

初中毕业生升学体育考试游泳标准的优化

李朝阳¹, 仇亚宾², 冯增俊¹, 张新萍²

(1.中山大学 政务学院, 广东 广州 510275; 2.中山大学 体育部, 广东 广州 510275)

摘 要: 对比分析全国游泳测试标准及实施办法, 发现各地游泳测试项目不同、泳池规格不一、男女分值差异不合理、考试标准差异大, 缺乏严谨性和科学性等问题。借鉴国内外各种游泳标准及中长跑和中国田径运动员等级标准, 同时综合权衡各种因素, 提出以下建议: 初中毕业生升学游泳考试距离为 100 m; 男女生满分各为 100、114 s; 男女生在长短池中的时间差为 3 s; 男女生前后分值时间差为 5 s; 并制定残障生游泳测试标准。

关 键 词: 学校体育; 体育考试; 游泳标准; 初中毕业生

中图分类号: G807.3 **文献标志码:** A **文章编号:** 1006-7116(2017)06-0113-04

A study of the optimization of swimming standards for entrance sports examinations taken by junior high school graduates

LI Zhao-yang¹, QIU Ya-bin², FENG Zeng-jun¹, ZHANG Xin-ping²

(1.School of Government, Sun Yat-sen University, Guangzhou 510275, China;

2.Department of Physical Education, Sun Yat-sen University, Guangzhou 510275, China)

Abstract: The authors compared and analyzed national swimming test standards and implementation methods, found the followings problems: in regions all over China, swimming test items were different, swimming pool sizes were different, boy and girl students' score differences were irrational, examination standard differences were great, which are lacking in preciseness and scientificity. By referring to various domestic and foreign swimming standards as well as middle and long distance runners and Chinese track and field athletes ranking standards, and by comprehensively balancing various factors, the authors put forward the following suggestions: set the examination distance to 100m; set boy and girl students' full scores to 100s and 114s respectively; set the difference between the times taken by boy and girl students to swim in a long course pool and in a short course pool to 3s; for boy and girl students, set the time difference between the former score and the later score to 5s; establish swimming test standards for disabled students.

Key words: school physical education; sports examination; swimming standard; junior high school graduate

近年来全国各地陆续实施了初中毕业生升学体育考试(简称体育中考),这对青少年体质发展非常重要,而国家学生体质健康标准测试成绩的大数据也显示初中生身体素质最好,小学生其次,高中生最差。体育中考也越来越受到国家重视,《中共中央国务院关于全面加强青少年体育增加青少年体质的意见》中明确提出,要“全面组织实施初中毕业升学体育考试,并逐步加大体育成绩在学生综合素质评价和中考成绩中的份量。”^[1]然而,全国大部分地区体育中考重体能、轻技

能,体育课程教学中又实施应试体育,抹杀了学生的体育兴趣^[2-3]。近年来部分地区开始将游泳作为必考项目替代项纳入体育中考中,这一举措不但提高了学生对体育课的兴趣,而且还解决了多年来青少年心肺功能下降等问题。然而调查发现,全国各地游泳测试项目五花八门,各有一套标准,没有科学依据,缺乏标准化和规范化的考试要求,严重影响考试评价的公平性。本研究借鉴中国业余游泳标准、中国游泳运动员等级标准、美国游泳协会制定的青少年游泳标准和加拿大

收稿日期: 2016-10-19

基金项目: 广东省教育厅重大课题(2014JKZ001; 2015JJKGYJ029)。

作者简介: 李朝阳(1979-),女,讲师,博士研究生,研究方向:教育经济、体育教学。E-mail: Lichaoy@mail.sysu.edu.cn

青少年冠军游泳标准规范,并参考最新的2014年《国家体质健康测试》中长跑标准和中国田径运动员等级标准,提出优化初中毕业生升学体育考试游泳标准的建议。

1 各地区体育中考游泳测试标准

2016年8月《南方都市报》记者调查了全国36个城市的体育中考,各地考试项目因为地域不同而有所差别,而进行游泳测试的地区主要分布在南方,分别是上海、宁波、杭州、厦门和南宁^[4]。为了扩大横向对比范围,把南方地区的中山市和计划2017年执行游泳测试的广州市的考核标准也进行了对比。其中,除了南宁游泳测试是选考项目外,其他地区都是必考自选项目。

上海市游泳测试距离是200 m,长池(50 m)和短池(25 m)不限,且考试标准一样。具体标准:100分男生276 s,女生296 s,男女生每个分值相差都是20 s,而且男女生前后分值时间差都是12 s,即每5分值时间差为12 s^[5]。

杭州市游泳测试距离是100 m,长池和短池不限,且考试标准一样,具体标准:100分男生140 s,女生150 s,男女生等分值时间差都是10 s,而且男女生前后分值时间差都是5 s^[6]。

宁波市游泳测试比较独特,通过规定时间学生游距来计算得分。男子140 s游完100 m得10分,游90 m得9分,依此类推25 m得2分,未游到25 m不得分;女子为160 s游完100 m得10分,游90 m得9分,依此类推25 m得2分,未游到25 m不得分。测试成绩按成绩下限计算,男女生等分值时间差都是20 s,另外由于规定10分为满分,即每1分值距离差是10 m,如果按100分计算,即每10分值距离差是10 m^[7]。

厦门市游泳测试距离是100 m,要求在50 m泳道进行测试,人工计时且不限泳姿,完成测试项目就可以获得2分,男生满分标准是138 s,女生是150 s。男女生等分值及前后值时间差没有规律^[8]。

南宁市游泳测试距离50 m,在标准50 m泳池上进行,人工计时且泳姿不限,南宁市在游泳测试项目安排上比较人性化,允许残障学生进行考试。男生游35 s,女生40 s可以拿满分,男女生前后分值时间差都是1 s,等分值时间差是5 s。残障男生游48 s,女生游51 s可以得满分,男女生前后分值时间差都是1 s,等分值时间差是3 s^[9]。

苏州市游泳测试50 m,长短池没有限制,考试为6个等级,即A级=10分,B级=9分,C级=8分,D级=7分,E级=6分,F级=5分。男女生等分值时间

差都是10 s,男生和女生前后值时间差一样但不是均值,分别是15、25、10、10、1 s。男生满分时间是70 s,女生80 s^[10]。

中山市游泳测试距离是100 m,长短池不限,100分男生130 s,女生150 s,男女生等分值时间差都是20 s。男女前后分值差不均衡,在90分之前,前一个分值和下一个分值相差5 s,90分之后是8 s^[11]。

广州市游泳测试距离是100 m,长短池、泳姿不限。具体标准:100分男生85 s,女生95 s。

2 各地区游泳测试标准存在的问题

1)游距不合适。

目前的考试主要有3个游距,即50、100、200 m。作为中长跑替代考试项目,考试时间和强度应尽量与中长跑锻炼效果相一致。如果考试距离太短如50 m,这与中长跑锻炼时间的心肺功能要求不一致,普通学生中长跑成绩大多数在3~4 min左右,而50 m游泳时间在1 min左右。如果考200 m,每条泳道上只允许1个人考试,尽管考试时间与中长跑时间要求相差较少,但由于游泳场泳道少、每组考试人数较少,再加上每个考生200 m考试过程相对较长,整个过程还包括学生入水与出水、换衣、安全和设施等问题,因此耗时较多,也不适合大范围考试。经过小范围抽样,发现学生100 m游泳需要时间约在2 min左右,而且游泳技能特点对学生心肺锻炼要求较多,所以综合各种因素,认为100 m游泳和中长跑一起作为中考必考自选项比较合理。

2)长短池标准未区分。

在场地要求上,有的地方规定只能在50 m长泳道上进行考试,但大部分地区由于体育设施等条件限制并不具备50 m泳池。虽然在50 m和25 m泳道上都可以进行测试,但标准一样就会导致评价不公平,因为短池多次蹬壁回游成绩会好一些,所以这种长短池测试标准一样缺乏科学依据。

3)男女生分值差异不合理。

虽然地区间男女等值差异要求都不一样,但是同一个地区中男女等值时间差基本一致,比如在上海男女每个等值时间差都是20 s。另外,各地区前后分值时间差要求也五花八门。实践表明,这些男女等值及前后分值时间差值得商榷。

4)考试标准地区间差异大。

8个地区中上海考200 m,南宁和苏州考50 m,其他5个地区测100 m,因此考试距离不一样也无法进行横向对比。将同是考100 m的5个地区满分标准进行对比分析,宁波是固定时间测游距,其他地区都

是固定游距测时间。对比结果得知广州标准要求最高,厦门最低(见表1)。

表1 五地区100分游泳标准要求¹⁾ s

性别	杭州	宁波	厦门	中山	广州
男	140	140	158	130	85
女	150	160	162	150	95

1)根据各个地区游泳标准整理

综上所述,游泳测试距离100 m相对比较合理,那么到底100 m考试时间应该遵照的依据是什么,另外长短池标准差异多少,男女生等分值及前后分值时间差如何规定等都是值得进一步探讨和亟待解决的问题。

3 国内外各级别游泳标准对比分析

3.1 中国业余游泳标准

中国游泳协会在2010年颁布了全国游泳锻炼等级标准^[13],分为5个级别,每个级别的男女学生标准要求一样。但此游泳等级标准并不完善,特别是中小学100 m及中长距离的游距没有一个量化指标;等级规定中学生不限泳姿不限时间只需游100 m就可以达到绿海豚级,不限泳姿不限时间只需游50 m就可以达到绿蓝豚级,至于100 m游多少时间可达到1级、2级则没有说明。由于中小學生100 m及以上标准没有时间量化,游泳测试就缺乏可操作性,而男女标准无差异更不符合男女生理特点,缺乏科学性。100 m自由泳国家规定成年男子业余1级标准是100 s,女子是135 s,成年男女标准要求差异较大,每个级别男女前后分值时间差不是均值。男子标准1级和2级相差12 s,2级和3级相差22 s,3级和4级相差30 s;女子标准1级和2级相差10 s,2级和3级相差30 s,3级和4级相差25 s,而男女等值时间差异在20~35 s。

3.2 中国三级游泳运动员等级标准

中国游泳协会规定了中国游泳运动员各种等级标准,包括国际级健将、运动健将、1级、2级和3级^[14]。因为专业与业余水平要求差异较大,所以本研究主要参考最低(3级)运动员等级标准:规定100 m 3级男运动员长池要求是82 s,短池是80.50 s,而女运动员长池要求是94 s,短池是93 s,对比可知100 m男女3级运动员在长池之间差异是12 s,在短池之间的差异是12.1 s。为了更好把握运动员在长短池中的差异规律,把每个级别(国际健将、运动健将、1级、2级、3级)100 m男女各自在长短池的时间差异计算出来,分析发现除了2级女运动员长短池时间差2 s,3级女运动员长短池时间差是1 s,其他每个级别男女运动员在

长短池的时间差都是1.5 s。另外,为了观察不同游距男女运动员之间的时间差异以及男女各自在长短池里的差异,计算了100、200、400、800、1 500 m各个级别自由泳男女运动员之间的时间差异、男女各自在长短池的时间差异,最后得知,游距越长男女运动员各自在长短池的时间差异越大;男女运动员之间的差异也是游距越长,差异越大,这就充分说明不管什么级别,短池成绩一定优于长池。

3.3 美国、加拿大青少年游泳运动员等级标准

美国青少年游泳标准分为6级^[15],13~14岁的标准一致。结合中国目前大部分地区中长跑的时间标准要求,在4 min左右及中国初中毕业生毕业年龄,本研究只对美国13~14岁青少年400 m及以下距离游泳等级进行分析。在标准50 m长的泳道上游50 m男女运动员平均相差2.7 s左右,100 m平均相差4.4 s左右,200 m平均相差8.2 s左右,400 m平均相差12.2 s左右,从短池(25 m)标准也可以发现同样规律。在标准25 m短池泳道上50 m男女运动员平均相差2.4 s左右,100 m平均相差4.8 s左右,200 m平均相差在8.9 s左右,400 m平均相差16.7 s左右。通过分析发现:游距越长男女运动员的差异越大,等级越低男女运动员的差异越大;游距越长,男性在短池越有优势,男女运动员之间的差异也越大。

加拿大14岁冠军水准^[16]和美国(13~14岁)4A级水平差不多。加拿大14岁年龄段青少年100 m自由泳中,男女运动员在各自长短池的时间差分别是1.3 s,另外不管是长池还是短池加拿大规定男女等值时间差都是3.6 s。美国4A级男女运动员长池相差3.8 s,4A级男女短池相差4.2 s,可见美国与加拿大游泳成绩总体差异不大,因为这是两国该年龄段最高水平成绩。

根据对各种规范的游泳标准进行对比分析,发现各类标准具有相同规律:一是短池的成绩明显优于长池;二是游距越长男女的时间差异越大;三是等级越低,男女的时间差异越大,即级别越低前一个级别和后一个级别的时间差越大;四是短池男女时间差异和长池男女时间差异也不一样,每个级别男女时间差并不是均值。

4 完善体育中考游泳项目考试标准的建议

1)确定游泳测试项目为100 m。

大部分地区是把游泳作为中长跑考试的替代项目,因为游泳主要作用是提高学生的心肺功能。考虑到50 m游泳测试与中长跑锻炼时间差异较大,200 m游泳考试整个考试过程用时相对较长且操作性不强,因此结合中长跑锻炼时间要求、游泳测试时间及游泳技能要求,

建议游泳测试距离采用 100 m。

2)规范 100 m 满分标准及男女等值时间差。

中国 100 m 自由泳成年男子业余 1 级标准是 100 s, 女子业余 1 级标准是 135 s, 2014 年《国家学生体质健康标准》规定初中生中长跑成绩标准(女 800 m, 205 s 满分, 男 1 000 m, 220 s 满分), 这个标准为大部分地区中考所采用。由于国家田径中没有男子 1 000 m, 只有 800 m, 而男子 800 m 3 级运动员标准 136 s, 女子 800 m 3 级运动员标准 158 s, 可以看到田径 3 级运动员标准远高于《国家体质健康测试》规定的学生中长跑标准。游泳作为和长跑一样的中考必考自选项, 初中生游泳测试标准也应该低于国家游泳 3 级运动员标准, 这样才能体现考试的公平性。综合各种因素, 建议 100 m 游泳测试男生长池满分时间为 100 s。由于中国 3 级运动员男女长池差异 12 s, 短池差异 12.1 s, 同时结合级别越低差异越大原则, 建议男女等分值时间差 14 s, 因此女生长池满分时间为 114 s。

3)细化男女长短池差异及前后分值时间差。

从中国 100 m 自由泳运动员等级标准长短池差值也可以看出, 男女游泳运动员每个等级标准长短池时间相差约 1.5 s 左右, 由于级别越低长短池时间差异越大, 又考虑到 14 岁初中毕业生级别较低, 不能和国家等级运动员相比, 因此综合权衡各种因素并制定男女生在长短池差异均为 3 s。

大部分地区把游泳测试作为中长跑的替代项目, 不同于规范游泳等级标准分为 5 级或者 6 级级别, 100 m 游泳测试和长跑都是从 5 分到 100 分共有 20 个分值。因此, 根据目前中长跑标准前后分值是均差时间原则, 暂规定游泳测试男女生前后分值时间差为 5 s。

4)保障残障生教育权利和规范考试要求。

8 个地区中只有南宁在游泳测试中执行残障生考试, 但标准要求较高, 不适合普通残障生考试标准。为了保障残障生的教育平等权利, 所以必须根据青少年残疾运动会比赛结果和普通残障生抽样游泳测验, 制定初中毕业生残障生游泳测试标准, 在体育中考中执行残障生游泳测试。

参考文献:

- [1] 中共中央国务院. 关于加强青少年体育增加青少年体质的意见[Z]. 国发[2007]7号.
- [2] 周建东, 于涛, 魏丕勇, 等. 山东省初中体育学业水平考试遇到的问题及其解决建议[J]. 体育学刊, 2014, 21(6): 108-112.
- [3] 徐焯, 刘礼国. 初中升学体育考试项目设置改革思考[J]. 体育文化导刊, 2012(12): 63-65.
- [4] 周炳文. 全国各地体育中考都喜欢考什么项目? 长跑百分百足球成热门[EB/OL]. [2016-08-26]. [2016-09-10]. <http://www.oeeee.com/html/201608/26/414914.html>.
- [5] 上海市教委. 2016 上海中考体育]评分标准和注意事项[EB/OL]. [2016-03-23]. <http://www.3773.com.cn/zhongkao/SHANGHAI/1927767.shtml>.
- [6] 杭州市教育局. 2016 年杭州中考体育考试要求和评分标准[EB/OL]. [2016-08-10]. http://chuzhong.eol.cn/zhejiang/zjzk/201511/t20151104_1334578.shtml.
- [7] 宁波市教育局. 关于印发 2016 届宁波市初中毕业生升学体育考试实施方案的通知[Z]. 甬教安体[2016]43号.
- [8] 厦门市市教育局. 2016 年厦门中考体育考试项目评分标准[EB/OL]. [2016-08-10]. http://chuzhong.eol.cn/fujian/fjzk/201601/t20160105_1354271.shtml.
- [9] 南宁市教育局. 2016 南宁中考体育考试项目要求方法及评分标准[EB/OL]. [2016-08-10]. <http://wap.3773.com.cn/zhongkao/nanning/1949703.shtml>.
- [10] 苏州市教育局. 关于组织 2016 年苏州市初中毕业生体育考试的通知[Z]. 苏教体卫艺[2016]5号.
- [11] 中山市教育局. 2016 中山中考体育考试项目评分标准[EB/OL]. <http://www.3773.com.cn/zhongkao/ZHONGSHANZHONGKAO/1905052.shtml>.
- [12] 广州市教育局. 关于公开征求《2017 年广州市初中毕业生学业考试体育考试实施意见(征求意见稿)》意见的公告[Z]. 穗教[2016].
- [13] 中国游泳协会. 关于印发《全国游泳锻炼等级标准实施办法》的通知[Z]. 游泳字[2011]162号.
- [14] 中国游泳协会. 运动员等级标准[EB/OL]. [2016-10-10]. <http://www.swimming.org.cn/swimming/standards/2006-10-09/30806.html>.
- [15] USA swimming. AgeGroupTimeStandards[EB/OL]. [2016-10-10]. <http://www.usaswimming.org/DesktopDefault.aspx?TabId=1488&Alias=Rainbow&Lang=en>.
- [16] SwimmingCanada.AgeGroupChampionships[EB/OL]. [2016-10-10]. http://www.swimming.ca/en/rankings/?competition=Toptimes&gender=M&course=LCM&season=Alltime&age=14_14.