

学校体育落实“健康第一”教育理念的路径研究

齐大路^{1,2},王 嵘³,鄢行辉¹,沈鹤军⁴

(1.福建中医药大学 体育部,福建 福州 350122;2.福建师范大学 体育科学学院,福建 福州 350117;3.福建职业技术师范学院 社会体育系,福建 福州 350003;4.南京体育学院 研究生部,江苏 南京 210014)

【摘 要】为促进学校体育“健康第一”教育理念的有效落实,帮助提升青少年学生体质健康水平,运用文献资料法和逻辑分析法,系统分析了学校体育树立和落实“健康第一”教育理念的历史过程及现实困境,提出了落实“健康第一”教育理念的优化路径。研究认为,新中国成立初期、20世纪末至21世纪初、党的十八大以来等不同历史阶段的“健康第一”教育理念均肩负着增强体质健康、推进素质教育、实现健康教育责任,树立和落实“健康第一”教育理念是学校体育的历史选择和根本要求。但在落实过程中却面临着思想指向被泛化、身体安全被过度强调、人文价值被忽视、主体责任缺乏监管等现实困境,导致“健康第一”教育理念难以有效落实。为此,需要实施“一体化设计、一体化推进”的策略,不断加强顶层制度设计,推进体育健康教育,践行体教融合政策,压实执行主体责任,才能有助于“健康第一”教育理念的有效落实,帮助提升青少年学生体质健康水平。

【关键词】学校体育;健康第一;体质健康;青少年学生;教育理念

【中图分类号】G807 **【文献标志码】**A **【文章编号】**2096-5656(2022)03-0060-11

DOI: 10.15877/j.cnki.nsic.20220505.002

新中国成立以来,党和政府高度重视青少年学生的体质健康问题。从建国初期毛泽东提出“健康第一,学习第二”的教育方针应对青少年学生因学习负担过重导致体质健康下降的问题,到新时代习近平提出树立“健康第一”教育理念帮助青少年学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志。“健康第一”已经成为各个历史时期学校体育解决青少年学生健康教育问题的重要指导思想,广泛渗透于学校体育的各个领域^[1]。但是,当前学界对“健康第一”教育理念却存在不同的认识和观点。有研究从体质健康促进的视角,认为“健康第一”在学校体育的彰显和放大某种程度上导致其在学校教育其他领域的弱化^[2],容易使我们在教育实践中忽视育人的本质目标^[3],起不到促进学生体质健康水平的实质作用^[4];也有研究从学生全面发展的视角,认为“健康第一”是体教融合的基本理念和主导思想^[5],是“育德”教育的重要理念^[6],树立“健康第一”教育理念对当今改进学校体育工作具有重大的现实指导意义^[7]。以上研究仅仅

指出了“健康第一”教育理念在学校体育中“是否有价值”的理论问题,却忽视了“健康第一”教育理念在学校体育中“如何落实”的实践问题。

在教育部门和体育部门共同倡导并坚持“健康第一”教育理念的30多年来,虽然我国青少年学生体质健康状况有向好趋势,但部分指标仍然不容乐观^[8]。2021年9月3日,教育部体育卫生与艺术教育司司长王登峰在解读第八次全国学生体质与健康调研结果时指出:“虽然全国学生的体质与健康出现好转,但是问题依然严峻,青少年的近视、肥胖及大学生体质下滑的问题仍然没有得到有效遏制。”^[9]由此可见,在党和政府不断重视学校体育和学生体质健康,不断倡导“健康第一”教育理念的大政策

收稿日期:2022-03-24

基金项目:福建省社会科学规划青年项目(FJ2018C063);国家社会科学基金“十三五”规划2019年度教育学课题(BLA190212)。

作者简介:齐大路(1984—),男,河南开封人,博士生,副教授,研究方向:学校体育、体育基本理论。

通信作者:沈鹤军(1965—),女,江苏溧阳人,硕士,教授,研究方向:运动心理学与教育心理学、学校体育。

下,学校体育教育依然面临着很多现实问题^[10],大幅度大面积提升学生体质健康水平依然是新时代学校体育的重要工作^[11]。对此,有研究提出通过建立联合督导机制,压实地方责任^[12]以及构建课内课外高度融合的大体育课程模式^[13]等形式,对“健康第一”教育理念的落实问题进行了研究。但这些研究对“健康第一”教育理念在落实过程中存在的实然困境以及应然路径缺乏系统性和全面性研究。基于此,本研究运用文献资料法和逻辑分析法,结合体教融合与体育强国的时代背景,对学校体育落实“健康第一”教育理念的历史必然、实然困境和应然路径进行研究,以期“健康第一”教育理念的有效落实提供参考依据,助力青少年学生体质健康水平的提升。

1 学校体育树立“健康第一”教育理念的历程回顾

“健康第一”教育理念的长期坚持不是偶然之选择,其所依据的运动和人体科学理论^[1]属性以及所追求的价值取向^[14]契合了学校体育发展的实践需求,不同历史时期的“健康第一”教育理念从不同的教育背景出发肩负着不同的教育责任,发挥着不同的教育功能^[15]。

1.1 新中国成立初期:“健康第一”教育理念是应对青少年学生体质健康的历史选择

新中国成立初期,百废待兴,学生营养状况很差,学习负担又很重,导致各级学校学生健康不良的状况颇为严重。1950年6月19日,毛泽东针对这一严峻问题首次提出了“健康第一”的理念,他写信给时任教育部长马叙伦:“要各校注意健康第一,学习

第二……全国一切学校都应如此。”1951年1月15日,毛泽东再次写信给马叙伦强调:“关于学生健康问题,提出健康第一,学习第二的方针,我以为是正确的。”^[16]此时“健康第一”教育理念的提出是必然的,也是适宜的,因经济不济而引起生物体层面的健康低下需要“健康第一”来救场,学校教育的重心需要向学生身体健康倾斜。为了贯彻毛泽东的重要指示,党和政府开始重视各级学校学生的健康状况,随即颁布了一系列重要政策文件(表1)。1951年,中央人民政府政务院颁布了《关于改善各级学校学生健康状况的决定》,指出各级学校要调整学生日常学习及生活时间,减轻课业负担,注重体育和娱乐活动,改善学生健康状况。1952年,教育部和国家体委联合颁布了《学校体育工作暂行规定》,指出我国学校体育的基本目标是促进学生身心发展,增强学生体质,并制定《各级各类学校体育教育计划》,规定体育课为必修课,每周2学时,从小学一年级到大学二年级都要开设^[17]。

此后,毛泽东多次强调要减轻学生过重的负担,积极开展群众性的学校体育活动,保证青少年的健康成长。1953年6月30日,毛泽东接见中国新民主主义青年团第二次全国代表大会主席团时说:“青年时期是长身体的时期……如果对青年身体不重视,那很危险。”次年,教育部在向全国文化教育工作会议的报告《1954年的方针任务》中提出,中、小学校要改善教学工作,改善师生健康状况^[18]。1955年,教育部颁布了《关于减轻中、小学校学生过重负担的指示》,要求加强学生体育锻炼,遵守作息時間,保证学生的身体健康^[19]。1956年,为了进一步落实

表1 新中国成立初期为增强学生体质健康而颁布的若干重要政策文件

Tab.1 Several important policy documents issued in the early days of the founding of new China to enhance students' physical health

时间/年	文件名称	内容表述
1951	《关于改善各级学校学生健康状况的决定》	各级学校要调整学生日常学习及生活时间,减轻学生课业学习负担,注重体育和娱乐活动,切实改善各级学校学生健康状况。
1952	《学校体育工作暂行规定》	我国学校体育的基本目标是促进学生身心发展,增强体质。
1952	《各级各类学校体育教育计划》	体育课为必修课,每周2个学时,从小学一年级到大学二年级都要开设。
1954	教育部报告《1954年的方针任务》	为适应总路线的要求,中、小学校要施行全面发展的教育……要改善教学工作……并改善师生健康状况。
1955	《关于减轻中小学学生过重负担的指示》	适当地加强体育锻炼和文娱活动……保证学生睡眠和休息……减少学习中的疲劳,增进身心健康。
1956	《中学体育教学大纲(草案)》	体育教学工作应促进学生积极地自觉地参加校内外体育活动……教授学生掌握锻炼身体的科学方法、身体良好姿势的形成。

学校体育教学工作对学生体质健康的促进,颁布了新中国第一份《小学体育教学大纲(草案)》《中学体育教学大纲(草案)》,详细规定了各级学校体育基本教材和补充教材的内容,以及各年级体育教学的内容和时数分配,推进了学校体育教学标准化,进一步推动学生体质健康发展^[20]。

在毛泽东提出的“健康第一”教育理念指引下,颁布与实施了一系列的应对政策,学校群众性体育工作进一步开展,学校学生体质健康状况逐步改善。1964年,教育部、体育运动委员会、卫生部《关于中、小学学生健康状况和改进学校体育、卫生工作的报告》显示,17个省市高中毕业生升学考试健康检查统计发现学生身体不合格率有所下降,陕西省西安、咸阳等市9所中学的学生患病率与因病休学退学率均有所下降^[21]。

1.2 20世纪末至21世纪初:“健康第一”教育理念是推进青少年学生素质教育的基本要求

“健康第一”的再次提出是在20世纪末。世界科技突飞猛进,知识经济已现端倪,国力竞争越来越依赖于各类人才的数量和质量,这对我国培养和造就高素质人才提出了更加迫切的要求。改革开放以来,我国经济快速发展,教育事业也取得巨大成就,但依然面临着教育观念、教育体制、教育结构、人才培养等诸多现实问题,严重影响了青少年学生的全面发展,不利于国民素质的提高。为此,1999年,中共中央国务院颁布了《关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》(以下简称《决定》),指出健康体魄是青少年为祖国和人民服务的基本前提,是中华民族旺盛生命力的体现。学校教育要树立“健康第一”的指导思想,切实加强体育工作,全面推进素质教育^[22]。这是首次将“健康第一”以正式文本的形

式写入国家政策文件^[23],这不仅是青少年学生体质健康的重要性已经上升至国家综合竞争力的重要体现,也说明了“健康第一”教育理念与“体育核心素养”教育目标的一致性^[24]。“健康第一”和“素质教育”的理念共同成为未来中国学校体育改革与发展的恒定走向。

之后,“健康第一”被多次运用于学校教育、学校体育和体育课程等3种不同类型的政策文本中(表2)。2001年,国务院颁布《关于基础教育改革与发展的决定》,要求贯彻“健康第一”的思想,实施素质教育,促进学生德智体美劳全面发展,提高学生体质与健康水平。为了积极响应国家推进素质教育的两份《决定》,2003年,国家制定了《普通高中体育与健康课程标准(实验)》,强调坚持“健康第一”的指导思想,培养学生健康的意识和体魄,突出体育课程的整体健康观和育人功能;2007年,国务院发布《关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》,指出加强青少年体育,增强青少年体质,对于大力推进素质教育具有重要意义,应当认真落实“健康第一”的指导思想,把增强学生体质作为学校教育的基本目标之一;2010年,国务院印发《国家中长期教育改革和发展规划纲要(2010—2020)》,提出坚持全面实施素质教育是教育改革发展的战略主题,是贯彻党的教育方针的时代要求,要牢固树立“健康第一”的思想,加强体育和心理健康教育,促进学生身心健康、体魄强健、意志坚强。

这一时期“健康第一”指导思想的最大贡献在于将发展学生体质从一维的“生物”健康观向“生物、心理、社会”的“三维”健康观推进^[3],将体育与德育、智育、美育有机统一在教育活动的各个环节中,并与其他方面教育相互渗透、协调发展,促进学

表2 “健康第一”教育理念在不同类型政策文件中的运用情况
Tab.2 Application of “health first” education concept in different types of policy documents

类别	时间/年	文件名称	内容表述
学校教育	1999	《关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》	学校教育要树立健康第一的指导思想,切实加强体育工作。
	2001	《国务院关于基础教育改革与发展的决定》	贯彻健康第一的思想,切实提高学生体质和健康水平。
	2010	《国家中长期教育改革和发展规划纲要(2010—2020)》	牢固树立健康第一的思想,确保学生体育课程和课余活动时间。
学校体育	2007	《关于加强青少年体育,增强青少年体质的意见》	认真落实健康第一的指导思想,把增强学生体质作为学校教育的基本目标之一。
体育课程	2003	《普通高中体育与健康课程标准(实验)》	坚持健康第一的指导思想,培养学生健康的意识和体魄。

生的全面发展和健康成长,促进了健康教育向素质教育转变。

1.3 党的十八大以来:“健康第一”教育理念是实现青少年学生健康教育的根本路径

“健康第一”是中国共产党关于青少年学生健康促进实践探索历程中的核心理念,在“健康第一”教育理念指导下开展的体育实践实现了促进青少年学生体质健康教育的目的^[25]。党的十八大以来,以习近平为核心的党中央高度重视青少年学生的体育工作,深刻阐释了新时代青少年学生体质健康的重要性以及推进青少年学生健康教育的必要性。2014年8月15日,习近平在南京看望青奥会中国体育代表团时强调:“少年强、青年强则中国强。少年强、青年强是多方面的,既包括思想品德、学习成绩、创新能力、动手能力,也包括身体健康、体魄强壮、体育精神。”^[26]这一科学论断不仅着重强调了青少年健康是新时代国家强盛的根基和标志,而且清晰阐释了新时代青少年健康的科学新内涵,即身体健康、体魄强壮、体育精神,这将成为青少年健康教育的主要目标和发展方向。2016年,国务院印发《“健康中国2030”规划纲要》,指出要加大学校健康教育力度,将健康教育纳入国民教育体系,把健康教育作为所有教育阶段素质教育的重要内容。健康教育作为素质教育的重要内容将成为新时代学校教育的主要工作任务并上升为国家战略。

2018年9月10日,习近平在全国教育大会上针对青少年健康问题强调:“要树立健康第一的教育理念,开齐开足体育课,帮助学生在体育锻炼中享

受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志。”^[27]首先,习近平将“体质、人格、意志”的基本内涵与“身体健康、体魄强壮、体育精神”保持一致,同时,又将健康内涵进一步扩展到“享受乐趣”的“心理”层面,形成“心理、身体、人格、精神”的“四维”健康观;其次,为青少年健康教育提供了路径选择,即“开齐开足体育课”。为了贯彻落实习近平重要讲话精神,国家陆续出台多项政策文件(表3)。2019年,国务院印发《关于深化教育教学改革全面提高义务教育质量的意见》,也强调要坚持“健康第一”教育理念,进一步强化体育锻炼,加快推进教育现代化。2020年,国家体育总局和教育部联合印发《关于深化体教融合促进青少年健康发展的意见》,再次指出要树立“健康第一”的教育理念,提出了青少年健康教育的最终目标,即“实现文明其精神、野蛮其体魄”。2020年9月22日,习近平在教育文化卫生体育领域专家座谈会上再次要求树立“健康第一”的理念,这是对全体教育工作者的共同要求^[28]。2020年,国务院印发《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》,强调要坚持“健康第一”的教育理念,推动青少年文化学习和体育锻炼协调发展。《普通高中体育与健康课程标准(2017年版2020年修订)》与《义务教育体育与健康课程标准(2022年版)》在坚持落实“健康第一”指导思想的基础上,更加强调体育教育与健康教育的融合,以促进青少年身心健康、体魄强健^[29]。

中国共产党执政地位的稳固和执政宗旨的恒定,确保了“健康第一”的核心价值稳定,具有长期

表3 党的十八大以来“健康第一”教育理念在国家政策文件中的运用情况

Tab.3 Application of “health first” education concept in national policy documents since the 18th National Congress of the Communist Party of China

时间/年	文件名称	内容表述
2019	《关于深化教育教学改革全面提高义务教育质量的意见》	坚持“健康第一”教育理念,实施学校体育固本行动,强化体育锻炼。
2020	《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》	坚持“健康第一”的教育理念……帮助学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志。
2020	《关于深化体教融合促进青少年健康发展的意见》	树立“健康第一”的教育理念,面向全体学生,开齐开足体育课,帮助学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志,实现文明其精神、野蛮其体魄。
2020	《普通高中体育与健康课程标准》	为贯彻和落实立德树人根本任务,以“健康第一”为指导思想,强调健身育人功能,高度重视培养学生的学科核心素养。
2022	《义务教育体育与健康课程标准》	坚持“健康第一”教育理念,以中国学生发展核心素养为引领,重视育体与育心、体育与健康教育相融合。

的战略性^[30],并与整体性治理理论蕴含的以公民需求为基础、以责任和公共利益为导向的理念相统一^[31]。新时代“健康第一”教育理念秉持“主体性”教育原则,着重强调学生的主体地位,牢牢把住“健康”这个中心任务,始终把实现好、维护好、发展好广大青少年学生的体质健康作为学校一切工作的出发点和落脚点,充分体现了“以人为本”的情感关怀和“健康教育”的人文理念。

2 学校体育落实“健康第一”教育理念的现实困境

“健康第一”教育理念对解决学校教育和课程改革中青少年学生的育人问题发挥着积极的健康促进作用,但也暴露出对“健康第一”教育理念的认识模糊和理解误区^[32],导致“健康第一”教育理念难以落实,学校体育存在诸多问题^[33]。体育的人文价值、内在规定与健康追求是“健康第一”的3大要素^[32],为考察“健康第一”教育理念的现实困境提供了分析思路。

2.1 思想指向在“健康第一”教育理念的多领域混用中被泛化

在我国教育发展的各个关键期,“健康第一”教育理念主要被运用于学校教育、学校体育和体育课程等3种不同类型的政策文件中,存在多领域混用的现象。“健康第一”的首次提出是毛泽东同志针对学生学业重、体质差等问题向教育部门提出的教育方针,并不是向体育部门提出的体育方针。《决定》也指出:“学校教育要树立健康第一的指导思想”,同样说明“健康第一”是学校教育的指导思想,但随后“健康第一”却被多次运用于学校体育和体育课程等不同类型的政策文件中。国家政策文件对于理论研究和实践操作具有直接的导向作用,“健康第一”在国家政策文件中的混用也直接导致了学界和基层部门对“健康第一”的混用,因此出现了“健康第一”在各级各类体育类或非体育类活动中的滥用,以及学界对“健康第一”分别用于学校体育、体育教学和体育课程相关研究的淆乱。

学校体育属于学校教育不可或缺的一部分,但并不是学校教育的全部,学校教育除体育教育外还包括文化教育、艺术教育和心理教育等多个领域内容。如果学校各学科的教育理念都以学校教育的思想所替代,就犯了“概念不当并列”的逻辑错误,同

时也失去了各学科在整体学校教育中应有的特殊地位与价值。由学校教育“健康第一”衍生为学校体育“健康第一”,可能催化学校体育“健康第一”的放大以及“学校教育”在学校健康体系中的淡出^[2]。另外,体育课程也只是学校体育的一部分,仅是实现学校体育目标的手段之一,学校体育还包括课外体育活动和运动训练。在体育课程中贯彻“健康第一”教育理念尚能得到有效落实,但倘若在课外体育活动和运动训练中也同样贯彻“健康第一”教育理念的话,那势必会导致出现思想观念保守化、竞技运动游戏化和健康育人低度化的现象。

2.2 身体安全在“健康第一”教育理念的運動实践中被过度强调

随着时代的变迁,国人的健康素养日趋提升,但或许是受到传统医学的影响,人们逐渐推崇“动静有常,和谐适度”的养生之道,“通则不痛,痛则不通”^[34]的医学理念以及“阴阳平衡,物极必反”的健康观,强调体育运动不能过量,度要适中。社会环境对身体活动的规制也凸显了一些社会问题,学校体育在强调人身安全的舆论中,打着“素质教育”和“阳光体育”的旗号,将体育的“健康第一”变成了“安全第一”,大幅削减学生身体运动负荷^[35]。体育教师为规避风险,也以“安全第一”代替“健康第一”,故意忽略运动强度大、风险高的教学内容^[36],选择简单的技术教学或放羊式的教学模式^[37],降低学生运动实践的强度。这些显然与奥林匹克“更快、更高、更强”的理念以及勇于斗争,敢于胜利的大无畏精神是不相契合的,也背离了学校体育教育的目的和初衷。

身体安全被过度强调的做法导致学校体育活动的竞技性多被娱乐性所取代,田径运动会中长跑项目被取消,体操、武术、散打等高难、对抗类项目很难大面积开展^[38],男性青少年与女性青少年的体育活动内容同质化,女性青少年常常成为高负荷强竞技类体育活动的看客。这些不仅降低了体育提高身体素质的功能性,阻碍了学生通过体育运动提高身体素质的积极性,更是贻误了培养学生体育竞争精神的可能性,陷入了学生体质健康状况严峻的现实窘境。《2018年国家义务教育质量监测——体育与健康监测结果报告》显示,与2015年相比我国中小学生肥胖率和视力不良率持续上升,学生睡眠不足问

题依然存在^[39]《第八次全国学生体质与健康调研结果》显示,全国学生的体质与健康问题依然严峻,青少年的近视、肥胖及大学生体质持续下滑的问题没有得到遏制。

2.3 人文价值在“健康第一”教育理念的语义理解中被忽视

当“健康”在体育的价值和功能排序中长期处于“第一”的导向下,体育的人文价值可能遭受排斥、挤压^[32]或忽视。“健康第一”缘起于学生的“体力”,受困于建国初期的“国力”。彼时“健康”的内涵只是指向生物学意义上的“身体”健康,并没有太多人文和精神内容的体现。随着“国力”和“体力”的显著提升,素质教育和健康教育的持续推进,“健康”的内涵逐渐丰富,形成了“心理、身体、人格、精神”的“四维”健康观。但无论是前身还是后续,从“健康第一”的语义理解中均较难表达出爱国情感的人文价值,因此爱国情感在“健康第一”教育理念的语义理解中常常被人忽视。就客观现实而言,“健康第一”是国家积极推动青少年学生教育的方针和思想,反映出国家将青年一代培养成德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人的责任和义务。这种责任和义务属于自上而下的传导,但在上下联系或交互的过程中却缺少自下而上的呼应,这种呼应就是青少年学生对于国家培养应有的爱国情感的反馈。

2020年9月22日,习近平在教育文化卫生体育领域专家代表座谈会上指出:“要培养学生爱国情怀、社会责任感、创新精神、实践能力。”^[40]明确指出“十四五”时期我国教育事业的最终目标就是要将学生培养成能够担当民族复兴大任的时代新人,体现了对青少年学生爱国情怀和民族精神的教育和培养是国之大计、党之大计。学校教育的目的是育人,育人的首要举措是传递爱国思想,爱国思想是任何一个公民从事任何一个行业都要遵从的第一思想,是我国教育的根本思想,这在各级各类政策法规中都把爱国主义作为第一要求的做法中得到充分体现。因此,在追求个体身体健康的同时,我们需要更多关注学生人文素养的提升和爱国情感的表达。

2.4 主体责任在“健康第一”教育理念的实际落实中缺乏监管

各级各类学校是学校体育的责任主体^[41],是青少年学生体育政策的实施主体,但由于种种原因,青

少年学生体育政策的实际落实常常流于形式,主体责任缺乏评估和监管^[42]。尽管《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》中明确指出要将学校体育纳入学校职责,把政策措施落实情况等纳入教育督导评估范围,对政策落实不到位的学校负责人依法依规予以问责,但是“健康第一”教育理念在实际落实过程中却存在责任主体对自身责任普遍处于茫然状态的问题。

首先,就学校层面而言,在“双减”政策实施背景下,体育与健康课程的开设数量逐渐增多,学校体育场地、器材和设施的短缺问题日益凸显^[43],而学校自主开发课程资源的主动性和责任性尚显不足,阻碍了学生体育专业发展的自主性;其次,就教师层面而言,有些教师在体育教学中会过度强调身体健康的重要性,从而忽略或忽视“身体健康”以外的其他东西,对体育教学责任性的要求自然降低,体育教学态度懈怠,在多轮课改和多项政策的要求下,“放羊式”课堂教学依然屡见不鲜。有些教师从未看过《课程标准》,在教学过程中长期处于“我行我素”“心安理得”“人云亦云”的状态,教学方法落后,教学方式陈旧^[44];最后,就学生层面而言,学生会提升享受体育权利的自觉性,降低履行体育义务的自愿性,甚至出现既不享受体育权利,也不履行体育义务的思想盲然,时常出现以下现象:疲于上课、懒于锻炼,视体育课堂如签到会,把体育锻炼看作藏中书,特别是每逢国家体质健康测试时,不乏有偷懒、放水、装病、请假、免测、甚至冒名顶替者^[45]。出现上述现象的根本原因在于责任主体对“健康第一”教育理念的曲解以及主体责任评估与监管的缺乏,使得教育理念与学校体育没有形成有效的统一。

3 学校体育落实“健康第一”教育理念的优化路径

为了有效解决“健康第一”教育理念的落实困境,需要以国家战略目标、学校体育责任与学生健康需求为出发点,从制度设计、健康教育、体教融合、主体责任等几个方面实施“一体化设计、一体化推进”^[46]的路径选择,夯实学校体育作为促进青少年身心健康的主要阵地。

3.1 加强顶层制度设计:统一“健康第一”教育理念的科科学内涵与制度逻辑

“健康第一”教育理念是国家顶层设计的战略

部署^[35],为了把学生培养成全面发展的社会主义建设者和接班人,明确学校体育的工作方向,引导发挥学校体育在全面建设社会主义现代化体育强国新征程中的重要作用。政府作为学校体育改革与发展的核心责任主体,有责任从顶层制度设计上谋划和统一“健康第一”教育理念的科内涵与制度逻辑,引导和协调各级学校、不同支持系统在学校体育政策执行和研究中积极贡献智力和人力^[47]。

主要包括几个方面内容:①明确树立“健康第一”教育理念的主要目的,即帮助学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志、塑造精神、培育强国意识,落实立德树人根本任务。②创新“健康第一”教育理念的科内涵,主要包括身体健康、心理健康、品德高尚、人格健全、精神卓越等“五维”健康新内涵(图1)。③界定“健康第一”教育理念的适用领域,即学校体育或学校教育。“健康第一”的追求及特定强度的要求不应强加于体育课程教学,也不宜统一指向课外体育活动、运动训练和体育竞赛^[48]。④确立“健康第一”教育理念的实路路,即将健康的理念融入青少年体育公共政策制定与实的全程及学校青少年体育教学与竞赛的全领域,加快形成青少年健康促进的生活方式,促进青少年全面健康与经济社会良性协调发展^[49]。⑤制定“健康第一”教育理念的实路路,即坚持德育为先,体育干预,全面发展,面向全体,知行合一,树立科学的青少年体质健康高质量发展理念。⑥实现“健康第一”教育理念的最终目标,即重塑青少年的国民性。国民性是指某国家国民中占主流地位的人格特征。改革开放以来,由于西方的科技、学术及制度的大肆侵入,国民“西化”和自我矮化意识也随之泛泛^[50],崇洋媚外、自我价值的过度膨胀、羞耻感的衰减已经成为一个不争的事实^[51]。进入新时代,必须重塑积极健康的国民性,否则社会主义现代化强国建设将会受阻。“文明其精神”就是要在精神上建立起民族自信和文化自信,形成强大的心理优势和智力优势,“野蛮其体魄”就是要改变重智育轻体育的文化传统,强健体魄,重塑民族血性。

3.2 推进体育健康教育:建立学校体育健康教育中心,构建学校体育健康教育体系

《“健康中国2030”规划纲要》明确指出要以中小学为重点,建立学校健康教育推进机制,加大学校

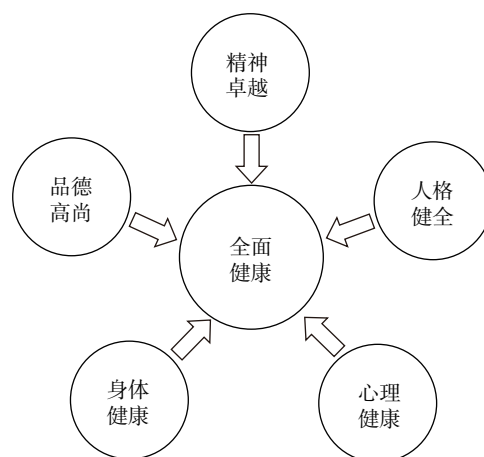


图1 “五维”健康观

Fig.1 “Five dimensional” health concept

健康教育力度。西方发达国家普遍重视体育健康教育,尤其是学校体育健康教育^[52]。学校体育健康教育不仅是学校健康教育的重要组成部分,同时也是有力推动学校健康教育的主要手段。学校体育只有将体育教育和健康教育有机融合,构建学校体育健康教育体系,创新体育健康教育模式^[53],才是真正落实“健康第一”教育理念的有行动。

研究表明,目前我国学校体育健康教育的推行效果较差,究其原因主要有思想观念陈旧,健康教育资源少,健康课程开课率低,学生健康认知水平低,缺乏统一监管和评价^[54]。在此现实背景下,学校应该转变教育方式,创新教育理念,以学校体育运动委员会为牵头单位,联合体育教学部门与团委、学工、宣传、医疗等职能部门建立学校体育健康教育中心,构建学校体育健康教育体系。从学生体育需求和健康教育出发,以提升全体学生体育健康素养为目标,专门进行体育健康教育知识宣传,开展体育健康教育咨询与培训,培养体育健康观,使之成为学校体育健康教育的主要平台和专门机构。此举将是课堂技能教学和课后运动训练健康教育不足的有益补充,也是构建学校体育健康教育体系的重要支点。

学校体育健康教育中心的主要工作有:①宣讲“健康第一”教育理念的正确理解。“健康第一”不是“安全第一”,预防机体损伤不能一味地降低运动强度,否则将会导致机体承受能力变差,反而更容易受伤。当然,不尊重运动和机体发育规律一味地增高运动强度,也会导致机体反应过大而增加损伤风险。运动强度的把握应从“健康”追求的角度,在不同的运动情景及课程教学的不同时段下适时地进行

调整以达到“适宜”的强度^[48]。②开展体育健康教育咨询与培训。创设学院体育辅导站、朋辈体育咨询员、班级体育信息员,面向全体学生开展体育健康教育咨询与培训,帮助问题学生解决健康问题。回归“自我教育、自我成长”的体育育人本源,发挥学生的主观能动性,让全体学生主动提升体育健康素养,主动挖掘自身体育运动潜能。③创建体医融合健康教育服务平台。联合学校医疗及信息技术机构创建“互联网+”体医融合健康教育服务平台,组织开发掌上体医融合健康服务系统,包括以下功能模块:健康测评、健康咨询、活动通知、预防干预、健康小知识及健康档案等,实施精准化体育健康教育服务^[55],落实“健康第一”教育理念深入人心。

3.3 践行体教融合政策:构建学校体育“五位一体”全面育人实践体系

2020年,体育总局和教育部联合印发了《关于深化体教融合促进青少年健康发展的意见》,要求帮助学生享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志、实现文明其精神、野蛮其体魄。文件表明“健康第一”不是“健康唯一”,应该包含身体、心理、品德、人格、精神的“五维”健康新内涵,其中,精神是完善思想和健全人格的武器。体教融合的真正意义不仅是让竞技体育人才走进学校,接受系统的国民教育,培养全面的竞技体育人才,更重要的是竞技体育走进学校后,可以使学校体育回归体育性,在校园体育文化建设、奥林匹克教育、体育立德树人、校内外体育联赛等方面形成新的风气和教育力量,改变当前青

少年的文弱之气,培养学生体育精神,逐渐形成如日本“甲子园”体育教育的现象与效果^[56]。“体教融合”是在新时代、新思想和新要求下对“体教结合”的进一步发展,是推动青少年文化学习和体育锻炼协调发展,促进青少年健康成长,落实“健康第一”教育理念的有效办法。

在“双减”政策的影响下,学校体育加快推进体教融合将更有利于改变过去“倚重智育,忽视体育”的不均衡现象^[57]。学校体育要以体育竞赛为核心枢纽,融合构建“五位一体”全面育人实践体系(图2),即以“健康第一”为教育理念,以“立德树人”为根本任务,以“五维”健康观为核心观念,以课堂教学、心理教育、课外锻炼、社会服务、运动竞赛等为5大育人手段。通过课堂教学教授学生体育健康知识与健身方法,通过心理教育塑造学生健康人格与心理品质,通过课外锻炼监督、防范学生运动疲劳与运动损伤,通过社会服务提升健康素养与高尚品德,通过运动竞赛强化学生体育精神与强国意识。以体育竞赛为核心枢纽,引领和促进整个体系的运行,5大模块相互联系,互为贯通,相互融合,从而实现全面育人目标。具体做法:①教育部门、体育部门和财务部门要通力协作,借助“学区”强大的教育资源优势,建立“学区”体育竞赛体系,打破学校间体育竞赛的制度藩篱,形成区域体育竞赛一体化格局。如北京市在学区内小学、初中、高中、大学各教育阶段建立校园足球校际四级联赛,形成以学区、区级、市级为单位组织的青少年参与高水平足球运动

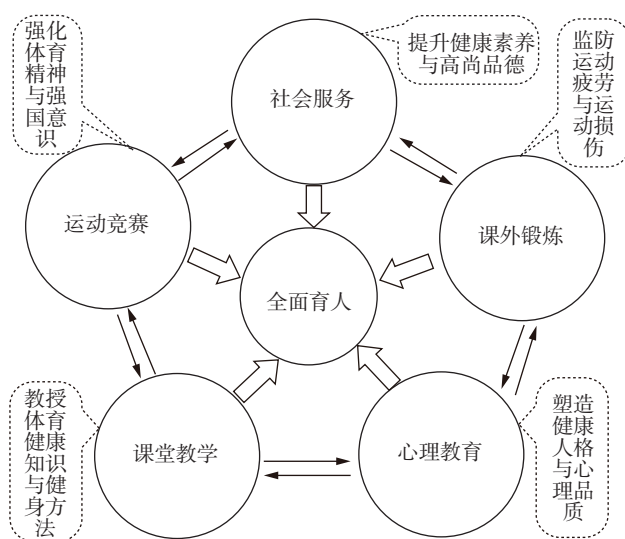


Fig.2 The “five in one” system for comprehensive education practice in school physical education

技术的训练与竞赛体系^[58]。②搭建体育教师共享平台,或探索“体育支教”模式,安排退役运动员以体育教师或体育教练员的身份为学校教学服务,破解体育师资短缺问题,提升基层体育师资的规模和质量。③在体育教学和体育竞赛活动中注重中华体育精神的融入,如女排精神、奥运精神、冬奥精神等,激发学生内在情感动力、精神动力和价值动力,让体教融合真正成为中华体育精神融入社会主义核心价值观的理念思路和实践场域^[59]。

3.4 压实执行主体责任:建立青少年体育政策执行、监督和奖惩机制

各级学校肩负落实“健康第一”教育理念和“立德树人”根本任务,培育知识青年“请党放心强国有我”^[60]的爱国情怀,重塑青年一代的国民性,使之真正成为社会主义合格的建设者和接班人,是青少年体育健康培育的主要场域;学校体育具有教育和体育的双重特性,负有践行“体育强国”国家战略,塑造学生崇高的体育精神,促进青少年健康发展的职责与使命;体育教师承担着“以体育人、以体育心、以体育智”的重要职责^[61]。学校、体育部门、体育教师是青少年体育政策共同的执行主体,共同肩负着青少年体育政策的实施和落实职责。

当前,我国许多学校体育政策与法规执行失灵,难以转化为实效,其主要原因就是缺乏有效的监督和奖惩机制^[62]。应当建立青少年体育政策监督和奖惩机制,压实学校各级主体责任是有效落实“健康第一”教育理念及其他配套体育政策的有效方法,强化学校体育服务属性和学生主体地位^[63]。首先,建立体育政策执行的过程监督制度和责任追究制度。制定落实“健康第一”教育理念的宏观行动计划与具体实施方案,把工作任务落实到各职能部门或主要负责人,设立权力清单和责任清单^[64],对政策落实的懈怠、欺瞒或“走过场”等现象进行责任追究,压实各实施主体的责任,避免政策“空转”或“失灵”。其次,制定体育课程育人绩效考评制度。学校体育教学工作要贯彻落实“健康第一”教育理念,全面落实“立德树人”根本任务,制定体育课程育人绩效考评制度。引导教师教育思想上重视,教学思想上转变,教学实践中履行,强调技能传授和德育渗透并重。修订体育课程教学大纲和教学方案,融入课程思政内容,设置课程思政考核内容及考评

方法。开展一师一主题、一课一思政的教学改革研究,使其亮点突出,全面开花。最后,建立体育政策执行的奖惩长效机制。做好学校体育政策落实情况的及时反馈与上报,注重执行引导、过程监督和效果评价,完善奖惩措施,使监督和奖惩成为全面促进体育政策落实的长效机制。

4 结语

“健康第一”教育理念有效解决了我国学校体育发展历程中出现的健康与教育问题,是我国学校体育改革与发展的历史选择,对于其在落实过程中面临的思想指向被泛化、身体安全被过度强调、人文价值被忽视、主体责任缺乏监管等现实困境,加强顶层制度设计,推进体育健康教育,践行体教融合政策,压实执行主体责任将是有效地实施路径。“十四五”时期,深化体教融合和建设健康中国依然是党和政府的主旋律,2035年实现体育强国梦不可逆转,学校体育必将承载更多的育人强国的责任和使命。在此现实背景下,“健康第一”教育理念必将长期成为学校体育工作的指导思想,充分发挥自身良性导向和全面育人作用,立足以人为本,引领学校体育重点关注青少年学生全面健康,全力深化体教融合,有力促进学校体育改革与发展。

参考文献:

- [1] 熊文.健康的追求与体育的坚守:学校体育“健康第一”的人文价值参照与审视[J].天津体育学院学报,2020,35(4): 373-379.
- [2] 熊文.辨误与厘正:学校体育“健康第一”理论立足点检视[J].体育科学,2019,39(6): 89-97.
- [3] 刘世磊,黄彦军.新时代我国学校体育发展的功能凝集与思想引领[J].武汉体育学院学报,2018,52(12): 5-8.
- [4] 张强峰,汤长发,颜亮.基于习近平扶贫思想的我国学生体质健康促进策略研究[J].武汉体育学院学报,2018,52(9): 5-10.
- [5] 李乐虎,王健,高奎亭,等.深化体教融合背景下我国学校体育治理的现实困境与路径选择[J].天津体育学院学报,2021,36(5): 520-527.
- [6] 郑继超,张佩云,董翠香.习近平关于体育工作重要论述研究:热点与展望[J].西安体育学院学报,2020,37(6): 670-675.
- [7] 樊梅,张晓林.课程思政视域下《体育之研究》的价值意蕴及实践启示[J].沈阳体育学院学报,2022,41(1): 67-75.
- [8] 季浏,尹小俭,吴慧攀,等.“体教融合”背景下我国儿童青少年体质健康评价标准的探索性研究[J].体育科学,2021,

- 41(3): 42-54.
- [9] 教育部.发布解读《第八次全国学生体质与健康调研结果》[EB/OL].(2021-09-03)[2022-04-13].<http://www.moe.gov.cn/fbh/live/2021/53685/>.
- [10] 刘海东,李娜娜.文化差异与主体认知:体教融合不可逾越的鸿沟[J].体育与科学,2020,41(5): 36-42.
- [11] 毛振明,叶玲,丁天翠,等.“三精准”视域下新时代学校体育大面积大幅度提升学生体质干预策略研究[J].天津体育学院学报,2022,37(2): 125-130.
- [12] 杨雅晰,郝东方,刘惠,等.全生命周期视域下体教融合探析[J].北京体育大学学报,2020,43(12): 11-21.
- [13] 宋娜梅.中国学校体育课程模式的热点圈化及未来走向——基于CNKI(1991—2017)数据的可视化[J].西安体育学院学报,2019,36(1): 95-102.
- [14] 张环宇,张强.我国学校体育课程价值取向的梳理与启示[J].体育文化导刊,2015(11): 131-135.
- [15] 陶行知.陶行知文集[M].南京:江苏人民出版社,1981.
- [16] 中共中央文献研究室.毛泽东文集(第六卷)[M].北京:人民出版社,1999.
- [17] 孙刚成,宫昊.中华人民共和国成立以来的学校体育教育政策演变及启示[J].课程教学研究,2021(9): 4-9.
- [18] 刘英杰.中国教育大事典1949-1990[M].杭州:浙江教育出版社,1993.
- [19] 殷玉新,郝健健.新中国成立70年来我国学业负担政策的演进历程与未来展望[J].首都师范大学学报(社会科学版),2019(6): 172-179.
- [20] 中华人民共和国教育部.中学体育教学大纲(草案)[M].北京:人民教育出版社,1956.
- [21] 山西省政府办公厅.山西省人民委员会转发国务院批转教育部、体育运动委员会、卫生部关于中、小学学生健康状况和改进学校体育、卫生工作的报告[N].山西省人民政府公报,1964-9-14.
- [22] 教育部体育卫生与艺术教育司.中国学校体育30年[M].北京:高等教育出版社,2010.
- [23] 汪晓赞,杨燕国,孔琳,等.历史演进与政策嬗变:从“增强体质”到“体教融合”——中国儿童青少年体育健康促进政策演进的特征分析[J].中国体育科技,2020,56(10): 3-10.
- [24] 李阳,赵刚.体育中考制度与学校体育发展的隐忧和突围——基于目标激励机制的思考[J].体育学研究,2020,34(4): 46-52.
- [25] 李小伟,涂芝仪.中国共产党关于儿童青少年的体质健康观及体育实践的演变历程[J].首都体育学院学报,2021,33(4): 357-363,370.
- [26] 国务院.习近平看望南京青奥会中国体育代表团[EB/OL].(2014-08-15)[2022-04-13].http://www.gov.cn/xinwen/2014-08/15/content_2735212.htm.
- [27] 教育部.习近平在全国教育大会上发表重要讲话[EB/OL].(2018-09-10)[2022-04-13].http://www.moe.gov.cn/jyb_xwfb/s6052/moe_838/201809/t20180910_348145.html.
- [28] 国家体育总局编写组.深入学习习近平关于体育的重要论述[M].北京:人民体育出版社,2022.
- [29] 季浏.使命与光荣:我国基础教育阶段体育与健康课程改革20年回顾[J].首都体育学院学报,2021,33(6): 581-587.
- [30] 金剑.论新时代学生体质健康多元治理的现代化[J].体育学研究,2021,35(6): 46-52.
- [31] 于文谦,季城.体教融合背景下体育中考的热效应与冷思考[J].西安体育学院学报,2021,38(3): 360-365.
- [32] 熊文.体育与健康:学校体育“健康第一”下的悖论与困境[J].中国体育科技,2020,56(10): 77-88.
- [33] 杨三军,刘波.深化体教融合促进青少年体质健康的现实诉求、实践路径与保障机制[J].西安体育学院学报,2021,38(3): 366-371.
- [34] 陈可冀.中医有国籍,文明无疆界——谈当代中西医学人文情怀与科学精神的认同[J].中国中西医结合杂志,2017,37(6): 645-646.
- [35] 张维凯,李士英,王宏伟.生命关怀视域下青少年身体素质教育需求及路径分析[J].中国体育科技,2020,56(10): 69-76.
- [36] 董鹏,程传银,赵富学,等.基于学生体质健康提升向度的体育教师功能缺憾研究[J].西安体育学院学报,2019,36(4): 493-499.
- [37] 买佳,贾文娟.责任分散效应下中学生体质健康现状审视[J].山东体育学院学报,2018,34(2): 127-130.
- [38] 耿宝军,马学智.新时代武术课程德育的学理审视与实践策略[J].体育文化导刊,2021(9): 105-110.
- [39] 王先亮,周婷婷,郭学庆.学生体质健康促进的全域化系统构建与系统仿真研究[J].天津体育学院学报,2021,36(6): 638-644.
- [40] 习近平.在教育文化卫生体育领域专家代表座谈会上的讲话[M].北京:人民出版社,2020.
- [41] 王进,朱恒顺,唐宁.《中华人民共和国体育法》修改中的若干问题研究[J].体育科学,2021,41(10): 10-16.
- [42] 李强.改革开放四十年中国青少年体育政策演进述析[J].成都体育学院学报,2021,47(1): 56-62.
- [43] 闫纪红,吴文平,代新语.“双减”背景下中小学体育教师专业发展的生态化路径研究[J].体育学研究,2022,36(3): 9-20.
- [44] 季浏.增进学生身心健康是我国学校体育发展的根本和方向——学习贯彻习近平总书记在全国教育大会上的重要讲话精神[J].吉首大学学报(社会科学版),2020,41(1): 28-37.
- [45] 齐大路,鄢行辉.体育权利平等视域下体质弱势群体大学生体育活动的参与阻滞与实现路径[J].南京体育学院学报(自然科学版),2016,15(3): 114-119.
- [46] 柳鸣毅,丁煌.我国体教融合的顶层设计、政策指引与推进路径[J].上海体育学院学报,2020,44(10): 13-27.
- [47] 邓妮姣,王华倬.我国学校体育政策话语转变历程与审视[J].体育文化导刊,2020(6): 26-32.
- [48] 熊文.质疑与辨正:学校体育健康追求的强度关联——基于体育课程教学特定运动强度的审思[J].上海体育学院学报,2021,45(1): 86-98.
- [49] 杨国庆,彭国强.新时代中国竞技体育的战略使命与创新路径研究[J].体育科学,2018,38(9): 3-14,46.

- [50] 胡承槐. 中西国民性及国家体制差异的比较分析[J]. 浙江学刊, 2020(6): 15-25.
- [51] 李富强. 中国人日常生活中的“耻”“脸”与“面子”——对近代以来国民性批判中的“面子问题”之省思[J]. 海南大学学报(人文社会科学版), 2019, 37(5): 173-180.
- [52] 朱毅然, 刘安国, 孙晋海. “健康中国”战略下体育健康服务有效供给的多重困境、域外经验与优化路径研究[J]. 天津体育学院学报, 2021, 36(3): 300-307.
- [53] 陈曙, 王健. 健康中国视域下学校体育的时代使命、现实困境及发展路径[J]. 北京体育大学学报, 2020, 43(5): 13-22.
- [54] 邵天逸. 经验本位: 博比特体育课程观的价值定位、思维框架与现实启示[J]. 成都体育学院学报, 2022, 48(2): 110-116.
- [55] 高千里, 商勇, 李承伟, 等. 供给侧改革视域下体医融合健康服务供给研究[J]. 武汉体育学院学报, 2020, 54(6): 19-24.
- [56] 毛振明, 夏青, 钱娅艳. 论体教融合的问题缘起与目标指向[J]. 体育学研究, 2020, 34(5): 7-12.
- [57] 李彦龙, 常凤. “双减”政策下我国中小学课后延时体育服务时效与保障[J]. 体育学研究, 2022, 36(2): 33-40.
- [58] 骆秉全, 庞博. 北京市校园足球竞赛体系运行现状研究[J]. 首都体育学院学报, 2019, 31(2): 157-165.
- [59] 杜雅, 李红霞. 中华体育精神融入社会主义核心价值观的实现路径——以“体育思政”深化“体教融合”[J]. 北京体育大学学报, 2021, 44(6): 149-158.
- [60] 黄艳, 王晓语, 李卫东. 高校共青团抖音短视频传播效果影响因素实证研究——基于全国100所高校共青团抖音号的内容分析[J]. 中国青年社会科学, 2022, 41(2): 43-55.
- [61] 郭立亚, 黄丽. 新时代我国高校体育教师队伍建设改革的关键任务与实施路径[J]. 北京体育大学学报, 2021, 44(9): 105-113.
- [62] 丛灿日, 王志学. “严出”之下高校体育课程改革的审视及推进路径[J]. 体育学刊, 2020, 27(2): 117-123.
- [63] 彭庆文, 于天然. 《〈体育与健康〉教学改革指导纲要(试行)》的时代意义、内容特征和践行路径——兼论新时代学校体育的走向[J]. 体育学研究, 2021, 35(4): 83-91.
- [64] 马宏俊. 体育强国建设中依法治体的路径研究[J]. 成都体育学院学报, 2022, 48(2): 6-17.

作者贡献声明:

齐大路: 设计论文框架, 撰写论文; 王嵘: 搜集文献资料; 鄢行辉: 修改论文框架; 沈鹤军: 审核、指导论文。

Research on the Path of Implementing the Educational Concept of “Health First” in School Physical Education

QI Dalu^{1,2}, WANG Rong³, YAN Xinghui¹, SHEN Hejun⁴

(1. Department of Physical Education, Fujian University of Traditional Chinese Medicine, Fuzhou 350122, China; 2. School of Sport Science, Fujian Normal University, Fuzhou 350117, China; 3. Department of social sports, Fujian Sports Vocational and Technical College, Fuzhou 350003, China; 4. Graduate Department, Nanjing Sports Institute, Nanjing 210014, China)

Abstract: In order to promote the effective implementation of the educational concept of “health first” in school physical education and help improve the physical health level of young students, this paper systematically analyzes the historical process and practical difficulties of establishing and implementing the educational concept of “health first” in school physical education by using the methods of literature and logical analysis, and puts forward the optimized path of implementing the educational concept of “health first”. The research shows that the concept of “health first” education in different historical stages from the early days of the founding of new China, the end of the 20th century to the beginning of the 21st century and since the 18th National Congress of the Communist Party of China all shoulder the responsibility of enhancing physical health, promoting quality education and realizing health education. Establishing and implementing the concept of “health first” education is the historical choice and fundamental requirement of school physical education. However, in the process of implementation, it is faced with practical difficulties, such as the generalization of ideological orientation, the excessive emphasis on physical safety, the neglect of humanistic value and the lack of supervision of subject responsibility, which makes it difficult to effectively implement the educational concept of “health first”. Therefore, we need to implement the strategy of “integrated design and integrated promotion”, constantly strengthen the top-level system design, promote physical health education, practice the integration policy of physical education and education, and compact the main responsibility, so as to contribute to the effective implementation of the educational concept of “health first” and help improve the physical health level of young students.

Key words: school physical education; health first; physical health; young students; educational concept