

## 美国小学体育对我国小学体育改革的启示

陈莉

(四川师范大学 教育科学学院, 四川 成都 610066)

**摘 要:** 运用“以研究者为研究工具”的质性研究方法, 对美国波士顿地区两所公立小学以及与小学生相关的体育系统进行深度调查, 发现美国小学体育由开放的学校体育课程和立体的社会体育网络共同构成。对我国小学体育改革的启示主要有: 在器物层面, 小学需要与社区、社会在场地、设施等方面实现共享; 在制度层面, 小学体育的管理与投入可以采用多方参与的社会治理模式; 在认知与精神层面, 需普及三维健康观, 并从社会文化的高度发展小学体育。

**关 键 词:** 体育课程; 小学体育; 社会体育系统; 质性研究; 美国

**中图分类号:** G807.2 **文献标志码:** A **文章编号:** 1006-7116(2018)06-0112-05

### Inspirations from elementary school physical education in the United States to elementary school physical education reform in China

CHEN Li

(School of Education, Sichuan Normal University, Chengdu 610066, China)

**Abstract:** By using such a qualitative research method as “using researchers as a research tool”, the author conducted an in-depth investigation on two public elementary schools in the Boston area in the US as well as local sports systems in relation to elementary school students, and found that elementary school physical education in the US is composed jointly by open school physical education courses and 3D social sports networks. Inspirations from elementary school physical education in the US to elementary school physical education reform in China mainly include the followings: at the level of equipment, elementary schools need to realize sharing with communities and society in terms of playground and facility; at the level of system, elementary school physical education management and investment can adopt a social governance mode participated by multiple parties; at the level of cognition and spirit, China needs to popularize the 3D health view, and to develop elementary school physical education from the height of social culture.

**Key words:** physical education curriculum; elementary school sports; social sports system; qualitative research; USA

2017 年党的十九大报告将全民健身上升为国家战略, 提出包括全民健身和竞技体育全面发展的体育强国战略目标。小学体育是这一战略实施的基础, 小学体育的发展方向、发展模式可以有哪些选择呢? 了解别国的小学体育模式也许可以为我国小学体育改革提供一些新思路。2016—2017 年笔者到美国波士顿访学期间, 作为教育研究者, 除研究之外还申请到公立小学做志愿者, 每周两个半天时间到一个二年级班级做教师助理, 得以近距离深入观察美国小学的各项活动。与班上孩子们一样, 我也最喜欢学校里的体育课。

同时我 7 岁的儿子入读当地另一所公立小学, 他在国内上学时非常不喜欢体育课, 但在美国小学, 体育成为他最喜欢的课程, 还对篮球、足球、滑冰等当地孩子热爱的运动产生强烈兴趣。美国小学体育为什么具有这么强的魅力? 它成功的经验是什么? 从 2017 年 1 月至 2017 年 9 月, 我对我志愿服务的公立小学和我儿子在美国的体育经历开展了有计划的跟踪调查, 运用“研究者本人作为研究工具”的质性研究方法, 在自然情境下对美国小学体育进行整体性的调查, 总结美国小学体育的经验, 思考美国小学体育对中国小学体

育改革可能的启示。

## 1 开放的美学校体育

在波士顿,我志愿服务的K小学是位于剑桥镇的8分公立小学(美国独立的非营利性组织Great Schools根据严谨的质量标准对全美各州的学校进行1~10分的评分,8~10分被认为是优质学校),我儿子入读的P小学是位于布鲁克林镇的10分公立小学。在K小学,我每周两个半天跟班,这样一周有机会观察一次体育课、两次课间活动,运动会则全程参与观察。我每天跟儿子交流他在P小学,参加学校体育活动的感受,观察他的态度与行为。除学校里的体育课,我还为儿子报名参加社区课外体育兴趣班、校外专业俱乐部的滑冰训练班、以运动为主的夏令营。通过这些经历可以看到美国小学生所能获得的体育资源并不仅仅是学校开设的体育课程,还包括非营利机构、体育教育企业、专业协会等机构提供的体育活动,这些体育机构既分享共同的体育理念又有明确分工,既协作又有竞争,共同构成小学体育的立体框架。

### 1.1 美国学校体育课程的设计与组织

在K小学和P小学,一周有3节(45分钟/节)体育课。在K小学,体育课是典型的SPARK模式(Sport体育,Play玩,Active积极的,Recreation娱乐,Kids孩子们):上课以游戏为主,游戏整合跑、跳、伸展、承重、协调、合作等多种身体活动,很少有单一动作的强化练习;大量球类活动,以享受这项运动的快乐为主,在趣味对抗中学习该项运动的基本规则与技能技巧;鼓励学生主动参加,重点在于激发学生潜能;没有体育考试,对学生体育成绩没有统一要求。

### 1.2 美国学校体育课程对学生的影响

体育课游戏设计有趣、氛围轻松,孩子们参与积极性普遍很高;同时,每节课活动量相当大,可以观察到教师和学生出汗较多。根据孩子们在体育课内外互动还可看到:体育课上表现出众的学生通常也是班上受欢迎的“明星”;体育课上合作次数多的学生通常也是日常生活中的好朋友。可见体育不仅锻炼孩子们的身体,还对他们社会性发展有重要影响。

我没有直接参与观察过儿子所在P小学的体育课,但哪天要有体育课,孩子从早上就开始期待。上学路上有时候会碰到老师,孩子见到体育老师,比其他老师都要更热情地打招呼。就孩子表现来看,孩子在体育课上能体会到快乐,在体育课上与同学、与老师的互动比其他课程要多。当然,也许这是因为我儿子的英语不是很好,在其它课堂上与老师、同学的交流不是非常流畅,而在主要通过身体语言交流的体育

课上,孩子能跟老师、同学进行更自如的沟通和合作。这也从另一个侧面反映了体育不仅是身体的教育,还对学生心理、社会适应方面有直接影响。

### 1.3 美国学校体育场地设施的管理

在学校体育场地与设备方面,K小学与P小学差距较大。K小学由于是与另外一所中学相邻,所有的体育场地和设施共用,包括室内篮球馆、体操馆,室外标准百米直线跑道、足球场,在离学校约300米的地方有社区公共橄榄球场。P小学位于中产阶级聚居区,并没有一个属于自己的直线跑道。体育课的场地主要有3个:(1)食堂上面的二楼有篮球场大小的空间(不是篮球场),与教室隔了一个楼道,这里是天气不好时的室内体育教室,可以开展一些不激烈的室内游戏;(2)教学楼旁边的小活动场地,形状不规范,其中一块200平米左右的场地做地面软化防护,上面安置大型的攀爬器材,这里是午饭前后孩子们自由时间的乐园。由于地面防护比较到位,即使孩子从器材上不小心掉下来也不会受严重的伤,所以孩子们基本上是散放着在这块区域玩耍,老师并不需要特别在旁边监护。其余地方就是草坪,自由活动场地。(3)有简单围栏的户外操场,包括4个标准篮球场和一大片草坪,这里是天气允许户外活动时的体育课场地。这个操场虽然有围栏,但并没有封闭,在非上课时间,社区居民可以自由进入。总的来看,这所学校的体育场所虽然不大,但可以满足日常体育活动的需要;虽然看起来非常简单、但朴实,防护得当。

### 1.4 美国学校运动会的主题

一年一度的学校运动会是美国小学师生热切盼望的大事。美国小学的运动会更强调每个人的参与,没有跑步、跳远、跳高这些常规项目,也没有拔河这样高对抗性的项目,更多的是具有趣味、个人挑战性的项目。比如说扔鞋子比赛,比谁把自己的鞋子扔得最远;个人挑战项目包括攀岩、滑索等。各个项目难度有高有低,有强调力量的,也有要求灵活性的,每个孩子自愿选择、排队参加项目。P小学与K小学的运动筹筹资、活动设计与组织都是家委会,场地在学校附近的大型公园。老师和学生都自由参与,很多项目都是亲子活动。由于活动丰富有趣,师生参与度都非常高。

美国小学阶段学校体育的整体特点可以用“开放”来形容:(1)课程目标开放,没有强制性要求每个孩子必须达到一个预先设定的统一目标,允许孩子差异性发展;(2)课程内容开放,美国学校体育没有国家统一的教学大纲,教师自主设计课程,每堂课会有多组活动供孩子们选择参与;(3)物理空间开放,学校的体育活动会到校外场地开展,学校体育场地也会对社会公

开,资源共享程度很高;(4)社会空间开放,以家委会为代表的社会组织在学校体育事务中发挥着重要作用,P小学的运动会的完全是由家委会筹资、计划、组织实施的,教师和学生都是自愿参加,K小学的运动会的则是由教师 and 家委会共同组织的。

## 2 立体的美国社会体育网络

波士顿的小学周一至周四是 14:30 放学,周五是 13:40 放学,基本上每个孩子放学后都会参加课外兴趣班。体育是大多数美国孩子课外兴趣班的首选。这些课外体育兴趣班与学校的密切程度存在差异,但都以学校为中心向外发散,构成社会体育网络。

### 2.1 家委会统筹的课外体育兴趣班

“P 学校延长日”(P School Extended Day,简称 PSED)是在州政府正式注册、P 小学家委会管理、全部由家长任职的非营利性机构,所有经费来自于社会捐赠。这一机构成立的目的是为 P 小学所有学生提供高质量、丰富的放学后托管与兴趣班。PSED 机构与小学平等合作的同时保持完全的独立。学校在 PSED 中扮演“咨询者”的角色,为机构活动的开展提供意见,但没有权力干预机构的工作。

“丰富计划”(enrichment program,简称 EP)是 PSED 提供的放学后兴趣班,以艺术、体育、科学为主。以 2017 年度的课程来看,体育类课程既有足球、击剑这样的专业课程,也有“超级体育”(super sport)这样的游戏类课程。EP 体育活动场地有的在学校,有的在学校附近其他机构。我儿子曾经参加过的“超级体育”就在学校附近的教堂开展,放学后由 EP 的教师把孩子们从学校带到教堂活动室,家长只需要训练结束后去接孩子就可以。

PSED 与学校、社区的关系非常密切,租用学校、社区场地需要付费,但相对便宜,因此,孩子参加 PE 的费用相对于其它校外兴趣班要便宜很多,而且时间、场地与学校无缝对接,对孩子、家长都非常方便,所以 PE 课程非常受欢迎,在线选课时往往需要“抢”。

### 2.2 体育教育公司提供的社区体育兴趣班

PSED 提供的公益性体育项目虽然非常受欢迎,但数量有限,主要还是靠社区内的培训机构满足大多数孩子放学后体育活动的需求。开学时学校老师会给孩子们发课外兴趣班的宣传单,这些兴趣班以体育和艺术为主,其中体育类兴趣班数量大大超过艺术类。教师在发放这些宣传单时,不会做有倾向性的推荐,只是提供信息,完全由学生、家长自由选择。关于社区体育机构的资质,学校也并不需要对之负责,完全依赖成熟的市场体系与信用系统。

大多数社区体育机构都是营利性的,主要通过收取学费来维持运营。因此,优胜劣汰的市场规律要求这些营利性体育机构提高服务质量、改善机构管理效能,开发出别人不可替代的特长、特色项目以求在竞争中取胜。

尽管要面临激烈的市场竞争,社区体育活动组织的使命和价值观并不局限于体育本身,以布鲁克林镇最有影响力的 Viking Sports 为例,这家成立于 1993 年的体育公司声明其使命是“通过体育建构一个全纳社区”,要为社区内所有人提供不同层次、不同风格的体育活动,帮助人们实现健康的身体、社交和情绪的全面发展,强调快乐是体育社区的主要内容<sup>[1]</sup>。即通过体育活动营造社区认同是社区体育组织的基本使命。经常会组织以家庭为单位的体育活动项目,在亲子关系、邻里关系建设方面起到促进作用。

在场地使用上,社区体育机构的活动、课程通常与学校共享场地、设施。社区体育机构的课程、活动大多是在放学后、周末、假期,这些时间段学校体育场地、设施都是闲置的。社区体育组织付费使用这些学校场地。如 Viking Sports 青少年组的项目主要就是在布鲁克林高中开展,布鲁克林高中是当地最好的公立高中,拥有 50 米恒温标准游泳池、室内篮球馆、体操馆、室外足球场、橄榄球场等齐全的体育设施。

在游戏与专业的关系上,这些由社区体育机构开设的校外体育兴趣班都有具体的专业特色,但活动方式仍然以专业运动游戏为主,目标主要是向所有愿意参加的孩子普及某一类体育项目。一旦在专业运动游戏中发现有天赋的孩子,通常会建议孩子去更专业的体育协会接受培训。这些校外体育兴趣班的教练基本上都参加了本专业的体育协会,他们与更专业的教练、训练队有密切的联系。

### 2.3 产业化发展的专业体育俱乐部

以快乐体育为主的课外兴趣班是学校体育课的延伸,专业化水平都不很高,要真正学习某一个体育项目,就需要进入专业体育俱乐部。这样的体育对孩子及其家庭来说意味着更多的时间、精力和资金的投入。受深厚体育文化影响,热门项目的专业体育俱乐部在招收新学员时并不困难。

我儿子每周要去有上百年历史的波士顿滑冰俱乐部学习滑冰。一位教练、两三个助手带十来个差不多级别的孩子练习。教练带着练基本运作,助手协助。很快就能看出孩子们的进度不一样了。我儿子的滑冰天赋一般,而同时练的那一批里有孩子天赋很高、进步很快。几次课下来,教练就建议那些有天赋的孩子找一对一的教练专门练。我儿子继续小组学习。虽然

滑得不太好,但也能慢慢享受这项运动的乐趣。除少量时间对外公开场地,这个俱乐部大部分时间和资源都用于培养专业运动员,俱乐部培养很多优秀的世界级运动员。每年俱乐部要举办两三次世界级运动员的表演赛,且邀请业余小学员与这些明星运动员同台表演。每个学员都可以自愿报名参加,只是需要接受更多额外的练习,服装等也要专门准备。考虑到时间、费用,我没有给孩子报名参加,他的一个好朋友参加一次这样的盛会,回来后非常激动,对冰上运动的热情更是被激发出来。

在暑假,我儿子还参加一个以运动为主的夏令营,夏令营期间组织大家去观看了一场波士顿红袜队的比赛。虽然那天特别晒,也看不太懂规则,但赛场的氛围、好吃的冰淇淋让孩子非常高兴,对棒球、对红袜队的认识和感情都有很大的提升,甚至我们准备回国时,孩子还要求要一套红袜队的队服留作纪念。

无论是滑冰俱乐部里的初学者与世界级选手的同台表演,还是夏令营组织孩子们观看当地最有影响力球队的比赛,这些活动让孩子们对一项运动更能产生一种自豪感、认同感,从而激发他们更多地参与到这项运动中去。

#### 2.4 随处可见的公共体育场地与设施

波士顿公园是美国公共体育场地典型代表。建于1634年的波士顿公园是全美第一个城市公园,位于波士顿市中心,占地20万平方米。每天都有很多人在公园里跑步、散步、嬉戏。除了日常的休闲娱乐,位于公园北面的“青蛙池”夏天可以戏水、冬天可以滑冰,全部对孩子免费开放。需要强调的是公园里的冰场是由最大的专业滑冰俱乐部——波士顿滑冰俱乐部负责提供场地维护和活动组织,12岁以下的孩子可以不限时免费滑冰。在新年时,俱乐部还会在公园里为民众免费奉献几场高水准的冰上表演。

除了作为地标的波士顿公园外,还有数不清的大小公园。基本上每个公园都有一个大草坪,可以供各类球类运动开展。安置有攀爬架、秋千、滑梯的儿童游戏区也是随处可见。每个公共活动场地边都有相关建造历史的介绍,也无论规模大小、地理位置在哪里,都建设、维护得非常好:地面都作了防护处理,设施设备及时维护、更新,我带着孩子体验了数十个儿童公共游乐场,没有遇到过一次公共游玩设施有破损的情况,孩子们均可安全、放心地使用这些公共设施。

除了居民的自由体育活动,一些自身场地有限的学校和校外体育机构也会利用这些公共场所开展体育活动。如K小学和P小学的运动会上不仅全校师生可以参加,学生的家庭成员也可以参加,有些家庭不仅父

母,兄弟姐妹也一起来参加学校的运动会,这样学校的体育场馆肯定是不够的。就我所经历的,这两所学校都把学校运动会安排到学校附近的大型公园进行。

因此,随处可见的公共体育场地和建设、维护良好的公共体育设施是整个城市体育,包括小学体育最大的投入,也是最坚实的基础。

### 3 对我国小学体育改革的启示

美国教育从整体上来看属于地方分权的管理体制,州政府主要负责本州的教育事务。因此,美国各个州的教育政策、资源、发展水平差异非常大。本研究所调查的波士顿是麻州的首府,拥有哈佛大学、麻省理工大学等上百所大学,是全美人口受教育程度最高的城市,福布斯杂志认为波士顿拥有全美最好的大城市学校系统。因此,波士顿地区的小学体育应该反映的是美国小学体育的先进水平而不是平均水平。

波士顿地区公立小学体育的经验主要体现在学校体育与社会体育的相互依存、相互促进,由此给我国小学体育改革带来如下启示:

#### 3.1 在器物层面,美国小学与社会在体育场地、设施等方面高度共享

通过体育场所的共享,首先可以实现资源共享,减轻学校资源投入的压力,特别是一些大型的、高度专业化的场地、设施、设备的建设与维护,即使是对经济高度发达的波士顿地区的公立小学来说也是不可能的,而借助社会力量则可以为学校体育课程提供更多资源;其次,通过开放体育活动的物理空间,还可以帮助实现体育项目的推广,如大量公共的橄榄球场、篮球场、足球场,学校、社区都可以免费使用,对这些项目的推广无疑是有积极作用的,特别是波士顿公园里由专业滑冰俱乐部运营的公共冰场,免费对孩子们开放,并不时地组织专业运动表演,既丰富了社区的体育文化,又有效地推广这一当地的传统体育项目;最后,学校和社区的体育场所共享,还有力地推动了社区融合。

反思我国的小学体育,尽管从2005年就提出“学校体育与社区体育互动”<sup>[2]</sup>和“学校、家庭、社区体育一体化的网络发展”<sup>[3]</sup>,但至今学校体育与社会体育在物理空间上仍处于相互隔离的状态。从美国的经验来看,小学体育与社区体育的互动实际上主要是小学在场地、设施、物资等方面高度依赖其他机构。相反,我国学校体育场地、设施往往比公共体育场地、设施还要好很多。如果要实现学校与社区体育互相开放,结果只能是学校体育场地、设施被校外人员挤占,这从当前引起广泛争议的“广场舞占领篮球场”等事件就可以反映出来。因此,当前我国小学体育与社区体

育的不能互相开放,最根本的原因还是公共体育资源的不足。多年来,公共体育服务财政投入占国民生产总值的比例只是在0.05%左右徘徊,其中群众体育占公共体育服务财政投入的还不足10%<sup>[4]</sup>。根据美国的经验,小学体育作为全民健康的基础,高度依赖公共体育,因此,加大对公共体育的投入是提高小学体育水平的重要方面。

### 3.2 在制度层面,美国小学体育的管理与投入实行地方为主、多方参与的治理模式

美国联邦政府在1995年制定《迈向未来:国家体育标准内容及评量手册》,这一被称为国家体育标准的政策对美国学校体育的影响是划时代的。但根据教育立法和教育投入制度,各州根据联邦政府的国家标准再制定本州的体育标准,而标准的具体实施则由各学区教育局掌握。因此,虽然有国家体育标准,但美国不同州、不同学区的体育标准仍然有较大差异,更多的与当地经济、人口、体育传统等相关。而且在学区的学校体育事务上,除了教育行政部门和学校,当地的非营利组织、体育教育企业、专业体育协会都深度参与学校体育事务,极大地丰富了学校体育的资源,并在推动学校体育本地特色化发展以及培养全员体育、终身体育方面发挥了重要作用。

我国小学体育的管理体制,可以用统一、封闭来形容,从整体上来看仍然是“举国体制”,教育部和国家体育总局都设置了与青少年体育相关的主管部门,地方政府相应应有下级机构设置,但“教育、体育两个行政主管部门对青少年体育的发展关联程度较低,条块分割的政府体育组织管理机构设置现状,不利于从青少年全面发展的角度综合开展对青少年体育的指导与管理。”<sup>[5]</sup>一方面,学校体育的行政主管部门内部存在条块分割,从而难以有效地管理学校体育,使体育与其它学科相比明显被边缘化;另一方面,自上而下的高度统一要求又使得学校体育缺乏足够的地方特色和个性,几乎所有的孩子都要求达到一个统一的硬性标准,体育成为应试教育的一个组成部分,体育成为学习的压力而不是基于内在需要的快乐之源。此外,小学体育主要依靠政府投入、政府管理,其它社会组织基本上不能参与学校体育事务,特别是难以参与学校体育事务的决策,难以真正实现学校体育与社区营造、专业体育的有效合作与共同发展。因此,提高政府指导、管理小学体育效能的同时,有必要在深化社会治理转型的大背景下,建构起多方参与的学校体育治理模式。

### 3.3 在精神层面,“体育”在美国社会是一种全民信仰

美国当代作家、制片人Gotham Chopra在2015年拍摄的6集电视纪录片《体育宗教》(Religion of Sports)在全世界引起强烈反响,他通过对美国人参与体育活动的观察与拍摄记录,认为体育在美国人的生活中有着宗教一样的地位与作用,体育不仅塑造着人的身体,还塑造着人的精神,在包括美国在内的很多社会里还塑造着社会形态。事实上,就本研究所观察到的,美国小学里最受欢迎的学生是体育优秀生,美国社会里体育明星也会被视为英雄。欣赏体育、参与体育成为大多数美国人生活的必要组成部分,体育也是美国孩子社会化的重要途径之一。文献检索可以发现当前以美国为主的西方国家体育社会化研究的高频词前两位的是“参与”和“感知”,体育的健身功能逐渐由一维的体质健康逐渐转换为“身体”“心理”和“社会适应”的三维健康<sup>[6]</sup>。

而在我国,“万般皆下品,唯有读书高”的观念根深蒂固,“只有学习不好的孩子才练体育”也是被普遍接受的偏见。很多家长都有小学体育就只是体质练习,甚至就是为完成“达标”任务的认知。不仅语、数、外课程学习挤占体育活动时间被视为可以接受,而且因为孩子们为了完成体育考核标准接受大量枯燥的重复练习,“喜欢体育,不喜欢体育课”成为我国小学里的常见现象。因此,要实现快乐体育与竞技体育共同发展,让体育成为个人可持续全面发展、社会健康发展的要素,有必要从认识上普及三维健康观、从情感上培养全民对体育的热爱、从文化上塑造有特色可持续发展的体育文化。

### 参考文献:

- [1] About Viking Sports [EB/OL]. [2017-10-20]. <https://www.vikingcamps.com/about/>.
- [2] 李娟,牛静.论学校体育与社区体育的互动[J].体育学刊,2005,12(5):95-97.
- [3] 林朝晖.“学校、家庭、社区”体育一体化的网络发展研究[J].中山大学学报论坛,2005(3):279-282.
- [4] 邵伟钰,王家宏.中国公共体育服务财政投入研究[J].成都体育学院学报,2015,41(3):36-40.
- [5] 张绰庵.青少年体育综合改革的理性思考[J].北京体育大学学报,2014,37(8):1-5.
- [6] 李晓栋,吕夏頔,祁海南.国外体育社会化研究的前沿热点与演化分析[J].中国体育科技,2017,53(5):22-36.