育锻炼标准证书证章的通知[Z]. 1977-12-10.
- [14] 中央人民政府体育运动委员会. 国家体委关于国家体育锻炼标准条例的请示报告[Z]. 1982-08-27.
- [15] 国家教委. 关于发布《中学生体育合格标准的试行办法》的通知[Z]. 国家教育委员会(87)教体字16号文件, 1990-02-12.
- [16] 教育部、国家体育总局关于印发《学生体质健康标准(试行方案)》及《〈学生体质健康标准(试行方案)〉实施办法》的通知[S]. 教体艺[2002]12号, 2002.
- [17] 中华人民共和国教育部, 国家体育总局. 国家学生体质健康标准解读[M]. 北京: 人民教育出版社, 2007: 66-85.
- [18] 教育部关于印发《国家学生体质健康标准(2014年修订)》的通知[S]. 教体艺[2014]5号, 2014.
- [19] 教育部. 我国学生体质健康评价制度的演变和发展[EB/OL]. [2008-04-14]. <http://www.csh.edu.cn>.