

体育锻炼作为教育惩戒手段的 合理性及实施策略研究

黄璐^{1,2}, 刘波¹

(1. 清华大学 体育部, 北京 100084; 2. 华北理工大学 体育部, 河北 唐山 063210)

摘要:以解释论视角认为,在满足严格的教育惩戒构成要件的前提下,体育锻炼作为教育惩戒的可选手段具有一定的合理性。体育锻炼惩戒进校规班规符合《中小学教育惩戒规则(试行)》有关校规班规的明示条款精神,在学理性和教育改革实践方面能够获得合法合规的解释性适用。充分发挥体育锻炼惩戒的独特价值和育人优势,科学实施体育锻炼惩戒对于深化体教融合实践发展,促进学生身心健康成长与全面发展具有积极的作用。体育锻炼惩戒的实施原则包括:坚持学生主体地位;坚持体育专业指引;有益身心健康发展;尊重学生意愿选择;合理适度,区别对待;精准施策,一校一策。体育锻炼惩戒的实施策略在于:科学设计实施流程;严格设置教师与学校实施体育锻炼惩戒的权限;兼顾一般性体育锻炼内容与校本体育特色内容;注重分层分类,协调推进组织实施;全力保护青少年受教育权、人格权;加强条件保障,确保实施成效;推进家校协作,强化监督环节;重视共建共享,形成治理合力。

关键词:学校体育改革;教育惩戒;体育锻炼;体教融合

中图分类号: G807

文献标志码: A

文章编号: 1008-3596(2022)06-0057-10

2020年12月29日,教育部颁布《中小学教育惩戒规则(试行)》(教育部令第49号,以下简称《规则》^[1]),这是建立在2019年11月22日发布的《中小学教师实施教育惩戒规则(征求意见稿)》(以下简称《征求意见稿》^[2])的基础上,面向教育惩戒实践制定的具有权威性、教育引领性、价值引导效应的部门规章。《规则》开宗明义:“为落实立德树人根本任务,保障和规范学校、教师依法履行教育教学和管理职责,保护学生合法权益,促进学生健康成长、全面发展”^[1],因而具有积极的教育制度保障和

重要的教育促进意义。在以往教育惩戒活动及实施内容中,不乏罚站、罚跑、罚蹲、面壁思过、罚劳动等^[3]具有身体指向的内容,可见跑步等体育活动早已进入教育惩戒的内容范畴。在深入贯彻落实教育立德树人根本任务的背景下,如何紧跟新时代发展理念,以体教融合发展理念和制度设计为指引,更好发挥体育促进健康及“健全人格,首在体育”的独特育人作用,积极研讨体育锻炼作为教育惩戒手段的合理性问题及实施策略,对于深化体教融合实践发展,扩展体育教育的功能和现实意义,充分发挥“以体育人”的教

收稿日期: 2022-05-05

基金项目: 国家社会科学基金重点项目(20ATY009)

作者简介: 黄璐(1981—),男,江西宜春人,教授,在读博士,硕士生导师,研究方向为体育社会学。

通讯作者: 刘波(1971—),男,山东青岛人,教授,博士,博士生导师,研究方向为体育管理。

文本信息: 黄璐,刘波.体育锻炼作为教育惩戒手段的合理性及实施策略研究[J].河北体育学院学报,2022,36(6): 57-66.

育价值,促进多元化、合理化实施教育惩戒活动具有积极的理论与实践意义。

1 体育锻炼作为教育惩戒手段的争论焦点

《规则》指出,教育惩戒“是指学校、教师基于教育目的,对违规违纪学生进行管理、训导或者以规定方式予以矫治,促使学生引以为戒、认识和改正错误的教育行为。”^[1] 本文所指体育锻炼惩戒的涵义,是指在一般教育活动(不包括课内外体育活动)中,学校、教师基于促进学生身心健康发展目的,以体育锻炼作为教育惩戒手段及内容安排,对违规违纪学生进行管理、训导,促使学生认识和改正错误的体育教育行为。国外常见的说法为“锻炼作为惩戒”(exercise as punishment)^[4-5]。传统意义上的教育惩戒活动以家长信任与非正式契约为基础,伴随新时代人权意识的觉醒,这种由传统信任关系赋予的教育惩戒权力正受到教育实践的严峻挑战,在近年来校园欺凌成为社会话题的舆论风口上,教育惩戒法律保障成为教育发展的焦点命题。2016年11月教育部等9部门发布《关于防治中小学生欺凌和暴力的指导意见》,要求强化教育惩戒威慑作用,将教育惩戒措施作为对实施欺凌和暴力的学生进行矫治的教育手段^[6]。与教育惩戒实践相对应的是,现行《教育法》《教师法》并未明确规定教师教育惩戒权,为回应教育实践的现实诉求,中共中央、国务院在2019年6月发布的《关于深化教育教学改革全面提高义务教育质量的意见》中明确提出,“制定实施细则,明确教师教育惩戒权。”^[7] 教育部经过广泛调研,对《中小学教师实施教育惩戒规则(征求意见稿)》公开征求社会各界意见,《征求意见稿》将“适当增加运动要求”列入一般惩戒内容范畴,即教师可以采取的教育惩戒手段。现实主义教育政策视野下体育锻炼惩戒的价值预设,为积极引导社会舆论和大众观念提供了新的可能性,同时超前的教育理念与固有的社会认知形成了无法弥合的价值鸿沟,诸如“罚跑步跑几圈合适”“罚做俯卧撑、罚蹲起多少个合适”等质疑声音不绝于耳。不难看出,体育锻炼能否成为教育惩戒手段的争论焦点在于,体育锻炼惩戒的技术性标准与合理适度问题。如果不能明确体育锻炼惩戒的价值导向和操作性层面问题,社会各界的担忧与质疑也在情理之中。

正式颁布的《规则》删除了《征求意见稿》中关于“适当增加运动要求”的政策条文表述,体现出《规则》在科学性、严谨性、合理性、可操作性方面的考量。体育锻炼惩戒排除在教师实施教育惩戒手段之外,究其原因包括以下几个方面:①体育锻炼的专业性特征对于教师科学精准实施体育锻炼惩戒提出了严峻挑战,学科教师一般不具备体育专业知识背景,由他们实施体育锻炼惩戒存在诸多不可控因素,具有较大的随意性和潜在风险。②体育锻炼惩戒的合理适度原则难于把握。如郑梦雪认为,“‘适当增加运动要求’中的‘适当’一词模棱两可,学生在操场上跑几圈算‘适当’?”^[8] ③公众对于体育锻炼惩戒负面影响和不良后果的担忧。虽然LYDIA等人对科班体育学生的调查研究表明,“体育锻炼惩戒对于促进学生行为规范具有合理性及积极作用”^[4],但也有研究者认为,“体育锻炼作为一种惩罚与管理行为,会对运动参与者带来负面后果。”^[5] 普通学生与运动员在体育学习适应、心理承受能力等方面具有差异性,将在某种程度上放大体育锻炼惩戒的负面影响。④社会与媒体对于体育多元价值的理解有待培育,对于体育锻炼惩戒的社会包容与舆论环境还有待改善,正确引导与支持学校、教师合理开展体育锻炼惩戒,形成多元化的教育惩戒治理合力,目前还有一定困难。⑤教师实施体育锻炼惩戒受运动环境的影响,由气候、场地、服装等运动环境变化产生的是否适宜开展体育锻炼的判断因人而异。同时,教师是否有时间和精力进行全程监督,也是操作上需要解决的现实问题。

2 体育锻炼作为教育惩戒手段的合理性辨析

教育惩戒权的适格主体分为教师和学校^[9]。申素平认为,“教师教育惩戒源自教师依法依规开展教育教学等专业自主权,学校教育惩戒则是一种获得的法律授权,教育惩戒实践应当重视教师专业规范建设和学校规章制度建设相统一。”^[10] 《规则》第8—11条明确了教师、学校实施教育惩戒的内容范畴和实施教育惩戒强制措施的具体情况。《征求意见稿》则使用了“一般惩戒”“较重惩戒”“严重惩戒”“强制措施”的概念表述,依据学生过错程度实施分类惩戒,一方面合理限制了教师实施教育惩戒的自由裁量

权,另一方面也确保了教师专业自主权的地位及有效行使,《征求意见稿》关于分类惩戒的政策精神与《规则》倡导的过罚相当原则相一致。《规则》没有明确将体育锻炼列入教育惩戒的内容范畴,并不代表体育锻炼不能作为一种可选甚至优选的教育惩戒手段。笔者认为,在具备严格的体育锻炼惩戒构成要件基础上,体育锻炼作为教育惩戒手段具有一定的合理性,科学、规范、合理、有效发挥体育锻炼的独特育人作用,能够促进中小学生身心健康发展,对违规违纪学生起到管理、引导与矫治的教育目的。

基于解释论视角,《规则》在定义教育惩戒手段时使用的是“明示清单”,一方面明确了教育惩戒的基本规则、内容范畴及合理预期,另一方面充分调动学校办学自主性,充分发挥多元共治和基层治理的制度优势,以制定实施校规班规为抓手,为促进教育惩戒的校本化发展提供新的可能。《规则》定义的“明示清单”预留了体育锻炼惩戒解释论的行动空间,《规则》第8条规定教师“可以当场实施学校校规校纪或者班规、班级公约规定的其他适当措施”,第9条规定学校“可以实施学校校规校纪规定的其他适当措施”^[1]。我国学校校规建设坚持立德树人价值取向,能够实现依法治校、推进现代学校治理、实现教育高质量发展的基本要求^[11]。周勇认为,“我国中小学的校规校纪以及班规班约,是一种事实上的管理规约,这与教育惩戒权管理规制的内涵相吻合。”^[12]在教育惩戒事务中具有重要的治理功能。周贤日认为,中小学的校规班规“一定程度上起到了实际惩戒规则的作用。”^[13]新时代学校体育“四位一体”新理念新目标新要求为体育锻炼惩戒进校规提供了精神指引和宏观背景,新时代深化体教融合促进青少年健康发展政策为体育锻炼惩戒进校规提供了实践依据和根本动力,新时代学校体育“一校一品”“一校多品”发展模式为体育锻炼惩戒进校规创造了校本化发展环境和基本助力。经过学校、教职工、学生、家长的共同讨论协商,具有特定内容、严谨规约、明确预期、本校特色的体育锻炼惩戒写入校规校纪是值得期待的改革举措。

借势新时代体教融合实践发展,充分发挥青少年体育“形塑全人”^[14]的独特价值,依循“一校一策”实践路径,打开体育锻炼惩戒进校规的新视野新通道,体育锻炼作为教育惩戒手段的政

策背景、基本依据和独特育人优势主要体现在:
①在推动青少年文化学习和体育锻炼协调发展的教育意义上,应充分发挥学校体育的独特价值和育人优势,不论是《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》要求“实现立德树人根本任务、提升学生综合素质”^[15],还是《关于深化体教融合促进青少年健康发展的意见》要求“深化具有中国特色体教融合发展”^[16],体育与教育两端始终围绕“培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人”这一教育根本问题展开。张云亮等人研究表明,“青少年文化学习和体育锻炼之间具有紧密关联,每天坚持适宜体育锻炼对青少年学业表现的促进效应最优。”^[17]龚海培等人建议,“围绕有氧运动或协调训练等关联因素设计活动课程,以体育锻炼促进青少年文化学习。”^[18]应该说,规则预期明确、运动强度适宜、内容安排合理的体育锻炼组合,既是实施教育惩戒的优选手段,又是有效促进青少年文化学习的可选路径。
②贯彻落实青少年文化学习和体育锻炼协调发展要做好“加减法”,教育部办公厅等15部门印发《儿童青少年近视防控光明行动工作方案(2021—2025年)》要求“强化户外活动和体育锻炼;减轻学生学业负担;落实相关保障措施”^[19],即坚持“一增一减”,落实“五项管理”^[20]。将合理适度开展体育锻炼纳入教育惩戒手段并不违背教育改革初衷,符合教育部“光明行动”的原则精神。
③青少年体质健康问题一直是社会舆论的焦点话题,学校体育政策与实践改革一直将学生体质健康问题摆在十分重要的位置。教育部办公厅《关于进一步加强中小学生体质健康管理工作的通知》指出:“合理安排学生校内、校外体育活动时间,着力保障学生每天校内、校外各1小时体育活动时间。”^[21]科学实施体育锻炼惩戒不会导致学生过量运动,在时间保障方面灵活掌握、合理安排,占用学生校外1小时体育活动时间,有助于进一步加强中小学生开展校外体育活动。

3 体育锻炼作为教育惩戒手段的独特育人优势

上文明确了体育锻炼作为教育惩戒手段的合理性,但是“合理”并不能显示体育锻炼惩戒的独特育人优势。换言之,《规则》明示规定的教育惩戒手段多种多样,均具有合法性与合理性,

体育锻炼作为教育惩戒手段的独特育人优势体现在哪里？为此，笔者通过对主要教育惩戒手段的

优劣势的比较（表 1），进一步说明与呈现体育锻炼作为教育惩戒手段的独特育人优势。

表 1 《中小学教育惩戒规则（试行）》规定的主要教育惩戒手段优劣势比较

惩戒类型	惩戒手段	惩戒程度	实施难度	优势	劣势
批评	点名批评。	轻微	简易	随时随地，简便易行。	教育持续性效果差。
检讨	责令赔礼道歉、做口头或者书面检讨。	轻微	简易	随时随地，简便易行。	遇到学生“厚脸皮”，教育持续性效果差。
罚站	一节课堂教学时间内的教室内站立。	轻微	简易	简便易行，兼顾学生受教育权。	遇到学生“老油条”，教育惩戒效果差。
劳动	适当增加班级公益服务任务或承担校内公益服务任务。	轻微或较重	一般	践行劳动与公益教育，强化公共意识与责任感。	教师与学校教育惩戒的自由裁量权较大。
教导	课后教导或由学校德育工作负责人予以训导。	轻微或较重	一般	教育“苦口婆心”，以“训”促“育”。	增加教师课后工作量，训导空间较大。
禁止集体活动	暂停或者限制学生参加游览、校外集体活动以及其他外出集体活动。	较重	一般	以“社会隔离”促“反省教育”。	与集体生活隔离，侵犯学生受教育权和参与权。
专题教育	安排接受专门的校规校纪、行为规则教育。	较重	较难	统一性和针对性较强，学生行为规范教育效果好。	统一说教模式致使学生教育内化效果欠佳。
停课	不超过一周的停课停学，家长在家进行教育、管教。	严重	较难	促进家校协作，具有教育惩戒的威慑力。	受累于家长，侵犯学生的受教育权。
行为干预	安排专门课程或教育场所，进行心理辅导、行为干预。	严重	较难	针对性强，学生心理疏导与行为矫治效果好。	资源配置难度大，专业性强，实施层面的技术壁垒高。
校规校纪明示罚则	中小学生体育锻炼惩戒特定内容分层分类实施计划。	轻微或较重	较难	因地制宜，持续性强；强健体魄，锤炼意志。	属于教育惩戒的技术性规则范畴，具有体育专业的技术壁垒。

由于受场地环境、天气变化等外部因素的影响，无法随时随地开展体育锻炼惩戒活动，只能择时并因地制宜开展。劳动、教导、专题教育、禁止集体活动等教育惩戒手段同样面临这一问题。与点名批评等轻微惩戒手段相比，体育锻炼惩戒可以科学设计锻炼内容和运动负荷，能够有效控制受罚者“身心感觉痛苦”的持续时间和刺激强度，教育惩戒的持续性效果较好。同时兼顾对学生违规违纪较为轻微或较重的情形，分层分类实施体育锻炼惩戒活动。根据体育活动的基本规律，体育锻炼惩戒能够做到“张弛有度、收放自如”，实施过程短则 1 天、1 周，长则 1 个月、1 个学期，在实施效果方面能够实现教育惩戒的一般性要求和威慑作用的平衡。与劳动、禁止集体活动等惩戒手段相比，体育锻炼惩戒不侵犯学生的受教育权和参与权，体育锻炼的专业性特征赋予了学校体育教学组或资深体育教师的实施权，也进一步限制了学科教师和学校实施教育惩戒的自由裁量权，避免了惩戒尺度把握不一致的

情形。与专题教育、行为干预等惩戒手段相比，体育锻炼惩戒的实施过程不需要额外的教育资源配置，学校体育教学组在完成课余训练工作的同时，即可兼顾体育锻炼惩戒的实施工作。

体育锻炼惩戒的劣势在于：体育运动的专业性特征为科学实施惩戒设置了技术壁垒，由此决定了体育锻炼惩戒属于实施教育惩戒的技术性规则范畴，在实施体育锻炼惩戒的主要流程、权限设置、内容选择等方面应有专门规定，确保由体育专业人士实施，与学校体育教学资源共建共享，能够充分发挥体育锻炼惩戒的优势，有效化解劣势。值得注意的是，对于体育特长生或《国家学生体质健康标准（2014 年修订）》测试评价为优秀等级的学生，体育锻炼惩戒效果会打折扣，解决策略在于取消该特殊群体接受体育锻炼惩戒的权利，或者针对其科学设置体育活动专项计划，提高体育锻炼惩戒的实施标准和运动负荷，力争做到单独设“档”、精准施策、因材施教、育人至上。

4 体育锻炼作为教育惩戒手段的实施原则

4.1 坚持学生主体地位

坚持以学生为中心的教育发展理念,在教育惩戒工作中主要体现为尊重青少年受教育权。《征求意见稿》中的“面壁反省”,一直是教师实施教育惩戒的主要形式,也是教育实践中约定俗成的“老规矩”。当下我们反对“面壁反省”不是反对作为教育活动的“自我反省”,而是反对“面壁”这一手段对青少年受教育权的剥夺——学生“面壁”就看不到黑板且错过了最精彩的知识课堂。教育惩戒的最终目的是“为了教育(而惩戒)”^[22]。《规则》删除了“面壁反省”,体现了教育理念的时代变迁。体育锻炼惩戒必须坚持学生主体地位,不能剥夺学生参与校内体育活动的权利,包括体育正课、课间操、大课间体育活动、体质健康测试、体育竞赛等。应当合理运用学生校外1小时体育活动,创新体育锻炼惩戒的实践路径,推动教育惩戒手段多元化发展。

4.2 坚持体育专业指引

周贤日认为,“教育惩戒是一项必要而专门的技术性法律规则”^[13],教师教育惩戒对于技术性知识的理解与掌握,对于教育惩戒的实施过程与效果具有显著差异,这也导致了教师教育惩戒自由裁量权的广泛争议,周佳认为,“有效规制教师方面与合理限定学校方面的教育惩戒权是大势所趋。”^[23]基于此,实施体育锻炼惩戒必须坚持体育专业指引,并由体育教师专人负责,在体育教师专业知识、资历、惩戒规则与程序等方面应当做出严格规定,合理制定体育锻炼惩戒内容,在惩戒内容定量、学生心理疏导、体育锻炼指导、体育知识服务、运动防护措施等方面提供专业指引和条件保障。

4.3 有益身心健康发展

李人杰认为,“教育惩戒的本体目标是追求学生身心健康发展的教育性目标。”^[24]体育锻炼惩戒的目标追求一方面是在教育发展意义上促进学生健康成长,另一方面是在体育发展意义上坚持健康第一发展理念,二者高度契合与内在统一。一般而言,“教育惩戒不以损害学生身心健康为原则”^[25],这就需要对教育惩戒“度”的适当控制。关于如何把握惩戒的“度”,董新良等认为“使受罚者身心感觉痛苦,但以不损害受罚者身心健康为原则。”^[26]具体到体育锻炼惩

戒,这个“度”一是指运动负荷,二是指体育锻炼内容选择。体育锻炼惩戒的内容形式单一,运动负荷过大,叠加个体因素的影响,有可能对学生身心健康或特定身体部位产生损害。基于此,实施体育锻炼惩戒必须坚持学生身心健康发展为第一原则,这也充分体现了体育锻炼的本质属性和价值追求。

4.4 尊重学生意愿选择

实施教育惩戒是深入贯彻“以人为本”发展理念,厚植学生个体关怀的教育实践活动,必须“以尊重和接纳学生为前提条件(关怀伦理视角)”^[27]。英国教育惩戒设置人文性目标导向的实践经验值得借鉴,其旨在“为学生提供话语表达的途径,并对处境不利的学生予以政策关照。”^[28]日本教育惩戒的有益经验则是从学生的福祉出发,“以教育规范学生行为为出发点,帮助学生形成行为规范意识,并注重培养学生健全人格。”^[29]体育锻炼惩戒的特殊性在于个体身体的关照,生命权、身体权、健康权是人生的第一权利,任何侵犯生命健康权的行为或意愿都是不被允许的。在体育锻炼惩戒实践中,首先学生有选择体育锻炼惩戒的权利,即学生可以拒绝体育锻炼惩戒而选择其他惩戒手段;其次在实施体育锻炼惩戒过程中,学生因身心健康原因具有当场拒绝或择时完成惩戒内容的权利。唯有充分尊重学生意愿选择,才能真正实现为教育而惩戒的最终目的。

4.5 合理适度,区别对待

无规矩不成方圆,应明确校规班规中有关体育锻炼惩戒的统一性标准,按照合理适度的原则,研制符合中小學生身心健康特征和体育锻炼基本规律的实施细则,在合法合规、合理适度的规则情境下正当使用。兼顾体育惩戒标准的统一性与差异性^[30],在统一性规则的关照下体现个体差异,体现体育锻炼惩戒松紧有度的实践智慧,破解如何把握惩戒“度”的难题^[31]。按照区别对待的原则,进一步考虑学生整体分层、学生身体条件差异、实施惩戒程度等因素,制定分层分类实施体育锻炼惩戒的标准和内容要求,分类施策确保体育锻炼惩戒见效。

4.6 精准施策,一校一策

穆翎认为,“国外教育惩戒实践活动由单一向多层次、多主体联合共治发展,由粗放式的‘一刀切’到‘支持性教育惩戒’的发展转

变”^[32],进入精准施策新的发展阶段。《规则》第16条要求“重视家校协作……形成合力”,在推进共治发展和精准施策方面与时俱进,针对多方参与校规制定、教师与学校教育惩戒“明示清单”、禁止体罚行为清单、学生申诉等关键环节,统筹谋划,科学设计,坚持政策引导,注重化解风险。同时,在教育惩戒政策精神的指引下,《规则》提倡“各地结合本地情况,制定本地方实施细则或指导学校制定实施细则”^[1],有助于拓宽体育锻炼惩戒“一校一策”实施路径,激发各地各校的教育改革活力,发挥教育教学一线的实践智慧,更好促进教育惩戒实践创新发展。

5 体育锻炼作为教育惩戒手段的实施策略

5.1 主要流程

依据《规则》对教育惩戒实践各环节的要求,初步拟定体育锻炼惩戒的简易实施流程。①营造良好的学校体育发展氛围,积极推动体育锻炼惩戒进校规班规。明确体育锻炼惩戒的具体情形和程序规则,注重校规班规有关体育锻炼惩戒规则的风险评估、合法性审查和体育专业评估,建立校规校纪执行委员会,经过深入调研、征询各方意见、体育专业实施论证等议事程序,将校规意见稿提交家长委员会、教师代表大会讨论协商,班规或班级公约经由全体学生、家长民主讨论,学校、教师、学生、家长多方协同共同推进体育锻炼惩戒进校规班规。②明确区分教师教育惩戒权(一般惩戒)和学校教育惩戒权(严重惩戒),严格限制教师实施体育锻炼惩戒的自由裁量权,合理限定学校实施体育锻炼惩戒的内容范畴,研制体育锻炼惩戒实施细则,为教师和学校实施惩戒提供明确指引。学生一般违规违纪行为由教师当场决定是否实施一般性体育锻炼惩戒,与之对应的是采取“轻惩+教育引导”组合模式;学生严重违规违纪行为由学校德育工作负责人或法治副校长研究决定是否实施组合式体育锻炼惩戒,与之对应的是采取“惩戒+教育矫治”组合模式。③兼顾规则统一性与个体差异,学生具有申辩和选择的权利,在学生选择接受体育锻炼惩戒的前提下,进一步明确惩戒的内容要求,包括体育锻炼的内容形式、运动强度、组次、间歇时间等,由中小学校体育教学组专人负责实施,既要保质保量、从严管理,又要有的放矢、灵活掌握。④建立健全学生申诉处理机制,接受广大师生、家

长与媒体监督,积极回应学生对于体育锻炼惩戒专业性、合法性、合理性、权利保障等方面的现实诉求,通过促进纠纷解决为教育改革发展提供动力,促进体育锻炼惩戒规则深入人心。

5.2 权限设置

《规则》将教育惩戒权的适格主体分为教师和学校。教师教育惩戒主要针对违规违纪情节较为轻微的学生,可以当场实施“一般惩戒”;学校教育惩戒一是针对“学生违反校规校纪,情节较重或者经当场教育惩戒拒不改正的”,二是针对“小学高年级、初中和高中阶段的学生违规违纪情节严重或者影响恶劣的”,由学校实施“严重惩戒”。具体到落地实施阶段,必须由体育专业教师负责完成。在体育锻炼惩戒的权限设置方面,可以借鉴体育社会组织“管办分离”的改革思路,由教师与学校负责学生违规违纪行为认定以及教育惩戒的管理、监督,由体育专业教师组织实施,与之相对应,体育锻炼惩戒“管理权”的适格主体为教师与学校(以学校德育工作负责人、法治副校长、法治辅导员等为代表),体育锻炼惩戒“实施权”的适格主体为学校体育教学组(以学校体育教学组负责人、资深体育教师等为代表)。

5.3 内容选择

体育锻炼惩戒的内容选择不能泛化为身体活动范畴,应当整体考虑、统筹安排、科学设计、有所侧重,既要突显教育惩戒的严肃性和矫治作用,避免体育锻炼惩戒内容的趣味化、娱乐化价值取向,又要突出体育锻炼对于增强学生体质健康、健全人格、锤炼意志方面的独特育人价值。关于体育锻炼惩戒的内容选择,更准确的定位是具有“体育锻炼”属性的体育活动。从青少年参与体育锻炼体验的视角,实施体育锻炼惩戒的过程应当让学生感到“枯燥乏味”。如果实施体育锻炼惩戒内容比较有趣且运动负荷不够,不仅会有损惩戒效果,还会有可能助长学生“积极犯错”。

体育锻炼惩戒的内容实施要兼顾体育与教育价值的融合发展,在推动青少年文化学习和体育锻炼协调发展的目标指引下,一方面要更好推动青少年体育参与,促进中小学生体质健康发展;另一方面要借势体育锻炼惩戒的积极效应,以多组次的重复练习内容为主,体现出体育锻炼的“强迫性”和“枯燥性”,多措并举促进中小学生健康成长和全面发展。基于此,体育锻炼惩戒的

内容选择应充分体现健康体适能价值取向，以及青少年强健体魄促进效应，以健康体适能项目为主，兼顾“一校一品”“一校多品”体育特色项目内容。

5.4 分层分类

在明确体育锻炼惩戒内容范畴之后，依据“合理适度，区别对待；精准施策，一校一策”的原则进行学段分层、科学分类。按照学段，可以分为小学低年级组、小学高年级组、初中组、高中组。依据《国家学生体质健康标准（2014 年修订）》测试评分情况，可分为 3 类实施对象，第 1 类（A 类）是体测成绩优秀的学生，第 2 类（B 类）是体测成绩合格的学生，第 3 类

（C 类）是体测成绩不达标的学生。依据“一般惩戒”和“严重惩戒”的划分标准，可将体育锻炼惩戒分为 3 个层次，一般惩戒进行 1 小时体育锻炼，较重惩戒进行 1 周体育锻炼，严重惩戒进行 1 个月体育锻炼。一般惩戒由教师当场决定及实施，采取 50 m 跑、慢跑等单一内容设计；较重惩戒与严重惩戒经由教师提出申请、学校审核同意后实施，主要采取结构化的体适能项目组合内容设计。本文以小学阶段为例，分层分类设计了体育锻炼惩戒内容安排（表 2），各校在制定一般性体育锻炼惩戒内容的基础上，可研制特色化惩戒（任选）内容，更好体现学校体育“一校一品”“一校多品”建设成果。

表 2 基于分层分类设计的小学生体育锻炼惩戒内容实施计划

学段	对象	一般惩戒 (1 小时)	较重惩戒 (1 小时, 3 天)	严重惩戒 (1 小时, 3 天, 4 周)	任选 (校本特色)
低年级组	A 类	30 m×6 组，慢跑	第 1 天：30 m×6 组，慢跑。 第 2 天：跳远，仰卧起坐，慢跑。 第 3 天：30 m×6 组，慢跑。	实施结构化体育锻炼组合 A 套餐（基础体能类）：30 m 跑、慢跑、跳远、仰卧起坐、掷实心球、柔韧等。 B 套餐（校本特色类）：30 m 跑、慢跑、篮球运球组合。	依托校园足球特色学校建设，开展学生足球基本技术组合练习。
	B 类	30 m×4 组，慢跑	同上，适当减少组次与运动负荷。	同上，适当减少锻炼组合内容与降低运动负荷。	同上，调整运动负荷。
	C 类	30 m×2 组，慢跑	同上，适当减少组次与运动负荷。	同上，适当减少锻炼组合内容与降低运动负荷。	同上，调整运动负荷。
高年级组	A 类	50 m×6 组，慢跑	第 1 天：50 m×6 组，慢跑。 第 2 天：跳远，仰卧起坐，慢跑。 第 3 天：50 m×6 组；慢跑。	实施结构化体育锻炼组合 A 套餐（基础体能类）：50 m 跑、慢跑、跳远、仰卧起坐、掷实心球、柔韧等。 B 套餐（运动技能类）：50 m 跑、慢跑、篮球足球等项目基本技术组合。 C 套餐（校本特色类）：50 m 跑、慢跑、篮球足球基本技能结构化组合练习。	足球基本技能结构化组合练习：A 套餐、B 套餐、C 套餐。
	B 类	50 m×4 组，慢跑	同上，适当减少组次与运动负荷。	同上，适当减少锻炼组合内容与降低运动负荷。	同上，调整运动负荷。
	C 类	50 m×2 组，慢跑	同上，适当减少组次与运动负荷。	同上，适当减少锻炼组合内容与降低运动负荷。	同上，调整运动负荷。

5.5 权利保护

在学校体育教学组实施体育锻炼惩戒过程中，在时间安排、气候与场地环境、运动场景等各要素各环节，应高度关注青少年受教育权、人格权等权利保护，通盘考虑、严谨细致，确保青少年各项权利落到实处。举例来说，某学校在大课间体育活动中实施体育锻炼惩戒，接受惩戒的

学生穿着黄色“号坎”（训练用背心），在操场罚跑以儆效尤。该例中学校涉嫌侵犯青少年受教育权、人格权，其一，大课间体育活动是“课内 1 小时体育活动”的重要组成部分，在这一教学环节实施体育锻炼惩戒，剥夺了学生的受教育权。其二，以“穿黄马甲”或其他“另类”“出丑”等形式，引起全校师生“围观”，惩罚性大于教

育性,违背了教育惩戒的初衷,且侵犯了青少年人格权。基于此,在学校制定体育锻炼惩戒实施细则和组织实施环节,应始终坚持学生主体地位,充分尊重学生意愿选择,注重保护青少年各项权利。

5.6 条件保障

夯实中小学校体育条件保障,对于学校合法合规顺利开展体育锻炼惩戒活动具有积极意义。中小学校实施体育锻炼惩戒的条件保障一般包括:①学校体育场地设施环境;②体育师资力量及专业水平;③学校运动伤害防护和医疗救助条件;④学校体育规章制度保障。对于一般中小学校而言,由学校体育教学组会同学校医务室、学校德育工作办公室等部门组建运动安全保障组,采取“三集中”的实施方式,即实施体育锻炼惩戒的时间集中、地点集中、内容集中(遵循内容整合原则),有利于加强体育锻炼惩戒的各项条件保障。为节约学校体育资源和提高体育资源利用率,具备充分体育条件保障的重点学校或“体育传统特色学校”,可以在学校开展课余体育训练的基础上,兼顾体育锻炼惩戒的实施工作。

5.7 风险防范

在实施体育锻炼惩戒过程中,应加强防范体育锻炼惩戒活动可能产生的风险,考虑从3个方面发力:①运动伤害风险。压实校方体育与健康管理的主体责任,积极落实《学校体育运动风险防控暂行办法》(教体艺〔2015〕3号),进一步完善与落实学生体育运动意外伤害保险制度,做好运动伤害急救与处置风险预案,多措并举防范化解校园体育运动伤害风险。②学生人格塑造。体育活动对学生“健全人格”具有积极的促进作用,而过度过量或不正确的实践操作则适得其反。采用便利及可操作性的原则,做好学生心理健康风险监测,对学生参与体育锻炼惩戒活动可能产生的不良心理影响进行科学干预。③学生习惯养成。体育锻炼惩戒活动对于引导学生养成健康的生活方式具有积极作用。应遵循科学锻炼的原则,积极防范与及时纠正体育锻炼惩戒活动对学生习惯养成可能产生的行为偏差影响,积极推动学生建立正确的人生观和价值观。

5.8 家校协作

实施体育锻炼惩戒应重视家校协作,从体育锻炼惩戒进校规班规、实施细则、组织实施等各环节,赢得教师与学校的共识、学生的认同、家

长的理解、社会的支持,多方参与形成治理合力,为教师与学校开展体育锻炼惩戒活动创造良好环境。在体育锻炼惩戒进校规班规阶段,应充分尊重学生意愿和广泛听取家长意见,以开放共享、民主参与的姿态,寻求不同意见和利益诉求的最大公约数,让体育锻炼惩戒进校规班规得到大多数教师、学生和家的支持。在体育锻炼惩戒实施细则研制方面,发挥学校体育教学组的专业引领作用,多措并举加强体育教师与家长的互动,增进家长对于体育专业知识的认识理解,打消家长对于惩戒安全性、专业性和组织实施环节的疑虑。在惩戒组织实施方面,建立家长代表监督机制,以强化监督促进家校协作,为广大家长理解、配合与支持体育锻炼惩戒活动提供舆论支持。

5.9 共建共享

通过共建共享,形成治理合力,为推进体育锻炼惩戒共治发展提供有力的外部环境支持。一是以体育锻炼惩戒进校规班规为工作抓手,推进家校协作共同体建设,通过共建形成家校协同治理合力。二是以体育锻炼惩戒组织实施的典型案例为推进主线,加强体育锻炼惩戒校本实践经验的提炼和总结,利用数字化技术,更好地分享校本实践的改革成果,确保体育锻炼惩戒达到预期的教育引导效果。

6 结语

体育锻炼虽然未列入教育部正式颁布的《规则》明示条款,不代表体育锻炼不能作为教育惩戒的可选手段。以解释论视角看,在《规则》有关校规班规的适用条款中,在满足严格的教育惩戒构成要件的前提下,体育锻炼惩戒进校规班规具有一定的合理性,在学理性和教育改革实践方面能够获得合法合规的解释性适用。体育锻炼惩戒进校规班规及组织实施,能够充分彰显学校办学自主权,激发教育教学改革活力,能够充分体现体育锻炼促进青少年身心健康成长和全面发展的积极价值。体育锻炼作为教育惩戒的可选手段还具有多方面的教育意义,对于教育发展而言,其对于丰富教育惩戒的内容和形式,拓展教育惩戒的多元化途径和实践思路,促进学生身心健康成长与全面发展具有积极的作用;对于体育发展而言,其进一步延伸了学校体育的功能、价值和意义,以家庭为单元传播新时代体育价值观,营

造全社会关心青少年健康发展的舆论氛围,家校协作,形成合力,为全面推进新时代中国学校体育高质量发展做出积极努力。

参考文献:

- [1] 教育部. 中小学教育惩戒规则(试行)[EB/OL]. (2020-12-23)[2021-06-23]. http://www.moe.gov.cn/srcsite/A02/s5911/moe_621/202012/t20201228_507882.html.
- [2] 教育部. 中小学教师实施教育惩戒规则(征求意见稿)[EB/OL]. (2019-11-22)[2021-06-23]. http://www.moj.gov.cn/news/content/2019-11/22/zlk_3236152.html.
- [3] 劳凯声,蔡春,寇彧,等. 教育惩戒:价值、边界与规制(笔谈)[J]. 教育科学,2019,35(4):1.
- [4] BURAK LJ,ROSENTHAL M,RICHARDSON K. Examining attitudes, beliefs, and intentions regarding the use of exercise as punishment in physical education and sport: an application of the theory of reasoned action[J]. Journal of Applied Social Psychology,2013,43(7):1436.
- [5] GRETCHEN K,ASHLEY S,ELLEN M,et al. Exploring the use of exercise as punishment in sport[J]. International Journal of Coaching Science, 2016,11(1):34.
- [6] 教育部等九部门关于防治中小学生欺凌和暴力的指导意见[EB/OL]. (2016-11-01)[2021-06-28]. http://www.moe.gov.cn/srcsite/A06/s3325/201611/t20161111_288490.html.
- [7] 中共中央,国务院. 关于深化教育教学改革全面提高义务教育质量的意见[EB/OL]. (2019-06-23)[2021-06-28]. http://www.gov.cn/zhengce/2019-07/08/content_5407361.htm?trs=1.
- [8] 郑梦雪.《中小学教师实施教育惩戒规则(征求意见稿)》的评析[J]. 教师教育研究,2020,32(2):57.
- [9] 段斌斌,杨晓珉. 警惕教育惩戒概念使用的泛化:兼评《中小学教育惩戒规则(试行)》[J]. 湖南师范大学教育科学学报,2021,20(1):107.
- [10] 申素平. 教育惩戒立法研究[J]. 中国教育学报,2020(3):37.
- [11] 郑宁. 我国学校校规建设:政策演变、总现状以及对策建议[J]. 华中师范大学学报(人文社会科学版),2021,60(2):179.
- [12] 周勇. 教育惩戒权“入规”的舆情调查与思考:兼评《青岛市中小学校管理办法》[J]. 当代教育科学,2017(11):49.
- [13] 周贤日. 论教师教育惩戒权[J]. 华南师范大学学报(社会科学版),2020(4):71.
- [14] 郝东方,刘昕. 新时代体教融合的教育逻辑[J]. 北京体育大学学报,2021,44(1):35.
- [15] 中共中央办公厅国务院办公厅印发《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》和《关于全面加强和改进新时代学校美育工作的意见》[EB/OL]. (2020-10-15)[2021-07-10]. http://www.gov.cn/zhengce/2020-10/15/content_5551609.htm.
- [16] 重磅! 国家体育总局、教育部联合印发《关于深化体教融合 促进青少年健康发展的意见》[EB/OL]. (2021-04-21)[2021-07-10]. http://news.cyol.com/app/2020-09/22/content_18787989.htm.
- [17] 张云亮,柳建坤,何晓斌. 体育锻炼对青少年学业表现的影响及其中介机制:基于中国教育追踪调查的实证分析[J]. 上海体育学院学报,2021,45(1):29.
- [18] 龚海培,柳鸣毅,孔倩倩,等. 体教融合的科学循证:体育锻炼和文化学习的相互关联[J]. 中国体育科技,2020,56(10):19.
- [19] 教育部办公厅等十五部门关于印发《儿童青少年近视防控光明行动工作方案(2021—2025年)》的通知[EB/OL]. (2021-04-28)[2021-07-10]. http://www.moe.gov.cn/srcsite/A17/moe_943/s3285/202105/t20210511_530655.html.
- [20] 教育部发出儿童青少年近视防控光明行动倡议[EB/OL]. (2021-06-02)[2021-07-10]. http://www.moe.gov.cn/jyb_xwfb/gzdt_gzdt/s5987/202106/t20210602_535105.html.
- [21] 教育部办公厅关于进一步加强中小学生体质健康管理工作的通知[EB/OL]. (2021-04-21)[2021-07-10]. http://www.moe.gov.cn/srcsite/A17/moe_943/moe_947/202104/t20210425_528082.html.
- [22] 朱丽楨. 为教育而惩戒:从“惩戒”到“教育惩戒”[J]. 当代教育科学,2021(4):40.
- [23] 周佳. 论教师教育惩戒自由裁量权的规制[J]. 中国教育学报,2020(1):50.
- [24] 李人杰. 教育惩戒:目标追求、理性依循与实现路径[J]. 教育理论与实践,2020,40(31):18.
- [25] 李秀娟. “教育惩戒”研究述评[J]. 当代教育科学,2005(13):10.
- [26] 董新良,李玉华. 关于基础教育阶段教育惩戒的实践与思考[J]. 教育理论与实践,2006,26(15):17.
- [27] 陶丽,胡钰涵. 关怀伦理视域下教育惩戒的内涵、特征及实施原则[J]. 教育理论与实践,2021,41(7):3.
- [28] 李梦花,马早明. 学校治理视角下英国教育惩戒政策实施及取向分析[J]. 比较教育研究,2020,42(11):105.
- [29] 郑超. 教育惩戒与体罚的边界:基于日本经验的比

- 较分析[J]. 湖南师范大学教育科学学报, 2020, 19(1): 69.
- [30] 罗永义, 仇军. 基于惩戒教育理论的体育惩戒研究[J]. 北京体育大学学报, 2016, 39(2): 77.
- [31] 任雅琴, 龙秋生. 维度与尺度: 学校体育惩戒“度”的审视[J]. 体育学刊, 2022, 29(2): 100.
- [32] 穆翎. 美国公立中小学教育惩戒的改革实践与价值转变: 从“零容忍”到支持性教育惩戒[J]. 比较教育研究, 2020, 42(9): 45.

Study on the Rationality and Implementation Strategy of Physical Exercise as a Method of Educational Punishment

HUANG Lu^{1,2}, LIU Bo¹

(1. Division of Sports Science and Physical Education, Tsinghua University, Beijing 100084, China;

2. Department of Physical Education, North China University of Science and Technology, Tangshan 063210, China)

Abstract: From the perspective of explanation theory, it is reasonable to regard physical exercise as an optional means of educational punishment on the premise of meeting the strict requirements of educational punishment. Introducing physical exercise punishment into school rules complies with the spirit explicitly stipulated in “The Educational Punishment Rules for Primary and Secondary Education (Trial Implementation)”, and it can acquire interpretative application in accordance with laws and regulations in terms of academic rationality and educational reform practice. Giving full play to the unique value and educational advantages of physical exercise discipline, scientific implementation of physical exercise discipline has a positive effect on deepening the practical development of sports and education integration, and promoting the growth and comprehensive development of students’ physical and mental health. The implementation of physical exercise punishment shall insist on the following principles: adhere to the dominant position of students; adhere to sports professional guidance; beneficial physical and mental health development; respecting students’ willingness to choose; reasonable and appropriate, differential treatment; precise policy, one school one policy. Physical exercise punishment implementation strategy includes: scientifically design the implementation process; strictly set the authority for teachers and schools to implement physical exercise punishment; take general physical exercise content and school-based sports characteristic content into consideration; pay attention to hierarchical classification, coordinate to promote organization and implementation; fully protect the right of education and personality of adolescents; strengthen conditions to ensure the effectiveness of implementation; promote home-school collaboration and strengthen the supervision process; pay attention to co-construction and sharing, and form a joint force of governance.

Key words: school physical education reform; education punishment; physical exercise; sports-education integration