

对《学生体质健康标准(试行方案)》的诠释与探究

王 锐, 王宗平

(南京理工大学 体育部, 江苏 南京 210094)

摘 要:对《学生体质健康标准(试行方案)》的产生背景和内涵特征进行了诠释,探究《学生体质健康标准(试行方案)》在选测指标、评分标准等方面存在的问题并提出建议。

关 键 词:学生体质健康标准; 体质; 测试指标

中图分类号:G812.37 **文献标识码:**A **文章编号:**1006-7116(2004)03-0090-03

Interpretation and analysis of Trial Program of Standards for Students' Physical Constitution and Health

WANG Rui, WANG Zong-ping

(Department of Physical Education, Nanjing University of Science and Technology, Nanjing 210094, China)

Abstract: The author explicates the background and meaning and character of Trial Program of Standards for Students' Physical Constitution and Health, this article attempts to find out problems in monitoring index and standard for evaluation in Trial Program of Standards for Students' Physical Constitution and Health. Some suggestions were put forward in the paper for the implementation of the standard in colleges.

Key words: Trial Program of Standards for Students' Physical Constitution and Health; physical constitution; monitoring index

2002年7月25日国家教育部和国家体育总局印发了《学生体质健康标准(试行方案)》及《〈学生体质健康标准(试行方案)〉实施办法》^[1](以下简称为《标准》、《实施办法》)。《标准》的出台与实施标志着我国学生体质健康测试评价工作将进入一个崭新的时代——学生体质健康评价改革时代。《标准》的颁布与实施是贯彻落实《中共中央国务院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》)和《基础教育课程改革纲要(试行)》精神的重要举措,是学校教育树立“健康第一、以人为本”的指导思想,加强学校体育工作的具体措施。《标准》的出台必将对学校体育工作产生广泛而深刻的影响。为了全面准确理解和把握《标准》的内涵特征,开创我国学生体质健康测试评价工作的新局面,本文试图从《标准》出台的背景、具备的特征和存在的不足进行诠释与探究。

1 《标准》出台的背景

自1954年我国公布施行“劳卫制”以来,《国家体育锻炼标准》^[2](以下简称《锻炼标准》)先后于1956、1958、1975、1982、1988、1990年进行了6次修改,尽管多年来《锻炼标准》的实施对于提高国民身体素质,加强学校体育工作起到了很

大的促进作用,但是一系列的调查显示,我国学生体质与健康状况令人堪忧。据1998年国家教委对12.6万名大学生调查发现:有近40%的大学生存在亚健康状态。2000年教育部等五部委(局)共同组织第4次全国学生体质健康调研,结果表明:2000年与1995年相比,我国学生的速度素质、耐力素质、柔韧性素质、力量素质等均有所下降,且下降幅度明显^[3]。2001年高校征兵,南昌市仅仅有1/4学生体检过关,广州市仅仅有1/7学生通过初检^[4]。据《教育报》刊载,2002年高校征兵贵州省1200多名大学生体检合格不足两成。我国学生体质健康水平下降的现象引起了党中央、国务院、教育部和体育职能部门的高度关注。在近年来出台的《中国教育改革和发展纲要》和《决定》等纲领性文件中,都对学校体育工作提出了更高的要求。另外1999年美国、英国、日本都在体育教育方面进行了适应个体发展和社会需要相结合的改革实践,出台了相关的法规文件。这些历史与现实、内部与外界的因素都对我国以往的《锻炼标准》和大、中、小学生体育合格标准提出了挑战。在党和政府的关心下,在教育部和国家体育总局的高度重视下,在众多学者、专家、行政人员、科研人员、教师代表和部分社会人士的持续对话中,在处理国际化与本土化、继承与创新的关系中,在总结历史、正视

收稿日期:2003-11-24

作者简介:王 锐(1969-),男,讲师,研究方向:体育教学。

现实、展望未来的过程中,根据《决定》的精神,教育部和国家体育总局颁布了《标准》。《标准》的颁布施行,贯彻了“健康第一、以人为本”的思想,体现了与时俱进的特点。

2 《标准》的内涵特征

2.1 “健康第一、以人为本”的导向性

1990年9月1日原国家教委颁布的大中小学学生体育合格标准的制定是根据《学校体育工作条例》制定的。目的是为了贯彻德、智、体全面发展的教育方针,鼓励学生经常锻炼身体,不断增强体质,提高自我保健能力和健康水平,成为社会主义现代化建设需要的合格人才,而《标准》的出台是为了贯彻《决定》提出的“学校教育要树立健康第一的指导思想,切实加强体育工作”的精神,促进学生积极参加体育锻炼,养成经常锻炼身体的习惯,提高自我保健能力和体质健康水平。“健康第一、以人为本”的导向性,为我国学校体育课程的改革指明了方向。《标准》中健康概念的内涵与外延已经超出了以往《合格标准》中提到的健康的含义,具备了生理、心理、社会、道德等多维特点。在深化教育改革的形势下,学校体育必须在“健康第一、以人为本”的思想指导下定位课程改革和开展学校体育工作,不断提高学生的体质与健康水平。

2.2 多重替代性

教育部和国家体育总局印发的《标准》及《实施办法》中明确规定:在实施《标准》的同时,原《锻炼标准》的内容不再执行。凡已实施《标准》的学校,《大学生体育合格标准》^[5]、《中学生体育合格标准》、《小学生体育合格标准》(简称《合格标准》)停止执行。《实施办法》中明确规定:《标准》的成绩即作为《锻炼标准》的达标成绩。分析可见,《标准》的出台避免了以往不同学生体育合格标准门类较多的状况,起到了多重替代的作用,实现了一标多本,给测试与管理带来了方便。

2.3 较强的可操作性

《合格标准》中开设体育课年级测试项目有身高、体重、胸围、肺活量、50 m跑、1 000 m跑(男)、800 m跑(女)、铅球、立定跳远、引体向上(男)、仰卧起坐(女)、视力、体育课、课外体育活动;未开设体育课年级测试项目有体重、肺活量、50 m跑、1 000 m跑(男)、800 m跑(女)、铅球、立定跳远、引体向上(男)、仰卧起坐(女)、视力、课外体育活动。《标准》中各个年级测试项目有身高、体重、肺活量、50 m跑或立定跳远、台阶试验或、1 000 m跑(男)、800 m跑(女)、坐位体前屈或握力。《合格标准》测试项目之多,开设体育课年级多达12项,未开设体育课年级也达9项之多,这么多项内容的测试工作量很大,尤其是开设体育课年级,往往是利用课外时间集中测试,人多量大,操作较难,获得的数据真实可靠性也较差,很难掌握与反映学生的实际情况。相比之下,《标准》仅仅6项,简单明了,操作方便快捷,如果测试方法正确,仪器性能佳,系统误差小,那么获得的数据将是客观可靠的。

2.4 评价体系的客观性与可比性

《合格标准》中开设体育课年级评分体系是身体形态10分、身体机能15分、身体素质10分、视力5分、体育课50分、

课外体育锻炼10分;未开设体育课年级评分体系是身体机能15分、身体素质50分、视力5分、课外体育锻炼30分。《标准》中各个年级评分体系是身体形态15分、身体机能15分、身体素质70分。《标准》的评价体系内容更加简化,更加注重身体素质的评价,比例高达70%,而身体形态与身体机能仅占30%,这符合目前大学生生长发育的客观规律,使评价更为客观,提高身体素质评价分的举措,对于增强学生体质,提高健康水平将具有很大的促进作用。另外《标准》中大学各个年级测试项目与评分标准完全一致的做法,使得测试结果具有较强的连续性和可比性。

2.5 测试器材的现代化

在《标准》实施的过程中,绝大多数高校都选用现代化的测试器材,计算机在测试中得到应用,比人工测试手段显得快捷方便,大大减少了测试和统计的工作量。

2.6 中、日、美测试指标的比较

从中、日、美三国青少年新旧测试指标的比较(见表1)可见:我国《标准》的测试内容与指标既有借鉴日本、美国的地方,也有自己的特点,具备国际视野与中国特色。3个国家的评价指标都是从原来注重运动能力的素质测试,转向注重身体健康的素质测试。测试与评价更加趋于科学与实用。

表1 中、日、美青少年新旧测试指标的比较

| 国别 | 旧测试指标 | 新测试指标 |
|----|--|---|
| 中国 | 100 m跑、1 500 m跑(男)、800 m跑(女)、立定跳远、引体向上(男)、仰卧起坐(女)、铅球 | 身高标准体重、台阶实验、1 000 m跑(男)、800 m跑(女)、肺活量体重指数、50 m跑、立定跳远、坐位体前屈、仰卧起坐(女)、握力体重指数 |
| 日本 | 50 m跑、1 500 m跑、女子1 000 m跑、急行跳远、手球掷远、斜身引体、握力、纵跳、反复横跳、台阶实验 | 反复横跳、耐力跑(男子1 500 m、女子1 000 m跑)、或20 m往返跑、50 m跑、立定跳远、坐位体前屈、仰卧起坐、握力 |
| 美国 | 50 m跑、往返跑、立定跳远、悬垂、仰卧起坐、投实心球、600 码跑 | 1英里跑或走、皮脂厚度、身体密度指数、坐位体前屈 |

3 《标准》的疑问与不足

3.1 对体质健康提法的质疑

体质与健康是两个完全不同的概念。中国体育科学学会体质研究会认为:体质是指人体的质量,它是在遗传性和获得性的基础上表现出来的人体形态结构、生理功能和心理因素综合的相对稳定的特征,主要包括身体形态、生理机能、身体素质、运动能力、心理发育水平和适应能力等^[6]。在我国进行的几次大规模学生体质健康调研中均有健康内容的测试(除1979年),而从《标准》的测试项目来看,仅仅反映了体质的测试,而几乎没有相关健康指标的测试。所以《学生体质健康标准》中体质健康的提法是否确当,笔者认为值得商榷,建议在测试指标中增加健康指标的测试。

3.2 下调身体素质评分标准不利于学生体质的提高

由表2可见:除了女生仰卧起坐外,其他男生3项和女

生 3 项身体素质的最优分值评分标准《锻炼标准》均高于《标准》。《标准》中身体素质评分标准的降低,可能与几次全国学生体质健康调研发现学生体质下降存在一定的关系,但是,依靠下降评分标准来反映学生体质健康水平提高的做法是绝对不可取的。评分标准下调的做法,将助长学生体育锻炼惰性的产生。这种“提高”是无法与以往学生体质健康水平进行比较的,更不利于学生体质健康水平的客观评价。笔者建议:《标准》中身体素质的评分标准不低于《锻炼标准》中身体素质的评分标准。

奖学分,《标准》成绩不及格者,高等学校按肄业处理,可见学生达标成绩的优劣直接关系到学生的发展。目前《标准》的评定等级为 86 分以上为优秀,76~85 分为良好,60~75 分为及格,59 分及以下为不及格。分析可见,各个等级之间也就是一分之差。另外从测试指标的评分标准来看,也多为跳跃式的设计,如:大学生身高标准体重评分表中,身高为 160.0~160.9 cm 时,如果学生的体重为 60.0 kg 时,得分为 15 分;如果学生体重为 60.1 kg 时,得分为 9 分,仅仅 0.1 kg 的差别,而得分却相差 6 分。这 6 分完全可以实现学生一个评价等级的跨越。这种评分标准成绩区间跨度较大的评定不能够客观地评价学生,不利于学生的发展。笔者建议:进一步细化评分标准的成绩区间。

表 2 《锻炼标准》与《标准》相同项目最优分值评分标准比较

| 标准 | 男生 | | | 女生 | | | |
|--------|-----------------------|-------------------------|---------|-----------------------|------------------------|---------|--------|
| | $t_{50 \text{ m跑/s}}$ | $t_{1000 \text{ m跑/s}}$ | 立定跳远/cm | $t_{50 \text{ m跑/s}}$ | $t_{800 \text{ m跑/s}}$ | 立定跳远/cm | 仰卧起坐/个 |
| 《锻炼标准》 | <6.3 | <195 | >265 | <7.8 | <190 | >206 | >43 |
| 《标准》 | <6.8 | <219 | >255 | <8.3 | <217 | >196 | >44 |

3.3 选测项目间的替代兼容程度值得商榷

《标准》选测项目为 3 项:(1)从 50 m 跑、立定跳远中选测一项;(2)男生从台阶试验、1 000 m 跑中选测一项;女生从台阶试验、800 m 跑中选测一项;(3)男生从坐位体前屈、握力中选测一项;女生从坐位体前屈、仰卧起坐、握力中选测一项。从 3 组选测项目来看,第 1 组的 50 m 跑与立定跳远显然反映的并不是同一种身体素质。第 2 组的台阶试验、1 000 m 跑、800 m 跑固然都能反映耐力素质,但是台阶试验用来测试学生的耐力素质的信度和效度显得缺乏。第 3 组坐位体前屈、仰卧起坐、握力分别反映的是柔韧性、腰腹肌肉、手部肌肉力量,3 者之间关联较差。分析可见,选测项目间的替代兼容程度较低,这种测试很难较准确地反映学生体质健康状况。笔者建议:进一步提高选测项目间的替代兼容度。

3.4 选测指标限制性的做法不够合理

《标准》明确规定:城市学校统一进行台阶试验的测试。台阶试验早在 20 世纪 60 年代就在日本的学生体力测量中得到应用。但在 1999 年日本新的体力测定指标中取消了台阶试验,增加了选测指标 20 m 往返跑,理由是日本专家认为台阶指数反映耐力的有效性低,另外,日本学生的腿长逐年增加,使用同一高度的台阶进行测定,与过去数据的可比性差^[7]。还有据王健教授查阅大量的英文资料研究发现:应用台阶指数评价心血管功能具有“高误差和低相关”的现象;台阶实验指数与耐力跑成绩的相关性普遍较低,且具有较大范围的差异,不能有效反映以最大耗氧量、最大心输出量为代表的的心脏功能增龄性变化及其性别差异^[8]。许多院校的教师也普遍认为台阶实验测试时间较长,学生做动作的规范性差,存在较大的误差,测试结果的效度缺乏。从美、日两国青少年新测试指标的变化可见,用耐力跑测试耐力素质仍然是一种国际趋势。可以说《标准》要求城市学校统一进行台阶实验测试的规定显得缺乏合理性。笔者建议:用耐力跑测试耐力素质。

3.5 评分标准的各成绩区间细化不够

《实施办法》明确规定:学生达到《标准》良好等级及以上者方可评为三好学生、获奖学金;达到优秀成绩者,方可获得

参考文献:

- [1] 教育部,国家体育总局.学生体质健康标准(试行方案)及学生体质健康标准(试行方案)实施办法[S].2002-07-04.
- [2] 原国家体委.国家体育锻炼标准施行办法[J].中国学校体育,1990(2):7-9.
- [3] 李小伟.学生体质:让人欢喜让人忧[N].中国教育报,2001-11-10(3).
- [4] 邓星华,杨文轩.“健康第一”的理论依据与学校体育的新使命[J].体育学刊,2002,9(1):12-14.
- [5] 原国家教委.大学生体育合格标准[J].中国学校体育,1990(6):4-6.
- [6] 王林,彭军武,陶伍建.对《学生体质健康标准(试行方案)》的分析研究[J].武汉体育学院学报,2003,39(5):103-105.
- [7] 贾志勇.日本体力测定项目的发展变化[J].中国学校体育,2001(6):64.
- [8] 王健,邓树勋.台阶实验质疑[J].中国体育科技,2003,39(2):61-64.

[编辑:李寿荣]