Machine Translated by Google

5

“体育教育”的含义
教育”

本章介绍了“体育教育”的概念及其带来的全面福祉和健康益处,再次强调了其与儿童全面发展的关系（参见图1.1）。 “学校教育”、“教育”、“福祉”、“健康”和“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“体育教育与福祉”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”的字面含义究竟是什么?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,教师需要具备数字素养,即理解和使用科技。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，

© 作者 2019 T. Lynch，
《体育与健康》， https://doi.org/10.1007/978-3-030-22266-6_5

Machine Translated by Google

教师和学生往往只是被称为“大数据”的大量信息的消费者（而不是生产者）。奥恩斯坦和亨金斯认为,作为技术的消费者,所需的技能远低于作为生产者,因为“信息不一定是知识”（澳大利亚政府， 2014;格林菲尔德， 2012）。

随后,研究表明,负责体育教育实施的从业人员普遍存在认知上的困惑（Lynch， 2016）,其中包括普通课堂教师和体育专科教师。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、存在感和成为“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”;以及“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,在教室里进行的学习和教学。然而,在当今社会,科技和媒体（大数据）、课外活动、与家人和社区成员的联系/合作等因素,都对孩子的教育做出了巨大贡献,因此这种传统观念显得尤为重要。

Bass 和 Good (2004)也肯定了这一点,他们表示：“只为通过考试而接受教育的人,无法应对当今快速变化的世界。要使学生在当今世界取得成功,还需要更多的东西”（第 162 页）。

Machine Translated by Google

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”之间的平衡，即知识的传承和学生为未来将面临的变化做好准备。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，柯克指出，“自至少 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”的目标一致（1999 年，第 3 页）。

> 因此，本国家课程与更广泛的学校课程的重点在于确保学生从小培养学习所需的基本读写和计算能力；保障他们获得全面、完整的学习权利；培养他们的创造力；并赋予教师自主权，让他们找到最佳方法，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本身，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优先考虑基本的读写和计算能力，这对于健康素养至关重要（参见第65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)批准了……

Machine Translated by Google

由各州、领地和联邦教育部长制定的十项共同认可的国家教育目标。标题中的“教育”一词指的是学校，而目标5则特指终身教育：

> 5. 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）

《国家声明与概况》确立了目标，并启动了1999年昆士兰州健康与体育教育（HPE）课程大纲的规划和发布。HPE声明与概况的发布“促使澳大利亚各州和领地审查并更新其HPE课程”（Macdonald、Glasby和Carlson， 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，昆士兰州的学校课程旨在帮助学生培养终身学习者的特质（参见第27页）。

这些终身教育的特质与当时英格兰和威尔士的国家课程中的“个人、学习和思考技能”密切相关。（PLTS）框架。“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）。它通过推广多种教学方法，促进学生积极参与，并通过将目标和生活技能融入各个课程领域，从而实现这一目标。PLTS框架包含六组技能：

·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，体育教育也特别强调终身学习的重要性，并将其视为一种不同于学校教育的概念。格雷厄姆

Machine Translated by Google

Holt-Hale 和 Parker (1998, p. 4) 认为,学校体育课应该是“符合儿童发展阶段的教育体验,旨在提供即时和终身的益处”。如前所述,在美国,各州自行制定教育政策和实施课程。

虽然没有统一的国家课程标准,但有一套名为“综合学校体育活动计划”(CSPAP)的国家体育活动和体育教育框架。CSPAP采用多组分方法,利用学生每天的各种体育活动机会,培养他们终身保持体育锻炼的知识、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:以高质量的体育教育为基础,在课前、课中和课后开展体育活动,加强教职工参与,并促进家庭和社区参与”(美国疾病控制与预防中心[CDCP],2013,第12页)。

课程在第 6 章中有更详细的讨论,但目前可以明确的是,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。

健康、幸福与福祉

全球普遍认为,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 et al., 2008; Zins, Weissberg, Wang, & Walberg, 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, p. 1)。因此,身心健康为儿童的健康发展和学业成功奠定了坚实的基础。尽管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,并与身体层面有着最紧密的联系。

健康福祉理所当然地被纳入健康课程,世界卫生组织(WHO)对健康的定义(参见)就证明了这一点。
36)此外,国际上对“

Machine Translated by Google

教育与健康之间的相互关系,需要采取更全面的学校健康方法以及跨部门的协调行动”（联合国教科文组织， 2016年,第6页）。然而,有人认为,在课程中引入健康的多维度概念需要明确的界定。

在英国,Griggs （2015 年,第 3 页)指出，“在公共政策领域和更广泛的世界中，‘健康和福祉’的定义、用法和功能仍然存在很大的歧义”。

一个广为流传且简单易懂的幸福感定义是“对自身和生活状态感到满意”的状态（澳大利亚联邦政府， 2014a,第1页）,但有资料显示,全世界并没有一个统一的幸福感定义（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统一共识,但普遍认为,幸福感至少应包括积极情绪和心情（例如,满足感、快乐）、无消极情绪（例如,抑郁、焦虑）、对生活感到满意、获得成就感以及积极的生活状态。 (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。该框架概述了六个重要领域的投资重点,只有这六个领域都具备,青少年才能拥有良好或较高的福祉。这六个领域包括:被爱与安全;物质基础;健康;学习;参与;积极的身份认同感;以及文化（ARACY， 2019）。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力。

所有成员都能在教育环境中真正体验到“归属感、存在感和成长感”,从而获得身心健康。

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）。建议幼儿和学龄前儿童每天至少进行3小时的体育锻炼,建议5-12岁儿童每天进行60分钟中等至高强度的体育锻炼,以促进其社交、情感、智力和认知发展。

Machine Translated by Google

健康益处（澳大利亚联邦政府， 2014b）。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分钟的运动，并鼓励人们投入更多时间进行中等强度或高强度有氧运动（每周至少3天）。美国指南还建议，这些运动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对健康结果的负面影响 (Nutbeam, 2008)。澳大利亚课程中的健康、体育和体育教育 (HPE) 将健康素养定义为：

> 能够有选择地获取和批判性地分析信息，了解并利用社区服务和资源，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。
>
> 健康素养有三个维度：功能性、互动性和批判性。
> （ACARA， 2016 年，第 70 页）

根据纳特比姆的观点，“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密切相关”（纳特比姆， 2008，第2076页）。纳特比姆总结道：“阅读、口语表达和计算能力发展不足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”（纳特比姆， 2008，第2077页）。

健康素养作为一个概念，提倡为生活和福祉做好准备，使知识和技能能够在不同的情境中转移和调整，“在对他们有意义的情境中发展知识和理解”（Quennerstedt、Burrows 和 Maivorsdotter， 2010 年，第 105 页）。

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。悉尼: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。维多利亚州卡尔顿:课程公司。

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

澳大利亚儿童与青少年研究联盟 (ARACY)。(2019)。行动中的巢穴。检索自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。

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。检索自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?摘自https://www.cdc.gov/hrqol/wellbeing.htm#three。

澳大利亚联邦政府。(2014a)。健康与自我保健情况说明书。摘自http://www.responseability.org/__data/assets/pdf_file/0011/ 10541/Wellbeing-and-self-care-Final.pdf。

澳大利亚联邦政府。(2014b)。您的孩子每天进行60分钟的体育活动吗?让您的孩子动起来,少坐,终身保持活力!澳大利亚体育活动和久坐行为指南:5-12岁。检索自http://www.health.gov.au/internet/main/publishing.nsf/content/F01F92328EDADA5BCA257BF0001E720D/$File/brochure%20PA%20Guidelines_A5_5-12yrs.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。华盛顿特区:应邀在美国心理学会年会上发表的报告。

Garvis, S. 和 Pendergast, D. (2014)。儿童时期的健康与福祉。Port。墨尔本,维多利亚州:剑桥大学出版社。

Machine Translated by Google

Graham, G., Holt-Hale, SA, & Parker, M. (1998).儿童运动 体育教学的反思方法（第4版）。加利福尼亚州山景城:Mayfield。

Greenfield, S. (2012).大脑的未来 西澳大利亚大学。摘自https://www.youtube.com/watch?v=Aa7qhUth7QY。

Griggs, G. (2015).理解小学体育教育。伦敦:Routledge。

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期?探索弗里茨·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。

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。伦敦:帕尔格雷夫·麦克米伦出版社。https ://doi.org/10.1007/978-3-319-31667-3。

Macdonald, D., Glasby, T., & Carlson, T. (2000). 昆士兰风格的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。

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、原则和问题（第 7 版）。波士顿,马萨诸塞州:Pearson 教育领导力。

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。伊利诺伊州芝加哥:学术、社会和情感学习合作组织。

QCA。（2011）。个人学习和思维技能框架。检索自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). 从教导年轻人保持健康到学习健康。教育与民主， 19(2)，97–112。

联合国教育、科学及文化组织。(2016)。联合国教科文组织关于教育促进健康和福祉的战略:为可持续发展目标做出贡献。检索自https://unesdoc.unesco.org/ark: /48223/pf0000246453?posInSet=7&queryId=ebc43f49-59d3-439a-b055- bd276554efc9。

Machine Translated by Google

美国卫生与公众服务部。(2008)。2008年美国人体育活动指南。检索自https://health.gov/paguidelines/2008/pdf/paguide.pdf 。

Zhu, N., Jacobs, DR, Schreiner, PJ, Yaffe, K., Bryan, N., Launer, LJ, … Sternfeld, B. (2014).中年人的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 。

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?纽约:教师学院出版社。