

我国学生体质测试的发展回顾与评析

兰政

(广西体育高等专科学校 体育与教育学院, 广西 南宁 530012)

摘要: 借助历史资料, 通过文献梳理、逻辑推理、归纳总结, 回顾与评析我国学生体质测试的发展进程。研究发现我国学生体质测试缘起于旧中国的体格测验和新中国成立初期学习苏联的“劳卫制”。在重要阶段和关键节点的作用下, 我国学生体质测试的发展呈现出“分班选优救国, 锻炼保家卫国, 体质教育兴国, 健康全面强国”的阶段特色, 学生体质测试历程与国家发展息息相关, 铸就中国特色的学生体质测试。未来应深化体医结合, 助力国家建设, 完善法律法规, 保障体质测试顺利开展。

关键词: 学校体育; 学生体质测试; 体格测验; 体育锻炼; 体质健康

中图分类号: G807 **文献标志码:** A **文章编号:** 1006-7116(2021)05-0120-05

Review and analysis of the development on students' physical fitness test in China

LAN Zheng

(School of Physical Education, Guangxi Sports College, Nanning 530012, China)

Abstract: With the help of historical documents, and through literature review, logical reasoning, induction and summary, the development process of students' physical test in China is reviewed and analyzed. It is found that the physical fitness test of Chinese students originates from the physical test in old China and the study from the former Soviet Union's "labor and health system" in the early days of the founding of the new China. Under the effect of key nodes and important stages, its development presents the stage characteristics including "selecting the best in class to save the country, keeping exercise to protect the country, flourishing the country by physical education, and strengthening the country via a healthy and comprehensive way". It is closely related to the national development and the course of the students' physique test. In the future, in order to form the students' physical test with Chinese characteristics, we should deepen the combination of medicine and sports and help the national construction, and improve the laws and regulations, as well as ensure own development ourselves.

Keywords: school physical education; students' physical fitness test; physical examination; physical exercise; physical fitness

21世纪以来的人类社会,比以往任何时候都有更强烈重新认识文化历史的诉求^[1]。本研究借助历史资料,通过文献梳理、逻辑推理、归纳总结等方法,试图在客观、全面陈述我国学生体质测试历史的基础上,剖析我国学生体质测试的缘起与发展历程,以及各阶段的历史背景、具体做法、特征和价值,提炼我国学生体质测试的阶段特色并展望未来的发展。

1 我国学生体质测试的源起

早在1880—1900年间,美国学者萨特金在人体可测量与可计算理念的启发下,制定广受国民欢迎的“体力测验法”。1898年日本启动全国性的青少年学生生长发育与体力调查,到1912年德国制订“德国国民体育奖章”。与此同时,在一大批热衷传播西学的学者带动下,自然科学、实用科学在我国得以传播^[2]。以身体

收稿日期: 2021-01-21

基金项目: 广西壮族自治区教育厅教学改革重点项目“基于师范能力发展的足球课程‘学练融合、赛训并重’教学模式实践研究”(GXGZJG2018A005)。

作者简介: 兰政(1976-),男,副教授,研究方向: 校园足球,学生体质健康。E-mail: 4133990@qq.com

可测算与肌纤维锻炼乃生命支柱为主的人体测量学、解剖学、生理学、运动生理学等课程,陆续进入到我国学校的课程体系,部分科目如人体测量学成为中国部分学校本科生和师范生培养的必修科目^[3],同时一些有关身体指标的测验项目得以开展,包括身体形态、身体技能等测试项目。如1929年上海市教育局记述本年度的教育实施情形时,曾记载“调查学生体育情况并举行各校体格测验,并派遣督导人员”的情况。上海市教育部门还制定《检查儿童身体规程》《儿童身体检查表》《儿童体格检查》《儿童体格检查统计表》《男女儿童对照表》分发各校,要求各校照实填写,如学生中有不及格者,需留校进行体育训练后方能毕业^[4]。江苏省则规定各校应对学生的身体情况进行检测并记录成册,以求每学期对学生进行纵向比较。而北大体格测验,1/3学生健康状况堪忧^[5]。天津的南开中学、北京的燕京大学等学校,通过一些运动项目的测验,以便于进行体育教学和组织竞赛,并以优中差3个等级评价学生,留其良而斥其弱^[6]。

从学生体质测试源起阶段的指标看,主要包括身体形态(身高、体重)^[7]、身体机能(胸围、肺活量、运动后脉搏、史乃德心脏测验与劳裘氏力的测验)^[8]和力量素质(双手的握力、两臂拉力、臂的提力)的检查^[9],其中运动后脉搏的测定是以测试者原地快跑3分钟,计算30秒内脉搏次数^[10];从测试组织形式看,“在体育课期间举行,由医学主任、体操主任负责会同处理,校长负责,初验由教职员检查,复验由医生检验^[11]”;从测试目的看,有助于学生选择适合自己的运动项目,更利于教师的教学分组与因材施教^[12],根据学生体格检查后出现的问题,谋体育之改进^[13]。此外,还存在一些测试后改进措施,公共体育场妥为编撰各项徒手或简单之健身操并详述其方法与功能^[14];从实施范围看,江苏省颁布《学校学生健康检查规则》《中等学校学生体格测验规定》等文件^[15],以统编公文号发布要求全国实施,具有全国性政策的约束力,由专员组成巡回测验团分赴各国立中学测验学生体格以及运动技术,将相关数据收集加以研究,制成各项运动及格标准分发各地参照实施^[16]。

在我国学生体质测试的源起阶段,存在一些地区和学校由于评定标准不规范、教师评价随意导致评价结果失真、评定价值流失的局面,以至于一些在政府任职的体育人士提出效仿国外做法,建立统一标准的测验制度。随着社会的发展,各地区逐渐结合运动项目在当地的开展情况,加入有较好群众基础的运动项目,如溜冰、游泳、踢毽子等^[17],并统一命名,如在部分地区实施的暑期《体育锻炼标准》、冬季《体育锻

炼标准》等,这些测验活动的开展,在丰富学生业余生活的同时,也起到提升学生体质健康的作用。

2 我国学生体质测试的发展历程

2.1 通过体格检查测验,分班选优救国(民国时期)

“我们挽救生存和社会的生命,必须一方面抵抗外来的强大暴力,一方面改进内在的国民体质”^[18]。但“体格之强弱,非细微检查,何由而知”“体格检查之制最为重要矣”,辅以体育标准督促青年改善体质^[9],江苏省则在此基础上制定详细《体格测验守则》,其测验项目大致规定以若干年龄须有若干身长尺度,若干质量标准体格,而中学生以跑、跳(急行跳远)、掷(球)、引体向上(男)^[20],广西桂林、四川成都纷纷效仿实施。成都对全市中小学生学习做过一次身体检查,中学生存在缺陷的人数占比89.73%,小学生缺陷率达到93.63%,在8700多名儿童健康比赛中,完全没有缺陷的只有96人,每百人不满十人^[21]。1936年民国教育部对全国高等学校中25295名学生进行体格普查,根据评判指标对学生的发育优良状况进行甲、乙、丙三等划分,总体看学生体格状况堪忧^[22]。一些地区和进步学校增加一些更加实用和具有对抗性的科目,如田径、球类等教学内容,也出现诸如一些涉及身体体格检查以及跑和跳等运动项目的测试,便于教学和选拔优秀学生,这便成为我国学生体质测试项目的初始表现形式。如天津南开中学,北京的清华大学、燕京大学、辅仁大学等高校和中学,自发开展学生体格检查和项目测验,如在留美预备班实施的包括身高、体重、短跑、跳跃、手榴弹掷远等方面的《体格检查》,包括身体、体格、体力、体能等方面的《体育实效试验法》,在这些标准和文件的指导下,一些学校开展测量统计工作,如1926年东南大学对200多名小学生、330名中学生,分别进行11项、18项涉及人体测定及身体检查和运动能力测量的研究工作^[23]。

认识到体格测验具有提升学生体格、凝聚人心、民族自强的重要作用,政府部门陆续出台相关文件,从政策层面强化学生体格测验的实施。如《三民主义教育案》提出“要强化锻炼国民体格的工作”^[24],体格测验成为《改革学校体育案》《军国民教育实施方案》《各级学校体育实施方案》重要内容,并以“为检讨国民体格进步状况,应订制国民体格检查办法”的条款出现在《国民体育法》^[25]。随后颁布的《国民体育实施计划》,编制以学生肌肉力量、速度、心血管系统、心率和血压项目为主的《学生体格检查及运动技能测验项目及方法》(其中男25项、女17项),四川省组织较大规模的学生体格测试(近万名小学生、1.8

万中学生实施体格测验,1.2 万中学生实施运动技能测验)。其中,国立中学保送生应为“学业成绩优秀,操行在乙等以上,体格健全而有相当运动技能”的应届毕业生,各省市教育机构保送生则须“本省市高中毕业会考成绩及格,体格健全而有相当技能”^[26]。

但由于教育发展极不平衡,不同地区和学校体格测验停留在“标准不一,各自为主”层面。依据体格差异合理分班、检验锻炼效果、提升体力水平、选拔优秀学生,甚至抵御外辱等,成为学生体格测验存在的合理性依据,这些体格测验的观念和行为扎根中国大地,离不开当时国家为改变积贫积弱、摆脱落后挨打的发展诉求。

2.2 借助“劳卫制”,锻炼保家卫国(新中国成立初期)

新中国成立初期,我国向苏联学习《准备劳动与卫国制度》。从当时的测试形式看,原国家教委、国家体委、卫生部联合颁布《关于改进中小学体育工作的联合指示》,提出以“劳卫制”为中心改进体育课和课外体育活动^[27],体现“劳卫制”中心地位。从“劳卫制”测试内容看,军事化项目与竞技项目并存,体现“锻炼身体,保家卫国”的价值取向,受到广大学生的欢迎,以“劳卫制”为主的学生体质测试地位一度达到极高位置,不时兴起人人争优创先的热潮,不少学校学生全部通过“劳卫制”测试,1957 年达标人数达到 170 多万^[28]。从测试管理看,颁布《关于劳卫制测试工作的紧急通知》,妥善安排“劳卫制”测试时间,设立急救站和茶水站,同时照顾应届毕业生的实际困难,行军或自行车测试项目可免测。

积极学习和借鉴苏联学生体质测试的经验,对新中国成立初期保障学生体质水平、恢复国民经济、保卫国家安全起到积极作用。依据苏联《准备劳动与卫国体育制度》,我国制定《劳动卫国体育制度条例》并在很短时间内全国铺开,地方实施《劳动卫国体育制度条例》的情绪高涨,此举在一定程度上是对以往学生体格测验和部分地区测试制度的扬弃,使得原先形式多样的测验宣告结束,标准化测试的思想得以体现,全国统一的学生体育测试形式初步形成,由此也极大激发广大学生锻炼身体、保卫祖国的热情。

2.3 制定测试标准,提升学生体质兴国(改革开放到 20 世纪末)

改革开放以来,中国社会进入新的历史时期,同时中美关系正常化以及中国对外开放事业的推进,使和平与发展成为全球的主流。此时,我国的教育事业,一方面经历教育制度的恢复和教育观念的变革,另一方面积极学习国外先进的教育理念,自力更生,艰苦奋斗^[29]。暂停实施十余年的学生体质测试得到恢复,

并在借鉴国外学生体质测试先进经验的基础上,根据当时社会发展需要,国家教委、体委连续多次组织专家全国大范围调研,在获取全国在校大中小学生(7~22 岁)各项体质数据的基础上自主设计《国家体育锻炼标准》^[30]。由此自主创建中国学生体质综合测试系统,探寻适合中国学生体质的测试指标和测试仪器成为此阶段的主旋律。

此阶段学生体质测试一方面突出身体素质,以田径项目为主,目的是为促进学生身体素质得到全面的发展,一方面通过与教育多样性结合,将体质测试融入到学校教育中,以锻炼标准为基本要求,把体育教学、课外体育活动、运动训练和竞赛有机统一起来,同体育考试结合起来,提升学生体质健康水平。截至 1994 年底,达到《国家体育锻炼标准》及格以上人数 9.1 亿人次^[31]。同时为落实国家体委、国家教委提出“逐步使学生体质、健康调研工作制度化”的号召,多部门共同参与学生体质测试制度实施管理的模式开始形成。如 1988 年卫生部、财政部、民宗委积极参与到学生体质测试工作,协助国家教委开展学生体质健康监测工作。

此外,我国学生体质测试制度的实施主体历经国家体委负责到教育部牵头,评价等级逐渐细化至三级等级评定(优秀、达标、不达标),评价成绩与升学挂钩,“高考同等条件下优先录取”成为激发学生体育锻炼的有力手段。作为学生体质测试的主管部门,原国家教委、国家体委等部门致力于促进学生体质测试的恢复与完善,表现为制订和多次修订学生体质测试标准与测试项目,如《国家体育锻炼标准》《大中学生体育合格标准》的制订与修订,其中测试项目组合形式、达标标准均属自主研发。同时相对于上一个阶段的学生体质测试而言,以苏联《准备劳动与卫国体育制度》为参考的学生体质测试安排被摒弃,军事化项目逐渐除替。

2.4 借助顶层设计,构建健康中国版图(21 世纪以来)

21 世纪以来,我国国民经济飞速发展,国家地位不断提升,但在高速发展中暴露出教育与国家发展不协调和失衡,忽视学生健康全面发展,以至于我国学生体质水平发展态势出现持续走弱的局面^[32],这为我国全面实施素质教育吹响号角,也为学生体质测试的发展创造契机。

教育主管部门通过顶层设计制定政策文件,深入开展“阳光体育锻炼”,保障学生体育锻炼时间,形成《关于进一步加强学校体育工作的若干意见》《切实保证中小学生每天 1 小时校园体育活动的规定》《学生体质健康检测评价办法》等具有中国特色的学生体质健

康保障体系,使其成为《“健康中国2030”规划纲要》提高全民身体素质的重要一环。也使得中国传统观念中旧的理论范式得到有效更新,以每一阶段学生体质健康水平的总体表现,作为学生毕业的基本条件,教育评价不再是孤立评价“智育成效”,而是以德智体美劳“五育融合度”为整体评价,学生体质健康评价成为科学全面评价的重要维度。

通过各级政府的顶层设计,这一阶段学生体质测试成为健康中国版图重要组成部分,包括将体质和健康首次结合在一起,综合评价学生体质健康水平;学生体质测试纳入教育现代化指标体系,成为考试制度建设和改革的重要内容,特别是最近10多年间,学生体质测试标准的多次修订,为国家持续发展不断创新,为民族复兴持续发力,主要体现为简化测试方法,缩短测试时间,从更加公平角度降低测试门槛,力求促进学生健康全面发展。另一方面,规范学生测试成绩公开公示,第三方机构对学生体质测试上报数据复核,部分省市陆续开始通报学生体质测试情况,主动接受社会监督。通过年度报告制度,促进信息公开、共享,提升学生体质测试的质量,推动学生体质测试成果转化和深度开发,学生体质测试制度更加科学规范、导向明确、诚信可靠、保障有力。

全体学生测试制度、上报数据审查制度、数据抽查复核制度、测试结果公示制度等制度框架的形成,符合我国教育大局和学生体质测试实施形式。这些富有成效的工作对学校体育事业的发展具有重要指导意义,为我国教育现代化发展提供坚实理论依据,同时一些辐射全国的组织机构、政策文件、奖惩措施,强化政府、学校、社会对体质健康的价值认识,符合我国教育发展方针和国家发展政策,已成为我国学生体质测试全面实施、民族伟大复兴的有力抓手。

3 我国学生体质测试发展评述

3.1 学生体质测试与国家发展息息相关

我国学生体质测试从源起到各个重要阶段的变化,均发生在国家发展的重大转折时期,与中国社会的改良交错同步,与国家发展息息相关。如饱受列强侵略的阶段,学生体质测试表现出“分班择优救国”的特色;在新中国成立初期,学生体质测试饱含着“健身保家卫国”的期许;在国家改革开放时期,学生体质测试蕴含着“体质教育兴国”的诉求;在国家民族振兴阶段,学生体质测试充满“健康全面强国”的意境,整个过程见证着中华民族的伟大复兴。在崭新的历史时期,中国正面临更深刻的社会转型,充满活力的社会主义市场经济形态正在形成。在这种宏大的社会

背景下,不能忘记我国学生体质测试为救民族危难的初心和实现国家伟大复兴的使命。

3.2 中国特色的学生体质测试逐步完善

纵观我国学生体质测试的发展,不管是20世纪初受到身体可测算与肌纤维锻炼乃生命支柱观念影响下形成的体格测验,还是如今自主研发的《国家学生体质健康标准》,对于测试项目的变化,健康体质的理解随着时代的发展而不断深入,并呈现出典型的中国特色。如我国建立全世界最大的学生体质测试数据库,每年收集亿万青少年学生体质测试数据,同时学生体质测试成绩不仅只是对部分学生体质健康状况的评价,而是对全体学生体质健康状况的评价,学生参与体质测试是全国大中小学生共同遵守的行为准则,学生体质测试的整体水平还是学校工作和衡量各地教育发展评价的重要依据。此外,学生体质测试结果公示已逐步展开,学生体质管理状况逐步纳入学生体质健康监测和教育质量评价监测体系,部分地区开展动态监测和经常性督导评估。这些举措在健全国家监督体系、提升学生体质测试执行效果方面发挥着重要作用,中国特色的学生体质测试初具成形。

3.3 体医结合形式助力国家建设

随着学生体质25%的优秀率纳入“健康中国2030”建设重要指标,学生体质测试成绩成为小学到大学阶段学生毕业的硬性要求,预示学生体质测试成为国家决策的重点、社会关注的热点,体现着学生体质测试肩负的巨大责任。深化体医结合,通过体质测试不断创新发展,势必能够找到提升学生体质健康水平和培养德智体美劳全面发展人才的新思路、新方法,进而助力国家建设。如联合体质健康测试部门和健康体检部门,关联学生体质测试指标,剖析相关影响因素,“发现相关关系—揭示潜在规律—预测行为结果—主动干预”,实现个人健康发展和“治未病”的目的,筑建“主动养护型的体育健康+被动防治型的医学健康”双轨并行的学生体质健康促进战略,实现学生体质“测试—评估—反馈—干预—保障”的闭环体系。为此,需要体育部门和医疗部门将优质资源整合起来,从人才培养、工作分工等方面打通部门之间合作的壁垒,共同促进学生体质健康。

3.4 健全法律法规制度,保障体质测试顺利进行

健全学生体质测试的法律法规,首先,应明确政府和学校及学生的法律边界,特别是学校实施学生体质测试中的免责权;其次,规范学生意外伤害事故处理机制,强化学生体质测试中的运动风险意识,如制定风险筛查清单,学生体质测试前由学生及其家长筛查并签字(高中以下年级由家长签字,高中以上年级由

学生本人签字),降低测试风险,同时在学生体质测试时配备校医,做好风险及隐患的安全防范;再次,预拨专项经费为学生体质测试投保,或将学生体质测试纳入学生体育活动保险中,实行包干制;最后,推行学生体质测试保险“预付”机制,化解学校可能承担的经济赔偿和法律纠纷,系统构建完善的学生体质测试法律法规,保障学生体质测试顺利进行。

参考文献:

- [1] 何平,李铭宇. 略论晚近世界史研究范式的转型[J]. 社会科学文摘, 2018(3): 93-95.
- [2] 潘玉田,陈永刚. 中西文献交流史[M]. 北京:北京图书馆出版社, 1999: 188-189.
- [3] 中国体育学校简章[Z]. 上海市档案馆藏, 1930: 235-1-909.
- [4] 佚名. 教育消息:市教育局十七年度上海市教育实施情形(绪)[N]. 申报, 1929-09-19.
- [5] 佚名. 体育消息:修订苏省中校体育实施纲要(二)[N]. 申报, 1936-10-17.
- [6] 马治奎. 关于体格检查之种种[J]. 教育建设, 1942, 3(6): 48-50.
- [7] 沈维楨. 小学生体格检查之一得[J]. 南洋周刊, 1926, 8(7): 27-29.
- [8] 佚名. 举行学生体格检查[J]. 国立师范学院旬刊, 1940(6): 5.
- [9] 邱维成. 儿童及青少年体格与基本体能之发展研究[J]. 教育心理学报, 1979(12): 35-50.
- [10] 成康. 全国专科以上学校学生体格检查统计[J]. 教与学, 1936, 1(12): 284-285.
- [11] 佚名. 江苏省中等学校学生体格测验规则:附体格测验记录填载方法[J]. 体育研究与通讯, 1934, 2(2): 170-174.
- [12] 俞子箴. 体格检查法[J]. 安徽教育, 1931, 2(4): 1-8.
- [13] 杨定一. 关于学生体格检查的意见[J]. 勤奋体育月报, 1936, 3(5): 71.
- [14] 朱成明. 体育讲话:标帜测试(续)[J]. 新民报半月刊, 1940, 2(2): 30.
- [15] 佚名. 江苏省中等学校学生体格测验规定[J]. 上海县教育月刊, 1934(53): 46-47.
- [16] 佚名. 教育消息:教部体育行政教委会改组[N]. 申报, 1939-12-19.
- [17] 教育部. 第二次全国教育年鉴[M]. 上海:开明书店, 1936: 1329.
- [18] 郭国灿. 论近代尚力思潮[J]. 福建论坛(文史哲版), 1992(4): 51-58.
- [19] 水乡. 锻炼青年体格与实行体育标准考试[J]. 福建体育通讯, 1940(3): 9-10.
- [20] 佚名. 江苏省中等学校学生体格测验规定(江苏省教育厅 2056 号令发)[J]. 上海县教育月刊, 1934(53): 46-47.
- [21] 中华教育改进社. 中国教育统计概览[M]. 上海:上海商务印书馆, 1924: 42-46.
- [22] 佚名. 辅仁通讯:体格检验[J]. 燕京新闻, 1941, 8(11): 4.
- [23] 台北中央研究院近代史研究所. 清季自强运动研讨会论文集上册[C]. 北京:商务印书馆, 1920: 378.
- [24] 宋恩荣, 幸成. 中华民国教育法规选编(1912—1949)[M]. 南京:江苏教育出版社, 1994: 217-219.
- [25] 成都体育学院体育史研究所. 中国近代体育史资料[G]. 成都:四川教育出版社, 1988: 238, 240-241.
- [26] 王增明. 三十一年度各国立中学省市保送体育师资训练班学生办法[Z]. 1942: 137-139.
- [27] 中华人民共和国教育部, 中华人民共和国体育运动委员会, 中华人民共和国卫生部. 关于改进中小学体育工作的联合指示[J]. 人民教育, 1955(9): 19-20.
- [28] 毛泽东选集第4卷[M]. 北京:人民出版社, 1981: 1472-1473.
- [29] 顾明远. 再论教育本质和教育价值观——纪念改革开放40周年[J]. 教育研究, 2018, 39(5): 4-8.
- [30] 江崇民, 于道中, 季成叶, 等.《国民体质测定标准》的研制[J]. 体育科学, 2004, 24(3): 33-36.
- [31] 张一民. 切实提高学生体质健康水平——《国家学生体质健康标准(2014年修订)》解读[J]. 体育教学, 2014(9): 5-10.
- [32] 周光礼, 袁晓萍. 聚焦“四个评价”深化教育评价机制改革[J]. 中国考试, 2020(8): 1-5.