

# Discussion on Japanese Schools' Sports Situation and Inspiration

Yongchang Yang, Yuanyuan Luo, Yulei Jiao

Chengdu Sports University, Chengdu  
Email: yang.yongchangqq@hotmail.com

Received: Aug. 4<sup>th</sup>, 2012; revised: Aug. 16<sup>th</sup>, 2012; accepted: Aug. 20<sup>th</sup>, 2012

**Abstract:** With the development of modern science and technology, Japan's economy has had a phenomenal growth since the 1970s. And so far its economy is the world vanguard, which gets promotes Japanese society towards informationization, internationalization, diversification, population aging and change values and other aspects more. These changes influence the Japanese primary and middle school students' life and consciousness and promote the reform of the school education affect the life and consciousness of Japanese middle school students and pupils and accelerate the reform of Japan education. School sports education as an important part of education career is not allowed to ignore should never be neglected. In order to take reference for school sports reform experience from other countries use the other countries' reformation experience, this paper mainly adopts the literature secondary research method use documentation method to collect the every stages' development of Japanese education. And this paper draws inspiration from the study of the current situation of Japanese sports education, thereby provides useful information to the development of our country's sports education. With select content of courses, Japanese education aims to foster students' attitude of lifelong sports attitude, and improve students' physical strength, athletic ability build up strength and emphasizes on fostering student's academic ability in physical education, focusing on the selection of teaching content thus the implementation of school sports and family, social sports integration. So as to integrate the school education, home education and social education.

**Keywords:** Japan; School Education; Actuality; Inspire

## 浅谈日本学校体育的现状及启发

杨永昌, 罗媛媛, 焦玉雷

成都体育学院, 成都  
Email: yang.yongchangqq@hotmail.com

收稿日期: 2012年8月4日; 修回日期: 2012年8月16日; 录用日期: 2012年8月20日

**摘要:** 70年代以来, 日本经济随着现代科技的发展而突飞猛进, 至今已列世界前茅, 这促使日本社会向着信息化、国际化、多样化、老龄化方向发展, 并引起价值观等多方面的变化。这些变化影响了日本中小学生的生活和意识的改变, 促进了学校教育的改革。学校体育作为教育事业的一个重要组成部分, 不容忽视。日本学校体育是以培养学生终身体育态度和提高学生体力、运动能力为目标, 以培养学生体育学科能力为重点, 精选教学内容, 从而实行学校体育与家庭、社会体育一体化。为借鉴其他国家学校体育改革经验, 本文主要通过文献二次研究法, 收集与日本学校体育的发展有关的资料, 对日本学校体育现状进行研究, 并试着从中得到相应的启发, 从而为我国学校体育发展提供借鉴。

**关键词:** 日本; 学校体育; 现状; 启发

## 1. 前言

学校体育是教育事业的一个重要组成部分。纵观国内外学校体育的发展：在管理体制模式上形成了集中管理体制、地方管理体制、共管体制三种模式。确立了促进身心全面发展、奠定终身体育基础、多种因素结合发展的学校体育发展目标。奠定体育课法定地位，强调围绕学生的个性发展和运动兴趣，师生主导、主体地位，人体身心运动规律编写教材、组织教学。学校体育教育追求长期效益和健康教育的结合，正在走向多元化、现代化和体育管理的信息化、科学化。

体育的发展应以人的发展作为逻辑起点，并为每个人的全面发展提供最大的可能性。从这个意义上说，在整个体育范围内，学校体育无疑具有独特而重要的地位和作用。日本作为亚洲最发达的国家之一，其学校体育发展已很完善。

## 2. 现阶段日本学校体育发展的现状

近代日本学校体育教育与我国的学校体育教育有着密切的联系。中国早期学校体育教育的发展，直接受到了日本学校体育教育的影响。由于政治和历史等问题的干扰，中间曾经中断了几十年的联系。直到70年代后期，日本学校体育教育理论又再度波及我国。如：健康教育论、体力论、快乐体育、生涯体育、方法论等等，这些对我国学校体育教育都有着广泛的影响、但是还有一些学术理论、观点在我国学校体育教育研究中借鉴的不多，“运动文化论”就是其中之一，而这一理论在日本学校体育研究中有着广泛的基础<sup>[1]</sup>。现阶段日本学校体育发展的主要几个方面。

### 2.1. 日本现代学校体育发展阶段的历史演变

20世纪中叶，在美国的大力扶持下，日本经济得以振兴。随着出口型工业的高速发展，客观上，对能够承受较大劳动强度，工作态度兢兢业业，乐于奉献的社会劳动力的需求急速上升。学校体育为适应社会大生产的需求，逐步把培养学生的“学力”和“基础体力”作为其主要任务。加之日本竞技体育在1952年赫尔辛基奥运会和1956年墨尔本奥运会连续两届失利，使日本政府痛感提高国民素质的重要性。1958年文部省修改了体育学习指导要领，体育由过去的教师自主地创造性教学，变为在学习指导要领统一指导

下进行教学，教材也根据学习指导要领编写。学校体育以培养学生的基础体力和运动能力为目标。学习方法上放弃问题解决学习，采用系统学习方法。为了在东京奥运会取得好成绩，以显示战后日本的强大，1961年颁布了“体育运动振兴法”，重视发展竞技体育，提高运动成绩。从此，学校体育结束了民主主义为指导思想的生活体育。

东京奥运会之后，日本为了适应产业社会的需要，根据“人均所得被增值政策”和“人的能力开发政策”，逐渐淡薄竞技体育，着手研究增强国民体育的方法和措施，并着力开发“运动处方”，以提高身体素质。1968年到1970年先后修改了小学、初中和高中的学习指导要领，由过去的提高运动能力彻底转向增强体力。由于增强体力教育的实施，日本青少年的体力大幅度提高。但是，体育教学和课外体育活动缺乏娱乐性和文化性，逐渐成为机械的身体训练。学生开始厌烦体育课，喜欢体育课以外的自由运动。在这种情况下，一些从事学校体育研究的教师，开始批判这一单纯从生物学的角度去增强体力的弊端，主张对学校体育进行改革，生涯体育和快乐体育应运而生<sup>[2]</sup>。

### 2.2. 日本学校体育改革的基本目标

学校体育的目标是学校体育发展方向和实施改革进程的具体体现，日本体育保健审议会根据中央教育审议会报告的指导思想和21世纪社会发展的需要，确立面向新世纪学校体育的基本目标为“通过学校、家庭和社区整个过程促进学生在日常生活中进行体育活动，提高学生的体力和运动能力，使之能够精力旺盛地生活和学习。培养学生终身爱好体育、保持增进健康，并自主地进行体育活动的能力和态度”。从以上学校体育的基本目标可以看出未来的日本学校体育将沿着以下两条主线展开，一是在终身体育思想指导下重视培养学生终身爱好体育，并自主地进行体育活动的能力和态度。二是针对学生体力和运动能力普遍下降的现实把提高学生的体力和运动能力摆到学校体育的重要位置<sup>[3]</sup>。

为实现学校体育的总目标根据学生不同时期生长发育特点明确了相应的具体目标。培养学生终身爱好体育，并自主地进行体育活动的能力和态度。培养学生在不同时期对运动的快乐体验不仅仅是单纯从

学生的兴趣出发,更重要的是通过运动获得达到自己目标后的快乐体验。这种成功后快乐体验的不断积累便是培养终身体育的基础,最终达到增强体力,增强健康的目的。为实现目标,在体育教学和运动过程中要使学生理解增强体力的必要性。特别是随着五日制的实施,学校体育课教学时数削减,学生自由时间增多,紧紧依靠学校家庭社区各自负担一定的任务,形成以学校体育为主,以家庭和社区体育为辅的一体化模式。同时,根据学校体育的目标精选体育教学内容改进指导方法,使学校体育教学更加科学化合理。

### 2.3. 日本重视对学生“学力”的培养

日本在战后一直把培养学生的“学力”作为学校教育和学校体育研究的重要课题。进入20世纪90年代以后日本由工业社会转向后工业社会,同时,城市化和高龄化社会的迅速发展,人们的生活方式发生了深刻的变化,体育运动已成为人们终身保持和增进健康、提高生活质量的重要内容。学校体育为了适应社会和教育发展的需要,在终身体育思想的指导下,提出了以培养学生对体育的关心、热情、良好态度为核心的新的体育学力观。新“学力观”把培养学生终身爱好运动和自主地运用知识技能进行运动的能力和态度作为核心内容,把培养学生的思考力、表现力和解决问题的能力放在第2位;第3是知识、理解和技能。

新“体育学科能力论”注重自主学习、独立解决问题、在生活实践中运用知识技能的综合能力的培养。这对于培养学生主动进行体育运动,适应社会发展的需要具有重要意义。日本的快乐体育就是在新学力观指导下实施的。经过10年的教学实验,在新学力观指导下的学校体育取得了很大的成果,具体表现为学生主动参加体育学习,对体育的关心程度明显提高。自觉参加体育运动的欲望和态度明显增强。但是,对学生的体力、运动能力和健康状况的调查结果却呈现下降趋势引起政府和社会的关注。日本在总结经验教训的基础上,对新学力观指导下的快乐体育进行反思,在新修订的学校体育指导要领中,把增进学生身心健康,增强体力提高运动能力作为学校体育的重要目标。并力图在新学力观和旧学力观之中取得平衡。日本学校体育时教训值得深思,我们应引以为鉴<sup>[4]</sup>。

### 2.4. 日本学校体育运动部的设置

20世纪60年代末日本文部省规定中学必须设置运动部,并纳入到学校教育计划之中。运动部的活动内容以各运动项目为主,是体育课教学内容的补充和延伸,活动时间为每天90min,运动部活动由校长负责管理,各科擅长体育的教师作为各部的指导教师,学生根据自己的兴趣爱好自愿参加各部活动。1989年新修订的中学体育教学大纲规定:“学校体育的目标是通过学校教育的整体过程来实现的,特别是在提高学生体力、运动技能和增进健康方面除了保健体育课外,要努力搞好运动部和特别活动(特别活动是指校内运动会、各种竞赛、校际比赛等),通过运动部和特别活动使学生掌握体育运动技能,并以此作为对学生进行安全教育和培养学生终身体育、终身健康的基础”。由于运动部活动是学生根据兴趣爱好自愿参加,自主管理,从而提高了学习的主动性和积极性。

为进一步提高运动部活动的质量,日本文部省还对学校运动部活动进行了相应的改革,规定今后学校可向社会招聘兼职教师担任运动部的指导工作。为了保证活动内容的多样化,学生可根据季节和兴趣选择两个以上运动部参加活动。并要求学校运动部活动与运动训练相结合,为培养优秀运动员后备人才做贡献。同时,学校运动部活动向家庭和社区体育延伸,形成学校运动部活动和家庭、社区体育一体化。运动部在提高学生体力和运动能力的同时注重培养学生学习的主动性和参加体育运动的兴趣习惯,为终身体育和终身健康奠定基础。

## 3. 日本学校体育带给我们的启发

众所周知,我国近代的学校体育受美国、西欧和日本的影响,建国后长期受苏联体育教育体系的影响,到了70年代后期体质教育确立了重要地位。80年代后期“快乐体育”、“终身体育”等思想又相继影响了我国的学校体育。日本学校体育教育的改革对我国学校体育的改革和发展产生了一定的启发。

### 3.1. 明确现阶段学校体育改革的指导思想和目标

综观日本学校体育指导思想的变迁,可以发现其具有明显的阶段性目标,这点几乎可从每十年修订一

次的《学习指导要领》中得到充分的反映。培养学生体育能力是随着现代社会的发展,在对学校教育和体育提出新要求的基础上产生的。国内外现代教育家都十分重视在各种教学中培养学生的能力,这已成为当今教育发展的趋势,从日本生涯体育的理论中可以看出,培养能力,终生受益是核心问题。

学校体育中的能力培养包含体能和智能两个方面,具体体现在培养学生有自我身体完美的要求掌握现在和未来社会生活中必需具备的运动技能,掌握在各种条件下进行自我锻炼的科学知识、方法,为培养经常锻炼的良好习惯,发展学生的思维能力,打下终生锻炼的基础。对我国现阶段学校体育的目标可作这样的描述:增强学生体质,促进学生身心和谐发展,培养学生的体育能力和良好的思想品质,使其成为具有现代精神,德、智、体、美全面发展的社会主义建设者<sup>[5]</sup>。

### 3.2. 对学校体育教学内容及教材的思考

首先,我们学校体育的目标要求我们的体育教材一定要含有知识和技能因素,近年来小学、初中、高中、大学教材内容重复使用,以及体育课教学、教法的重复都已引起体育教师的重视。进入 90 年代,随着教学改革,体育课的内容也出现了多样化的局面,但竞技运动作为体育的主教材仍然没有改变。在课程设计上,大多数高校体育课是按照 12%理论课对 8%术科课进行课时安排的。

因为体育课的形式、内容、方法都要围绕体育目标而定,因此高等学校体育课的主教材都是以竞技体育项目内容为主,也就是 Sport。但是用 Sport 做教材不能完全满足目标的需要,众所周知纯粹的 Sport 应包括以下的基本条件:大肌肉群参与的激烈身体运动;双方的对抗性;对抗下的胜负观;对抗下的平等主义原则;国际统一规则的存在;国际性(广泛性)<sup>[6]</sup>。严格地讲只有存在上述基本条件才能称为真正的 Sport。显然在学校体育教学中只能用改良后的 Sport,或者说是取之一部分。按现行的教材内容分析,应当说只有将运动文化、身体文化和 Sport 相结合的教材,才能满足学校体育目标的需要。

从战后日本学校体育目标变革中我们可以意识到,如果一门体育学科会随着时代变化而改变自身的

目标,那就说明学科本身出现了偏差,如同日本运动文化论学者在几十年前论述的“下请理论”一样,追求非自身本质的东西,不按着自身轨迹去发展,而是受政治、社会经济形势的左右,注定是错误的,是经不起时间考验的。因此学校体育目标总是在变化中,而运动文化论的研究者们从 50 年代起为追求运动文化的本质、属性以及为继承、发展运动文化做了不懈的努力,把它作为学科目标来追求一直没变,直至今日。

### 3.3. 学校体育与体育教学职责的重新定位

迄今为止我国学校体育和体育教学基本上都是由体育教师负责,实际上由于体育教师数量有限难以完成如此繁重的工作量,致使学校体育难以有更大的发展。学校体育是学校教育德、智、体三育中的一育,理应由全校教师负责,关于这个问题日本解决得比较好,日本学校的课外体育活动和运动队训练由各科擅长体育的教师进行指导,体育教师只负责体育教学,以便提高体育教学质量。只有把学校体育和体育教学的职责重新定位,各尽其职,齐抓共管,学校体育才能有更大的发展。

综上所述,由于受条件的限制,我们只是从几个侧面对日本学校体育作粗略的分析,我们认为这些确实对我国学校体育的改革有不少启示。当然,日本学校体育也存在不少问题和不足之处,如受其教育制度的影响,在学校体育中,过于强调发展学生的个性,而在某种程度上忽视教师的主导作用,以“儿童为中心”的学说,贯穿于学校体育各个环节之中。本着扬我之长,为我所用的思想,通过比较,吸取日本有益的东西,可启迪我们深化学校体育改革的思路,也许有助于我们取得更多的实效。

## 4. 结语

纵观第二次世界大战以后日本的教育改革,正如志水宏吉所描述的那样,战后 60 年间日本教育的改革与变迁如同钟摆,在两个极端之间来回摆动、交替变换。两个极端分别是“重视态度”与“重视知识”。概而言之,1945 至 1958 年处于“重视态度”的极端状态;1958 至 1977 年则处于“重视知识”的极端状态;1977 至 2005 年又返回到“重视态度”的状态<sup>[7]</sup>;

而现在从 2008 年开始,好像又要向“重视知识”的方向摆动。毋庸置疑,“重视态度”与“重视知识”都十分重要,二者缺一不可,关键是如何处理好二者的平衡问题。

有鉴于此,我国的学校体育教育也应该引起注意,避免出现走极端的问题。目前有的学校过分强调“快乐体育”,体育课干脆采用“放羊式”,学生怎么高兴怎么上,完全不考虑体育教学规律;有的学校则过分强调“两基教育”,死抓基础,不讲究科学的方法。目前,我们国家的“新课标”仍处于试行阶段,我们应该总结经验吸取教训,广泛学习,从实际出发,以科学发展观为指导,按教育规律办事,切实把我们的学校体育办好。

## 参考文献 (References)

- [1] 陈隰,顾正俊,陈定炫. 战后日本学校体育教育改革的启示[J]. 体育与科学, 1999, 6: 16-19.
- [2] 汪晓萍,高力翔. 中国与日本现代学校体育发展阶段的比较研究(二)——两国学校体育的独立发展[J]. 南京体育学院学报, 2002, 16(5): 22-23.
- [3] 肖焕禹. 试析日本学校体育改革及其启示[J]. 体育科学, 1999, 19(6): 25.
- [4] 毕红星. 日本现代学校体育的演变[J]. 四川体育科学, 2008, 12(4): 5-8.
- [5] 曲宗湖,宋荣芬,毛振明. 从对日本学校体育的剖析谈我国学校体育改革的趋势[J]. 北京体育学院学报, 1989, 4: 32.
- [6] 中村敏雄. Sport 规则的社会学[N]. 昭日新闻社, 1991, 第一版.
- [7] 志水宏吉. 培养学力[M]. 东京: 岩波书店, 2005: 28-30.