# “双减”背景下我国学校体育价值自觉的实现路径

# Research on the Realization Path of Chinese School Physical Education Value Consciousness under the Background of “double reduction”

罗 赣[1,2]
LUO Gan[1,2]

**摘 要**:青少年的身心健康关乎国家的命运和前途,学校体育价值自觉实现的效果将影响青少年的身心健康。为此,对我国学校体育价值自觉实现问题进行了研究。研究认为:学校体育价值自觉是作为学校体育中的社会、学校、教师、家庭等价值主体在正确认识学校体育本质的基础上,积极、主动深思熟虑和理性地追求学校体育功利与真善美的统一,追求有利于人的健康、全面发展的价值,其表现形式为学校体育价值认知自觉、学校体育价值选择自觉和学校体育价值内化自觉。当前我国学校体育的价值主体在追求学校体育价值的过程中由于受到传统体育价值认知的依赖、价值选择失衡和青少年体育价值内化受阻而处于价值自发的状态。为了实现我国学校体育价值自觉,提出了相应的路径:在思想上转变传统体育价值观念,提升学校体育价值的认知水平;在价值选择上树立“立德树人”的学校体育理念,皈依学校体育的本原;在价值内化上搭建校内外一体化的学校体育价值内化路径。

**关键词**:学校体育;价值认知;价值选择;价值内化
**中图分类号**:G807 **文献标识码**:A **文章编号**:1008-2808(2022)01-0075-06

**Abstract**: The physical and mental health of teenagers is related to the fate and future of the country. The effect of realizing the value of physical education consciously will affect the physical and mental health of teenagers. Therefore, this paper studies the realization of the value of physical education in China. The results show that: the value consciousness of physical education is the natural value pursuit of the main body of physical education, which is manifested in the awareness of physical education value, the consciousness of physical education value selection and the consciousness of internalization of physical education value. In the process of pursuing the value of physical education, the value subject of physical education in our country is in the real state of value spontaneity because of the dependence of traditional sports value cognition, the imbalance of value selection and the obstruction of internalization of youth sports value. In order to realize the breakthrough and transcendence from the value spontaneity to the value consciousness of physical education subject, the corresponding paths are put forward: changing the traditional sports value concept in ideology, improving the cognitive level of physical education value; establishing

**收稿日期**:2021-10-27;**修回日期**:2021-11-17
**基金项目**:贵州省教育科学规划课题(编号:2021B170);湖北休闲体育发展研究中心2021年度开放基金项目(编号:2021C002);贵州大学2021年高等教育研究课题(编号:GDGJYJ2021008)。
**作者简介**:罗赣(1988-),男,讲师,硕士,研究方向为学校体育、山地户外与生态环境。
**作者单位**:1. 贵州大学 体育学院,贵州 贵阳 550025; 2. 湖北休闲体育发展研究中心,湖北 武汉 430062

the physical education concept of "foster character and civic virtue" in the value selection, converting to the origin of physical education; building the integrated physical education inside and outside the school in the internalization of value Value internalization path.

**Key words**: School physical education; Value cognition; Value choice; Value introjection

2020 年 4 月,中央全面深化改革委员会审议通过《关于深化体教融合促进青少年健康发展的意见》。文件明确指出要帮助学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锻炼意志,培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。这不仅为新时代学校体育的发展指明了方向,更为学校体育的价值追求确定了目标,也就是"促进青少年一代自由全面发展"。有鉴于此,青少年身心素质教育已在国家凸显出举足轻重的地位。2021 年 7 月,中共中央办公厅、国务院办公厅印发《关于进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担的意见》,"双减"政策出台半年来的学校体育实践中出现的诸如:中小学生活动 1 小时不能得到有效的保证,体育教师与家长的互动不足,体育场地资源短缺等问题,是需要反思的。为此,就"双减"政策背景下,学校体育如何实现价值自觉展开研讨,以期为新时代学校体育的改革与发展注入新的气息。

## 1 学校体育价值自觉的内涵及表现形式

### 1.1 学校体育价值自觉的内涵

人们对于事物的价值追求会经历两个阶段。第一阶段,价值自发即人们对于事物客观规律的认识尚不完全,往往被客观过程所支配,这时是主体追求事物的外在价值;第二阶段价值自觉,即人们在正确认知事物并掌握一定客观规律基础上,综合考虑眼前利益和长远利益、功利价值和真善美价值统一的,有计划、有目的的实践活动[2]。

这一概念也适用于学校体育的研究,学校体育本身作为一种价值实践活动也体现着学校体育中社会或国家、教育活动的实施者和学生等主体对学校体育价值的追求,正是这种不懈的追求推动着学校体育活动不断地前进与发展[3]。因此,可以将学校体育价值自觉理解为作为学校体育中的社会、学校、教师、家庭等价值主体在正确认识学校体育本质的基础上,积极、主动深思熟虑和理性地追求学校体育功利与真善美的统一,追求有利于人的健康、全面发展的价值。学校体育价值自觉是学校体育价值追求的高级阶段,主要表现在社会、学校、教师和家庭价值主体在追求体育价值过程中表现的价值认知、价值选择和价值内化自觉。

### 1.2 学校体育价值自觉的表现形式

1.2.1 学校体育价值认知自觉 价值是主体与客体所存在的一种关系,是客体的功能与属性满足主体需要的程度。体育价值认知体现了主体的人对体育客体的认识,有什么样的体育价值认知,就有什么样的理解和追求[4]。一方面,国家的政策引领和社会的整体价值认知会影响到人们对学校体育的价值理解[5]。中国的体育价值认知历程经历了价值感知或者价值经验阶段、理性价值认识阶段和价值预测阶段三个阶段。另一方面,社会的整体价值认知也会影响学校体育的发展方向。如果全社会都能认识到学校体育在促进个人和社会发展中的重要价值,那势必会营造全社会支持体育的发展,重视体育育人的良好氛围。

1.2.2 学校体育价值选择自觉 价值选择是主体与客体的相互作用,是主体根据自己内在尺度在了解客体属性功能基础上以最小代价换取最大利益的过程。人们的价值选择是在价值判断标准的基础上进行的。每个人进行价值判断的主观标准主要依据切身的利益。对于体育教师来说,一方面把选择从事学校体育活动作为一种职业满足其谋生的需要[6],但另一方面就教师这一职业的内涵来说,由于它是以培养和塑造人为目的的教育活动,生存与生计的第一需要终究知识低层次的价值追求。质言之,体育教师的价值选择应以学校体育的谋生价值为基础,以育人功能为目的来实现更高层次的价值追求。

1.2.3 学校体育价值内化自觉 美国心理学家凯尔曼(H. C. Kelman)将内化理解为将外在遵守的准则、信念纳入到自己的观念体系中并转化为自己的个体意识。学校体育价值内化是青少年主体在社会、学校、家长等主体在对其进行教育和指引下将国家颁布的体育政策文件和价值理念内化为个人的体育行为标准和准则的过程。在学校体育价值内化的过程中青少年主体主要受到微观环境和具体环境的影响[7]。作为体育价值内化的重要场所学校、家庭、社区构成了青少年学校体育价值内化的微观环境。具体环境主要指在促使青少年体育价值内化过程中具体的某个时间、地点和情景,

如以体育教师和教练主导的青少年参与的体育课、课余活动和运动竞赛等学校体育活动。学校体育价值内化自觉主要表现为,微观环境中学校、家庭、社区联合促进青少年学校体育价值内化,具体环境中体育教师充分利用体育教学和竞赛活动等具体环境向学生渗透体育价值。

## 2　学校体育的价值存在问题

### 2.1　传统体育价值认知的依赖

根据路径依赖理论,由于受到类似于“惯性”的影响,当涉及到相关事情时人们的思维和意识会锁定在固定的路径上,进而影响着人们的观念和行为[8]。价值认知作为一种社会意识,它的存在依赖于与之相吻合的社会现实,即使产生某种意识的社会存在消失,价值认知仍然存在。纵观学校体育的发展历史,在夏商与西周时期出于维护统治阶级的需要,体育的军事化训练一直饱受重视,春秋和战国时期也一直延续西周时期的“六艺”,孔子明确提出“文武兼备”的教育思想。然而,在秦朝之后当儒家文化逐渐升至社会主流思想时,人们开始出现重文轻武的思想倾向。这种思想倾向直到今天还一直深刻的影响着人们对于体育的价值认识[9]。所谓的“文德为贵,而威武为下”就是在此思想下衍生出来的体育价值认知。

1904 年清政府颁布《奏定学堂章程》,“体操”的出现开始为学校体育的价值正名[10]。在当下尽管教育部,国家体育总局出台的一系列针对中学生提出的“快乐体育”“阳光体育”“每天锻炼一小时”等文件,但无论从学校、家长和老师的重视程度还是从现阶段青少年的体质健康问题中都可看出,传统意识路径的依赖已深深植根于各主体对于体育的价值认知之中[11]。在重视程度上,家长们对体育的价值认知出现偏差,在孩子的幼年时期,家长更重视对子女进行智力与文化素养方面进行投资,如奥数班、作文班。除此之外,学校和教师主体也一致认为“学而优则仕”才更符合孩子今后的发展。为此,传统文化中阻碍学校体育发展的部分形成了人们路径依赖的心理因素,人们对体育的理解受到传统体育价值认知的支配。

### 2.2　学校体育价值选择失衡

由于价值选择要受到主体的能动性与客体价值多样性等特点的影响,对于学校体育价值众说纷纭。要想明确学校体育的价值,我们可以从教育的价值中探寻,因为体育本身就是教育的一部分,教育价值同样也适应于体育[12]。“本体论”与“工具论”是教育学史上关于教育的价值长期存在的两种不同观点。言及本体论价值论者主张教育应该以人的需要为价值选择的标准,服务于人的全面发展需要;工具论者则主张教育应为国家和社会的进步和发展提供优质服务。邵伟德指出同样作为教育特殊形态的学校体育也具有本体价值和工具价值[13]。学校体育以本体价值作为选择标准时可以满足学生身体发展与健身、运动技能、调节生活方式和促进人际关系的需求,而作为工具价值时是指政治价值和经济价值等,是通过体育作为一种手段来实现教育以外的价值。

不同的价值主体会有不同的价值选择,价值选择的差别是世界观、价值观、基本立场的基本体现[14]。因此,在实现体育价值目标的过程中,主体的价值活动也会表现出差别。近些年来由于我国青少年体质的持续下降,这种趋势对于国家优秀人才的培养埋下了潜在的障碍。国家出台一系列的文件来促进学生身体健康的发展,但由于部分实施者对政策的认识和推进能力的差异[15],其中“增强体质”成了一种达标的工具。实施者认为通过提升学生体质有益于学生健康的提高,强调“体质等于体育”,导致学生在学校体育中个体的情感和精神需要得不到满足,身体训练陷入了“应试教育”的泥潭。如部分体育教师迫于任务的需要,为了使学生符合《国家学生体质健康标准》只在乎分数的高低,“考什么就练什么”也已成为一种常态[16]。在这种情况下教师只注重体育目标的达成,难免会忽略比赛中学生价值观和体育精神等隐性财富的开发,出现“体育课教师教的累,学生练得苦”的现象[17]。此外还有学校为了迎合上级的检查,对学生的体质测试数据造假。这些都是学校体育过于注重学校体育的功利价值,而出现的失衡状态将会是出现的必然结果。

### 2.3　青少年体育价值内化受阻

从影响价值内化的外界环境因素来看,微观环境中的学校和家庭并没有很好的衔接起来。因此,教师通过学校体育所传播给学生的体育知识并不能很好内化为体育行为;从言传身教来看,榜样人物对于学生来说,在言语表达上不仅传递着“教化”的力量,而且在行为表现上也传递着“感化”的力量。体育教师由于受到专业化的师范教育和职前、职后培训,其优美的运动技能动作示范和附有技巧性的语言表达可以很好感染学生进行效仿。而当学生回到家之后,家长因其对于体育知识的浅显认识使他们很难做到准确的动作展示与教学进

而形成有效的指导;从体育氛围来看,在学校期间不管是体育课堂还是课间操锻炼还是学校举办的各种体育比赛,学生从不缺乏运动的氛围。但回家之后由于家庭资本和父母支持的差异造成了中高等收入家庭父母体育锻炼程度更高,进而对子女身体活动的支持程度更高,家庭体育氛围也更浓厚[18],而低等收入家庭的孩子受到的体育支持与感染力较小,部分家长反而成为制约青少年参加体育锻炼的最大因素[19]。

而从体育价值内化的具体环境来看青少年主体缺乏足够的体育实践。一方面,体育课程面对学校的升学压力和长期边缘化的尴尬地位,长时间处于"悬置"状态。学校体育的资源条件也缺乏足够的保障,使得学生缺少进行体育锻炼的物质基础。另一方面,有学者对各学段学生的体育课喜爱程度进行了调查,其结果显现各不同学段的学生对于体育的态度比较乐观,但这不足以说明他们真正热爱体育[20]。更有来自《中国学生健康相关行为与生活质量调查》结果显示,近五分之一的中学生每天将接近 1 个小时的时间花费在上网、看电视、打电子游戏上[21]。这些现象和事实都折射出学校体育价值内化环境和青少年学生缺乏足够的体育实践使得学校体育的价值无法内化于心,羁绊了学校体育价值自觉的实现。

## 3 学校体育价值自觉的实现路径

### 3.1 转变传统体育价值观念,提升学校体育价值的认知水平

随着知识经济时代的到来,学校体育不再成为简单的体育知识与技能传递过程,对于学生体育能力和素养的培育也是当前学校体育的重要任务之一[22]。并且《"健康中国 2030"规划纲要》的实施使学校体育融入了国家政策,上升到国家优先发展战略高度,赋予了学校体育促进学生身心健康和奠定健康中国建设基础的重要使命[23]。然而,对于传统体育价值认知路径依赖的改变不能仅仅依靠国家,更在于学校和家庭主体的改变。一方面,学校要从学生的角度设计和研究课程,为学生的健康发展实践和开发校本课程[24],使教学内容能够提高他们的学习动机,增强他们的学习动力,使他们认识到无论是智力水平的提高还是知识的习得都离不开健康的身体[25];另一方面,对于家庭来说,多项研究论证了家庭环境在青少年体育运动中促进的重要性,有学者指出家庭环境是儿童青少年学校体育的起点,也是整个儿童青少年体育环境建设的基础[26]。他们对于体育的价值期望信念(体育心理环境)和自觉地体育行为(体育行为环境)对青少年的锻炼行为有着重要的影响[27]。因此,学校应引导家长正确认识体育的价值,鼓励他们积极开展家庭体育活动,充分发挥自身支持、引导、促进青少年学生参加体育锻炼活动的榜样示范作用。

### 3.2 树立"立德树人"的学校体育理念,皈依学校体育的本原

马克思曾经说过"人们奋斗所争取的一切,都同他们的利益有关。"可见,对于工具理性"越位"现象是由于各不同主体对于学校体育利益诉求不同而引起的。但是从人本主义的学校体育思想来看,在学校体育过程中体能发展与情感发展是一致性的,应帮助学生形成完整的人格[28]。人本主义强调在学校体育的过程中除了传授体育知识和技术以外,还应注重对学生意志、情感的培养,应将尊重人的全面发展作为身体运动教育的理念。

另外从体育的伦理维度来看,用"身心合一"的观点规范、引导与调节人的发展才是善的、符合人性发展的取向[29]。"身心合一"旨在强调学校体育必须回归到学生全面发展这一价值诉求上,而非是对身或心的片面强调,要让体育回归到教育的本质之上,在培养学生健康体质的同时,培育其体育精神,完善健全人格。因此,教师要坚持以体育的"立德树人"为基本的价值立场,以学生的身心全面发展为价值目标。在体育教学中坚持以学生为中心,满足学生的发展需要。在教材内容的上,体育教师应设置符合学生身心发展规律、体现体育价值、激发学生的兴趣和实现学生自我需要的内容。对于学校体育学科的价值认知,体育教师不能仅仅停留在体育的技术动作等实用性层面上,还必须注重研究动作技能以外的价值,特别是它所寓含的人文精神[30]。在教学组织形式上,以往单向度的训练、仿效构成的整齐划一的方法应让位于学生自主、合作和探究学习。只有这样,体育教师才有能力提升体育学科的价值。

### 3.3 搭建校内外一体化平台,实现体育价值内化路径

在后疫情时代,学校体育在个体层面、家庭层面、社会层面和国家层面的价值凸显[31]。在此宏观环境背景下,不管是学校还是家庭都应以体育促进健康的价值为抓手从原本单一的内化路径转向以学生在学校的体育实践为主,家庭和社区为辅的校内外一体化的学校体育价值内化路径。一方面,体育教师在传授技术动作的同时也要对学生进行

价值教育。如教师在进行篮球教学时,不仅要使学生掌握篮球的技术要点和动作要求,更要向同学们介绍篮球对调节身心健康、健全人格和进取精神养成的价值,这些都是他们今后实现理想目标不可或缺的因素;另一方面,家庭是个体成长的第一课堂,家庭体育的价值取向为个体的体育发展确立了基调。因此,要牢牢抓住家长这个关键价值主体,积极引导家庭进行体育健康教育,如通过学校开展一系列主题探讨式专题讲座,让家长了解“学校体育的意义和价值”、体质健康与生活的关系”;通过建立统一管理学生家长的 QQ 和微信群,教师定期在群里发布体育锻炼的方法和敦促学生进行适量的运动,引导家长要为孩子创造有利于运动习惯养成的体育心理和体育行为环境。

除此之外,体育作业作为学校体育的有效延伸,具有提高学生体育学习效果、促进青少年运动体验和生长发育等积极作用。因此,学校体育教师要布置体育作业,要以体育作业涵养体育素养与健康素养,以促进学生学校体育价值自觉的形成。家长要积极配合老师,通过利用社区、俱乐部等校外体育资源对青少年进行学校体育。以此通过校内外的有效连接,微观环境和具体环境的有力结合搭建学校体育价值的内化路径,促进学校体育价值自觉的形成。

## 4　结　语

青少年兴则国家兴,青少年的身心健康问题一直都是国家和社会关注的焦点,在国家政策的引导下学校体育的主体只有做到价值自觉在学校体育的众多价值中追求有利于人健康全面发展的价值,才能有助于青少年未来的发展。然而,当下学校体育价值自觉尚未形成,部分主体对学校体育的价值追求尚处于自发阶段。针对学校体育价值追求的过程中出现的不和谐现象,本文通过价值自觉引出了学校体育价值自觉的内涵,解读了当前学校体育价值自发的实然状态,最后提出了学校体育价值自觉实现的路径。学校体育价值自觉的实现任重而道远,需要在社会各界的共同努力下才能达成。

## 参考文献:


[1] 刘斌,张戈.“健康中国 2030”背景下学校体育的困境与对策[J].体育文化导刊,2019(4):6 – 11.

[2] 熊晓红,王国维.价值自觉与人的价值[M].北京:人民出版社,2007.

[3] 程文广.我国学校体育价值主客体关系解析及其相互作用的内在机制[J].沈阳体育学院学报,2014,33(2):1 – 6.

[4] 高风华,潘苑.体育价值认知[J].体育与科学,2001(1):7 – 9.

[5] 李旭龙,沙洪成,陈洪鑫.社会生态学视域下校园足球育人功能的制约因素及实现路径[J].沈阳体育学院学报,2019,38(1):1 – 6,15.

[6] 潘凌云,王健.主体性视阈下体育教师专业发展的真实意蕴[J].武汉体育学院学报,2011,45(6):96 – 100.

[7] 郑华伟.红色旅游价值观内化的网络文本研究——兼论国民幸福感的生成机制[J].旅游学刊,2016,31(5):111 – 118.

[8] 冯雅男,何秋鸿,孙葆丽.困境与视角:对我国基础教育体育课程改革的思考[J].北京体育大学学报,2017,40(8):76 – 82,90.

[9] 侯广斌.中小学体育课程改革过程中存在的制约因素的探讨[J].北京体育大学学报,2007(11):1546 – 1548.

[10] 庄艳华,杨春元.外生植入与内生需求:我国学校体育政策的历史演进与价值重构[J].体育与科学,2019,40(5):46 – 51.

[11] 程文广.我国学校体育价值诉求实现障碍的破解机制及路径研究[J].北京体育大学学报,2019,42(1):120 – 127.

[12] 程文广.我国学校体育价值主客体关系解析及其相互作用的内在机制[J].沈阳体育学院学报,2014,33(2):21.

[13] 邵伟德,邵天逸,李启迪.学校体育价值论[J].北京体育大学学报,2016,39(7):83 – 88.

[14] 张天勇.中国新文明道路与价值自觉自信[J].贵州社会科学,2019(11):20 – 25.

[15] 李斌.基础教育体育与健康课程改革:变迁、冲突及其整合——基于价值论的视角[J].北京体育大学学报,2016,39(3):88 – 94.

[16] 高鹏飞.“体育影子教育”的失范与现代重构[J].西安体育学院学报,2019,36(6):753 – 756.

[17] 赵富学,汪全先.论学校体育伦理品性的失衡与复归[J].天津体育学院学报,2019,34(5):395 – 403.

[18] 王富百慧.家庭资本与教养方式:青少年身

体活动的家庭阶层差异[J]. 体育科学,2019,39(3):48 –57.

[19] 向剑锋. 体质弱势青少年体力活动环境的社会生态学研究[J]. 武汉体育学院学报,2019,53(8):23 –30.

[20] 李建春. 学生缺乏“体育课热情”的主要原因分析及对策[J]. 江苏大学学报(高教研究版),2002(4):103 –104.

[21] 吴键. 我国青少年体质健康发展报告[J]. 中国教师,2011(20):9 –13.

[22] 王利国,程传银,赵富学,等. 规则与竞争:学校体育游戏范式研究[J]. 体育科学,2016,36(11):3 –11,30.

[23] 巩庆波,沈奕圻,杨跃飞,等. “健康中国2030”背景下高校公共体育供给侧改革研究——以体育价值、政策、参与为视角[J]. 西安体育学院学报,2019,36(4):485 –492.

[24] 殷荣宾,季浏,蔡赓. 基础教育学校体育课程内容选择及价值取向的演变与诉求[J]. 武汉体育学院学报,2017,51(2):81 –86.

[25] 张加林,唐炎,胡月英. 我国儿童青少年体育环境特征与存在问题研究[J]. 体育科学,2017,37(3):21 –34,97.

[26] 王富百慧,王梅,张彦峰,等. 中国家庭体育锻炼行为特点及代际互动关系研究[J]. 体育科学,2016,36(11):31 –38.

[27] 阳家鹏,向春玉,徐佶. 家庭体育环境影响青少年锻炼行为的模型及执行路径:整合理论视角[J]. 南京体育学院学报(社会科学版),2017,31(3):118 –123.

[28] 罗建萍,徐武. 新时代学校体育的价值取向探析[J]. 体育与科学,2001(3):54 –55.

[29] 汪全先,王健. 我国学校体育中的当代伦理问题及其消解路向[J]. 体育科学,2018,38(1):79 –89.

[30] 潘凌云,王健. 主体性视阈下体育教师专业发展的真实意蕴[J]. 武汉体育学院学报,2011,45(6):96 –100.

[31] 董鹏,程传银,赵富学. 新型冠状病毒肺炎疫情下学校体育的价值、使命与担当[J]. 体育学研究,2020,34(2):59 –64.

[32] 赵洪波,胡顺鼎. 学校体育供给侧结构性改革研究[J]. 南京体育学院学报,2020,19(2):11 –16.

[33] 朱乔. 我国学校体育发展过程的演进与缺失[J]. 南京体育学院学报,2019,18(12):54 –58.