

# 美国体育的目的和目标及其启示

邢金明<sup>1,2</sup>, 陈钢<sup>1</sup>

(1.东北师范大学 体育学院, 吉林 长春 130024; 2.大连理工大学 体育部, 辽宁 大连 116024)

**摘要:** 目的是实践活动主体在活动之前有意识设计的活动结果, 目标则是对目的的具体化, 体育的目的与目标同样如此。美国体育的目的从属于教育的目的, 体育的目标从属于教育的目标。对美国体育的目的和目标进行梳理的基础上进行中外对比, 提出应当借鉴美国个人取向的体育目标设置, 以“育人”作为唯一的目的建立多元的目标体系。并且在借鉴基础上建立本土化的体育目标体系。

**关键词:** 学校体育; 体育目的; 体育目标; 课程改革

**中图分类号:** G80; K712 **文献标志码:** A **文章编号:** 1006-7116(2014)05-0074-05

## American sport: goals, objectives and inspirations

XING Jin-ming<sup>1,2</sup>, CHEN Gang<sup>1</sup>

(1.School of Physical Education, Northeast Normal University, Changchun 130024, China;

2.Department of Physical Education, Dalian University of Technology, Dalian 116024, China)

**Abstract:** A goal is the result of an activity consciously designed by the subject of the practical activity before the activity, while an objective is the materialization of a goal, and so are sport goals and objectives. American sport goals are subordinate to education goals, while its sport objectives are subordinate to education objectives. Based on their collation of American sport goals and objectives, the authors made a Sino-US comparison, and put forward that China should learn from America's individual-oriented sport objective settings, establish a multi-objective system by basing the sole goal on "people education", and build a localized sport objective system based on such learning.

**Key words:** school physical education; sport goal; sport objective; curriculum reform

提到体育的目的、体育目标, 首先想到的是口号: “增强体质、增进健康, 改善人们生活方式, 提高生活质量, 促进社会经济健康、文明发展。” 为了实现上述目的, 我国制定了包括: 传授体育知识技能、提高运动技术水平, 掌握体育健身方法; 体验运动乐趣, 养成健身习惯, 提高体育能力; 加强体育美的教育、体育文化娱乐教育, 提高欣赏美、鉴赏美的能力; 进行思想品德教育, 培养人社会化的个性等体育目标体系。体育概念的理解性差异使国内学者对体育目的和目标的界定过于宽泛, 寄望体育目的无所不包, 但最终因抽象和概括程度较高而缺可操作性。因此了解美国学者对体育目的和目标的界定, 对于设定体育目的与目标有借鉴意义。

## 1 目的和目标概念解析

目的是实践活动主体在活动之前有意识设计的活动结果, 是人的主体需要和客观事物发展规律整合后产生并存在于人们观念之中的一种预期, 是人们实践活动的必然内在规律<sup>[1]</sup>。目的使人类为实践活动规定了总方向, 但由于目的具有概括性、比较笼统和抽象, 不能分层在实践中直接操作, 因此需要分解为目标, 通过目标逐一去实现。目标从字面理解是人类实践活动所要达到的境地和标准, 是目的和标准的统一。它表明人类活动的最终期望和期望结果可考核的有机统一, 是人类活动目的具体化。

杨文轩、杨霆<sup>[1]67-68</sup>对目的和目标之间的关系进行过详细的论述: 目的是指人或组织对行为结果的主观

收稿日期: 2013-07-20

基金项目: 国家哲学社会科学基金项目(10ATY001)。

作者简介: 邢金明(1979-), 男, 教授, 博士研究生, 研究方向: 体育理论与篮球。通讯作者: 陈钢教授。E-mail: xingjinming79@163.com

设想，而目标是意识所针对的具体行为对象，是客观经验状态。因此目的是内隐的，目标是外显的。目的可以是相对长远；目标则多为阶段性。目的是完整的；目标是分解的。目的具有稳定单一性；目标则具有多样性。目的和目标还可以相互转化，目的可以分解为目标，大的目标还可以进一步分解，相对于更小的目标而言，大的目标就是目的。

体育的目的是体育活动的出发点和归宿，它决定体育的方向、规定体育发展的进程，以期获得最佳的效果。体育实践的最终结果是实现体育目的，而体育目的也制约体育内容、体育计划、体育结果等多个方面。从体育目的与体育目标的关系上看，体育目的是总方向和总要求，但是目的实现需要分阶段、有层次、有步骤进行，这就需要建立具体的体育目标。

## 2 美国体育目的

### 2.1 美国体育目的从属于教育目的

美国的 physical education，常翻译为体育、身体教育或者学校体育。通常指的是从幼儿园到12年级开展的身体教育活动。美国人将体育定义为：针对身体运动和通过身体运动进行的教育，其中教育的目标通过包括竞技、游戏、体操、舞蹈、锻炼等大肌肉的活动为载体来实现<sup>[1]</sup>。这个定义简单明了，大肌肉的身体活动包括躯干、四肢的运动，将那些细微动作的身体活动排除在外。无论将体育理解为一门职业、学科或活动，关注的焦点都是包含了大肌肉动作技能的身体运动，包含了竞技、游戏、体操、舞蹈、锻炼以及体适能活动。当上述内容与玩耍这一普遍存在的驱动力结合在一起时，就构成了强有力的教育媒介。因此体育是教育的重要组成部分，没有任何一个学科像体育那样对身体的教育是使用身体本身。

体育的目的与教育的目的本质是一致的，体育的价值观念与教育的价值观念和谐相处，二者不存在冲突。如果按照目的是远大的，目标是具体来区分，甚至可以说体育的目的应当与教育的目的有从属关系，体育目的应该是被列为教育的目标之一。事实上所有科目的教学目的都应当成为教育的目标，所有科目的教学目的都是教育目标的具体化。

美国教育的目的是培养和发展人类的理性能力(Rational power of humankind)，或者说根本的思考能力。这一表述乍看是注重智力因素，鼓吹了身心二元论，事实上这个目的可以从更宽泛角度去理解。它像是轮毂一样，使作为教育的若干目标辐辏于此。理性能力的培养是重要的并且是独特的，只有通过理性能力人们才获得了实现社会、个人目标的能力。

### 2.2 美国体育的目的概述

美国教育政策委员会对美国教育目的是这样表述的：教育的中心目的是培养个体的理性能力或者思考和推理能力。而实现这个目的的基础是身体的健康，因为疾病、感染、残疾都会干扰学习<sup>[1]</sup>。滕子敬<sup>[4]</sup>援引美国教育决策委员会的刊物《学校体育运动——问题和政策》中的叙述：学校体育是学校教育的重要组成部分。参加体育运动会给人以幸福、健康，对培养身体运动技能、感情成熟、形成道德观念和处事能力都有好处，能帮助人们懂得合作、竞争的意义和精神，从比赛中可以培养性格。

美国的研究者认为目的体现价值观，反映着人的哲学思想。如果没有明确的体育目的，也必将不知如何选择课程和组织教学去实现目的。美国人认为目的的设立受哲学的影响；体育目的受体育价值观、体育哲学思想的影响。哲学作为从宏观上指导所有学科、探讨终极目的的学问，毫无疑问是目的和目标的来源。但是无论体育目的如何设定，都不可动摇地与培养受过身体教育的人密切相关。体育不仅是人类生物性的重要成分，还是人类精神、社会、情感、灵魂的重要组成部分。因此像美国体育学家布彻<sup>[5]</sup>就认为体育是教育过程不可分割的组成部分，其目的在于通过有选择的身体活动以培养人的身体、精神、情绪以及适应社会的公民。

美国学者 Bookwalters<sup>[6]</sup>将体育的目的概括为：通过有指导的教学和参与精心选择的、能够让全身心参与的、符合社会标准和卫生要求的竞技项目、韵律操、体操活动，最大限度地发展身体、社会、精神全面发展和适调的个体。这个界定说明了人是身心一统的，也划定了对人的发展产生影响的范围：通过教学或参与大肌肉的身体活动，并且将范围限定为竞技活动、舞蹈、体操等一些被认为是带有玩耍性质的活动。特别提出活动要在教师的带领下进行，活动的环境要卫生，活动的方式要健康。

## 3 美国体育目标

### 3.1 美国体育目标从属于教育目标

美国教育的目标也称为教育的7个重要原则，这7个原则与教育的目标相互通用，成为可以替换的概念。最近人们又补充了一条“国际观念”，构成了教育的8个目标：健康、学会休闲、遵守伦理、公民意识、听说读写算的基本能力、有价值的家庭成员、职业、国际观念。美国教育政策委员会通过研究也提出教育的4个目标群。分别是：自我实现的目标、人际关系的目标、经济效益目标、公民责任的目标。

虽然体育的目的强调身体或者人体的运动,但是并非提倡将人分割为各自为政的局部或部分。它仍然需要遵循人是整体概念这一规则,并且与教育有着密切的关联。体育的目的和目标对于实现上述教育目的和目标有很大的帮助。例如,体育通过教人们生活的哲学或者生活的艺术,从而有助于人们达成自我实现的目标。人们在体育参与中获得了愉悦,并且在挑战运动极限的过程中提升对身体的鉴赏能力。在体育参与中增加了与他人交往的机会,在竞争与合作过程中获得了丰富的人际交往体验。体育的教学过程中还培养了人们领袖意识和运动家的风范。在工作和学习过程中,最大的经济效益取决于健康的身体,只有身体健康才有精力胜任繁忙的工作。对于培养有公民意识的人这个目标而言,体育同样以培养人的规则意识、竞争意识、合作意识、开放意识做出潜在的巨大贡献。总之,美国的体育是教育的组成部分,体育的目的和目标与教育目的和目标有着千丝万缕的联系。

### 3.2 美国体育目标分类

美国体育目标最初由海塞林顿(Hetherington)在20世纪初提出,经过纳什(Nash)、威廉姆斯(Williams)和其他体育学者不断补充完善,最终成为了一个目标体系。按照本杰明·布鲁姆的目标分类学,体育的目标可以分为3个大的领域:(1)认知领域(Cognitive)、(2)情感领域(affective)和(3)动作技能(Psychomotor)领域。3个领域各自特征明显不能相互取代,但是按照身心一元论的观点又是一个相互联系的整体。正如动作技能的掌握伴随着知识的获得,同时还会带来态度和动机的变化<sup>[7]</sup>。上述3个领域的划分为体育的目标提供了理论框架。每个领域都分层级的、累积的,通过观察行为变化来判断是否实现了培养受过体育教育的人的目的。

#### 1)动作技能领域目标。

动作技能领域还可以细分为机体的发展(Fitness,通常译为体适能)和动作技能(Motor skill)。前者关注通过适当的锻炼和身体活动增进健康并保持精力。营养、体型、健康习惯、体质、合理的锻炼、放松等都与体适能有关。它们共同确保获得耐力、速度、力量、灵敏等素质。动作技能的学习也包括协调能力、平衡等身体控制的能力,它能使个体完成动作时更加优雅、省力。具体来说也就是参加各种竞技、游戏、舞蹈和体操的能力。每种活动对动作技能的要求不同,从这个角度来看,不同竞技项目有独特的技术动作。然而,正是这些构成了体育项目的核心内容,只有通过它们才能实现体育的其他目标。举例来说,学生能够在篮球运动中成功地原地跳起投篮;学生能够正确展示网球上手发球的技术动作。换句话说来讲,体育的动作技

能领域目标就是发展和培养个体独特的运动潜能。

#### 2)认知领域目标。

按照布鲁姆的理论,认知领域可以细分为知识、理解、应用、分析、综合、评价6个等级。这部分目标与教育的目标——培养人的理性能力是一致的。教育的其他领域也涉及对认知能力的培养,它们与体育一道让受教育者积累知识、洞察内部规律,然后解释和评价,构成了人的思维能力。这一领域目标是体育与其他教育领域共享的。随着知识的积累,人们理解能力提升,逐渐形成了解释、评价、判断、思考的能力。受过教育的人是会思考的人,受过体育教育的人同样如此或许表现得更加机智、灵敏、出色。

体育中认知能力培养目标的实现表现在许多方面:首先,动作技能的习得离不开动作技能基础知识和基本原理的学习,也离不开相关的规则、技巧、战术、术语的学习。前者使参加体育运动的人大脑与肌肉协调,后者是构成体育媒介的竞技、游戏、体操、舞蹈的基础。其次,健康方面的知识同样重要,学生必须具备健康与体适能方面的价值观念,并且知道如何保持健康。第三,体育知识的积累和见解有助于学生形成价值判断,能做出正确抉择。因此知识和意识构成了身体、神经肌肉系统、情感与社会适应方面发展的基础。

#### 3)情感领域目标。

情感领域的目标包括培养对体育的兴趣、欣赏的态度,价值观念以及调控情绪。只有当学生的情感得到正确的培养和发展,他才能成为对社会有益的人。不同场合开展的竞技、游戏、体操、舞蹈活动提供了价值观教育的媒介,也为情绪调控提供了机会。作为一种社会活动,体育多伴随强烈的情绪体验。如习得竞争意识、疏导攻击性、获得归属感等。举例来说,情感领域的目标可以是学生能够在没有人监督的游戏中表现出好的运动家风范;学生能够在没有安排学习任务的时段自愿选择参加体育活动。概括起来,情感领域目标就是培养学生欣赏运动并且将其视为出发点和归宿,推崇运动在个人成长过程中发挥的作用<sup>[7]</sup>。

如果上述领域目标都能够实现,完整体现了培养“受过体育教育的人”的目的。受过体育教育的人不但获得了知识,增加了对体育的理解,并且能够喜欢各种体育项目、愿意参与,最终成为一个终身体育的实践者。在智力、判断力、技术、社会行为方面都得到很好的发展。从这方面看,体育的领域目标既是独特存在,又是相互联系,这种相互联系印证了培养人的教育活动是系统工程,培养出来的人也是身心协调发展的整体的人。

## 4 启示与借鉴

2001年我国教育部颁布了全日制9年义务教育和普通高级中学的《体育(1-6年级)体育与健康(7-12年级)课程标准》(简称“新课标”),这是首次在“健康第一”为指导思想下,制定的新课程标准,提出了运动参与、运动技能、身体健康、心理健康、社会适应5个相互联系的学习领域;建立了课程目标、领域目标、水平目标层级递进的目标体系。但是,自新课标实施以来争议不断,一线教师感到教学内容空泛,多个领域目标无法在体育课程中实施。因为“很多‘心理健康’和‘社会适应’的目标是不容易在教学情景下达成的,因此这些目标既难以和体育教学内容相结合,也与教学情景不吻合,因此这些目标自实验以来,就游离在体育教科书和教学改革实践之外”<sup>[8]</sup>。毛振明指出了运动参与作为“学习领域目标”的不合理,指出了心理健康领域目标与社会适应领域目标存在相互包含且不易在教学中达成。在“三维健康观”的指导下,去除掉不适合作为目标运动参与,去掉运动技能的传授之外,体育的目标都是健康的目标。而事实上体育对健康的促进作用是有限的,介于二者关系复杂,远非一篇短文能够说清,因此姑且搁置争议,仅探讨体育目的与目标。

### 4.1 体育目的和目标应当满足个体的需要

美国将体育目的概括为培养受过体育教育的人,美国的体育目标也是围绕个体的认知、情感和动作技能3个领域展开。其最大的特点就是个人本位,以个体为中心。

体育职业要服务于个体,体育活动是为满足个体的需要。美国体育课程目的说明“个体的发展”、“实现个体潜能”都体现了美国社会的价值观念。纵观我国的体育目的和体育目标,“增强人民体质,提高运动技术水平,丰富社会文化生活,为社会主义建设服务”<sup>[9]</sup>从被提出以来,虽影响深远,但其核心价值观也发生了巨大变化:由以物为本倾向于以人为本;从生物观的超量代谢转到更加注重对体育参与者的人文关怀。虽然也将身体健康、知识技能的掌握、思想道德的培养作为目的,但是我国体育目的不仅强调学生个体的才智、尊重学生个体的主观愿望,而且强调个体的社会性,强调社会需要对个体的制约性。因此将培养学生的社会责任感、向学生进行爱国主义、社会主义、集体主义的教育作为了体育的目的。这些都是从群体和社会的角度出发,满足群体和社会对体育的需求。

### 4.2 体育目的应当是单一的而非多元

在中国,体育目的到底是一元的还是多元的,仍然存在许多争议。单一目的论认为体育的目的就是增

强体质,他们被称为“体质派”。在“体质派”看来,惟有身体的教育才是真正的体育,体育就是增强体质的教育。增强体质的教育以传授增强体质的知识技能和从身体全面发展方面去培养人为唯一目的。多目的论则认为体育的目的有多种,从增强体质到提高运动技术水平;从丰富文化生活到思想道德建设。多目的论是体育多元、多维、多本质、多功能的“大体育”思想中的一个环节。吴翼鉴<sup>[10]</sup>认为:“把两种或几种不同的事混同为一件事,又不能否定几件事各自所有的目的,这就产生了一件事多目的的想法。这种差错是由对不同事物缺乏本质分析而混淆不清所造成的。”这种分歧归根结蒂是由于我们对体育的概念和本质认识不清造成的。他还认为“体育目的问题的背后,有什么是体育,体育的本质是什么,体育的内涵外延何在,以及体育与其临界领域的关系等一系列问题……单独讨论解决体育目的问题,就目的谈目的,这是很难做出公认的结论。”吴翼鉴的真知灼见,即便在20多年以后仍然是掷地有声。

### 4.3 教育中的竞技应回归“育人”目的

人是社会活动的终极目的,教育的最终目的是“育人”。竞技项目在学校体育中占据的地位越来越重要,竞技项目成为体育课的主要内容,课余训练和课余竞赛成为学校体育的重要组成。卢元镇<sup>[11]</sup>在《中国体育社会学评说》中介绍了改革开放之初体育界曾发生的一场辩论,一派主张将竞技排斥在学校体育之外,一派主张学校体育是竞技体育的基础,学校体育不应该排斥竞技体育。主张将竞技排斥在学校体育之外是不现实的,去除了竞技的体育将成为一具空壳。但是以少数学生运动员的训练和比赛代替大多数学生体育参与的做法应当缓行。

当前我国,包括美国都存在学生运动员过度地训练、比赛、长距离旅行参赛、负荷强度大、选材条件苛刻等问题。由于美国体育课程仅限于中小学实施,我国大学阶段仍然普遍开设体育课程,大学生运动员成为为学校增光添彩的工具。尤其是大学高水平运动队的性质不明确,导致问题非常棘手。这都需要我们重温体育的“教育”本质以及“育人”目的。学校体育的重点仍需放在体育教学上面,而不是少数学生运动员的训练和校际比赛。在以人为本科学发展观的指导下,体育的目的或者体育价值取向应实现由工具理性向价值理性的转变。

### 4.4 参考美国体育目标体系实现体育目的本土化

美国的教育目标最初是100多年前由海瑟林顿在一篇文章中提出的,他论述了神经肌肉活动(玩耍活动)在教育过程中的功能。当时他使用play来涵盖包括玩

耍、游戏、竞技、舞蹈、体操以及所有涉及大肌肉活动的玩耍活动。在这篇文章中,他提出了教育过程的4个阶段应当考虑:机体教育(organic education)、动作技能教育(psychomotor education)、品德教育(character education)、智力的教育(intellectual education)。这构成了体育的4个目标。此后虽然表述方式不同,但仍为美国的体育界学者采纳50年。

如今4个领域的目标:身体健康(fitness)、动作技能(psychomotor)、社会适应(character)、认知发展(intellectual)在美国体育学界占据无可撼动的地位。随着一批批海外留学的学者归来,美国学校体育的目标体系逐渐在21世纪初传入我国,目前我国体育与健康课程的改革仍然是对海塞林顿4个领域目标的沿袭与传承。值得称道的是中国新课标的框架体系与美国体育目的框架的内涵基本趋于一致,这是我国体育界对国际先进课程理论借鉴吸收的结果。即便当前的新课标在实施过程中遇到了许多的困难,但是只要将先进的理念与中国的实际情况相结合,创造性地借鉴和吸收包括美国在内的他国优秀的体育文化遗产,一定能够制定符合我国需要的本土化的体育目的和目标。

#### 参考文献:

- [1] 杨文轩,杨霆. 体育概论[M]. 北京:高等教育出版社,2005:61.
- [2] Harold M Barrow. Man and movement: principle of physical education[M]. Philadelphia: Lea & Febiger. 3rd edition, 1983: 23.
- [3] Educational Policies Commission. The central purpose of American education[M]. Washington: National Education Association, 1961: 15.
- [4] 滕子敬. 中美体育课程目的框架的比较[M]. 中国学校体育,1997(11):64-65.
- [5] Charles C Cowell, Wellman L France. Philosophy and principles of physical education[M]. New Jersey: Prentice-hall, 1963: 32.
- [6] Bookwalter Karl W, Carolyn W Bookwalter. Purposes and results in physical education[J]. Bulletin of the School of Education (Indiana University), 1962, 38(9): 1-6.
- [7] John N Drowatzky, Charles W Armstrong. Physical education: career perspective and professional foundations[M]. Prentice-Hall: New Jersey, 1984: 14.
- [8] 毛振明,赖天德,陈雁飞,等. 关于完善《体育(与健康)课程标准》的建议(上)[J]. 体育学刊,2007,14(5):1-4.
- [9] 曹湘君. 对我国体育目的和任务的探讨[J]. 北京体育学院学报,1980(3):7-14.
- [10] 吴翼鉴. 体育目的问题之我见[M]. 体育学刊,1995,2(3):19-22.
- [11] 卢元镇. 中国体育社会学评说[M]. 北京:北京体育大学出版社,2003:216.

