

新课标视角下：中美体育教育课程对比分析

姜亦宣¹

(1.吉林体育学院, 吉林 长春 130013)

摘要：美国学校体育课程发展在全球范围内具有较高的权威性和广泛性，本文采取文献资料法和逻辑分析法，对中美两国校园体育课程中的课程目标、课程内容、课程实施方式、课程评价体系4个方面进行分析，再通过分析中美两国在文化因素、政策因素和社会因素的差异来探寻中美两国学校体育课程发展差异的根源，得出对比之下美国校园体育课程中良好发展的妙思，以此为中国未来学校体育课程的发展提供新的思路与方向。在课程目标上，我国聚焦学生核心素养培育，落实立德树人根本任务；美国则侧重学生个性化、终身参与及社会责任养成，强调运动技能掌握；课程内容方面，我国重视基础技能学习、专项强化以及传统文化融入，课程按水平分层设置丰富内容；美国则重视培养“身体素养个体”，强调运动模式示范能力、侧重运动技能的应用表现与策略运用、培养个人和社会责任意识、重视价值观教育、维持健康增强型体育活动水平，其中身体能力培养约占比60%，知识理解约占比20%，社会情感约占比20%；在课程实施方式上，我国以传统教学为主，结合大课间、课外锻炼与竞赛等，在科技的借助方面我国各个地区发展不同，整体有待加强；美国采用以学生为中心的探究式教学，推行“模块化选修”，融合丰富的科技手段；在课程评价方面，我国构建了以核心素养为主线的学业质量评价框架在运动能力、健康行为和体育品德三个维度上制定标准，在日常学习中强调多元评价主体采用“情景化评价”模式，学业水平考试由省级行政部门统筹实施，重点考察义务教育阶段核心素养达成度；美国则构建以体育素养为核心的多维评价体系，涵盖多方面指标且采用三维评价系统。在文化上，中国“重文轻武”、集体利益至上，美国崇尚个人主义、重视身心融合；政策上，中国推进体教融合，美国地方分权制下体育教育利弊兼具，招生与管理机制也各有不同；社会层面，我国体育发展在社会文化认同、配套措施等方面存在待完善之处，美国则形成全面发展的体育教育生态。

关键词：体育教育；体育课程；新课程标准；

DOI: doi.org/10.70693/jyxb.v1i3.77

在全球教育交流日益频繁的当下，各国教育理念与实践的对比研究备受关注。2022年4月我国颁布了《义务教育体育与健康课程标准（2022年版）》，为我国义务教育阶段的体育教育指明了新方向。这一版本的课程标准以培养学生核心素养为导向，首次明确提出以“运动能力、健康行为、体育品德”三大核心素养为统领，构建了全新的课程目标体系。标志着我国体育课程从“知识技能本位”向“育人本位”的全面转型。这一理念突破了传统“三维目标”的局限，与国际教育趋势接轨，同时彰显中国特色。课程内容上，涵盖了基本运动技能、体能、健康教育、专项运动技能和跨学科主体学习，强调了“学、赛、练”一体化，注重真实情境中的问题解决能力，充分体现了“健康第一”“立德树人”的教育理念以及“五育并举”的育人要求。美国作为教育强国，在体育教育方面也有着独特的经验与实践成果。其2013年颁布的《K-12体育课程标准》，围绕体育教育和健康教育，以学生为中心，聚焦科技发展和终身健康意识培养。通过对比两国的体育课程，能更清晰地认识我国体育课程的特色与优势，也能借鉴美国体育教育的先进理念与方法，为我国体育教育改革提供有益参考。本文将从课程目标、课程内容、实施方式和评价体系四个方面，对中美校园体育课程展开深入对比分析，探寻两国体育教育的差异根源，以期为我国义务教育阶段体育教育的发展提供新的思路与启示。

1 中美校园体育课程对比分析

1.1 课程目标对比

1.1.1 我国学校体育课程目标

作者简介：姜亦宣(2001—)，女，硕士在读，研究方向为体育教学

在新课标视域下,我国学校体育课程目标正在经历深刻变革与重塑。《义务教育体育与健康课程标准(2022年版)》以核心素养为导向,从运动能力、健康行为、体育品德三个维度构建课程目标体系,为体育教育的革新指明方向。新课标以培养学生的核心素养为导向提出了课程目标,根据小学、中学、高中不同阶段的学生,针对其年龄特点设置了不同阶段的水平目标,提升不同水平阶段的学生的运动能力、健康行为和体育品德三大核心素养。^[1]通过体育与健康教育,促进学生在身体、心理和社会适应能力上的综合提升使学生全面发展;使学生有终身体育意识,培养学生的运动兴趣,形成终身体育锻炼的意识和能力;重点强调“学、练、赛”一体化,注重真实情境中的问题解决能力;实施将体育与德育、智育、美育、劳动教育相结合的融合育人,落实“五育并举”。我国学校体育课程目标在新课标引领下,从多维度致力于学生全面发展,在实践中应紧密围绕这些目标创新教学方法、丰富教学内容,切实提升体育教育质量,助力学生成长为身心健康、全面发展的新时代人才。

1.1.2 美国学校体育课程目标

美国在2013年颁布最新版本的《K-12体育课程标准》。美国体育与健康课程标准制定的主体围绕着体育教育和健康教育,强调以学生为中心的技能发展和终身健康意识。在相关学者研究中得出,其中的五个标准表现出了体育课程的目标:1.具备体育素养的个体在各种运动技能和运动模式中展示能力;2.具备体育素养的个体应用与运动和表现相关的概念、原理以及战略和战术的知识;3.具备体育素养的个体展示知识和技能,以实现和保持体育活动与健身,来增进健康水平;4.具备体育素养的个体表现出尊重自我和他人的社会行为;5.具备体育素养的个体认识到体育活动对健康、快乐、挑战、自我表现和社会交往的价值。^[2]目标体系以学生为中心,各维度目标相互关联、层层递进,从不同层面构建起培养全面发展个体的体育教育蓝图,对推动美国青少年体育素养提升与终身健康意识养成具有重要引领作用,也为全球体育教育课程目标的制定与完善提供了宝贵的借鉴范例。

1.1.3 中美学校体育课程目标差异分析

中美体育课程在目标导向与核心侧重上差异显著。中国以核心素养为导向,紧扣“立德树人”,落实“五育并举”,将体育融入国家教育战略,重视其塑造健全人格与培养社会责任感的作用;美国以学生为中心,分阶段聚焦兴趣激发、技能深化与终身健康意识培养,强调个体自我实现。运动能力培养方面,中国追求基础与专项技能全面发展,注重体能提升;美国鼓励学生在实践中灵活运用技能。健康行为教育上,中国系统培养健康生活方式,美国强调学生自主运用健康知识维持健康。体育品德塑造时,中国将品德教育贯穿体育教学全程,美国通过体育活动培养学生尊重意识与社会交往能力。课程目标融合上,中国推动“五育”融合与“学、练、赛”一体化,美国构建跨学科实践体系,强调体育的多元价值。

1.2 课程内容对比

1.2.1 我国体育课程内容

我国《体育与健康课程标准(2022年版)》依据学生身心发展特点,将体育课程学段划分为水平一至水平四,并系统构建五大学习板块。基本运动技能涵盖移动性、非移动性与操控性技能,筑牢运动基础;体能训练聚焦身体成分、心肺耐力等十一项指标,提升综合运动素质;健康教育包含健康行为、青春期保健等六大模块,强化健康意识与应急能力;专项运动技能包含球类、田径、体操等六大类,满足多样化运动需求;跨学科主题学习推动体育与德育、智育等多领域融合,实现协同育人。该标准强调基础技能与核心素养并重,注重理论与实践结合,全方位促进学生身心健康发展。教学内容强调灵活而不是死板;注重学生的理解与运用,杜绝机械化练习、磨灭学生的兴趣;把内容与知识点良好结合,注重优化课堂课程结果^[3]。

1.2.2 美国体育课程内容

根据美国K12体育课程标准,美国体育课程内容涵盖多个方面,旨在培养具备体育素养的个体,促进学生身心全面发展,课程内容丰富多样,具有系统性和针对性,从基础运动技能培养到健康知识的普及,再到体育品德塑造,都进行了明确的规划。美国的体育课程一般以选项教学为主,学生自主根据每学期的课程安排,根据自己的兴趣爱好选择自己相练习的运动项目^[4]。美国K-12体育课程以“技能+体能+社会情感”为核心通过多样化的运动选择、技术赋能和跨学科实践,培养学生成为终身运动者和负责任的公民。小学阶段(K-5年纪)通过游戏建立基础的动作模式,激发运动兴趣,并且搭配健康知识启蒙,通过绘本学习营养搭配,了解“每天运动60分钟”的意义;初中阶段(6-8年级)深化专项技能,培养自主锻炼的能力。根据体能测试的结果制定个人的体能训练目标;在社会情感活动上,组织班级联赛,讨论怎样面对比赛压力;进行运动专项模块的训练;高中阶段(9-12年级)精通运动技能,为终身健康奠定基础,参加高阶运动课程,参加社区实践。

1.2.3 中美体育课程内容差异分析

中国体育课程更注重系统性、政策性和文化传承,美国则更强调个性化、实践性和社会衔接。内容结构上中国侧重于“基础+素养”,强调“全领域覆盖”,从基础技能到综合素养层层递进,突出“健康知识”与“学科融合”的系统性;美国侧重于“技能+情感”,聚焦于“实用技能与情感发展”,以兴趣驱动为主,重在运动项

目的选择性和社会情感的实践性。对于体育课程内容的学段划分，中国是水平一至水平四，对应从小学到初中。严格按照水平进行递进，每个阶段目标明确，注重技能与知识相结合的螺旋式上升。美国 K12 涵盖从小学到高中，小学重在兴趣，初中重在自主性的培养，高中重在实践，课程内容强调了“终身运动”的连续性。课程内容教学方式上，中国统一性与规范性强，侧重集体性、标准化技能的培养；美国则是灵活性与自主性强，尊重个体兴趣，强调以学生为中心的体验式学习。

1.3 实施方式对比

1.3.1 我国体育课程实施方式

在新课标的视域下，我国体育课程实施方式呈现出多元化特点，围绕“教会、勤练、常赛”展开，注重学生核心素养的培养，强调通过多种方式提升学生的运动能力、健康行为、体育品德。具体表现为：结构化知识技能教学与大单元教学设计相结合；传统体育课程教学、大课间体育活动与课外体育锻炼相结合；体育与健康教育融合；“家校社联动”模式；对运动负荷有明确要求运用多样化的教学方法；创设真实情境教学。我国学校体育课程运用现代科技手段这一方面还是比较薄弱，还需要进行一定的突破，数字化体育教学设施不完备；教师应用数字技术能力不足；运动科技与体育教育融合度不够；信息数据安全存在隐患；技术普及与推广面临困难；在科学技术方面、对传统体育教学的跳脱、对现代高科技技术辅助体育教学应有更深程度的认可等。

1.3.2 美国体育课程实施方式

美国 K12 体育课程标准从教学模式、课程结构、教学方法等多个维度，清晰的表明了其体育课程的实施方式，以实现培养具备体育素养个体的目标。美国主要采用“学生中心”的探究式教学，强调个性化发展。教师主要扮演引导者角色，鼓励学生通过实践探索运动技能，实行“模块化选修”制度：例如主流运动（篮球、橄榄球等）、休闲体育（攀岩、滑板等）、终身体育技能（游泳、急救等）。^[5]具备多样化的课程结构，课程实施包含理论课程和实践课程两个方面。强调技术赋能，在体育课程实施过程中与科技进行整合，越来越注重运用现代科技手段辅助教学、采用可穿戴设备、运动分析软件等技术工具；注重方法多元性，典型采用“多样组合”模式，形成教学方法“复方”、不同教学场景采用差异化方法组合；重视基于证据的教学研究、强调教学方法与实际效果的证实关联。^[6]

1.3.3 中美体育课程实施方式差异分析

中美体育课程实施方式在四大维度存在显著差异。核心理念上，我国以“教会、勤练、常赛”为框架，立足“立德树人”与“核心素养”，强调体系化育人；美国则围绕“学生中心”和“终身运动”，侧重个体个性化发展。教学模式方面，中国采用“结构化教学”，依托大单元设计，系统传授技术动作，课程由知识讲解、技能练习、实战应用构成；美国推行“探究式与选修制”，设置多元课程板块，学生按兴趣选学，教师引导学生在实践中自主探索规律。科技融合层面，我国体育课程数字化发展不均衡，存在教师数字素养不足、技术应用浮于表面等问题；美国已实现科技与课堂深度融合，能借助数字化手段追踪学生运动数据，制定个性化教学方案。社会协同上，我国推行“家校社联动”，以学校为主导，但社区参与度有限；美国秉持“社区与实践导向”，通过组织学生开展社区体育服务等活动，培养社会责任感。总体而言，我国体育课程在规范性与育人融合上优势明显，未来可借鉴美国经验，强化科技赋能、深化个性化教学并优化社会资源整合。

1.4 评价体系对比

1.4.1 我国体育课程评价手段

我国《体育与健康课程标准（2022 年版）》构建了全面、系统且具有发展性的体育课程评价体系，旨在通过多元化评价，推动学生在体育学习中实现知识、技能、素养的全面提升，旨在使学生养成良好的体育习惯，实现身心健康发展。我国体育新课标强调通过“立德树人”和“健康第一”的理念，评价不仅关注学生运动能力、健康行为、体育品德的发展，还注重学生的全面发展，形成终身体育意识和健康的生活方式，助力学生成为全面发展的人。强调多样化评价方式相结合、过程性评价与终结性评价并重、多元主体参与评价。评价标准要充分考虑学生的个体差异和学段特点，制定差异化的考核项目与标准，评价结果以等级形式呈现，并向学生发放《体育成长档案》，为学生提供明确的努力方向。教师依据评价结果挑战教学策略，改进教学方法，优化教学内容，以提高教学质量，促进学生良好发展。

1.4.2 美国体育课程评价手段

美国对学生体育学习的评价经历了从单一指标向多元化体系的转变^[7]，早期主要以体适能测试（有氧运动、肌肉力量、柔韧性等生理指标）为核心评价内容，在 2013 年发布的《K-12 国家体育标准》提出以体育素养为核心的多维评价体系，包括运动技能、知识与策略、健康体适能、个人与社会责任、参与意识，截止到 2016 年，仅有部分州采纳了这一新标准，整体普及率较低。美国的体育课程评价采用三维评价系统，其中过程性评价占比 50%，包括：电子档案袋追踪（每周技能视频上传）、同伴互评量表（如团队合作评分）、表现性评价占比 30%，

包括:情绪化任务(如设计健身方案)、比赛模拟评估(裁判角色体验)、标准化测试占比 20%,包括:FITNESSGRAM 体能测试、技能达标测验。^[8]主要特点是以国家标准和年级成果为导向,注重评价与课程的紧密关联;身心一元融合五维模块,强调整体性发展;师生双中心模式;以及共同要素迁移。^[9]

1.4.3 中美体育课程评价体系差异分析

中国的体育课程评价体系在核心理念中强调全面育人,德育融合,以“立德树人”“健康第一”为导向,强调体育与德育、智育等进行融合,注重集体主义精神的塑造;而美国强调的是体育素养和个体发展,评价聚焦学生个体发展需求,强调通过多元化评价提升运动技能、健康行为和社会适应能力。评价内容中国主要总结为“三维核心素养”,对学生运动能力、健康行为、体育品德进行深入评价;美国的评价内容为“五维体育素养”,包括对运动技能、知识与策略、健康体适能、个人与社会责任和参与意识的评价。评价方法中国为多元整合的评价,美国则是简单直接的三维量化。评价的标准逻辑中国是分为水平差异以及注重个体差异化;美国则是以国家标准和年级成果为导向。美国具有先进的技术支持评价,如运动视频分析,可穿戴设备的具体分析;中国在这方面还在初步探索中。两者之间评价体系不同的本质上是教育目标与文化背景的映射,借鉴时需要根据自身实际进行适应性改造。

2 中美学校体育差异的根源

2.1 文化因素

有学者认为,中美在学校体育的精神文化层面存在差异,中国存在“重文轻武”的传统观念,认为体育训练是文化素质低下的表现。多数学生运动员为升学选择体育训练,中国强调集体利益至上,个人为集体做贡献,“重物轻人”倾向明显;美国体育价值精神文化源自于古希腊海洋文化,重视身心融合,将体育视为智力训练过程和个人发展途径,崇尚个人主义,赞赏通过“个人努力”获得幸福,鼓励个人价值的实现。^[10]中国是一个推崇儒家思想的国家,重理论道德,轻科技与自然知识的探索,正是儒家思想的根深蒂固从而导致几千年来中国教育部存在这样的观点思维。

2.2 政策因素

体教融合是新时代我国教育和体育工作的顶层设计,其核心是将竞技人才培养(体)融入国民教育体系(教)。^[11]2020年9月发布的《关于深化体教融合促进青少年健康发展的意见》明确指出,需推动青少年文化学习与体育锻炼协调发展,培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者。^[12]^[11]习近平总书记在全国教育大会上强调,学校体育需实现青少年“享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志”的目标,并发挥其在爱国主义、集体主义教育中的作用。美国在地方分权制教育体系下的体育教育具有一定的优点,可以因地制宜,特色发展、激发地方积极性、促进校际竞争与交流,也会有一定的缺点挑战,比如教育资源分配不均、教育质量参差不齐、课程设置缺乏系统性。中美两国的招生以及管理机制不同,中国由行政部门主导招生,教练无决策权,专业选择限于文科类,管理依赖伦理规范,制度更新滞后;美国教练可以自主招生,NCAA制定详细契约化管理制度,学生可自由选择理工科等专业。^[10]

2.3 社会因素

我国学校体育的发展在社会文化认同存在差异,在历史定位上存在差异:我国体育长期承担“国际影响力塑造”的政治功能,而美国更注重体育的社群构建与商业价值;我国虽然已经出台《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》等文件,但在校园文化培育、教师激励机制等配套措施仍待完善。^[13]在“双减”政策的影响下,对我国学校体育的发展虽然有一定的促进作用,但是部分学校还存在着体育教师超负荷、家长矛盾心理(如寻求隐性补课)等问题、家庭与社区体育资源匮乏,需探索社会培训机构规范化参与路径、以及长效性考验:需避免政策热度后的沉寂,需国家层面组建专项团队推动系统性改革。^[14]美国社会对体育的重视体现在政策、教育、学术和社会价值的多维度整合,形成了一套以全面发展为核心的体育教育生态,美国社会及其重视学校体育的发展,在政策层面的系统支持:20世纪80年代以来,美国课程体系开始强调学科间的联系性,体育与其他学科的融合政策逐步完善。例如马里兰州依据劳森和普拉克的《中学体育:课程选择》提出了首个现代体育多学科课程方法;2015年后,美国通过《体育与运动教育工作者》等专业期刊推动体育课程改革,将体育素养(如运动生理学、生物力学等四大学科标准)纳入21世纪核心课程框架。^[15]

3 结论

本研究通过对中美体育教育课程在目标、内容、实施方式和评价体系的系统对比,并深入挖掘文化、政策和社会因素对差异形成的影响,全面呈现了两国体育教育的特点与差异。我国体育课程以核心素养为导向,注重全面发展和文化传承,在体系化育人方面表现突出;美国则强调个性化发展,在科技融合和实践教学上颇具优势。文化上,两国价值观念差异影响体育教育定位;政策上,不同体制导致体育教育发展路径不同;社会层面,资源

整合与重视程度的差异塑造了不同的体育教育生态。通过对比可知,我国体育教育应在保持自身优势的基础上,积极借鉴美国经验,加强科技在体育教学中的应用,深化个性化教学,提升社会资源整合能力,推动体育教育迈向更高水平,实现学生体育素养与综合能力的全面提升

参考文献:

- [1] 毕舒惠.《义务教育体育与健康课程标准》2022版与2011版的比较研究[J].运动与健康,2024,3(6):89-92.
- [2] 曾玉山.美国新版K-12体育课程国家标准探析[J/OL].北京体育大学学报,2015,38(6):109-113,144.
- [3] 我国《义务教育体育与健康课...标准(2022年版)》解读_季浏[Z].
- [4] 周岩峰,张伟刚.美国学校体育概况及经验借鉴[J/OL].广州体育学院学报,2020,40(6):125-128.
- [5] 中西方体育教学差异对比研究——以美国为例_张舒畅[Z].
- [6] 郝瑞枝和高飞 - 2023 - 中美小学体育教学方法比较研究.pdf[Z].
- [7] 近30年美国中小学体育教育...育发展现状报告》的文本分析_胡小清[Z].
- [8] 中美两国中小学体育课程标准特征变化研究_刘博轩[Z].
- [9] 刘皓晖等 - 2022 - 基于美国国家课程标准的体育素养评价指标体系内容、特点及启示.pdf[Z].
- [10] 杨丹等 - 2018 - 体育文化差异视角下中美大学生运动员运动动机比较.pdf[Z].
- [11] 新时代体教融合的目标与学校体育的改革方向_王登峰[Z].
- [12] 体育总局_教育部关于印发...进青少年健康发展意见的通知[Z].
- [13] 罗锦郎,刘静民.基于文化视域下的中美学校体育比较研究[J].文体用品与科技,2021(15):183-185.
- [14] 专家组 - 2021 - “双减”政策与学校体育发展.pdf[Z].
- [15] 美国学校体育课程与各学科融合的特征研究_周珂[Z].

A Comparative Analysis of Physical Education Curricula in China and the United States from the Perspective of the New Curriculum Standards

Jiang Yixuan¹

¹ Jilin Sport University, Changchun, China

Abstract: The development of physical education curricula in American schools holds significant authority and widespread influence globally. This paper employs literature review and logical analysis to examine four dimensions of physical education curricula in Chinese and American schools: curriculum objectives, content, implementation methods, and evaluation systems. By analyzing differences in cultural, policy, and social factors between the two countries, it explores the root causes of disparities in their physical education curriculum development. The study identifies insights from the well-developed American school physical education curriculum to provide new perspectives and directions for the future development of China's school physical education programs. Regarding curriculum objectives, China focuses on cultivating students' core competencies to fulfill the fundamental mission of fostering virtue through education. The United States emphasizes personalized development, lifelong participation, and social responsibility cultivation, prioritizing the mastery of athletic skills. In terms of content, China prioritizes foundational skill acquisition, specialized reinforcement, and integration of traditional culture, with curricula structured by proficiency levels to offer diverse content. The United States emphasizes cultivating “physically literate individuals,” prioritizing demonstration of movement patterns, application of motor skills and strategies, development of personal and social responsibility, values education, and maintaining health-enhancing physical activity levels. Physical ability development accounts for approximately 60%, knowledge understanding for about 20%, and social-emotional aspects for roughly 20%. Regarding implementation methods, China primarily employs traditional teaching approaches supplemented by extended recess periods, extracurricular exercise, and competitions. Technological integration varies regionally and requires overall enhancement. The United States adopts student-centered inquiry-based teaching, implements “modular electives,” and integrates diverse technological tools. Regarding curriculum assessment, China has established an academic quality evaluation framework centered on core competencies, setting standards across three dimensions: athletic ability, health behaviors, and sports ethics. Daily learning emphasizes diverse evaluators using a “contextual assessment” model, while academic proficiency exams are administered by provincial authorities, focusing on core competency attainment in compulsory education. The U.S. has developed a multidimensional evaluation system centered on physical literacy, encompassing multiple indicators and employing a three-dimensional assessment framework. Culturally, China prioritizes academics over athletics and collective interests, while the U.S. values individualism and emphasizes mind-body integration. Policy-wise, China promotes the integration of physical education and academic education, whereas the U.S. decentralized system presents both advantages and disadvantages in physical education, with distinct enrollment and management mechanisms. At the societal level, China's sports development requires refinement in areas such as social-cultural recognition and supporting measures, while the U.S. has cultivated a comprehensive physical education ecosystem.

Keywords: Physical Education; Physical Education Curriculum; New Curriculum Standards