

◀学校体育

## 一体化体育课程的价值取向、多元内涵与基本特征

于素梅

(中国教育科学研究院 北京 100088)

**摘要:**重点探讨一体化体育课程的价值取向、多元内涵与基本特征,认为一体化体育课程的价值取向总体上是要满足学生终身体育与身心健康发展需求,具体而言,不仅突出政策导向,也强调课程的服务性,注重促进全面发展的时代性。一体化体育课程的基本内涵聚焦于纵向衔接、横向一致、内在统一、形式联合等的多元整合,其中,纵向衔接主要指的是课程内容;横向一致是相对的,主要是基本运动能力,也包括“定级不定项”的专项运动能力;内在统一多指目标维度知、能、行、健的统一性;形式联合聚焦组织形式、修学类型等的多元化联合实施。一体化体育课程呈现科学性、系统性、衔接性、适宜性等基本特征。

**关键词:**学校体育;一体化体育课程;价值取向;发展需求

**中图分类号:** G807.01 **文献标志码:** A **文章编号:** 1004-0560(2020)02-0022-05

**DOI:** 10.12163/j.ssu.2020.02.04

### Value Orientation, Multiple Connotations and Basic Characteristics of Integrated Physical Education Curriculum

YU Sumei

(National Institute of Educational Sciences, Beijing 100088, China)

**Abstract:** This study focuses on the value orientation, multiple connotations and basic characteristics of integrated physical education curriculum. The value orientation in general is to meet the needs of students' lifelong sports and physical and mental health development. Specifically, it not only highlights the policy orientation, but also emphasizes the service of the curriculum, and pays attention to the epochal characteristics of promoting all-round development. The basic connotation of integrated physical education curriculum focuses on the multiple integration of vertical cohesion, horizontal consistency, internal unity and form unity, among which vertical cohesion mainly refers to the content of the curriculum; horizontal consistency is relative and mainly refers to the basic sports ability including the special sports ability of "grading indeterminate item"; internal unity mainly refers to the unity of knowledge, ability, performance and health of the objective dimension; the combination of forms focuses on the diversified joint implementation of organizational forms and study types. The integrated physical education curriculum presents the basic characteristics of science, system, cohesion and suitability.

**Key words:** school physical education; integrated physical education curriculum; value orientation; development needs

一体化体育课程体系建设是时代的呼唤,是体育学科发展、体育教育质量提升重要的基础理论研究。体育是学校教育的重要组成部分,从幼儿到大学每个人接受学校教育应是一个完整过程,体育教育也应是贯通的体系。但体育教育长期存在着比较突出和关键性的问题:各学段体育课程内容缺乏有效衔接,不够系统,学生对体育的兴趣难以形成,对运动技能的掌握也不甚理想。《国务院办公厅关于加强学校体育促进学生身心健康全面发展的意见》(国办发〔2016〕27号)中已有明确的对完善体育课程的要求:“以培养学生兴趣、养成锻炼习惯、掌握运

动技能、增强学生体质为主线,完善国家体育与健康课程标准,建立大中小学体育课程衔接体系。”<sup>[1]</sup>2018年教育部课程教材研究所启动了德育、体育、音乐、美术4个学科的一体化课程建设,体育学科课程迎来了深化改革的良好契机。关于体育课程一体化相关问题的研究已有所显现,有的研究发现了课程不衔接问题,提出建构一体化体育课程的必要性;有的研究从某运动项目的角度建构了中小学体育教材内容;还有的研究聚焦体育课程目标,提出了目标需要上下学段衔接等<sup>[2-10]</sup>。但纵观研究的内容和范围,不仅缺乏从大中小(幼)全学段规划课程体

收稿日期:2019-10-16;修回日期:2019-12-10

基金项目:中国教育科学研究院2016年度基金科研业务费专项资金项目“中国学校体育卫生发展报告”(课题编号:GYH2016013)。

作者简介:于素梅(1969—),女,研究员,博士,博士研究生导师,主要研究方向为学校体育、体育教学。

系,还缺乏对体育课程核心内容的系统化构建。当然,由于体育学科的特殊性、专业性,建构一体化体育课程也面临着诸多挑战,一方面长期遗留的低级重复现象突出,各学段如同铁路警察各管一段;另一方面,体育学科内容繁杂,一直未曾建立学校体育的分类体系,几十项走进学校的运动项目短时间内难以理出其逻辑关系。本研究探讨一体化体育课程的价值取向、多元内涵、基本特征等,不仅有利于一体化体育课程体系的建构和实施,还便于通过一体化课程的实施,助推学生享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志等目标的实现。

### 1 一体化体育课程满足发展需求的价值取向

建构一体化体育课程,从国家相关政策文本中对学生掌握运动技能的规定性,以及促进学生身心健康全面发展的总体要求上,均具有重要理论意义和现实意义,尤其体现在能够满足学生终身体育运动需求与身心健康全面发展的核心价值上。

#### 1.1 掌握技能增强体质具有明确的政策导向

大中小(幼)各学段学生参与体育锻炼,需要掌握终身体育所需的运动技能,诸多文件也都有明确的规定,《教育部办公厅关于开展“体育、艺术2+1项目”实验工作的通知》中明确提出:在全国中小学全面实施“体育、艺术2+1项目”,即通过学校组织的课内外体育教育和艺术教育,让每个学生在九年义务教育阶段能够掌握两项体育运动技能和一项艺术特长,为学生的全面发展奠定良好的基础<sup>[11]</sup>。但时至今日,义务教育阶段已经掌握两项运动技能的学生为数不多,只是部分学校学生对运动技能的掌握有所体现。要求学生掌握两项运动技能,后来陆续在中央7号文件、53号文件、27号文件中都做了明确规定。如中央7号文件中提出“注重发展学生的体育运动兴趣和特长,使每个学生都能掌握两项以上体育运动技能。”<sup>[12]</sup>53号文件的规定更加具体,“要创新体育活动内容、方式和载体,增强体育活动的趣味性和吸引力,着力培养学生的体育爱好、运动兴趣和技能特长,大力培养学生的意志品质、合作精神和交往能力,使学生掌握科学锻炼的基础知识、基本技能和有效方法,每个学生学会至少两项终身受益的体育锻炼项目,养成良好体育锻炼习惯和健康生活方式。”<sup>[13]</sup>27号文件再次强调并提高了要求“研究制定运动项目教学指南,让学生熟练掌握一至两项运动技能,逐步形成“一校一品”“一校多品”教学模式,努力提高体育教学质量。”<sup>[1]</sup>由此可以看出,一体化体育课程体系建设要充分考

虑学生一至两项运动技能的掌握,设置能够满足学生运动需求的适宜的课程体系。

#### 1.2 满足学生多样化运动需求突出课程服务性

学生参与体育锻炼,其目的是什么?最直接的是通过运动满足学生的兴趣以及提高运动能力。从精神上得到愉悦,从能力上得以提升,享受体育乐趣的同时,终身体育运动能力得以形成。然而,学生的运动需求是多方面的,通过大量的调查和对专家的访谈,初步将学校体育各项运动按照学生的需求情况划分为六大类型,即生存需求、生活需求、传承需求、审美需求、竞争需求、挑战需求<sup>[14]</sup>。其中,能够满足生存需求类的运动,如游泳、野外生存训练、露营等,指向保障生命安全;能够满足生活需求类的运动,如行走、奔跑、跳跃等,是日常生活所需;能够满足传承需求类的运动,如武术、龙舟、舞龙等,是要传承中华优秀的传统体育文化;能够满足审美需求类的运动,如体育舞蹈、健美操、排舞等,是体现对美的追求;能够满足竞争需求类的运动,如篮球、足球、乒乓球等,是要培养竞争能力;能够满足挑战需求类的运动,如攀岩、跑酷、极限轮滑等,是促进自我实现。而这些类型的运动项目,从满足兴趣的角度来看,依据学生的兴趣不同,可以在不同的学段参与体育学习的时候选择自己所喜爱的运动项目,运动需求分类体系能更好地满足学生基于兴趣的运动选择。从提高运动能力来看,每个参与运动的学生都要达到一定的运动能力水平;否则,运动的功能价值就无法得以体现,对学生健康的促进也无从谈起。学生参与体育运动,无论是基本运动能力还是专项运动能力的形成,都将因学生按运动需求长期坚持学、练、赛而成为可能。大中小(幼)各个学段既有上下贯通的生存需求与生活需求类运动的开展,也有对传承、审美、竞争、挑战类需求项目的选择机会和按能力进阶的学、练、赛组织形式,从而促进学生运动能力的形成,为终身体育打下良好的基础,也更好地为健康而幸福的人生奠基。

#### 1.3 促进身心健康全面发展是时代的呼喊

健康是世界人民追求的永恒不变的主题。健康状况不仅影响工作质量,与幸福生活息息相关,更关系到民族兴旺、国家富强。因此,促进健康对于每个人来讲都极为重要,同时也是时代发出的最强烈呼唤。《“健康中国2030”规划纲要》明确提出“健康是促进人的全面发展的必然要求,是经济社会发展的基础条件,是民族昌盛和国家富强的重要标志,也是广大人民群众的共同追求。”“没有全民健康,就

没有全面小康。”树立大健康观强调的是“立足全人群和全生命周期两个着力点”<sup>[15]</sup>。青少年学生是祖国的未来,民族的希望,53号文件已明确提出“发展改革部门要把提高青少年身心健康水平纳入当地经济社会发展规划,支持学校体育发展。”<sup>[13]</sup>中央7号文件明确提出“增强青少年体质、促进青少年健康成长,是关系国家和民族未来的大事。”<sup>[12]</sup>《国务院关于实施健康中国行动的意见》中明确提出“引导学生从小养成健康生活习惯,锻炼健康体魄,预防近视、肥胖等疾病。中小学校按规定开齐开足体育与健康课程。”<sup>[16]</sup>

贯彻落实好国家相关文件,真正发挥体育促进学生身心健康的作用,一体化体育课程体系建设要紧紧围绕满足学生的终身体育与身心健康发展需求这一根本点,从而更有效地促进健康发展。

## 2 一体化体育课程突出多元整合的基本内涵

一体化体育课程体系建设十分必要,但要建成什么样的一体化,这是系统、科学、专业化的一体化体育课程建设重点要回答的问题。一体化体育课程建设要突出多元整合的基本内涵,共同聚焦于纵向衔接、横向一致、内在统一、形式联合<sup>[17]</sup>。4个方面的内涵要相互协调和共同发力,缺少任一方面都难以实施一体化,而且,每一方面还要把握其关键。

### 2.1 纵向衔接:重点体现体育课程内容

大中小(幼)体育课程的纵向衔接,重点体现在课程内容的衔接上,是要像接链条一样,将各个学段的体育学习内容衔接起来,是要解决过去课程存在的蜻蜓点水、低级重复、浅尝辄止等问题,也是试图解决学生难以掌握一至两项运动技能的根本性问题。但纵向衔接不是简单的连接,而是一种螺旋式进阶,是内容在不同学段有机自然的过渡,也是按照发展规律从简单到复杂、从初级到高级的逐步熟练与完善过程。课程内容的衔接既包含上下学段之间,也要在上下年级中有体现。学生的体育学习是一个循序渐进、步步提高的过程,最终才能真正掌握运动技能,具有运动能力,内容不衔接就很难达到掌握技能和形成能力之目的。但值得进一步说明的是,衔接的课程内容设置是基于学生的发展特点、规律和需求而定课程内容类型、难度和进度,真正体现一体化体育课程服务学生发展的功能,而并非是单一从课程自身的特点出发设置内容。这种内容设置观念的转变,充分体现一体化课程以人为本且人人受益的理念。

### 2.2 横向一致:主要指向基本运动能力

一体化体育课程的建设,体现在横向一致上,主要聚焦于基本运动能力,是要基于相同年龄段学生所具有的动作发展、认知发展、身体发育等相似的发展规律,做出体育学习的基本规定。这一规定主要指向的是基本运动能力,包括行走、奔跑、跳跃、投掷、搬运、滚翻、攀爬、支撑、悬垂、旋转等能力,全国相同学段的学生可以有着相对统一的规定。但注意结合素质发展敏感期和年龄特点,确定好不同学段学生的基本运动能力发展类型与难度。相对而言,专项运动能力很难统一,如我们不可能规定某学段或年级全国统一都学习篮球或足球等,如果做出这样的规定是不现实、不客观的。我们只能规定某学段应达到的运动能力等级,至于是哪项运动不做统一规定,即横向一致还包含着专项运动“定级不定项”问题。因此,横向一致不是绝对的,是相对的,课程内容是灵活性和规定性相结合的相对统一。例如,在某个学段学习球类运动的时候,不同区域基于学校条件不同,可以有针对性地选择具体学习的球类项目;如某学校有一定的篮球项目基础,条件优越,能以篮球项目为主实施体育教育教学工作;某学校足球教学环境好,条件充足,以足球项目为主组织开展学校体育各项工作较为适宜。

### 2.3 内在统一:全面把握知能行健目标

一体化体育课程提出的内在统一,注重的是知、能、行、健四维课程目标的确定。无论学生参与学习哪类项目,都要确保共同指向知、能、行、健4个核心要素。从知的层面来看,是要充分考虑学生通过体育学习应该掌握的相关知识和提高认知水平。体育知识、健康知识、安全知识等都需要在各个学段有不同程度的把握。具备一定的知识,也是体育学科核心素养的基本要素之一<sup>[18]</sup>。从能的层面来看,特指运动能力,学生应具备什么样的基本运动能力和专项运动能力,既要考虑日常生活运动所需,还要考虑终身体育运动必备,每一个项目都有其独有的运动能力指向。从行的层面来看,具有良好的健康与安全行为和品行是关键。坚持锻炼养成习惯属于健康行为,遇到危险注意防范属于安全行为,遵守规则、善于合作等良好的体育品格均属于品行之范畴,行为与品行均不容忽视。从健的层面来看,不同学段的体育学习最终共同服务于对健康的促进,但健康应符合世界卫生组织提出的身体、心理和社会适应三维健康观,不可偏废。除此之外,健美也应成为关注的范畴,学生的形体美、姿态美的塑造也不容忽视。

## 2.4 形式联合:充分利用多元联合形式

体育课程实施注重学、练、赛的有机结合,而且,学、练、赛多形式联动也是体育学习和能力提高的关键,一体化提出形式联合是树立大课程观,实现课程实施空间上的拓展和形式上的关联。具体指课内外、校外要联合,除了空间上,形式上也将学、练、赛有机整合。一是要解决课堂有限时间促进健康的不足,二是有助于强化运动技能掌握,更有时间让学生通过课内外、校外联合式的学、练、赛活动的参与,对体育产生浓厚兴趣,养成锻炼习惯,服务于学生对终身体育的需求,助推身心健康的发展。当然,形式上的联合并非表面上看开展了各种各样的活动,就算是有联合,而是要有高度的统一性和明确的契合点,还需要建立联合机制,设置有督导评估机制,了解联合的实际效果,更好地发挥联合的作用。课内外的联合充分考虑内容与人员两个关键要素,达到有机联合,课内外锻炼的内容要有关联性。课外活动是第二课堂,是对课上学习内容的进一步强化。人员上趋于全体性,即全体学生全面发展的需要,充分考虑课内外高度联合。校外注意把握校外的形式和内容,既要充分发挥社会力量,如社会上的多种体育俱乐部,校外机构充分利用体育场馆做的各种体育培训,社区体育活动场所的免费开放等,还要发挥家长的协同作用,例如通过布置体育家庭作业,由家长监督指导学生完成,逐步形成学生对体育的自主、自觉、自愿的锻炼行为。全面调动各方力量,共同促进学生的全面发展。

## 3 一体化体育课程的基本特征

一体化体育课程建设重要且迫切,建构一体化课程需要强有力的理论支撑,需要专业化保障,还要把握好大中小(幼)各学段的关联性,以及经过实践的检验,力求达到科学、系统、衔接、适宜,确保一体化体育课程“建得好、立得住、用得上、行得通”。一体化体育课程具有与以前课程所不同的特征,具体表现为科学性、系统性、衔接性、适宜性等。

### 3.1 科学性:充分依据发展规律

一体化体育课程是个系统工程,是遵循学生动作发展、认知发展、身体发育等基本规律建立的稳定的科学体系。

1) 科学的一体化体育课程遵循动作发展规律。动作发展贯穿人的生命全程,它是指人一生中身体体验到的动作行为的变化,即所有人都经历的一个过程。人都是逐渐地学会爬行、行走、书写、掷物、奔跑以及其他所有形式的人类动作。所以,充分了解人

类动作发展的特征及规律是构建大中小(幼)相衔接的一体化体育课程的关键。人类动作发展是呈现一定特征的,它是质变的、序列的、累积的、有方向的、受多因素影响的和个性化的。把握这些特征有利于建构一体化体育课程,尤其是在内容框架确定时具有重要的指导意义。而且,一体化建设之所以将学生对各运动项目的学习集中于动作技能,一定意义上也是遵循了人类动作发展的规律性特征,使得课程设置更加科学与富有指导性。关于动作技能,原教育部体卫艺司司长宋尽贤先生曾提出:“如果能够始终清晰地认识到体育学科最具代表性的特征是运动,把体育课教学的核心目标牢牢地锁定在帮助学生有效地掌握动作技能这一基点上,我们的课程改革和课程理论建设一定会取得比现在大得多的成绩。”<sup>[19]</sup>

2) 科学的一体化体育课程遵循认知发展规律。著名心理学家皮亚杰提出:所谓认知发展是指个体自出生后在适应环境的活动中,对事物的认知及面对问题情境时的思维方式与能力表现,随年龄增长而改变的历程。他把认知发展还划分为4个阶段:感知运动阶段、前运算阶段、具体运算阶段和形式运算阶段<sup>[20]</sup>。在建构一体化体育课程的时候,依据认知发展理论,将会使课程更适合于学生的发展特点,能更好地服务于学生的发展需求。从动作技能学习的角度谈认知,从认知发展的角度谈动作技能学习,这是相辅相成、相得益彰的事情,动作技能形成与认知发展规律息息相关。

3) 科学的一体化体育课程遵循身体发育规律。身体发育是指细胞、组织和器官的分化完善与功能上的成熟,是质的改变<sup>[21]</sup>。人体在不同的年龄阶段有着明显的发育特征,且这种特征既反应人在不同阶段的生长发育程度,又预示着人的各种活动(如体育锻炼)要遵循这一发展规律,做更好地促进身体发育的有意义、有价值的活动。既要遵循规律,又要促进发展。由于人的不同阶段其骨骼、肌肉、神经等与运动有关的身体各组成部分具有明显的阶段性特征,所以,动作技能的学习要依据身体发育规律,确立不同年龄段学生学习的内容范围和难度区分。又由于人的身体素质发展在不同年龄段呈现明显的敏感特征,所以,学生在哪个阶段应学什么,以及先学什么、后学什么都要充分考虑素质发展敏感期,而不能随意安排。

### 3.2 系统性:建立完善课程体系

体育课程应具有一个完整、系统的结构体系,本

研究建构的一体化课程,充分考虑到了对原有体育课程各部分内容结构的完善。一体化体育课程重点从基本理念、课程目标、课程内容、课程实施、课程评价五大方面进行了系统建构。1) 基本理念聚焦五大方面:树立“健康第一”理念,突出“综合性”;强调“享受乐趣”理念,体现“娱乐性”;遵循“以体化德”理念,回归“教育性”;注重“人人受益”理念,尊重“差异性”;重视“终身体育”理念,把握“实践性”<sup>[22]</sup>。这些理念的确定,为一体化课程的实施指明了方向。2) 课程目标聚焦在“知、能、行、健”4个核心要素。这既是课程总目标的4个维度,也可作为学段体育学习目标的确定方向。3) 课程内容将以往的结构调整为知识掌握类、技能习得类、体能增强类、行为养成类。其中将安全教育和健康教育内容按照知识、技能和行为被分配到各维度之中。4) 课程实施:一是采取多种组织模式,即班级授课、选项走班与俱乐部式;二是设置必修必学、必修选学两种修学方式有效实施;三是提倡课内外、校内外通过学、练、赛多种形式联合。一体化体育课程的实施注重全面性、系统性,更强调实效性。5) 课程评价包含3种类型,即学段体育学习评价,与知、能、行、健四维目标相呼应;课堂体育学习评价,围绕“乐、动、会”3个关键要素;运动能力评价包含基本运动能力评价和专项运动能力评价6个能力等级,从一二级夯实基础,到三四级提高能力,再到五六级发展特长。相对系统的课程体系不仅完善了体育学科课程理论,有利于激发学生的体育学习兴趣,养成锻炼习惯,还能够促进学生终身体育运动技能的形成和身心健康得到全面发展。

### 3.3 衔接性:力求体现上下连贯

一体化体育课程不是各个学段课程的简单堆砌,而是有机衔接。正如教育部副部长、原国家教材局局长郑富芝先生在教育部基础教育课程教材发展中心召开的传统文化项目研讨会上提出的要求:建设一体化课程,就是要像接链条那样,把大中小学各学段的课程衔接起来。如何像接链条一样把各学段衔接起来?需要找到学段衔接的连点,即把握住关键所在。要达到形神兼备的有机衔接,而非形式上的连接。建构的一体化体育课程,是要体现学段和年级均具有上下衔接性的课程。一条贯穿始终的逻辑主线——满足学生终身体育与身心健康发展需求,是使一体化体育课程具有衔接性的前提。运动能力等级评价标准体系的建立,是使一体化体育课程具有衔接性的关键。各个学段之间的衔接看评价

等级处于哪个水平,通过等级评价结果确定下一阶段学习的内容。因此,评价等级标准体系的建立十分关键。

### 3.4 适宜性:准确服务学生发展

一体化体育课程不是纯理论建构,而是要经过大量实践的验证,不仅要验证内容的适宜性,评价标准建立的准确性,还要体现一体化体育课程实施方案的可操作性,以更好地满足学生发展的需求。

1) 一体化体育课程内容的建设不仅充分考虑了学生在不同学段应该掌握的运动技能,应增强的体能,更重要的是注重学生对体育、健康、安全知识的掌握、健康与安全技能的习得,以及健康与安全行为的养成等,更能适合学生发展的需要。

2) 一体化体育课程评价是建立多元立体评价系统,无论是学段知、能、行、健的多维度评价,乐、动、会课堂评价,还是三期六级运动能力评价,多元化评价标准体系的建立,都充分考虑到学生参与体育学习的效果,并发挥好促进和激励作用。

3) 一体化体育课程实施是将课程真正地作用于学生学习的全过程,具体而言,重点指课程实施的方略,适宜的方式方法将达到有效的学习结果,通过具体实践验证方能把握它的实效性。如采用选项走班制,以更好地满足学生的兴趣爱好。倡导学校、家庭、社会联合,共同促进学生体育锻炼习惯的养成和健康发展。

## 4 结束语

体育课程一体化是一次划时代变革,是体育课程改革的逐步深化,也是体育课程理论的进一步优化。顶层总体规划至关重要,一体化体育课程建设不仅需要做到价值鲜明、内涵清晰、定位准确,还要确保它的科学性、系统性、衔接性、适宜性。一体化体育课程体系的建构与实施,必将推动体育学科与学生的共同发展。

### 参考文献:

- [1] 国务院办公厅《关于强化学校体育促进学生身心健康全面发展》的意见》(国办发[2016]27号)[EB/OL].(2016-05-06)[2018-12-28].[http://www.gov.cn/zhengce/content/2016-05/06/content\\_5070778.htm](http://www.gov.cn/zhengce/content/2016-05/06/content_5070778.htm).
- [2] 张瑞.“目标树”视角下对我国大、中、小学体育教材中技能类教学内容衔接的研究[D].北京:首都体育学院,2014.
- [3] 毛振明.对体育课程整体设计(大中小学课程衔接)的研究[J].北京体育大学学报,2002(5):656-659.
- [4] 江水绍,杨海.大中小体育课程内容的衔接研究[J].科技信息(学术研究)2008(21):217-218.

(下转第33页)

- 中国循证儿科杂志 2017(6):401-409.
- [6] HALLAL PC, ANDERSEN LB, BULL FC, et al. Global physical activity levels: surveillance progress, pitfalls, and prospects [J]. *Lancet* 2012, 380(9838):247-257.
- [7] GUTHOLD R, COWAN M J, AUTENRIETH C S, et al. Physical activity and sedentary behavior among school children: A 34-country comparison [J]. *J Pediatr* 2010, 157(1):43-49.
- [8] KANN L, KINCHEN S, SHANKLIN S L, et al. Youth risk behavior surveillance—United States 2013 [J]. *MMWR Surveill Summ* 2014, 63(Suppl 4):1-168.
- [9] 李新, 李晓彤, 王正珍. 北京市主城区中学生身体活动水平及其影响因素[J]. *中国学校卫生* 2018(7):993-996.
- [10] YOU C, ZHENG Z, YI J, et al. Associations between physical inactivity and sedentary behaviors among adolescents in 10 cities in China [J]. *BMC Public Health* 2014, 14(29):744.
- [11] 国家体育总局. 2014年全民健身活动状况调查公报 [EB/OL]. (2015-11-16) [2019-10-31]. <http://www.sport.gov.cn/n16/n1077/n297454/7299833.html>.
- [12] 郭强, 汪晓赞, 蒋健保. 我国儿童青少年身体活动与久坐行为模式特征的研究[J]. *体育科学* 2017(7):17-29.
- [13] U. S. Public Health Service. *Healthy People 2000* [M]. DHHS Pub. No. (PHS) 91-50212. Washington, DC: U. S. Government Printing Office, 1991.
- [14] U. S. Department of Health and Human Services. *Healthy People 2010 (Conference edition in two volumes)* [M]. Washington, DC: U. S. Government Printing Office, 2000.
- [15] National Association for Sport and Physical Education. *Appropriate instructional practice guidelines for elementary school physical education (3rd ed.)* [M]. Reston, VA: Author, 2009.
- [16] MCKENZIE T L, SALLIS J F, NADER P R. SOFIT: System for observing fitness instruction time [J]. *Journal of Teaching in Physical Education*, 1991, 11:195-205.
- [17] 沈建华, 时维金, 万宇. 学生校内身体活动特征透视: 上海市小学生“每天一小时校园身体活动”质量分析 [J]. *北京体育大学学报* 2013(4):94-98.
- [18] 阿斯亚阿西木, 刘艳, 何志凡. 成都市中小学生学习生活身体活动情况 [J]. *中国学校卫生* 2013(6):677-679.
- [19] 李百惠, 吴双胜, 李珊珊, 等. 北京市190名小学生身体活动模式与肥胖的相关性分析 [J]. *中国学校卫生* 2011(4):430-431.
- [20] 李梦娜, 史慧静, 江小小, 等. 上海市中小学生学习生活身体活动量与青春发育水平的关联性 [J]. *中国学校卫生* 2014(10):1475-1478.
- [21] 杨帆. 课堂教学行为的有效性研究 [D]. 上海: 华东师范大学, 2009:4.
- [22] 徐栋. 体育课堂教学管理中的内容型激励理论探究 [J]. *教学与管理* 2013(5):111-113.
- [23] 王德刚. 体育教师课堂教学行为的溢出与调控 [J]. *体育教学*, 2018(7):42-44.
- [24] 李森. 体育教师教学行为的表现及应用 [J]. *上海体育学院学报* 1998(12):144-146.
- [25] MAITLAND C, STRATTON G, FOSTER S, et al. A place for play? The influence of the home physical environment on children's physical activity and sedentary behavior [J]. *Int J Behav Nutr Phys Act* 2013, 10(1):99.
- [26] KOHL H W, COOK H D. *Educating the student body: Taking physical activity and physical education to school* [M]. Washington, DC: National Academies Press, 2013.
- 责任编辑: 刘红霞
- 
- (上接第26页)
- [5] 郭建营. 终身体育思想指导下大中小学体育课程衔接的理论构想: 体育课程的三维观 [J]. *搏击(武术科学)* 2012, 9(2):110-112.
- [6] 张晓林, 陈新键, 毛振明. 我国大中小学体育课程有效衔接现存问题及改进思路 [J]. *武汉体育学院学报* 2015, 49(2):78-83.
- [7] 郑健. 我国大、中、小学体育教材中武术内容的衔接与整合优化研究 [J]. *南京体育学院学报(社会科学版)*, 2013, 27(5):36-40.
- [8] 陈国成. 对大中小学体育教学衔接问题的研究 [J]. *北京体育大学学报* 2004(8):1105-1106.
- [9] 毛振明. 对体育课程整体设计(大中小学课程衔接)的研究 [J]. *北京体育大学学报* 2002(5):656-659.
- [10] 王成军. 我国大中小学体育教学目标有效性衔接的研究 [J]. *体育科技* 2017, 38(2):160-161.
- [11] 教育部办公厅关于开展“体育、艺术2+1项目”实验工作的通知 [Z]. 教体厅函[2004]33号, 2004.
- [12] 中共中央国务院关于加强青少年体育增强青少年体质的意见 [EB/OL]. (2007-05-24) [2018-12-28]. [http://www.gov.cn/jrzq/2007-05/24/content\\_625090.htm](http://www.gov.cn/jrzq/2007-05/24/content_625090.htm).
- [13] 国务院办公厅转发教育部等部门关于进一步加强学校体育工作若干意见的通知 [EB/OL]. (2012-10-29) [2018-12-28]. [http://www.gov.cn/zwjk/2012-10/29/content\\_2252887.htm](http://www.gov.cn/zwjk/2012-10/29/content_2252887.htm).
- [14] 于素梅. 运动需求理论建构 [J]. *体育学刊* 2019(6):1-7.
- [15] 中共中央、国务院. “健康中国2030”规划纲要 [EB/OL]. (2016-10-25) [2018-12-28]. [http://www.gov.cn/xinwen/2016-10/25/content\\_5124174.htm](http://www.gov.cn/xinwen/2016-10/25/content_5124174.htm).
- [16] 国务院关于实施健康中国行动的意见 [EB/OL]. (2019-06-24) [2019-07-15]. [http://www.gov.cn/zhengce/content/2019-07/15/content\\_5409492.htm?trs=1](http://www.gov.cn/zhengce/content/2019-07/15/content_5409492.htm?trs=1).
- [17] 于素梅. 国际视野下一体化体育课程体系建设的思考 [J]. *中国学校体育* 2018(6):32-36.
- [18] 于素梅. 中国学生体育学科核心素养框架体系建构 [J]. *体育学刊* 2017(4):5-9.
- [19] PAYNE G, 耿培新, 梁国立. *人类动作发展概论* [M]. 北京: 人民教育出版社, 2008.
- [20] 认知发展理论 [EB/OL]. [2019-07-15]. <https://baike.baidu.com/item/认知发展理论/7876079?fr=aladdin>.
- [21] 生长发育 [EB/OL]. [2019-07-15]. <https://baike.baidu.com/item/生长发育/6242054?fr=aladdin>.
- [22] 于素梅. 一体化体育课程的旨趣与建构 [J]. *教育研究* 2019(12):51-58.
- 责任编辑: 刘红霞