

以终身体育为主导 深化大学体育改革

黄力生 (厦门大学体育教学部 361005)

摘要 本文对终身体育思想的产生、发展及内涵进行探讨,剖析了我国大学体育教学存在的弊端。提出应以终身体育为主导,重建大学体育教学新体系。同时,针对大学体育教学改革谈自己的见解。

关键词 终身教育 终身体育 大学体育 教学改革

随着改革开放的深入,社会的变革和科学技术的迅猛发展,新的知识不断涌现,知识量剧增,知识更新的周期也日益缩短。学生在学校中所学习掌握的知识不可能享用一辈子。于是人们不论在学校或进入社会后都要不断地学习,才能适应社会发展和环境变化的需求。目前,国际教育界的有识之士都十分关注终身教育的问题。终身教育思想是对原“终端”型学校教育思想的变革,该变革必将引起学校教育,包括学校体育在教育思想、教育方法和教育内容上的改革。本文拟就对终身体育的产生与发展及其对大学体育教学改革问题进行探讨,为今后大学体育教学改革提供有益的借鉴。

1 终身体育思想的产生与发展

1965年法国议会立法文件提出“终身教育”概念。同年,联合国教科文组织成人教育专家、法国的保罗·郎格朗在国际成人教育促进委员会曼谷会议上,提出了有关终身教育的提案。他认为数百年来传统的观点是把人生分成两半,前半生用于受教育,后半生用于劳动。郎格朗认为教育应该是每一个人从生到死的继续过程。在这次会议上代表们都认真讨论了郎格朗的提案,并且得到联合国教科文组织的批准和众多国家代表的支持。此后,到了1970年“国际教育年”联合国教科文组织讨论并推进了

终身教育,在1972年国际教育发展委员会发表的文件《学会生存——世界教育的今天和明天》,将终身教育作为发达国家和发展中国家在今后制定教育政策的指导思想。

自从郎格朗提出终身教育提案后,日本教育界、政府部门非常重视终身教育的研究,并邀请郎格朗到日本讲学、访问和作专题报告。1971年日本的波多野完治先生翻译了保罗·郎格朗的《终生教育入门》一书,随后,日本教育界掀起了终身教育研讨热潮,推进了终身教育思想的发展。在1966年日本中央教育审议会、1971年日本社会教育审议会以及1981年日本中央教育审议会上,日本逐步将终身教育作为贯穿整个教育制度的思想观念和统筹考虑的问题。在此背景下日本成立了终身教育学会,并为实现终身教育在理论和实践上的统一展开了生气勃勃的活动。

尽管各国专家学者们对终身教育的概念认识尚不完全一致,但对终身教育的理解是基本一致的,即:“终身教育就是人们在一生中受到的各种培养总和”^[1]日本教育家持田荣一认为,终身教育有如下特点:终身教育是通过全部生涯进行的;终身教育将对智育、审美、政治、身体进行多方面的教育,要求各种教育的联系与协调;终身教育立足于知识、理想、人格的辩证统一;终身教育尊重每个人的个性、独立性,

重视自发、自主、不断地发展；终身教育应扩展到全社会各个角落。^[2]

自从持田荣一较全面地论述了终身教育的概念以后，日本终身教育又派生了新的概念，1988年7月日本文部省改组了社会教育局，设立了“终生学习局”。于是“终生学习”的概念又应运而生。“终生学习”是指：“每个人按照自己的意志进行贯穿一生的学习活动”、“为了支持这种学习而努力完善和充实社会的各种教育机能即为终生教育”^[3]可见，终生学习和终生教育的概念是有所区别的。为此，日本临时教育审议会对两者的区别做出进一步的阐述：“终生学习不是通常所说的终生教育。学习和教育属教育行为的两个侧面，两者是统一的……区别在于终生学习把学习者放在中心地位，激励学习者的主动性和积极性，是该体系的目的，教育是提供服务。终生教育是把学习者放在被动、被役使的地位，政府和社会处于该体系的中心”^[4]。

由于终身教育的产生和发展，作为终身教育有机组成部分的终身体育也应运而生。1977年7月23日日本公布的初中体育教学大纲和1978年8月30日日本公布的高中体育教育大纲中，都把“一辈子参加体育运动”列为体育教育的宗旨^[5]。日本从1980年实施的体育课程标准所提出的方针是“增进健康，提高体质，增强体质，培养终身从事体育锻炼的态度和能力，过健康生活”^[6]。日本专家学者一致认为，为了适应现代科技的迅猛发展，为了培养国际化跨时代的人才，学校体育要面向21世纪，应更加重视生涯体育（即终身体育）。

我国终身体育思想的研究起步较晚，在国际掀起的终身教育热潮下，我国体育界许多有识之士自80年代中期开始进行这方面的研究，由于终身体育的思想适应了现代教育的思想潮流，因此一经提出就得到我国体育理论界专家学者们的赞同与共识，纷纷结合自己的工作实际进行研究。目前，对终身体育问题虽然我国完整的政府文件尚未出台，然而在中小学体育教学大纲已经有所体现。如1987年1月国家教

委制订颁布的全日制中学体育教学大纲第二项任务中就提出：“使学生懂得锻炼身体的基本原理和独立进行科学锻炼身体的方法，以适应终生锻炼身体和生活娱乐的需要”。

笔者认为，随着我国社会主义市场经济体制的建立和现代化大生产的不断发展，人们的物质生活和文化生活逐渐得到改善，劳动时间缩短，余暇时间增多，人们为了健康长寿，让生活过得丰富多彩，体育活动日益成为人们日常生活中不可缺少的内容。因此，作为高等教育有机组成部分的中学体育教学，应当重视终身体育的研究。

2 终身体育的内涵

所谓终身体育，是指一个人终身进行体育锻炼和接受体育教育。由于终身教育思潮的出现，学校教育必然成为终身教育的一环，并为其奠定基础，而作为学校教育组成部分之一的学校体育同样要为终身体育奠定基础，向终身化方向发展。同时，由于社会的进步，社会生产力的提高，劳动力的解放，人们余暇时间的增多，生活水平的提高以及生活方式和社会意识等方面的巨大变化，人们逐渐意识到体育教育是每个人一生的过程，必须面向社会，在人的整个生涯中不间断地进行，体育运动不单纯是青少年儿童在生长发育时期发展身体的手段，更是贯穿于人一生中必须的生活内容。人们开始考虑学前体育→学校体育→社会体育所形成的人生体育整体结构和教育模式。在这一模式中将提供并保证使每个人具有最大限度发挥自己天赋和才华的机会，让每个人从幼儿期到生命终止时都有学习、锻炼等多方面发展身体的机会，可以根据自己的需求随时接受和选择适合于自己的体育教育或运动手段，从而把一般体育目的融入到为适应个人生活方式和职业劳动需要而安排的个别运动方式中去。合理调整闲暇时间，让每个人在人生的各个阶段均有机会进行体育锻炼和接受体育教育。因此，学校体育所具有的广延性和终身性的特征日益受到人们的重视，学校体育已不是仅在校期为中

心的教育活动,而是要解决学生在校期体育教育如何终身受益。

终身体育的核心是让体育教育贯穿于人的一生,使学前体育、学校体育、社会体育等多环节的体育教育紧密衔接,从而保证体育教育的统一性、完整性与连贯性,实现一体化。就社会来说,理想是建立一个体育社会;就个人而言,要使体育成为日常生活中的基本内容,造就出一批能在现代社会中应付各种变化,身心健全,全面发展的新一代人才。

3 我国大学体育教学存在弊端

自从新中国成立以来,我国大学体育教学在模仿中徘徊了近30年,直到党的十一届三中全会以后才开始寻找自我,力图建立有中国特色的大学体育教学模式,虽然广大大学体育教师在教学实践中进行过多种体育教学改革试验,但始终未成正果。80年代至今大学体育教学改革步伐缓慢,与大学教育发展的大好形势不相适应。剖析当前我国大学体育教学现状,大致有以下弊端。

3.1 重技术轻理论 忽视体育理论知识的传授,理论教材比重太少,多数学校仅占12%或更少,而且内容枯燥无味,缺乏实效性、针对性和长远性,实用价值不高,未能形成一个适应当代大学生所需求的体育理论知识体系。学生对自己的体育实践多只知其然而不知其所以然,不懂得所学习的各种技能对自己会产生什么影响,也不清楚自己是否需要掌握这些技能,因而难以在课后乃至毕业后自行锻炼,自我指导健身活动。

3.2 体育教学目标狭窄 大学体育与社会体育没有很好衔接,缺乏连续性统一性,两者之间尚未开辟出教育通路。目前,我国大学体育教学过分注重学生的现实锻炼,盲目追求体育教育的近期效益,缺乏培养学生从事体育锻炼的兴趣、爱好、意识、习惯和独立锻炼身体的能力。

3.3 缺乏创新精神 我国大学体育教学至今仍未搞出有较大影响的成功实验。比如,自从

改革开放以来,许多学者虽然提出大学体育教学要面向以增强体质为中心的思想转变,然而,实际上改来改去,以运动技术教学为中心的陈旧课程体系至今仍未彻底破除,多数练习项目缺乏终身受益,其内容也不适应学生走向社会后从事健身活动的需要。因此,多数大学生毕业后体育生活也自消自灭了,就算少数大学生毕业后能参加体育活动,其所选择的体育锻炼项目,很少有涉及体育课教学内容。

3.4 求稳怕乱

长期以来由于我国大学体育界高层决策人缺乏改革思想,求稳怕乱,思想趋于模式化,因而难于主动引导广大大学体育教师打破陈旧的体育教学模式,走出一条改革创新的路子,使体育教学改革停滞不前。

4 以终身体育为主导,重建大学体育教学新体系

大学体育教学要克服以上弊端,顺应现代教育思潮,适应现代社会培养人才的需求和社会主义市场经济的形势,必须以终身体育为主导,重建大学体育教学新体系。由于大学体育是学校体育的最高层次和最后阶段,是学生学习重要的一站,是学校到社会的转折点和学与用的衔接点,显然单纯学点运动技术皮毛的课程体系也会受到学生的轻视。为此,大学体育教学应以终身体育为主导,提高教学档次,着重培养学生终身体育能力与习惯,对学生终身从事体育锻炼,终身受益具有重要战略意义。同时,大学生处于身心发展较为成熟的青年时期,是接受教育、自我完善和实现个体社会化的最佳时期,为此,在大学体育教学中要以终身体育为主导,强化终身体育教育,突出奠基功能,着力于培养学生终身从事体育锻炼的兴趣、意识、爱好和习惯,以及自学自练的体育能力,就能使大学体育教学立足现实,面向社会,着眼未来,为培养德、智、体、美全面发展的跨世纪人才作出更大贡献。

5 深化大学体育教学改革应注意的问题

5.1 要重视体育理论教学,增加体育理论教学时数

由于学生体育实践的实效性长期性需要相应的体育科学知识为指导,运用已知去探索未知,理论知识指导实践能力至关重要,如果学生掌握了丰富的体育理论知识,在指导自身锻炼实践中就能收到举一反三、触类旁通的效果。在体育教学中重视体育理论知识的传授,目的就是为了提高学生理论指导实践的能力。为此,在体育理论教材的选择方面,应当体现科学性,力求突出实效性、针对性、指导性和时代性等特性,既要考虑现实,又要着眼未来,预见终身,选择对保护学生身心健康和科学锻炼身体,并能有效指导学生终身锻炼身体的知识为教材内容,如体育的价值功能、运动健身的原理、发展身体素质的理论、体育运动的基本规律、科学锻炼身体的原则方法、卫生保健、体质评价、医务监督、体育疗法、传统养生文化以及生命科学等方面的内容,建立以满足学生未来需要为主体的大学体育理论教材新体系。同时,要增加体育理论教学时数,应从目前12%的比例增加到30%,同时,体育理论讲授后安排学生复习自学的时间也不应少于课堂教学的时数,而且要建立合理的体育理论考核制度,理论考核的成绩应作为学生体育成绩的一个重要方面,起码要占体育课程总成绩的30%。

5.2 要精选体育实践教材,建立“少而精”的教材新体系

大学体育实践教材应建立能够延续到走向社会后还能进行的,具有较高的健身休闲娱乐价值,“少而精”的教材新体系。从促进全民健身的角度出发,多选择一些难度不大易于学习、掌握和开展的,单独或几位伙伴即可进行的,大学毕业后仍能进行的,对终身增强体质实用性较大的运动项目,如武术、气功、太极拳、健身跑、健美、健美操、艺术体操、舞蹈、保龄球、网球、羽毛球、乒乓球、游泳、登山、钓鱼等等,在促进学生身体素质全面发展的基础上,要求培养学生掌握好一、二项自己感兴趣的,乐于终身从事锻炼的运动项目,包括掌握相应的锻炼方法和相关知识,从而达到终身受益的目的。新的教材体系应当突出少而不偏废,精而不单一的特点,把培养学生终身体育能力

与习惯,置于掌握系统的运动技能之上,从而使大学体育与社会体育之间形成教材体系合理的纵向连贯与衔接。同时,由于我国领域辽阔,在选编教材时要充分考虑我国各地人文地理条件,要体现出地区的特色。

5.3 要延长开设体育课程年限,扩大学生锻炼身体领域

目前我国大学体育普遍仅在一、二年级开课,这不利于培养学生终身体育能力和健身习惯。笔者认为,在大学实施终身体育的关键是要培养学生体育锻炼的乐趣,养成经常锻炼身体的习惯,并做到持之以恒。在体育教学中尤其要注重培养学生自我激发、自我学习、自我设计、自我监督和自我评价的锻炼身体能力,这势必需要足够的时间加以保证,仅仅在大学一、二年级的每周2学时中进行终身体育能力的培养,掌握上述的体育理论知识、技术、技能和增强体质的意识,使体育教育过程保持完整性终身性,是非常困难的,为此应当延长开课的年限,在三、四年级也应开设体育课程。同时,要扩大学生锻炼身体领域,切实抓好课外体育活动,加强组织与辅导,充分发挥课外体育活动的特殊功能,使之真正成为体育课堂的延伸,做到课内外有机结合,从而更好地培养学生终身体育的能力与习惯。

6 参考文献

1. 教育大辞典. 上海:上海教育出版社,1990年版
2. 持田荣一. 终身教育大全. 北京:中国妇女出版社,1987年版
3. 国家教育发展研究中心面向21世纪的教育. 北京:求是出版社,1989年版
4. 吴忠魁. 日本教育改革的战略设想——临时教育审议会最终报告述评. 外国教育动态,1988(3)
5. 吴河编译. 关于日本中小学新体育教学大纲. 体育译文,1979(6)
6. 苏竞存. 学校体育. 北京:人民体育出版,1988年出版