【美国】

美国把体育看成教育不可或 缺的一部分,无论政府还是民间 都非常重视。美国没有专门的体 育课,但学生得在课后修满体育 学分。下午时段则让学生从事体 育活动。美国中学的课程表上没 有类似国内固定的体育课,但不 是说就不重视体育锻炼了。如康 涅狄格州要求孩子从幼儿园到五 年级,每天都必须有体育训练。

美国的体育课程从小学开始 就异常丰富,到了大学后更是包 罗万象。除棒球、篮球、网球等常规项目外,学生们的其他兴趣爱好几乎都能得到满足:如果要养生,有冥想课;如果要塑形,有瑜伽课;如果爱交际,有舞蹈课;如果署假要去探险,则有野外求生课。此外,还有马术、美式足球、游泳、滑冰、击剑、拳击课等。而且技有,总体上分为竞技体有数学、健身体育教学、社会实用教学和学科联系教学四种。

美国的体育课有着广泛的社会 基础。在社区里,家长们带着孩子 跑步、打棒球的场景随处可见,每 个社区也都配备健身器材供大家免 费使用。如果学生能进入校队,对 整个家庭而言都是一件非常荣耀的 事,家长会为此专门举行家庭聚会 以庆祝。上课时,老师不光传授体 育技巧,更注重培养学生的个性, 强调高强度、高竞争,鼓励在激烈 的对抗比赛中展露锋芒,创造校园 体育明星。

【韩国】

韩国学生体育课球类活动较多,每一个学生都能充分参与。 另外项目也很全面,跳山羊、单 双杠都为运动项目,特别是跑步 与俯卧撑,是所有学生经常训练 的内容。而且从小学到大学,每 年的体育课都会有一部分时间找 专门的教师教学生跆拳道,中学体育课程则会教学生射箭。

当学生在体育课上出现意外受伤时,只要是学校尽到了防范的责任,家长就不会找学校的麻烦,而且学生都有保险,受伤后的医疗费用都由保险公司负承担,学校的压

力不会很大。

因为担心中小学生体能下降, 韩国政府准备向小学派遣专业体育 指导人员。韩国政府从 2012 年起 向全国所有小学派遣体育专业指导 人员,指导学生开展户外体育活 动,以改善学生身体素质。



国外体育课在做啥?

世界杯已落下帷幕,中国球迷兴奋之余也有不少遗憾,尤其是国足 20 年的缺席,成为球迷心中最大的一根刺。"足球要从娃娃抓起",这绝非虚言,没有厚实的足球土壤,很难生长出成功的果实。以此推之,青少年时代培养体育兴趣,不仅可以强身健体,同时也是推动体育运动高质量发展的关键。

本期"域外之音"介绍的就是国外的体育教育现状,他山之石,可以攻玉。

【英国】

英国的中小学每周一下午是体育活动课,学生每周都可自由选择体育项目。持续时间大约一个小时。不过多数英国中学并没有设定固定时间及课程来给学生上体育课。一般学校放学时间是下午4:45,放学后,学生有兴趣的话,会自己去参加各种体育活动。

一般来说,英国对5-16岁的儿童少年实施11年的义务教育,其中5-11岁这6年为小学阶段,11-16岁这5年为中学阶段。学生到了14-16岁时就进入了"中等教育普通证书"(GCSE)阶段。这时,学生们除了必修国家课程中的体育课外,还可以选修此阶段的体育课程。其内容既有理论部分又有实跋部分,每周上五次课,每次课一个小时。

相对于国内体育课较固定的几个运动项目,英国学生有着更多的几的 战操,有马术、皮划艇、英式橄锐球、网球、跑步、竞走、足球等,连舞蹈也被列入了体育项目。每年回时,每日选择体育项目,每周还可是生可以更生的兴趣,吸引更多的学生的人类的,一些体育老师常常会设品数设计,并自掏腰包购置实品数设下。学校也会出钱设取,有关的,是实际线的学生。学校也会出货设取货价。



【日本】

2014年,日本文部省修订了《中小学学习指导要领解说保健体育篇》,规定小学生体育课保证每周平均3课时,每学年必须达到90课时。中学生体育课保证标准总授课数至少为105课时,3年间最少要达到315课时。在中学体育课的课时安排上,规定体育领域的授课时数为267课

时,保健领域 48 课时左右,体育理 论课各学年必须安排 3 课时以上。 除此之外,除了将武道和舞蹈规定 为必修科目外,中学生可以根据兴 趣与自身情况自主选课。40%的日 本小学生每天锻炼超过两小时。在 日本学生放学后,还有1小时锻炼 时间,学校开设相应的场所给学 生,学生可自由选择喜欢的运动项 目。有统计表明,日本每天锻炼两 个小时以上的学生占总数四成多。

日本小学的体育课,除了体操、跑步、跳远、跳高、倒立以及保护地垫上的跳跃、翻滚等身体活动之外,还有跳绳、足球、篮球、棒球、排球、跳山羊、单双杠、呼啦圈、独轮车、自行车等器械或球类运动。此外,还按季节划分出不同的体育课内容。例如冬季的耐寒马拉松训练、夏季的游泳课等。日本孩子大都从幼儿园开始,就接受"冬季耐寒训练",并全员参加"冬季持久走大会"。



【新加坡】

新加坡的体育课一般每周一节, 每节一小时。最有特色的是,每位初 三学生要参加一次"荒岛求生"的野 外生存训练。与国内只有一名体育老 师上课的情况不同, 在新加坡, 每种 不同的技巧都会有不同的老师指导授 课。新加坡的学校也有体能测试。新 加坡的体能测试体系叫"NAPHA", 它由仰卧起坐、立定跳远、座位体前 曲、短程往返跑和引体向上这五项必 选技巧类和耐力跑 2400 米组成。针 对不同年龄这一考试有着不同的标 准。对 16 岁的女生而言, 引体向上 要在30秒内做到17个以上,才可以 拿到 A。而 2400 米耐力跑,需在 16 分钟内跑完。

最有特色的体育项目是 OBS,要求每位中学生在中三 (相当于初三)必须参加的野外生存训练。有些初级学院 (相当于国内的高中)的学生也会有选择性地参加。在参加前,学生都要进行体检,通过了就可以在当季参加训练,没有通过的会在下一季体检合格后补上。这项训练对于很多学生而言是一项巨大挑战,学生要在新加坡主岛外的一个叫乌敏岛对,其间有攀岩、丛林探险、制作竹筏和划皮划艇绕岛一周等难度相对较高的活动。

【法国】

法国教育部规定,高中生考大学,体育是其中的一门主科,必须经过考试才能升人大学。在高考的200分总分中,体育成绩以20分计人总分,占了10%。而计算体育成绩的方法也十分讲究,通常以高中最后一个学年的平时成绩为主要依据,包括有体育课的成绩、竞赛的成绩和上体育课的出勤率等。学校的体育考试项目分为田径、体操和游泳三大类,学生可以从中任选一类。

三人类,字至可以从中任边一类。 以游泳为例,小学的体育课 上,就设置了游泳课内容,学校里有游泳池,学生在午休时可以游泳。而且社区里也有游泳馆,对居民免费开放。每周三下午,小学和初中会关闭校内的小课堂,组织孩子们参加形式多样的课外活动。孩子们有的在体育场馆里踢足球,打篮球;有的则走进博物馆。根据规定,法国所有的体育场馆和博物馆一律在那一天对教师和18岁以下的青少年免费开放。

(。 (来源: 搜狐网)

