

·学校体育·

# 学校深化体教融合视域下青少年身体素质培育的 理论阐释与实践逻辑

彭响<sup>1,2</sup>, 胡科<sup>2</sup>, 刘如<sup>2</sup>

(1.苏州大学 体育学院, 江苏 苏州 215021; 2.湖南城市学院 体育学院, 湖南 益阳 413000)

**摘 要:** 学校深化体教融合与青少年身体素质培育均有着相同的实施主体、实施对象、实施媒介与实施目标; 学校深化体教融合为青少年身体素质培育提供关键保障, 培育青少年身体素质则为学校深化体教融合提供具体目标。研究认为, 学校深化体教融合视域下的青少年身体素质培育, 要以游戏化教学创设沉浸式课堂情境, 提高学生身体活动控制能力; 以预设性教学形成赛事化课堂氛围, 建立学生身体活动动机信心; 以深度化教学构建体验式学习模式, 增强学生身体活动知识理解; 以戏剧性教学培养生活化体育习惯, 内化学生身体活动终身意识。同时, 还要完善体教融合相关政策, 畅通学生身体素质培育壁垒; 以身体素质为核心理念, 深入推进学校体育教学改革; 研制身体素质评价体系, 动态监管学生身体素质水平; 构建多元主体治理格局, 优化身体素质资源供给方式。

**关键词:** 学校体育; 体教融合; 身体素质; 健康促进; 青少年

中图分类号: G807 文献标志码: A 文章编号: 1006-7116(2022)03-0089-07

## The theoretical interpretation and practical logic of the cultivation of adolescents' physical literacy from the perspective of school deepening the integration of physical education and cultural education

PENG Xiang<sup>1,2</sup>, HU Ke<sup>2</sup>, LIU Ru<sup>2</sup>

(1.College of Physical Education, Soochow University, Suzhou 215021, China

2.School of Physical Education, Hunan City University, Yiyang 413000, China; )

**Abstract:** Schools deepening the integration of physical education and cultural education and the cultivation of adolescent physical literacy have the same implementation subjects, implementation objects, implementation media and implementation goals; the deepening the integration of physical education and cultural education integration in schools provides a key guarantee for the cultivation of adolescent physical literacy, and the cultivation of adolescent physical literacy provides specific goals for schools to deepen the integration of physical education and cultural education. The study holds that under the perspective of school deepening the integration of physical education and cultural education, the cultivation of adolescent physical literacy should use game teaching to create immersive classroom situations to improve students' physical activity control ability; to form an event-based classroom atmosphere with preset teaching, to establish students' confidence in physical activity motivation; to build an experiential learning model with in-depth teaching to enhance students' understanding of physical activity knowledge; to cultivate life-like sports habits with dramatic teaching, and to internalize students' lifelong awareness of physical activity. At the same time, it is also necessary to improve the relevant policies for the integration of

收稿日期: 2021-11-08

基金项目: 湖南省教育科学“十四五”规划青年项目(XJK21QW001); 江苏省研究生科研与实践创新计划项目(KYCX22\_3158); 湖南省教育厅优秀青年项目(21B0881)。

作者简介: 彭响(1993-), 男, 讲师, 博士研究生, 研究方向: 体育社会学。E-mail: pengxiang0815@126.com 通信作者: 刘如

sports and education, so as to smooth the barriers to the cultivation of students' physical literacy; taking physical literacy as the core concept to further promote the reform of school physical education; developing the physical literacy evaluation system to dynamically supervise students' physical literacy level; building a multi-subject governance pattern and optimizing the supply of physical literacy resources.

**Keywords:** school physical education; the integration of physical education and cultural education; physical literacy; health promotion; adolescents

身体素质是一个统领当代体育改革与发展的理念,对终身体育、学校体育、大众体育和高水平竞技运动等各领域均产生重要影响<sup>[1]</sup>。为此,《体育强国建设纲要》提出到2035年青少年身体素质显著提升<sup>[2]</sup>;《“十四五”体育发展规划》指出“十四五”期间人民群众身体素质水平要进一步提高<sup>[3]</sup>。青少年是奠定身体素质基础的关键时期,而学校是青少年身体素质培育的主阵地。2020年8月31日体育总局与教育部联合印发《关于深化体教融合 促进青少年健康发展意见的通知》(以下简称《通知》)<sup>[4]</sup>。作为深化体教融合的一个重点推进领域,学校深化体教融合不仅能够充分发挥体育的综合育人功能,促进学生德智体美劳全面发展,同时还能为青少年身体素质培育提供关键保障。由此,前瞻性地研究学校深化体教融合视域下青少年身体素质培育就显得颇具意义。

## 1 学校深化体教融合视域下青少年身体素质培育的理论阐释

### 1.1 身体素质的内涵及构成要素

身体素质是指为了生活而重视并承担参与身体活动的责任所需要的动机、信心、身体能力及知识与理解,最早于1993年作为学术概念由Whitehead在国际女性体育教育与运动大会正式提出<sup>[5]</sup>。在Whitehead的定义中,身体素质包括情感、身体和认知3个维度内涵。加拿大的体育和健康社会组织则在国际身体素质协会定义的基础上进一步提出,身体素质包含情感层面的动机与信心、身体层面的身体能力、认知层面的知识与理解以及行为层面的为生活而参与身体活动等4个维度内涵。张震<sup>[6]</sup>指出,中国古代就已形成自身固有的身体素质理念,并将其概括为3大核心要素(情志、心智、德性;身体姿势、知觉运动、体力;他者、外界环境)与三大能力要素(自信心、运动参与能力;运用身体、环境适应能力;知识理解、问题解决能力)。笔者认为,张震关于身体素质内涵的概述实际上指的还是身体、情感以及认知,只是忽视了行为这一关键要素。事实上,身体、情感以及认知三者作用的最终结果就是身体行为的生成,即身体活动的终身参与。为此,学者高海利<sup>[7]</sup>研究认为,身体素质具体表现为身

体能力、身体体验、身体认知以及身体行为4个层面:身体能力包括攀、爬、跑、跳、投等基本活动能力;身体体验包括身体活动的动机、信心和审美;身体认知包括关于身体的知识、身体活动的知识(技能)和身体活动的价值判断;身体行为即个体自愿且持续性地参加明确性身体活动,并将其作为一种贯穿生命始终的生活方式。从本质上来看,高海利与上述学者对于身体素养的理解并无太大差异,只是高海利更加强了身体素养概念中“身体”的在场,如将情感层面的动机与信心概括为身体体验。尽管学者们基于不同视角或立场出发,对于身体素养构成要素的理解不尽相同,但整体上已达成共识,即身体素质包括情感、能力、认知与行为4个要素。

### 1.2 学校深化体教融合与青少年身体素质培育的内在逻辑

1)主体逻辑:均以各级学校实践参与为实施主体。

学校深化体教融合是指学校深化体育的育人功能,实现学校体育由“育体”向“育体+育人”的转变,其本质是对学校体育“育人”功能遮蔽的回应与解救。学校深化体教融合,学校是其实施主体。学校体育育人功能的发挥,需要各级学校的实践参与,这是学校深化体教融合的根本保障。尽管体育教师是育人的行为主体,但体育教师也是广义学校概念下的范畴。《体育强国建设纲要》提出,青少年阶段身体素质到2035年要显著提升。青少年是奠定身体素质基础的关键时期,对其今后养成终身体育锻炼习惯有着深远影响。身体素养的培育需要以一定量的身体活动为基础,显然学校是培育身体素养的主要阵地。通过学龄阶段的系统教育,能够较为深入地将身体素质赋予青少年,从而使其养成终身体育习惯。因此,从主体逻辑上来看,学校深化体教融合与青少年身体素质培育都需要以各级学校的实践参与为实施主体。

2)对象逻辑:均以各学龄阶段青少年为实施对象。

当前学界主流观点认为,体教融合的目的是为了促进青少年健康以及培养竞技体育后备人才。通过对体教融合性质的判定,不难看出,学校深化体教融合的作用主要指向前者,即青少年健康促进。学校作为深化体教融合的关键阵地,由此也就决定了学校深化体

教融合的实施对象即各学龄阶段青少年。关于身体素养,任海教授认为,身体素养是一个统领当代体育改革与发展的理念<sup>[1]</sup>。事实上,笔者认为,身体素养并非关乎作为精英运动的竞技体育,而是更直接地指涉学校体育与群众体育,这是由其提出背景所决定的。学龄阶段是奠定体育参与习惯的最佳时期,学龄阶段形成的体育习惯将有助于树立终身体育意识,因而身体素养培育的最佳时期也是这一阶段。因此,从对象逻辑来看,学校深化体教融合与青少年身体素养培育的实施对象都指向各学龄阶段的青少年。

3)媒介逻辑:均以发挥体育育人功能为实施媒介。

2021年7月13日国务院副总理孙春兰调研学校体育工作并召开全国体教融合工作座谈会,强调“更好发挥体育综合育人功能”,习近平总书记也曾多次公开强调要努力构建德智体美劳全面培养的教育体系。体育是一种具有“德智体美劳”五育并重的优质教育资源,可以服务于“德智体美劳”全面培养教育体系的建构。可见,只有充分发挥体育的综合育人功能,才能使学校深化体教融合具体目标得以实现。身体素养是个体进行适当身体活动所需动机、信心、身体能力、知识和理解力的总称。身体素养的形成是为了更好地进行身体活动,维持生命状态,但绝不仅仅局限于外在的显性身体活动能力,还包括其他内在的隐性元素,如动机与信心、知识与理解等。因而,青少年身体素养的培育不仅需要以适当强度的学校体育活动作为载体,还要求发挥体育的综合育人功能,进而实现身体素养的内化吸收。

4)目标逻辑:均以促进学生全面发展为实施目标。

随着时间的积累应试教育带来的弊端也日益呈现,如青少年体质持续下滑、人格发育不健全、心理问题频现等。据不完全统计,我国青少年身体素质不容乐观,近视和肥胖比例不断上升;《中国儿童自杀报告》更指出,中国儿童自杀数量居世界第一,每年约有10万青少年死于自杀。在此背景下,国家层面不断推出重大改革举措以缓解这一局势,如“双减”政策等。学校深化体教融合的目的也旨在通过学校体育综合育人功能的发挥,培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。我国青少年身体素养培育理念实际上也是在上述背景下提出的,身体素养不局限于提高青少年体质健康,更加注重青少年全面发展,通过身体素养的内化习得使青少年养成终身体育意识。从另一个角度来讲,学生的全面发展始终围绕其“身体”这一鲜活的主体而展开,而身体素养以一元论为理论基础,注重“身体”在运动中的身心合一,因而在主体上二者具有高度的耦合性。

### 1.3 学校深化体教融合与青少年身体素养培育的外在关联

1)学校深化体教融合为青少年身体素养培育提供关键保障。

身体素养是教育落实生命关怀的基础和途径。《体育强国建设纲要》指出,青少年身体素养显著提升是人民身体素养居于世界前列的战略前提。身体素养作为一种理念,已经深度融入中国体育事业改革的各大领域。青少年身体素养培育实际上是一个教育过程,因而需要建构以生命关怀为导向、以生命健康为目的、以体育教学为核心的身体素养教育路径<sup>[8]</sup>。当前在学校体育实践中,尽管青少年身体素养培育并未被正式写进相关政策文件中,但与之相关的“体育素养”却是多次在官方文件中出现。值得一提的是,目前学界所提及的“体育素养”概念也是来源于对Physical Literacy的理解,但本研究认为身体素养的表述更为准确。前期研究已经对其进行详细论证<sup>[9]</sup>,有关学者也对其进行推敲,这里不再赘述。学校推进青少年身体素养培育是一项复杂的系统性工作,需要整合一切社会力量。《通知》的出台,意味着“深化体教融合”将上升至国家战略的高度。从文件可以看出,学校深化体教融合的目的是促进青少年健康发展,而身体素养不仅仅着眼于青少年健康促进,还致力于青少年终身体育参与意识的形成,这恰恰是促进青少年健康发展走向稳态的关键。因此,学校深化体教融合为青少年身体素养培育提供关键保障,这种保障具体体现在政策所具有的强制效力以及各参与部门之间壁垒的畅通。

2)培育青少年身体素养为学校深化体教融合提供具体目标。

当前在青少年体质健康水平持续下滑、青少年运动员培养以及青少年体育竞赛“体教分离”的现实大背景下,深化体教融合已经变得刻不容缓。直观而言,深化体教融合主要体现在学校体育与竞技体育两大领域,学校体育领域主要解决青少年体质健康水平下滑的问题,竞技体育领域则主要解决青少年运动员培养以及青少年体育竞赛“体教分离”的问题。由此,青少年健康促进就成为学校深化体教融合的主要目的。诚如上文所述,健康的内涵有广义与狭义之分,无论是广义还是狭义都不利于学校体育功能的客观解读。尽管学校深化体教融合要解决青少年体质健康水平持续下滑的现实问题,但也不局限于外在的体质健康促进层面,更多的是促进青少年人格健全、心理健康、社会适应等。概言之,学校深化体教融合不仅不能以青少年健康促进作为根本目标,更不能将青少年体质健康促进作为其唯一价值取向。因而,学校深化体教

融合就需要一种新的理念或视角作为目标追求,从而确保其发展方向的正确引领。身体素养内涵不局限于个体的身体能力,更关乎其身体体验、身体认知以及身体行为。身体素养的内涵既涵盖体质健康,同时又不像“健康”内涵那般广泛,能够为学校深化体教融合提供具体的实践目标。因此,本研究认为,培育青少年身体素养为学校深化体教融合提供具体目标,主要体现在:一是为学校深化体教融合提供理念支撑;二是为学校深化体教融合明确改革方向。

## 2 学校深化体教融合视域下青少年身体素养培育的路径导向

### 2.1 能力培育:以游戏化教学创设沉浸式课堂情境,提高学生身体活动控制能力

具身认知理论是身体素养理念的一个重要哲学基础,因而在身体素养理念中,身体能力不仅指身体运动技能,还包括“阅读”环境——人与其身处的具体环境互动的能力。具身认知也称涉身认知,就本质而言,具身认知过程是身体与环境的交互过程。具身认知理论认为,人对于世界的感知是通过身体与外界环境的互动实现的,所谓的意识只是内嵌于身体之中<sup>[10]</sup>。可见,在认知过程中具身认知强调身体的核心作用。由此,在学校体育教学中如何实现具身认知教育,成为提高学生身体活动控制能力的关键。沉浸式学习是沉浸理论在教育领域的具体应用,是指教育工作者在施教过程中巧妙地运用多种教学手段,以学习者为中心,以认知迁移为基础,以激发学习者学习兴趣为目的的一种学习模式<sup>[11]</sup>,具有突出认知迁移过程、重视学习情境塑造、关注学习者投入状态等优势。沉浸式学习注重通过多种感知觉通道使学生获得身体体验,从而让学生以身体为媒介与外界环境进行充分互动,使学生完全置身于虚拟环境的身心体验中,进而有效增强学习体验感和身心沉浸感<sup>[12]</sup>。不难发现,沉浸式学习理念与具身认知理论的思想高度吻合。由此,学生的身体活动控制能力——运动技能习得与“阅读”环境,可以通过沉浸式学习模式得以实现。游戏化教学是指将游戏的理念全过程导入课程设计、教学环境、教学活动、教学环节等模块中,其中学生以玩家身份在特定情境中不断追求高峰体验和沉浸体验<sup>[13]</sup>。换言之,游戏化课堂教学实际上就是一种沉浸式教学方式。此外,游戏化教学更加凸显“身心合一”的生理体验,符合具身认知观的概念特性。因此,在学校体育教学中应当围绕游戏化教学创设沉浸式课堂情境,通过提供丰富的情景、规则、动力与资源,让每一位学生都能提高自我身体控制能力,进而达到培育学生身体素

养的目的。

### 2.2 情感培育:以预设性教学形成赛事化课堂氛围,建立学生身体活动动机信心

动机与信心是身体素养内涵的重要组成部分,是指个体在生命周期中保持一定水平身体活动的身体体验。动机是参与身体活动和享受身体活动价值的动力源泉,信心则是个体对自身参与身体活动所具有能力的积极肯定和确认程度。显然,如何建立学生身体活动动机信心,俨然成为培育青少年身体素养的一个关键内容。传统的体育课堂教学中,学生始终是体育知识灌输的对象,完整的运动项目教学被机械地拆分成若干个技术动作,学生在教师的带领下进行单个技术动作练习,待单个技术动作掌握后再进行技术动作的串联以形成对整个运动项目技术体系的掌握。从教学过程的角度来讲,“教师示范—分解教学—完整串联”的教学思路并无不妥,然而就学生这一主体而言,运动技能的学习是通过不断与外界环境进行交互的“身体”去感知和体验的,传统的体育教学思路忽视了学生身体“在场”这一客观存在,从而导致学生只能被动地接受知识,内在体育参与动机无法得到有效激活。此外,单个技术动作的教学思路也忽视了学生的赛事体验获得,进而制约通过赛事建立学生体育参与信心目标的实现。因而,教育部要求学校体育必须做到“教会、勤练、常赛”。笔者认为,“教会、勤练、常赛”应该是目标,而不是过程,要真正实现学生身体活动的主动参与,唯有通过赛事化的教学氛围达成。因为只有竞赛中,学生的“身体”才能真正在场,也只有通过赛事学生才能较好地建立体育参与信心。预设性教学是指围绕教学目标、内容等进行针对性设计,从而提高教学效果的一种教学活动<sup>[14]</sup>。在体育教学活动中,掌握运动技能并将其熟练运用于体育竞赛中,是学校体育最直接的目标。预设性教学强调“目标引导”的教学,显然,预设性教学能够为赛事化的体育课堂氛围提供理论支撑。因此,在体育教学中教师要预设性地构建赛事化教学情境,让学生先获得体育赛事参与的“身体感”,从而建立身体活动参与动机和信心,随后再进行单个技术动作的教学,同时再以赛事化情境将规范后的技术动作融入比赛中,由此形成“赛—练—赛”的教学新思路,真正建立学生身体活动参与动机和信心。

### 2.3 认知培育:以深度化教学构建体验式学习模式,增强学生身体活动知识理解

在身体素养内涵中,知识与理解不仅包括对身体活动所要具备的知识和对身体活动的理解,还包括对身体知识的掌握以及对身体的理解。身体是身体

活动的媒介,促进学生身体活动的参与,使其在身体实践中获得身体体验与身体感知是增强学生身体活动知识与理解的关键。体验式教学强调通过学习过程的积极参与,倡导让学习者积极主动实践获取具体经验,并对其身体经验进行反思性观察,从而转化和创造新的知识,进而增强对概念的认识与理解。可见,在体育课堂教学中通过教师体验式教学的导入,使学生能够在体育参与实践中获得身体体验与身体感知,从而增强对身体活动与身体知识的掌握与理解。体验式教育中的信息输入并非知识灌输,而是强调直接体验和主动实践<sup>[15]</sup>。与传统的知识灌输相比,体验式教学是一种深层次的学习方式,这种教学模式以学生为主体,注重学生学习时的身体在场。换言之,体验式教学就是要构建一种深度化的学习模式,从而为学生的身体实践创设环境。此外,从深度化学习的理念来看它强调学生的情感体验,让学生深度参与教学过程且深刻把握学习内容,进而体验运动价值<sup>[16]</sup>。由此可见,如何构建深度化的学习模式俨然成为保障体验式教学效果的关键。深度学习提出学生可以对所学知识进行迁移,但关键是要发挥学生自身知识结构的作用<sup>[17]</sup>,因而在体育教学中需要构建体育知识结构,为体育知识的迁移打牢基础。笔者认为,构建体育知识结构实际上就是要掌握系统的体育知识,即体育知识的整体性。当前体育教学普遍注重学生对单个技术动作的掌握,忽视运动技术间相互关联的体育知识传授<sup>[18]</sup>,体育教学从而异化为“对身体的改造”,不利于学生对身体活动以及身体知识的掌握和理解。因此,体育课堂教学要将整体性的运动项目以及运动项目本身所包含的多种意义传递给学生,生成运动项目学习的整体意义,从而构建体育知识结构、促进身体活动知识与理解的內化。

#### 2.4 行为培育:以戏剧性教学培养生活化体育习惯,內化学生身体活动终身意识

身体素质不是一旦形成便可终身保持的状态,而是一个动态变化发展的过程,称为“身体素质之旅”,这与终身体育的理念不谋而合。因而,从“为生活而参与身体活动”的身体行为培育角度来看,內化学生身体活动终身意识是一条可行之径。终身体育参与意识是一种内在的生活态度,不以人的意志而转移,具有持久性。终身体育参与实际上就是将体育真正融入生活,并成为日常生活中不可或缺的重要组成部分。因而有学者提出体育生活化的概念,并指出体育生活化就是引导体育回归并融入生活,以生活经验满足个体体育运动需求,从而实现个体体育活动的主动参与<sup>[19]</sup>;而体育意识怎样內化成为人的精神存在,并使体育行为成为自觉行动则是体育生活化最关键的问题<sup>[20]</sup>。当前,实

现学生体育生活化的途径主要有两个:一是日常生活中同伴之间的体育活动参与;二是学校体育教育中体育生活化教育理念的渗透。显然,在学业负担不断加重的当下,加之休闲娱乐方式多元化的影响,特别是电子产品的广泛使用,日常生活中同伴之间的体育活动参与已难寻踪迹。从另一方面来看,审视当前学校体育教学,农村学校体育“放羊式”教学以及城市学校体育“应试化”教学使得体育生活化难以成为可能。笔者认为,体育生活化是內化学生身体活动终身意识的关键,而体育生活化教育则是实现体育回归生活的必然途径。因此,如何展开体育生活化教育就成为內化学生身体活动终身意识的核心。戏剧性教学是一种以“体认”为核心的教学模式,旨在帮助学生建构自己的认知脉络,并形成自己的文化诠释<sup>[21]</sup>。具体而言,戏剧性教学就是对传统体育教学中“身心分离”的扬弃,希望通过教学过程的设计实现学生体育学习“身心一体”的回归,从而使综合的身体、视觉、听觉符号同时內嵌在学生身体中,促进身体活动知识的內化。具体而言,在体育戏剧性教学中学生是主角,可以通过戏剧性的课堂“表演”娱乐身体,获得精神层面的体育享受,进而将这种身体感带到生活中,从而促进终身体育活动参与意识的生成与强化。

### 3 学校深化体教融合视域下青少年身体素质培育的支持机制

#### 3.1 政策支持:完善体教融合相关政策,畅通学生身体素质培育壁垒

尽管在《通知》中,身体素养的概念并未被直接提及,但却存在“启动体育素养在高校招生中的使用研究”的表述。2021年10月25日国家体育总局印发的《“十四五”体育发展规划》强调“进一步提高人民群众身体素养和健康水平”。事实上,体育素养与身体素养两个概念均来自 Physical Literacy,只是以上海体育学院为核心的学术团队将其翻译为体育素养;以北京体育大学为核心的学术团队则将其翻译为身体素养。究竟如何翻译更合理,前期研究已详细论述,这里不再赘述。基于当前相关文件存在的相互矛盾,本研究认为在政策层面应当尽快完善体教融合相关政策,畅通学生身体素质培育壁垒。首先,统一政策文件专业用语。政策文件中专业名词间的相互矛盾容易造成概念混用,同时也极易造成学界陷入概念的名实之争中。因而在后续文件中,应当统一政策文件专业用语,积极引导学界朝着同一目标共同贡献智慧,从而确保身体素养研究理论的深化与拓展。其次,细化身体素质培育举措。身体素质是学校深化体教融合的

根本落脚点,学校体育工作要紧紧围绕培育青少年身体素质而展开,因而在后期相关学校体育政策文件中要细化身体素质培育的各项具体举措,明确相关责任主体,共同推动青少年身体素质的发展,进而为终身体育参与打下坚实基础。最后,构建部门协同工作机制。身体素质培育关乎青少年终身体育参与意识的生成,是学校教育领域的基础性任务,因而要构建多部门协同合作的工作机制,畅通部门之间沟通对话的壁垒;要明确各部门的责任分工,落实工作问责机制,确保各部门积极投入青少年身体素质培育工作中。

### 3.2 学校支持:以身体素质为核心理念,深入推进学校体育教学改革

当前学校体育在深化体教融合的过程中,普遍将青少年健康促进作为根本目标。尽管有学者指出健康促进是全面的健康发展,然而在现实操作中,健康促进更多地局限于体质健康层面。在笔者看来,学校深化体教融合的核心在于充分发挥体育的综合育人功能,促进学生的全面发展。但这个“全面”并不泛指,而是有一定的界限,更多的是指向健康成长、锤炼意志以及健全人格,而身体素养的理念则与之不谋而合。学校是培育青少年身体素质的主要阵地,作为学校深化体教融合的具体目标,青少年身体素质培育应当成为学校体育发展的核心理念支撑。因此,就学校层面而言要以身体素质为核心理念,深入推进学校体育教学改革。首先,学校体育要深入贯彻身体素质理念。学校层面要高度重视身体素质理念在学校体育中的核心地位,将青少年身体素质培育作为学校体育工作部门考核的重要指标;同时,要积极推动教师将身体素质理念融入体育课堂教学中,切实推进身体素质教育。其次,学校体育要逐渐形成“赛-练-赛”的教学思路。传统的“教师示范-分解教学-完整串联”教学思路忽视了学生的主体性,使得学校体育出现“学生喜欢运动,但不喜欢上体育课”的局面,赛事化的课堂情境有利于学生身体活动动机与信心的建立,同时学生也可以在赛事中增强自我身体控制能力,可见形成“赛-练-赛”的教学思路对于身体素质培育至关重要。最后,要不断加强体育教师身体素质水平。身体素质是一个综合性概念,而非外在层面的运动技术或体能水平,如对于身体活动及身体知识的掌握与理解等。由此,需要从教师层面加强身体素质水平发展,只有教师身体素质水平得到提升,才能将身体素质理念深入贯彻到体育课堂教学中。

### 3.3 技术支持:研制身体素质评价体系,动态监管学生身体素质水平

青少年身体素质培育是一个动态发展的过程,不

同时期有着不同的身体素质水平,因而对身体素养水平进行评价就显得格外重要。当前国内外身体素质测评体系主要有CAPL、PLAY、PrePLAy、PL(加拿大),SOLO(澳大利亚),CAEPL(中国)等。通过分析发现,6种测评工具均以运动能力作为关键测评指标,作为身体素质最核心理论基础——具身认知,并未在上述测评工具中得到较好体现。作为本土化的测评工具,CAEPL的出发点也是立足于体育素养,由此也就导致身体素养的元理论被忽视,从而弱化了身体素养的丰富内涵。基于此,就技术层面而言,青少年身体素质培育需要加快研制身体素质评价体系,进而实现学生身体素质水平动态监管。首先,要加快身体素质内容框架的研制。身体素质理念是一个西方舶来品,在本土化运用中必须充分考虑中国学生的身体特质。因而在彰显身体素质具身认知哲学理论基础的同时,应当立足于中国国情,充分考虑我国社会发展现实情况,构建具有中国特色的身体素质内容框架。其次,要根据年龄、性别研制差别化的身体素质测评工具。不同年龄、性别的学生有着不同的身体形态特征,因而身体素质不能以标准化的测评工具一以贯之,要在对不同年龄、性别学生的身体特质进行充分研究的基础上科学研制测评工具,确保其广泛适用性。最后,要构建大数据监管平台。学生身体素质水平的发展是一个动态变化过程,不同时期有着不同身体素质水平。学校要实现对学生的身体素质水平的全面掌握,就必须有先进的大数据监管平台支撑,从而确保学生各阶段的身体素质水平数据均能实时同步至云端,进而实现动态监管,最终为培育学生身体素质提供现实数据支撑。

### 3.4 资源支持:构建多元主体治理格局,优化身体素质资源供给方式

学校深化体教融合视域下的青少年身体素质培育是一个复杂的系统工程,需要动员多元主体协同参与,如教育部门、社会组织、教师、家长等,如何促进这些主体的积极参与是青少年身体素质培育面临的一个现实问题。此外,学生身体素质的培育需要资源的配套供给,而如何构建科学有效的资源供给方式也需要给予高度重视。基于此,就资源支持层面而言,首先要构建多元主体协同参与治理的格局。协同治理强调多元主体间的协调合作、相互依存、共担风险、共同行动,实现治理主体的多元化,各主体均可以在自己的范围内发挥其权威性。从宏观层面的顶层设计来看,一是要明确“提升学生身体素质水平”的治理价值取向;二是要明确“多元主体深入协同参与”的治理总体目标;三是要构建“网络化治理、整体性治理、精细化治理、跨区域治理、多元化治理”的多元治理方

式;四是要形成“行政、经济、法律”的多元治理手段。具体到操作层面,一是要将各主体责任进行细化,明确教育部门、社会组织、学校、教师、家长等多主体的责任,同时要强化各主体的担当意识;二是要构建多元主体协同治理的第三方监管机制,逐渐形成制度化、多元化、精细化、专业化的第三方监管体系。其次,要优化身体素质资源供给方式。当前青少年身体素质培育的顶层设计由政府引领完成,如《体育强国建设纲要》以及《“十四五”体育发展规划》中对于身体素质发展做出具体要求;并且政府还负责统一调配与协调青少年身体素质培育的配套资源,其他资源主体参与度较低。可见,这种高度集中的资源供给方式不利于多元主体参与活力的激发。因此,要逐步推动青少年身体素质形成“政府主导、市场配合、协会辅助、学校执行”的资源供给体系,确保青少年身体素质培育过程中各主体资源得到充分调动与整合。

学校深化体教融合是全面加强和改进新时代我国学校体育工作的一个重要体现,青少年身体素质培育则是学校体育工作的一项重要内容。研究在对身体素质内涵及构成要素进行理论分析的基础上,从内在逻辑和外在关联两个层面探讨学校深化体教融合与青少年身体素质培育的深层关系,同时从能力、情感、认知、行为4个维度尝试提出青少年身体素质的培育路径,并从政策、学校、技术、资源4个层面构建其支持机制。然而,相关思路措施仍局限于理论层面的探索阶段,如何深入推进青少年身体素质教育,实现青少年身体素质水平的全面提升,将是“十四五”期间乃至更长一段时间内我国学校体育工作的重点。

### 参考文献:

- [1] 任海. 身体素质:一个统领当代体育改革与发展的理念[J]. 体育科学, 2018, 38(3): 3-11.
- [2] 国务院办公厅. 国务院办公厅关于印发体育强国建设纲要的通知[EB/OL]. (2019-09-02)[2022-01-20]. [http://www.gov.cn/zhengce/content/2019-09/02/content\\_5426485.htm](http://www.gov.cn/zhengce/content/2019-09/02/content_5426485.htm)
- [3] 国家体育总局政策法规司. 体育总局关于印发《“十四五”体育发展规划》的通知[EB/OL]. (2021-10-25)[2022-01-20]. <https://www.sport.gov.cn/n315/n20001395/c23655706/content.html>
- [4] 国家体育总局青少年体育司. 体育总局教育部关于印发深化体教融合促进青少年健康发展意见的通知[EB/OL]. (2020-09-21)[2022-01-20]. <https://www.sport.gov.cn/>

n10503/c963639/content.html

- [5] WHITEHEAD M. The concept of physical literacy[J]. Eur J Phys Edu, 2001, 6(2): 127-138.
- [6] 张震,居方圆. 中国古代身体素质观的哲学论绎[J]. 体育科学, 2020, 40(9): 89-97.
- [7] 高海利,卢春天. 身体素质的构成要素及其理论价值探微[J]. 体育科学, 2019, 39(7): 92-97.
- [8] 张维凯,李士英,王宏伟. 生命关怀导向下青少年身体素质教育教学路径构建[J]. 中国教育学刊, 2021(2): 36-40.
- [9] 彭响,刘如,戴俭慧. Physical Literacy的本土释义: 体育素养 or 身体素质——兼论 Physical Literacy 测评的能与不能[J]. 河北体育学院学报, 2021, 35(6): 53-61.
- [10] 彭响,胡科. 我国 Physical Literacy 研究述评[J]. 城市学刊, 2021, 42(1): 77-81.
- [11] 余璐,周超飞. 论我国高等教育中的沉浸教学模式与实践[J]. 河南社会科学, 2012, 20(6): 78-80.
- [12] 艾兴,李苇. 基于具身认知的沉浸式教学: 理论架构、本质特征与应用探索[J]. 远程教育杂志, 2021, 39(5): 55-65.
- [13] 陶佳,范晨晨. 沉浸式学习理论视域下的游戏化课程目标设计: 机理、框架与应用[J]. 远程教育杂志, 2021, 39(5): 66-75.
- [14] 王鉴,张晓洁. 试论预设性教学的内涵与特点[J]. 课程.教材.教法, 2008(2): 26-31.
- [15] 杨连生,王甲男,黄雪娜. 体验式学习对大学生创新创业能力的影响研究[J]. 现代教育管理, 2020(12): 102-107.
- [16] 罗伟柱,邓星华. 体育深度教学: 体育学科核心素质培育的应然进路[J]. 体育学刊, 2020, 27(02): 90-95.
- [17] 王明娣. 深度学习发生机制及实现策略——知识的定位与价值转向视角[J]. 西北师大学报(社会科学版), 2021, 58(2): 61-68.
- [18] 尚力沛,程传银. 论整体性运动项目教学[J]. 上海体育学院学报, 2021, 45(6): 50-58.
- [19] 李雪宁,刘阳. 生活化视角下高校体育教学发展研究[J]. 体育文化导刊, 2020(7): 99-104.
- [20] 黄美蓉,胡仁东. 我国大学生体育生活化困境探源——基于高等教育价值观的视角[J]. 体育与科学, 2015, 36(2): 57-62+74.
- [21] 周格. 戏剧性教学: 试论具身教学的进路[J]. 全球教育展望, 2021, 50(6): 27-38.