

前沿直击

3月13日，北京2022年冬残奥会圆满闭幕。北京冬奥会、冬残奥会的成功举办，不仅向世界展示了体育竞技的魅力，也为奥林匹克教育留下丰厚的资源。通过体育运动，传播奥林匹克知识，弘扬奥林匹克精神，是国际奥林匹克教育的重要内容。奥林匹克教育对促进青少年身心和谐发展具有独特价值，对推动建立和平而美好的世界发挥着积极作用。

自1894年国际奥委会成立以来，体育、教育与世界和平的理念就交织在一起。如今，随着奥林匹克运动在世界范围内的广泛开展，以竞技体育项目为主要载体、以参与竞技运动为重要内容、以弘扬奥林匹克精神为核心思想的奥林匹克教育越来越受到各国关注。

## 1 奥林匹克教育对人类社会和人类文明影响深远

奥林匹克教育是传播奥林匹克知识、弘扬奥林匹克精神、推动体育运动普及的教育活动。

奥林匹克教育源于2000多年前希腊南部奥林匹亚地区以竞技为主的奥林匹克运动。古希腊奥林匹克运动会因战争等原因停办了1500多年。在法国著名教育家、国际体育活动家顾拜旦倡导下，第一届现代奥林匹克运动会于1896年4月在希腊举行。顾拜旦因此被誉为“现代奥林匹克之父”。经过一个多世纪的发展，奥林匹克运动会演变为人类社会中规模最大、水平最高、影响最广的体育文化现象，对世界政治、经济、文化、艺术、教育、科技等各领域产生了深刻影响。

奥林匹克教育的重要内容之一就是奥林匹克精神。《奥林匹克宪章》指出，奥林匹克精神就是相互理解、友谊、团结和公平竞

争的精神。奥林匹克精神对奥林匹克运动具有十分重要的指导作用。1920年，国际奥委会将更快、更高、更强 确立为奥林匹克格言，这一格言充分体现了奥林匹克精神的重要内涵。2021年，国际奥委会将奥林匹克格言变更为更快、更高、更强、更团结，不仅增加了奥林匹克运动的文化内涵，更凸显了世界人民建设和平美好世界的共同梦想，也意味着奥林匹克运动在构建人类命运共同体中可以发挥举足轻重的作用。

奥林匹克教育是现代奥林匹克运动的一个核心领域。国际奥委会强调，要通过按照奥林匹克主义及其价值观开展的竞技运动教育青年，从而为建设一个和平、更美好的世界作出贡献。《奥林匹克宪章》将奥林匹克主义定义为，将身体、意志和思

想的品质提升并结合在一个平衡的整体中的生活哲学，并强调奥林匹克运动是面向所有人开展的一致、有组织、普遍和永久的行动，体育运动必须与教育、文化相结合。纵观历次奥运会，田径、游泳、体操、滑雪、滑冰、冰球等各种体育项目均发挥了教育功能，不仅增进了各国民众之间的交流，更有效促进了人类生理、心理和社会道德的全面发展。奥林匹克教育已经超越了肤色、种族和语言的限制，正致力于通过体育运动增进理解和友谊，促进全人类的发展。

奥林匹克教育在未来将进一步发展完善。2021年3月，国际奥委会第137次全会通过《奥林匹克2020+5议程》，该议程的15条建议中有多个条目涉及奥林匹克教育。例如，鼓励在奥运会后继续开展重要的教育项目，通过



内蒙古呼和浩特市玉泉区恒昌店巷小学学生在练习轮滑，体验冰雪运动，感受冬奥魅力。视觉中国 供图

课程和国际奖学金等渠道为运动员等群体提供包括心理健康在内的教育，制定实施与可持续发展相关的综合教育计划和指南等。此外，国际奥委会、奥林匹克研究中心、奥林匹克世界图书馆、奥林匹克博物馆等机构提供了多种教育工具，开发了一系列教育教学资源。例如，奥林匹克价值观教育计划是基于奥林匹克运动背景和奥林匹克主义核心价值观的学术课程，鼓励参与者体验基于价值观的学习并承担良好公民责任，以传播体育运动所具有的长期效益。

## 2 奥林匹克教育在世界多个国家落地生根

在国际奥委会的倡导与推动下，世界多个国家将奥林匹克教育高度重视，制定实施相关政策，开展了一系列各具特色的教育活动。

一是提高体育地位，培养竞技体育人才。各国通过立法修法、制定政策法规引导竞技体育发展。例如，德国的《中小学体育发展行动指南：2017-2022》、俄罗斯的《俄罗斯联邦2016-2020年体育发展计划》、日本2011年的《体育基本法》、英国2015年的《体育未来：积极国家新战略》、美国1978年的《业余体育法》等，为体育事业发展奠定了制度基础。同时，重视在大中小幼各学段的学校选拔人才。德国、俄罗斯、日本、美国、英国等国家以学校体育为基础，使中小学成为培养优秀运动员的摇篮；设置各级各类体育运动学校，在各学段组织开展体育竞赛，选拔有潜质的孩子，形成金字塔型的竞技体育人才培养模式。在社会层面，多种机构、团体为喜欢体育运动的人提供支持。例如，德国超过半数的幼儿园儿童、小学生和中学生都会加入不同体育项目的俱乐部，形成较大规模的竞技体育

后备人才队伍。

二是加强运动员身心健康、就业培训等保障力度，促进体育人才可持续发展。2012年，澳大利亚推出个人卓越计划，帮助运动员了解并接受终身学习，掌握一定生活技能，为人生各个阶段做好准备。2015年，日本实施退役选手第二职业生涯支援计划，该计划由日本奥委会、日本国内各个竞技团体与学校、企业和赞助商等多个团体合作，开展企业就职的相关培训，让运动员在退役前学习掌握相关的职业技能。2018年，英国发布《心理健康与精英运动员行动计划》，对精英和职业体育人士的心理提供健康支持。其主要做法包括为运动员和保障人员提供高标准的心理健康支持，确保人才在成长路径的每个阶段都可以获得心理健康支持，确保职业运动员协会、英国体育学院、天才运动员奖学金计划管理机构等定期共享成功的实践经验，为各级体育教练和保障人员提供正式和非正式的心理学习培训机会等。

三是开发利用奥林匹克遗产的教育功能，扩大奥林匹克运动影响力。奥林匹克遗产是指，在

奥运会之前、期间和之后很长时间内，奥运会为举办城市、广大民众和奥林匹克运动创造的长期利益。2012年，英国外交和联邦事务部制定了一项包含80多项活动的全球计划，通过体育、文化、教育和更广泛的公众参与促进和平与解决冲突。英国《2010至2015年政府政策：2012年奥运会和残奥会遗产》表明，奥林匹克精神触动了英国数百万人的生活，伦敦奥运会能够激励一代人并帮助改变人们与体育活动的关系。我国也非常重视奥林匹克遗产的教育功能，调查报告显示，截至2021年10月，全国冰雪运动参与人数达到3.46亿人，居民参与率达到24.56%，中国已实现带动三亿人参与冰雪运动的目标，北京冬奥会取得了令世界瞩目的遗产成果。

四是成立专门机构，开展与奥林匹克主题相关的教育研究。许多国家的高校或国家奥委会通过建立专门的大学奥林匹克研究中心(OSRC)促进有关奥林匹克运动和奥运会的教学、研究、成果产出和会议等活动。目前，全世界已有中国、德国、日本、法国、俄罗斯等超过20个国

家建立了53个基于高校的奥林匹克学术研究中心，并面向体育组织中的专业人士提供了与奥林匹克运动相关的研究生课程和慕课课程。2020年，国际奥委会制定了《奥林匹克学术研究中心指南》，旨在为奥林匹克学术研究中心提供清晰的框架，确保与《奥林匹克宪章》完全一致，同时尊重其在学术活动方面的独立性。

五是举办各级各类赛事活动，让更多的人参与体育运动。在德国，体育联合会、体育俱乐部均可以举办各级各类体育赛事活动，不同层次或类别的俱乐部成员可以参加相应水平的比赛。在日本，学校组织体育赛事的案例由来已久，一些学校的赛事历史可追溯至上世纪初。美国的体育运动俱乐部可以组织比赛活动，其成员也可以按赛事计划参加社区、城市或州的比赛。国际上，除了奥运会，影响力最大、水平最高的体育赛事是国际奥委会于2007年创办的、专门为14至18岁青少年设计的青年奥林匹克运动会。青奥会比赛项目大部分与奥运会相同，也设计了许多非竞技类体育项目，让更多青少年投入快乐运动的氛围。

## 3 推动我国奥林匹克教育实现更高质量发展

每一次奥运赛事的举办，都是一次奥林匹克教育的极佳契机。纵观世界多个国家，其奥林匹克教育的推动和发展，均与其奥林匹克运动的举办息息相关。当前，我国已经成功举办北京2008年夏季奥运会、2022年冬季奥运会、2022年冬季残奥会，积累了丰厚的奥林匹克遗产，也为我国奥林匹克教育高质量发展奠定了坚实的基础。

2005年，北京奥组委与教育部联合制定并启动《北京2008年中小学奥林匹克教育计划》，此后一册浓缩了奥林匹克运动核心内容的课本步入中小学课堂，4亿名中国青少年全方位地

接受奥林匹克教育，参与奥林匹克运动，传播奥林匹克精神。2018年2月，教育部、国家体育总局、北京冬奥组委共同制订《北京2022年冬奥会和冬残奥会中小学生奥林匹克教育计划》，明确全国中小学要将奥林匹克教育纳入学校教育教学内容，通过综合实践活动课程、体育课程、德育活动等，开展奥林匹克主题教育。

为推动我国奥林匹克教育更高质量发展，要注重将奥林匹克精神和中华体育精神有机结合。为国争光、无私奉献、科学求实、遵纪守法、团结协作、顽强拼搏 是中华体育精神的主要内

容。在北京冬奥会和冬残奥会上，我国运动健儿赢得了全世界的关注和尊重，展现出新时代中国运动员的精神风貌和竞技水平，以实际行动落实拿道德的金牌、风格的金牌、干净的金牌的要求，生动诠释了奥林匹克精神和中华体育精神。为此，要将弘扬中华体育精神作为奥林匹克教育工作的出发点和落脚点，开创我国奥林匹克教育高质量发展新局面。

同时，要为学生提供更多接受奥林匹克教育的机会和平台。发展奥林匹克教育，需要在学校、家庭和社会通力合作基础上，将学校作为奥林匹克教育的主阵地。未来一个时期，要进一步完善奥林匹克教育规划及配套措施，适时将奥林匹克教育活动纳入综合评价体系，加强大中小幼奥林匹克课程一体化建设，健全包括中华传统体育项目在内的体育竞赛体系，加强学校与专业体育团队合作，支持基础教

育学校深入开展以奥运为主题的研学旅行，增进青少年学生对奥林匹克知识、奥林匹克精神的理解。让青少年在日常学习生活过程中，增强体质、锤炼意志、健全人格，享受各项体育运动带来的乐趣，促进青少年全面发展。

少年强则中国强，体育强则中国强。发展体育事业是实现中国梦的重要内容，能为中华民族伟大复兴提供强大精神力量。当前，在全党全国各族人民向着第二个百年奋斗目标迈进的重要历史节点，我国的奥林匹克教育及各项教育事业要紧紧抓住北京冬奥会、冬残奥会提供的宝贵机遇，在不断提升竞技体育综合实力的同时，培养青少年更加努力拼搏、开拓进取的精神，为世界和平贡献中国智慧与中国力量，推动全人类共筑美好未来。

(作者系教育部学校规划建设发展中心助理研究员)

国际观察

## 情境化 智能化 日本“宿题”追求减量提质

赵迎结

随着国内义务教育阶段“双减”工作的深入推进，学生作业负担逐步减轻。与此同时，也听到一些家长对学生学习能力下降的担忧。作业量减少是否必然带来学习能力下降？如何规避作业量减少带来的学习能力下降风险？

日本社会也存在对作业必要性的讨论。作为提高学生学习能力的方式之一，作业仍然是学校教育的延续，是家庭学习的重要组成部分。近年来，日本启动了减量提质的作业改革，其作业设计理论与实践可以为我国中小学作业管理提供一些借鉴。

### 日本的家庭作业是怎样的

在日本，作业被称为“宿题”，是教师布置给学生的自主学习课题，是学校教育的重要组成部分。按照时间划分，可分为日常授课作业、定期考试前后作业、长假作业。按照目的划分，可分为习得型作业和探究型作业两种。从教育阶段来看，日本中小学作业形式多以解答课题与总结自己的意见和想法为主，高中作业形式多以总结学习研究内容和小论文或报告为主。

日本认为，作为改善教育指导方法之一，教师应当布置家庭课题，通过家校合作，培养学生的学习和良好学习习惯。根据《中小学学习指导调查2020》，日本小学教师布置的作业量平均每天为36分钟，并随年级上升而延长时间。其中，一年级作业时间为25分钟，六年级作业时间为45分钟。从作业类型看，布置最多的是计算和汉字等的反复练习，占接受调查教师的97.3%；最少的是课堂预习，占接受调查教师的16.7%。

中学教师布置的作业量，所有学科平均时间为31分钟，其中日语31分钟、社会36分钟、数学29分钟、理科36分钟、外语28分钟。从作业类型看，布置最多的是学校指定辅助教材和问题集，占接受调查教师的86.4%；最少的是朗读，占接受调查教师的15.5%。

由此看来，日本中小学教师布置的作业量并不多，小学作业量随年级递增也符合学生成长规律，且各学科作业时间差距较小。但即便如此，如何进一步减少作业数量和节约时间成本，并保障学生学习能力不会下降，是日本社会关心议题之一。作为一种方法，减量提质成为其作业改革的重要方向和现实选择。

### 作业减量提质的方法是什么

为实现作业减量提质，日本主要从教学大纲设计、一线教师、作业设计方法改进等方面采取措施，具体如下：

紧密结合课程大纲。《学习指导要领》是日本课程教学大纲，主要分为幼儿园、小学、初中、高中、特别支援学校五种，规定了不同阶段、不同年级学生的各学科学习整体目标与要求。虽然目前日本法律和《学习指导要领》尚未对作业要求予以明文规定，但作业设计的范畴及其难易程度不得脱离该纲要。

发挥教师作业设计的主导作用。日本教师作业设计的主导作用体现在两个方面：一是政府会聆听教师意见采取相应措施，二是教师决定学生作业数量、时间长短和类型。若想实现作业减量提质，教师作业设计的主导作用不可或缺。

鼓励学生转向自主家庭学习。调查发现，通过鼓励学生开展自主家庭学习、作业量最少化、暑假作文和绘画等作业以自由课题形式完成等，每天可节约约20分钟作业时间。这种作业方式转变可以激励教师思考如何让学生开展自主学习，方便学生自主选择学习方法，并促使家长关注学生学习过程。

改善家庭学习方法。日本教师会注重改善家庭学习的出题方式和内容，对作业的重视从量向质转换，同时将全班学生的家庭学习笔记本装订成册，并在班级间传阅。如此一来，教师不仅可以在较少时间内完成高质量的作业批改，学生也可以互相学习。

鼓励利用信息化手段管理作业。教师可以利用云管理平台和技术布置和批改作业，学生也可在家利用平板电脑线上提交作业，每天可节约约10分钟作业时间。此种方式可以减少纸质资料丢失风险和印刷成本，同时帮助学生实现学习互动。

注重情境化作业设计。情境化作业设计不仅可以提高作业本身质量，还有助于实现对学生思维的引导与开发。日本是注重情境化教育的国家之一，最具代表性的是每年暑假学生根据兴趣自主开展的自由研究作业。当然，作为一种新范式，情境化作业设计理念也在其他学科中得到体现。日本情境化作业设计具有以下特色：将“要我做”转换为“我要做”、以学生兴趣为引导、作业设计生活场景化与注重作业设计的衔接性和层次性。

### 日本作业减量提质的启示是什么

情境化和智能化是实现作业减量提质的重要途径，需要政府、教研部门和学校教师以及其他教育力量合作推进。就作业设计的情境化而言，政府应在作业理论构建和政策层面加强引导；教研部门应加强优质作业开发理论研究与案例开发；教师应结合时代背景和一线教学经验，推进作业的情境化设计。就其智能化而言，教研部门需要加强智能化教育设施应用于实际教学的研究与成果转化；教师可通过智能化教育设施布置作业，提高批改效率，并及时发现学生学习过程中的问题。

作业设计应遵循学生成长规律。在基础教育阶段，学生学习能力与年龄成正比关系，作业数量也应随之调整。同时，教研部门和一线教师应积极思考实现教学目标对应的作业合理时间区间，并根据学科特性弹性设置合理作业时间。

家庭营造学习环境并提供支持。作业是实现家校共育的重要方式之一。当前，学校提供课后服务，很大程度上减少了学生家长的教育负担，但这并不意味着家长可以放任不管。家长仍然是家庭教育主导者与学生自主学习监督者和陪伴者，需要为学生自主学习营造环境、提供支持。

政府应注重宏观引导。政府应逐步完善“双减”政策配套措施，跟踪考察评估作业减量提质实施效果，并定期提出相应改进方案，进一步优化教学大纲设计，引导开发更为优质的作业。

(作者系中国教育科学研究院国际与比较教育研究所助理研究员)

竞技完成时 教育进行时

# 国际奥林匹克教育：共筑世界美好未来

田守春



北京2022年冬奥会，中国选手在高山滑雪速度项目中顺利完成女子超级大回转比赛。新华社 供图