Machine Translated by Google

“体育教育”的含义
教育

本章介绍了“体育教育”的概念及其带来的身心健康益处,再次强调了其与儿童全面发展的关系（参见图1.2）。 “学校教育”、“教育”、“身心健康”、“健康素养”等术语均在更广泛的体育教育（PE）领域内进行了定义和定位。第五、六、七章旨在阐释“体育教育与身心健康”这一看似简单的表述及其书名背后的复杂性。那么， “体育教育”究竟意味着什么?目前,许多不同的名称被用来指代最初的“体育教育”一词 这是由于儿童健康理念的差异所致。

在当今受科技（尤其是社交媒体)影响的教育中,信息来源极其丰富,这既有利也有弊。有人认为,其中一个障碍是教师和学生“在未评估其准确性和真实性的情况下,就从科技渠道获取了大量信息”（Ornstein & Hunkins， 2017,第306页）。如今的教师需要具备数字素养,即理解和运用科技。他们还需要具备分析技能,成为科技的“生产者” ,这意味着能够控制和分析数据。然而,根据Ornstein和Hunkins （2017)的观点,教师和学生往往只是“大数据”的消费者（而非生产者）。

© 编辑（如有)和作者,由 Springer Nature Switzerland AG 独家授权,2024 年。T. Lynch， 《体育与福祉》， https://doi.org/10.1007/978-3-031-72874-7_5

Machine Translated by Google

奥恩斯坦和亨金斯认为,作为技术的消费者,其能力远不及作为技术的生产者,因为“信息未必等同于知识”(澳大利亚政府， 2014;格林菲尔德， 2012）。虚拟现实（VR)和人工智能（AI)对教育产生了巨大影响,并引发了诸多关于大数据生产者规范的问题,例如教师如何在学校进行评估、规划和开展符合伦理的研究。联合国教科文组织已指导教育工作者利用人工智能技术的潜力来改善教育体验,同时确保其在教育领域的应用遵循包容性和公平性的核心原则（联合国教科文组织， 2024）。

随后,研究表明,负责体育教育实施的从业人员普遍感到困惑（Lynch， 2016）,包括普通课堂教师和专业体育教师。

这具有重大意义,因为身体素质在所有儿童的教育中都至关重要。为了理解归属感、存在感和“接受过体育教育”的概念,以及它所带来的整体福祉和健康益处,有必要探讨以下术语:“学校教育”和“教育”;“福祉”;“健康”;“体育教育”;“健康与体育教育”;“体能素养”;“健康素养”和“优质体育教育”。接下来的三章将对这些术语进行定义,并阐述它们在体育教育（PE)领域中的含义。

学校教育:理解不同的概念

体育教育领域中各种标签和品牌造成的诸多混乱,很大程度上源于对“教育”和“学校教育”这两个词的误解。人们常常将“教育”和“学校教育”混用,但它们本质上截然不同。传统意义上的学校教育指的是在学校的实体围墙内,于上午9点至下午3点的上课时间内,在教室里学习和教授的内容。然而,在当今社会,科技和媒体（大数据）、课外活动以及与家人和社区成员的联系/合作等因素,都被认为是儿童教育的重要组成部分,因此这种传统观念存在问题。Bass和Good （2004)也证实了这一点,他们指出:“仅仅为了通过考试而接受教育的人,无法应对当今社会的挑战。”

Machine Translated by Google

世界瞬息万变。要让学生在当今世界取得成功,还需要更多因素”（第 162 页）。

教育一词源于两个拉丁词：“educare”,意为训练或塑造；“educere”,意为引导（Bass & Good，2004）。Bass （1997)认为,教育的真谛在于“educare”与“educere”的平衡,即知识的传承和学生为未来变化做好准备。教育的定义是：“传授或获取一般知识、培养推理和判断能力,以及为自身或他人的成熟生活做好智力准备的行为或过程” （http://www.dictionary.com/browse/education）。这一定义也表明,教育是一个终身学习的过程,这一理念多年来一直被视为教育的目的（建构主义方法）,并且对21世纪的终身学习技能至关重要。根据英国的经验,柯克认为，“自 20 世纪 40 年代以来,终身体育活动的理念一直是世界各地体育教育工作者的普遍愿望,事实上,这也是体育教育在学校课程中存在的理由”（Kirk， 2014 年,第 105 页）。

这与英国“国家课程”的宗旨一致（1999 年,第 3 页）；

> 因此,国家课程与更广泛的学校课程的重点是确保学生从小培养学习所需的基本读写和计算能力;为他们提供有保障的、全面的学习权利;培养他们的创造力;并赋予教师自主权,让他们找到最好的方法来激发学生对学习的热爱和终身投入。”（第 3 页）

因此,教育不仅仅是学校教育,它涉及的利益相关者远不止学校社区,而且贯穿人的一生。1999年,英格兰、威尔士和北爱尔兰的国家课程将基本的读写和计算能力列为优先事项,这对于健康素养至关重要（参见第59页）。总之，“学校教育”侧重于技能和能力的培养,其目的在于实用性目的;而教育则关注知识和理解（澳大利亚政府，2014）。

澳大利亚也经历了类似的终身教育转变。1989年4月,澳大利亚教育委员会（AEC）

Machine Translated by Google

认可了由各州、领地和联邦教育部长制定的十项共同商定的国家教育目标。标题中的“教育”一词指的是学校这一环境,而目标5则明确指出终身教育:

> 为进一步的教育和培训奠定基础,包括知识和技能、尊重学习以及终身学习的积极态度。(AEC, 1994, 第52页)

国家声明和概况确立了目标,并启动了1999年昆士兰州健康与体育教育(HPE)课程大纲的规划和后续发布。HPE声明和概况的发布“促使澳大利亚各州和领地审查并更新其HPE课程”(Macdonald 等人, 2000年,第5页),这标志着终身学习者所重视的特质发生了转变。因此,昆士兰州学校课程旨在帮助学生培养终身学习者的特质(参见第26页)。2019年,在爱丽丝泉(Mparntwe)

《教育宣言》目标2再次强调了终身学习的重要性:目标2:所有澳大利亚青年都应成为:

> 1. 自信且富有创造力的人 2. 成功的终身学习者 3.
> 积极且见多识广的社区成员(教育委员
> 会, 2019 年,第 4 页)。

此外,终身学习最近已被确认为儿童学习的愿景;“所有儿童都参与学习,以培养自信、有创造力的个体和成功的终身学习者”(澳大利亚政府教育部 [AGDE], 2022 年,第 6 页)。

1989 年的目标优先考虑终身教育的各项属性,这与当时英格兰和威尔士国家课程的“个人、学习和思维技能”(PLTS)框架密切相关。“该框架本质上涵盖了以下基本技能:自我管理;人际关系管理;以及学习、表现和工作管理。”

(QCA, 2011)。它通过推广各种教学方法的使用来实现这一目标,从而促进学生的积极参与和更深入的思考。

Machine Translated by Google

将目标和生活技能融入到各个课程领域。PLTS框架中的六大技能组是：

· 独立探究者 · 创造性思考者 · 反思型学习者 · 团队合作者 · 自我管理者 · 有效参与者（QCA， 2011）。

在美国，将教育视为一个终身过程，并将其与学校教育区分开来，一直是体育教育的一个具体目标。Graham等人（1998，第4页）指出，学校体育课应提供“符合儿童发展阶段的教育体验，旨在带来即时和终身的益处”。如前所述，在美国，各州自行制定教育政策和课程实施细则。虽然没有统一的国家课程标准，但存在一个国家体育活动和体育教育框架，即“综合学校体育活动计划”（CSPAP）。CSPAP采用多组分方法，利用学生每天的各种体育活动机会，培养他们终身参与体育活动的知识、技能和信心。它“体现了所有组成部分之间的紧密协调和协同作用：以优质体育教育为基础，课前、课中和课后开展体育活动，教职工参与，以及家庭和社区参与”（美国疾病控制与预防中心 (CDCP) (2013, p. 12)）。在美国，美国健康与体育教育协会 (SHAPE) 是体育教育政策的关键参与者，它与各级政府合作，制定学校体育教育成果和教师职前教育的国家标准文件（Landi、Walton-Fisette 和 Sutherland，2022）。

课程在第 6 章中有更详细的讨论，但目前可以明确的是，该课程提倡终身和全面的“教育”方法，它补充了“学校教育”或“培训”的概念，但又远不止于此。

Machine Translated by Google

全球范围内,人们普遍认为社会情感学习（SEL)应成为儿童正规

教育的重要组成部分（Durlak & Weissberg， 2005； Hargreaves， 2000； Payton 等，
2008； Zins 等， 2004）。最新的神经科学研究也支持这一观点,该研究“证实了情绪对儿童认知能力的强大影响,表明情绪既可以促进也可以阻碍儿童的学习过程”。

（Djambazova-Popordanoska， 2016,第1页）。因此,身心健康为健康发展和学业成功奠定了坚实的基础。虽然如今人们将身心健康视为优先事项,但多年来,它已逐渐发展成为课程中的一项基本需求,并与身体健康密切相关。

> 儿童学习是动态的、复杂的和整体性的。这意味着学习的认知、语言、身体、社交、情感、个人、精神和创造力等各个方面都错综复杂、相互关联。
>
> （AGDE， 2022,第 8 页）

福祉理所当然地被纳入健康课程,世界卫生组织（世卫组织)对健康的定义（参见第28页)便证明了这一点。此外，“国际社会日益认识到教育与健康之间的相互关系,这需要采取更全面的学校健康方法,并在各部门之间开展协调行动”（联合国教科文组织， 2016年,第6页）。然而,有人认为,将健康的多维度引入课程需要明确定义。在英国,格里格斯（2015年,第3页)指出，“在公共政策领域和更广泛的社会层面，‘健康和福祉’的定义、用法和功能仍然存在很大的模糊性”。

一个广为流传且简单易懂的幸福定义是“对自身和生活状态感到满意”的状态（澳大利亚联邦政府， 2014,第1页）,但有资料显示,全世界并没有一个统一的幸福定义（Garvis & Pendergast，
2014）。美国疾病控制与预防中心（CDC)提供了更多细节：

> 目前对于幸福感的定义尚无共识,但普遍认为,幸福感至少包括积极情绪和心情（例如,满足感、快乐)的存在,以及不存在消极情绪和心情。

Machine Translated by Google

负面情绪（例如抑郁、焦虑）、生活满意度、成就感和积极功能。 （2018， http://www.cdc.gov/hrqol/wellbeing.htm#three ）

英国一项名为“巢穴”（Nest)的循证福祉框架,汇集了超过4000名儿童、青少年、家长、研究人员和从业人员的意见,旨在提升青少年的福祉。该框架概述了六个福祉领域的投资重点,只有具备这些领域,青少年才能拥有良好或较高的福祉。这些领域包括:被爱与安全;物质基础;健康;学习;参与;积极的身份认同感和文化认同感（ARACY， 2019）。该框架与马斯洛的需求层次理论 （1943)有相似之处,后者强调将福祉作为学校学习的基础:生理需求、安全感、归属感和爱、自我感觉良好、学习意愿、艺术创造力以及发挥自身潜能。高质量的生活需要一个包容友好的环境,让成员感受到爱与安全,并能充分发挥自身潜能。所有成员都能在教育环境中体验到真正的“归属感、存在感和成长感”,从而获得福祉。

研究证据表明,规律的体育锻炼能够促进心理和社交健康（参见第12章） ,并能改善认知记忆（Zhu等人， 2014） （参见第14章）。为了获得社交、情感、智力和健康方面的益处,建议幼儿和学龄前儿童每天至少进行3小时的体育活动,5至17岁的儿童每天进行60分钟的中等至高强度体育活动（澳大利亚政府卫生与老年护理部， 2022）。这与美国卫生与公众服务部发布的《美国人体育活动指南》 （2008)相一致,该指南建议每天至少进行60分钟的体育活动,并鼓励增加中等或高强度有氧运动的时间（每周至少3天）。美国指南还建议,这些时间应包括肌肉和骨骼强化活动。

健康素养

以下关于健康素养的详细信息摘自 Lynch (2016)。健康素养与终身教育相关,尤其指终身促进健康的行为。顾名思义,健康素养源于读写能力低下及其带来的负面影响。

Machine Translated by Google

关于健康结果（Nutbeam， 2008）。澳大利亚课程;健康与体育教育（HPE)将健康素养定义为：

> 健康素养是指能够有选择地获取和批判性地分析信息、使用社区服务和资源,并采取行动促进自身和他人的健康。这包括在线信息和网站,以及来自朋友、家人和医疗专业人员的信息。健康素养包含三个维度:功能性、互动性和批判性。（ACARA， 2016,第70页）

Cale 和 Harris (2023, p. 2)支持体育教育在英国健康素养方面发挥的作用；“年轻人需要得到支持,成为终身批判性地消费健康相关信息的人,并具备获取、评估和应用健康相关知识的技能”。

根据纳特比姆的说法，“健康素养”一词有两种概念化理解:优势和风险；“两者都取决于读写能力和计算能力的基础,并且与具体情境和环境相关”。

（Nutbeam， 2008,第2076页）。Nutbeam总结道：“阅读、口语交流和计算能力欠佳的人不仅接触传统健康教育的机会较少,而且运用所接收信息的能力也较弱”（Nutbeam， 2008,第2077页）。健康素养的概念倡导为生活和福祉做好准备,使知识和技能能够在不同情境中迁移和应用；“在对他们有意义的情境中发展知识和理解”（Quennerstedt等人， 2010,第105页）。Miller等人（2022)支持将个人、社会和社区健康要素与健康与体育教育中的运动和身体活动要素进行整合,并建立“有意义的联系”（第7页）。

反射

本章将定义“学校教育”、“教育”、“福祉”、“健康”和“健康素养”等术语,并将其置于更广泛的体育教育（PE)领域中进行探讨。请思考你所处的环境。你的环境如何促进终身教育?如何关注和促进福祉?

谁负责保障福祉?在你的环境中,谁负责提升健康素养?马斯洛的需求层次理论在你的环境中是如何体现的?

Machine Translated by Google

参考

澳大利亚课程、评估和报告局。(2016)。澳大利亚课程：健康与体育教育 8.3 版。ACARA 。

澳大利亚教育委员会。(1994)。澳大利亚学校健康与体育教育声明。课程公司。

澳大利亚政府。(2014)。澳大利亚课程审查：最终报告。https : //docs.education.gov.au/system/files/doc/other/review_of_the_national_curriculum_final_report.pdf

澳大利亚政府教育部 [AGDE] (2022)。归属感、存在感和成长：澳大利亚幼儿学习框架（V2.0）。澳大利亚政府教育部为部长理事会编写。

澳大利亚政府卫生与老年护理部。(2022)。关于体育活动和锻炼。https : //www.health.gov.au/topics/physical-activity-and-exercise/about-physical-activity-and-exercise

澳大利亚儿童与青少年研究联盟 (ARACY)。(2019)。巢穴正在行动。https ://www.aracy.org.au/the-nest-in-action

Bass, RV (1997). 教育的目的。 《教育论坛》， 61(2)，128–132。

Bass, RV 和 Good, JW (2004)。教育关怀与教育：教育系统能否达到平衡？教育论坛， 68(2)，161-168。

Cale, L., & Harris, J. (2023).健康体育教育教学法。Routledge出版社。

美国疾病控制与预防中心。(2013)。综合学校体育活动计划：学校指南。https : //www.cdc.gov/healthyschools/physicalactivity/pdf/13_242620-A_CSPAP_SchoolPhysActivityPrograms_Final_508_12192013.pdf美国疾病控制与预防中心。(2018)。如何定义幸福感？https://www.cdc.gov/hrqol/wellbeing.htm#three澳大利亚联邦政府。(2014a)。福祉与自我关怀概况介绍。http ://www.responseability.org/__data/assets/pdf_file/0011/10541/Wellbeing-and-self-care-Final.pdf Djambazova -Popordanoska, S. (2016)。教师对社会情感学习的看法和实践：多案例研究方法。 （未发表的博士论文）。澳大利亚墨尔本迪肯大学。

Durlak, JA 和 Weissberg, RP (2005)。积极青少年发展项目的主要元分析。应邀在美国心理学会年会上发表。

教育委员会。(2019)。爱丽丝泉（姆帕恩特韦)教育宣言。https ://www.education.gov.au/alice-springs-mparntwe-education-declaration/resources/alice-springs-mparntwe-education-declaration Garvis, S., & Pendergast, D. (2014)。儿童时期的健康与福祉。剑桥大学出版社。

Machine Translated by Google

Graham, G.、Holt-Hale, SA 和 Parker, M. (1998)。儿童运动 体育教学的反思方法（第 4 版）。Mayfield。

Greenfield, S. (2012).大脑的未来 - 西澳大利亚大学。
https://www.youtube.com/watch?v=Aa7qhUth7QY Griggs, G.
(2015).理解小学体育教育。Routledge出版社。
Hargreaves, A. (2000). 复杂的情绪:教师对与学生互动的看法。教学与教师教育,16,811-826 。

Kirk, D. (2014). 体育教育未来发展的关键时刻?探寻弗里茨·杜拉斯的遗产。 《亚太健康、运动与体育教育杂志》， 5(2)，
103–116。https : //doi.org/10.1080/18377122.2014.906055

Landi, D.、Walton-Fisette, JL 和 Sutherland, S. (2022)。美国体育教育:政策、课程和教学法。载于 J. Stirrip
和 O. Hooper (编)，《体育教育、体育活动和健康中的批判教育学》 （第 3 章）。Routledge 出版社。

Lynch, T. (2016).健康、福祉和体育教育的未来:通过本地和全球社区伙伴关系优化儿童的健康和福祉。帕尔格雷夫·麦克米伦出版社。
https ://doi.org/10.1007/978-3-319-316 67-3

Macdonald, D., Glasby, T., & Carlson, T. (2000).昆士兰州健康与体育教育声明和概况。ACHPER健康生活
方式杂志,47 （1） ,5-8。

马斯洛,AH（1943）。人类动机理论。 《心理学评论》,50，
370–396。
Miller, J., Wilson-Gahn, S., Garrett, R., & Haynes, J. (2022).健康与体育教育:为未来培养教育者（第4
版）。剑桥。
Nutbeam, D. (2008). 健康素养概念的演变。社会科学与
医学,67,2072–2078 。
Ornstein, AC 和 Hunkins, FP (2017)。课程:基础、原则、
以及相关问题（第7版）。培生教育领导力出版社。
Payton, JW, Weissberg, RP, Durlak, JA, Dymnicki, AB, Taylor, RD, & Schellinger, KB (2008)社会情感
学习对幼儿园至八年级学生的积极影响:来自三项科学评论的发现,学术、社会和情感学习合作组织,伊利诺
伊州芝加哥。

QCA. (2011).个人学习和思维技能框架。https ://webarchive.nationalarchives.gov.uk/20110215111658/
http ://curriculum.qcda.gov.uk/key-stages-3-and-4/skills/personal-learning-and-thinking-
skills/index.aspx

Quennerstedt, M., Burrows, L., & Maivorsdotter, N. (2010). 从教导年轻人健康到学习健康。Utbildning
Och Demokrati, 19(2), 97–112。

Machine Translated by Google

联合国教育、科学及文化组织。(2016)。
联合国教科文组织关于健康与福祉教育的战略:为可持续发展目标做出贡献。https ://unesdoc.unesco.org/ark: /48223/pf0000246453?posInSet=7&queryId=ebc43f49-59d3-439a-b055-bd276554efc9联合国教科文组织。(2024)。教育中的人工智能。https ://www.unesco.org/en/digital-education/artificial-intelligence# :~:text=UNESCO%20is%20committed%20to%20supporting,human%2Dcentred%20app
Zins, JE、Weissberg, RP、Wang, MC 和 Walberg, HJ（编辑）。 （2004）。
通过社交和情感学习培养学业成功:研究表明了什么?教师学院出版社。

Zhu, N., Jacobs, DR, Schreiner, PJ, Yaffe, K., Bryan, N., Launer, LJ, Whitmer, RA, Sidney, S., Demerath, E., Thomas, W., Bouchard, C., He, K., Reis, J., & Sternfeld, B. (2014). 中年人心肺适能与认知功能:CARDIA 研究。神经病学， 82(15),1339–1346。https ://doi.org/10.1212/WNL.0000000000000310