

# 体育与健康 课程教学论

蒋心萍 著

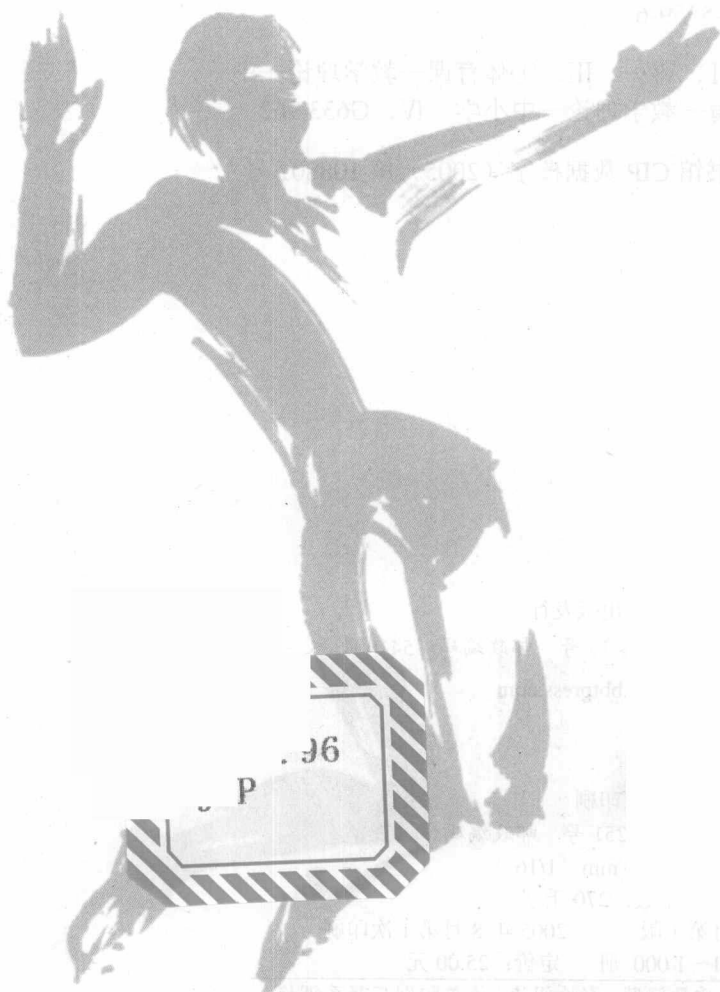
GUANGXI NORMAL UNIVERSITY PRESS  
广西师范大学出版社

TIYU YU JIANKANG KECEHNG JIAOXUELUN



# 体育与健康 课程教学论

蒋心萍 著



GUANGXI NORMAL UNIVERSITY PRESS  
广西师范大学出版社

· 桂林 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

体育与健康课程教学论 / 蒋心萍著. —桂林: 广西师范大学出版社, 2005.8

ISBN 7-5633-5559-6

I. 体… II. 蒋… III. ①体育课—教学理论—中小学②健康教育—教学理论—中小学 IV. G633.962

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 108801 号

广西师范大学出版社出版发行

(广西桂林市育才路 15 号 邮政编码: 541004)

(网址: <http://www.bbtpress.com>)

出版人: 肖启明

全国新华书店经销

广西民族语文印刷厂印刷

(广西南宁市望州路 251 号 邮政编码: 530001)

开本: 720 mm × 960 mm 1/16

印张: 15 字数: 270 千字

2005 年 8 月第 1 版 2005 年 8 月第 1 次印刷

印数: 0 001~1 000 册 定价: 25.00 元

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换。



**蒋心萍** 女，广西桂林人，1964年3月生，副教授，省级学校体育卫生先进工作者。1984年毕业于广西师范大学，至今从事学校体育教学和研究工作21年，中国体育科学学会总会会员，广西学校体育卫生学会教学科研部成员。主要研究方向为体育教学理论与方法。在中文体育核心期刊和省级学术刊物发表学术论文30多篇，主编和参编全国(广西)体育通用教材或专著13部，完成了20项省部(校)级教育课题和科研课题的研究工作，曾获省级优秀教学成果三等奖。

在我国第八次基础教育改革不断深入,国家中小学体育与健康课程标准即将在全国中小学全面实施之时,这本关于我国中小学体育课程改革与发展的《体育与健康课程教学论》得以出版,十分令人欣喜。这是广西民族学院蒋心萍副教授多年潜心研究的一部力作。蒋心萍副教授是一位体育教学改革的探索者,她从多学科交叉入手,审视了我国中小学体育教学的发展历史与现状,把我们带进了中小学体育教学改革与发展研究的学术境地,并将许多中小学体育教学改革的热点和难点问题摆在了我们面前,激发我们去思考、探索。这本书的出版,将有益于广大中小学体育教育工作者对当前学校体育教学改革与发展的理解和认识,有利于推动中小学体育与健康课程的建设。

几十年来,我国中小学体育教学取得了巨大的成就,积累了丰富的经验,但传统教育思想的束缚,使改革的力度始终不大。随着我国基础教育改革的不断深入,广大学校体育教育工作者对中小学体育教学改革进行了积极的探索,许多新成果随之产生,蒋心萍老师的《体育与健康课程教学论》正是这众多的成果之一。蒋老师积20年体育教学之经验和学术睿智,对在中小学体育教学改革中如何理解和把握课程的教学目

标、教学内容、教学方法和评价体系的内涵,如何优化教学过程、提高教学质量、促进学生个性发展,如何处理好体育与健康教育的关系,如何合理开发与利用课程资源等作了较为系统的分析和论述。其中,强调学生对教学内容的选择,重视教学评价的多元性,提出体育教学要有利于激发学生运动兴趣,养成坚持体育锻炼的习惯,形成勇敢顽强和坚忍不拔的意志品质,在身体、心理和社会适应能力等方面健康和谐地发展的观点,是很有新意的。

本书对我国当前中小学体育课程与教学的改革和发展具有一定的指导作用,值得体育教育工作者和体育教育专业的学生一读。希望更多的体育教育工作者像蒋心萍老师一样,积极关注我国体育教学的改革与发展,大力开展体育教学的研究,为繁荣我国学校体育教学的学术园地,促进学校体育教学的不断发展作出自己的贡献。

华东师范大学体育与健康学院院长 季 浏

# 前言

QIAN YAN

我国的体育课程,从1903年颁布的《奏定学堂章程》开设体操课以来,到现在已经走过了102年的历程。在此期间经历了清朝末年的体操课、民国时期的体育课程和中华人民共和国时期的体育课程三个历史时期。几经彷徨,几经探索,体育课终于成为学校教育的一个重要组成部分和一门日臻成熟的学科。

体育是教育的重要手段,是学校课程体系的重要组成部分,在教育制度深入改革和不断发展的今天,体育课程也同样面临着艰巨的改革任务。当前我国中小学体育的各个方面都涌动着改革的热潮:新的体育课程标准在紧张地进行实验和推广;与新课程标准配套的教材在不断探索、不断改进,农村学校体育在稳步地向前发展,大课间体育活动不断创造出新的锻炼形式,施行多年的《国家体育锻炼标准》和大中小学生的《体育合格标准》将被新的《学生体质健康标准》所替代,各种新的体育教学模式层出不穷……这一切,使得当今我国的中小学体育充满着生机和活力。

特别是随着我国第八次基础教育课程改革的不断深入,自2001年9月《体育(1~6年级)体育与健康课程标准(7~12年级)》(以下简称《课程标准》)进入国家基础教育课程改革实验区开展实验以来,广大体育教师以饱满的精神和高昂的热情投入新一轮的

体育课程改革之中。传统的教育教学思想受到挑战,新的教育教学思想逐渐成为主流,从而使教学内容、教学方式、评价方法等发生了新变化。

然而,由于广大体育教师受传统的教育教学思想的影响,加之对《课程标准》精神的认识不够、理解不深,使得体育课程在改革中遇到了一些新的问题,产生了一些新的困惑,比如:制约中国中小学体育发展的因素有哪些?有中国特色的社会主义中小学体育是什么?如何处理中小学体育中的社会需要与个体需要、统一要求与区别对待、培养兴趣与磨炼意志、物质效益与精神效益、主体地位与主导作用?中小学体育学科为什么而教、教什么、怎么教?它有什么特点?新的课程标准与旧的教学大纲在管理上有什么区别,各自的理论意义何在?中小学体育教学内容根据什么来选择、分层与编排?中小学体育教学如何科学地设计?教学目标如何科学定位?水平和单元计划及课时计划如何制定?新的教学模式和新的教学方法如何运用,如何进行教学评价?何谓中小学体育教材的实用性?如何开发和利用中小学体育课程资源?教师应怎样发展?这些摆在我们学校体育研究者面前的重要的理论问题,许多还没有现成的答案,仍然处于仁者见仁、智者见智的若明若暗的“灰色”状态,有待我们去深入研究。

本书正是基于上述考虑撰写而成。全书共六章:

第一章主要对我国中小学体育与健康课程标准内涵进行分析,阐述我国中小学体育与健康课程的理论基础、性质和基本理念、设计思路、目标体系等,强调体育与健康课程要坚持“健康第一”的指导思想,要激发和保持学生的运动兴趣,要重视学生的主体地位,关注学生的个体差异和不同需求,培养学生的能力等。

第二章主要对体育与健康课程的内容标准进行了较为详细的分析,揭示了设置运动参与、运动技能、身体健康、心理健康和社会适应等课程内容的意义,并分别对这些内容加以说明,提出了实施建议。

第三章主要阐述了体育与健康课程教学的组织形式、教学课的类型、教师教学方案的制定、从“教”到“学”的转变及体育新课程教学法等问题。

第四章重点介绍了体育与健康课程的教学设计,并用大量的教学案例分别对学习目标的设置与学习内容选择、水平和单元教学计划的制定、课时计划的制定、体育教学模式的介绍等方面进行了较为系统的讨论和分析。

第五章主要讨论了体育与健康课程教学评价的问题,指出了现行评价方法的不足之处,阐明了体育与健康课程教学评价的新理念,强调评价主体的互动和参与、评价内容与方式的多元化以及评价过程的动态发展等问题,并列举了大量的教学案例。

第六章主要从课程资源利用与开发的价值及其意义、课程资源利用与开发的途径和方法、利用和开发课程资源时应注意的问题等三个方面,对体育与健康课程资源的开发与利用作了全面的分析和讨论。

本书是广西教育科学“十五”规划A类(资助经费重点)课题“广西农村学校体育课



程教学内容改革与设计研究”的研究成果,是在《例说新课标·体育(与健康)》等研究成果的基础上所撰写的学术著作。笔者期望本书能对在一线的广大中小学体育教师进行体育课程改革和实践起一定的指导作用,也期望本书能成为高等学校体育教师、体育教育专业学生的参考书籍,因为未来的中小学体育课程改革能否成功与培养未来体育教师的高等学校体育院系紧密相关。

由于作者的水平和能力有限,书中缺点和错误在所难免,敬祈诸位同仁指正!

最后,对在本书中直接或间接引用到的文献资料的作者和专家表示真诚的感谢!

作者  
2005年7月

# 目 录

## MU LU

### 第一章 体育与健康课程标准内涵

第一节 体育与健康课程的理论基础 .....	1
第二节 体育与健康课程的性质和基本理念 .....	15
第三节 体育与健康课程的设计思路 .....	21
第四节 体育与健康课程的目标体系 .....	30

### 第二章 体育与健康课程的内容标准分析与实施

第一节 运动参与 .....	52
第二节 运动技能 .....	58
第三节 身体健康 .....	64
第四节 心理健康 .....	69
第五节 社会适应 .....	76

### 第三章 体育与健康课程教学的组织与方法

第一节	体育教学组织形式的选择 .....	85
第二节	体育新课程教学法 .....	95
第三节	体育教学模式 .....	127

### 第四章 体育与健康课程的教学设计

第一节	学习目标的设置与学习内容选择 .....	136
第二节	水平和单元教学计划的制定 .....	144
第三节	课时计划的制定 .....	150

### 第五章 体育与健康课程的教学评价

第一节	体育与健康课程教学评价的新理念 .....	178
第二节	体育与健康学习评价 .....	182
第三节	科学评价体育教师 .....	197

### 第六章 体育与健康课程资源的开发与利用

第一节	课程资源利用与开发的 价值及其意义 .....	208
第二节	课程资源利用与开发的 途径和方法 .....	211
第三节	利用和开发课程资源时 应注意的问题 .....	221

主要参考文献 .....	226
--------------	-----

后记 .....	227
----------	-----

# 第一章 体育与健康课程标准内涵

TI YU YU JIAN KANG KE CHENG BIAO ZHUN NEI HAN

《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》指出：“健康体魄是青少年为祖国和人民服务的基本前提，是中华民族旺盛生命力的体现。学校教育要树立健康第一的指导思想，切实加强体育工作，使学生掌握基本的运动技能，养成锻炼身体的良好习惯。”《全日制义务教育、普通高级中学体育与健康课程标准》（以下简称《课程标准》）正是在这一思想的指导下制定的。《课程标准》强调课程的实践性特征、整体健康观和育人的功能，突出学生的主体地位，建立新的课程目标体系和评价体系，注重教师教学方法的多样性和学生对教学内容的选择性，使课程有利于激发学生的运动兴趣，培养学生坚持体育锻炼的习惯，形成勇敢顽强和坚忍不拔的意志品质，促进学生在身体、心理和社会适应能力等方面健康、和谐地发展，从而为提高国民的整体健康水平发挥重要作用。

## 第一节 体育与健康课程的理论基础

考察体育与健康课程的理论基础，实际上是要确定体育与健康课程领域的外部界线，确定与该课程最相关的和最有效的信息来源，了解它们之间的关系以及对课程实施的实际含义。因此，体育与健康课程应将心理学、社会学、教育学和生物学作为其理论基础。

### 一、心理学基础

心理学对体育与健康课程的影响主要体现在课程目标的设置、课程内容的选择和课程教学的实施等方面。例如，在设置体育与健康课程目标时，应制定出既超出学生的现有水平，又能够通过体育与健康课程的学习达到的目标；在选择体育与健康课程内容时，不仅要充分考虑体育与健康知识和技能的难易程度，还要注意这

些知识和技能对学生所提出的挑战程度,以激发他们的学习动机;在实施体育与健康课程的教学时,应“以学生的发展为中心”,注意学生的心理发展规律等。总之,在“以人为本”的新课程理念的指导下,应更多地从心理学角度来探讨体育与健康课程的有关问题。

### (一)行为主义理论

行为主义理论也称刺激—反应学习论。该理论认为,学习者的学习是其对刺激情境的反应,并将学习者学到的行为解释为刺激与反应之间的联结。该理论的代表人物斯金纳(B. F. Skinner)认为,要将学习内容按照一定的逻辑顺序组合起来,引导学习者循序渐进地去掌握。该学说对早期的程序教学理论和实践产生了重要的影响,对传统体育教学中动作技能的学习具有重要的理论价值。简单地说,动作技能的学习就是进行动作示范,要求学生“跟我学”,然后对学生的动作展示进行评价,给学生提供强化(正强化或负强化),促进学生有效地学习和掌握动作技能。《课程标准》强调课程评价的反馈与激励功能,则是建立在此基础上的。行为主义理论虽然对传统体育课程的教学产生了重要的影响,但该理论存在的动物性与机械性缺陷,决定了其固有的简单性和外在性,所以在指导课程设计方面存在着一定的局限性。

### (二)认知主义理论

行为主义理论认为学习者的内部心理结构是无法探知的。针对这一观点,认知主义理论则认为,学习者的心理结构不仅可以探知,而且是影响学习的决定性因素。认知主义理论既强调外在的环境刺激,又强调内在的心理因素,而且把重点放在两者的结合上,主张学习是将外在事物的结构内化为学习者内在认知结构的过程。认知主义理论对体育教学的影响同样体现在动作技能的学习中,认为动作技能的学习主要分为动作技能的认知阶段、动作技能的联结阶段和动作技能的自动化阶段。学生只有通过不断地练习和认知,熟悉动作技能之间的内在联系,最后达到自动化阶段,才表明学习结束。因此,《课程标准》强调,要根据学生的认知特点选择教学内容,以便学生能更有效地掌握运动知识和技能,获得成功体验,增强体育学习的自尊心和自信心。

### (三)建构主义理论

建构主义理论提出,世界是客观存在的,但对于世界的理解和意义赋予却是由每个人自己决定的。由此可见,建构主义理论关注的是学习者如何以原有的经验、

心理结构和信念为基础来建构自己独特的精神世界。该理论指导我们在设计体育与健康课程时,要注意时刻以学生为中心,根据学生的身心特点建构课程内容,根据学生的学习和生活经验实施课程教学,并用灵活多样的教学手段激发学生的学习兴趣,以满足学生的实际需要。

建构主义学习理论强调真理的相对性,重视认识中的主观能动性。这相对客观主义而言进了一步,但在根据该理论设计与实施体育与健康课程时,我们还要注意避免因过于强调相对性而导致真理观的相对主义。

#### (四)人本主义理论

人本主义理论从一个全新的角度剖析了教与学的关系,强调在教学过程中学生自我实现的心理历程,提倡真正的学习应以人的整体性为核心,强调“以学生为中心”的教育理念,认为学习的本质应是促进学生成为全面发展的人。该理论认为,学生有自我发展的潜能,学什么,如何学,进度怎么安排,都可以通过学生自己来决定;教学成败的关键不在于教师的专业知识与教学技巧,而在于人际关系与情感态度。对体育与健康课程影响比较大的主要是以罗杰斯为代表的人本主义理论,这种影响主要体现在以下几个方面:

##### 1. 充分发挥课程的“育人”功能,促进学生全面和谐发展

罗杰斯追求的不仅是全面发展的教育,而且是面向未来社会需要的和谐教育。他认为,学校教育的目的在于培养“能从事自发的活动,并对这些活动负责的人;能理智地选择和自定方向的人;获得有关解决问题知识的人;能灵活地和理智地适应新的问题情景的人;在自由地和创造性地运用所有有关经验时,融会贯通某种灵活地处理问题的方式的人;能在各种活动中有效地与他人合作的人;不是为他人的赞许,而是按照他们自己的社会化目标工作的人”。著名科学家爱因斯坦也曾说过:“学校的目的始终应该是:青年人在离开学校时,是作为一个和谐的人,而不是作为一个专家。……仅仅用专业知识育人是不够的。通过专业教育,他可以成为一种有用的机器,但不能成为一个和谐发展的人。要使学生对价值有所理解并产生热诚的感情,那是最根本的。他必须获得对美和道德的鲜明的辨别力。否则……不像一个和谐发展的人。”

在这种观点的指导下,体育与健康课程根据三维健康观和体育自身的特点以及国际体育课程发展的趋势,以“健康第一”为指导思想,以“……学会体育学习及其评价,增强体育实践能力和创新能力;……发展良好的心理品质,增强人际交往技能和团队意识;具有健康素养,塑造健康体魄,提高对个人健康和群体健康的社会责任感,逐步形成健康的生活方式和积极进取、充满活力的人生态度”为课程总

目标,划分运动参与、运动技能、身体健康、心理健康和社会适应五个学习方面,使课程内容更具有弹性、可操作性和适应性,从而促进学生在身体、心理和社会适应能力等方面健康和諧地发展。

## 2. 重视意义学习,强调非认知因素的重要性

罗杰斯将学习分为机械学习和意义学习两类,前者主要指死记硬背那些没有生气、枯燥乏味、无关紧要、对学生的个人发展无实际意义的知识,后者主要指那些能影响学生的行为、态度、个性以及选择未来行动方针的学习。在学习的方式上,罗杰斯主张意义学习,认为“意义学习把逻辑与直觉、理智与情感、概念与经验、经验与意义等结合在一起。当我们以这种方式学习时,我们就成了一个完整的人”。他还认为,要想使学生的学习活动生动活泼且有意义,就应该让学生自由地学习,而不是教师“填鸭式”地强迫学生学习那些枯燥无味的教材内容。在罗杰斯看来,让学生在实践中学习,是促进学习最有效的方式之一。

在意义学习的指导下,体育与健康课程开拓创新,改革课程内容,将那些对学生的终身发展毫无意义的、竞技性较强的、学生既难以学会也不感兴趣的内容予以舍弃,精选适应时代要求的、有利于学生健康发展的体育与健康基础知识、基本技能和作为课程内容;改变过去单一的灌输式教法,改变过于强调讲解、示范的教学形式,关注学生的学习兴趣与需求,创设有利于学生主动参与、乐于探究、勇于实践的良好教学氛围。其目的是让学生选择对自身发展有意义的内容进行学习,使他们在体育活动实践过程中提高体育学习兴趣,培养运动爱好和专长,为实现终身体育奠定良好的基础。

## 3. 重视学习的结果,更注重学习的过程

罗杰斯主张教育的目标应该是促进学生的成长和学习,培养能够适应环境的变化和知道如何学习并具有独特个性和充分发展的人。这个教育目标是培养完整的人(即“完人”),内容包括知识教育、认识能力教育和情感意志的发展。他指出:“只有学会如何学习和学会如何适应变化的人,只有意识到没有任何可靠的知识,唯有寻求知识的过程才是可靠的人,才是真正有教养的人。”因此可以说,人本主义重视的是教学的方法而不是教学的内容,是教学的过程而不是教学的结果。

传统的教育是学生被动接受知识的过程。长期以来,我们总是单纯重视学生对知识的获得,忽视学生如何获得这些知识。这种重结论而轻过程、重答案而轻智慧开发的教学完全无视知识和智力的内在联系,排斥了学生的个性和思考。因此,现代教育观应更关心怎样使传授知识的过程成为掌握科学研究方法、开发学生智慧的过程。由此可见,教育的真谛在于使知识转化为智慧。传知已不是唯一重要的,启智才是根本。

因此,《课程标准》与过去的体育教学大纲相比,更强调过程性评价,注重将过程性评价与终结性评价的有机结合。这主要表现为:在评价的内容上,不仅对体能和运动技能进行评价,而且注重与学生的学习过程密切相关的学习态度、情意表现与合作精神、健康行为的评价;在评价的方法上,不仅有学习结束时进行的一次性评价,而且注重对学生的过程进行观察、口头、成长记录等评价;同时,在评价的主体上,还强调学生的自评和互评,以期更好地把握学生的学习过程。

#### 4. 强调“以学生的发展为中心”,帮助学生学会学习

人本主义心理学派把课程当作是满足学生成长和个性整合需要的自由解决的过程,认为应将课程的重点从教材转向学生个体,强调教学过程应以学生为中心,突出学生的主体地位,教师只是学生学习的促进者、帮助者、辅助者、合作者,是“助产士”和“催化剂”,而不是权威的讲授者。在教学过程中,教师要注意创设良好的问题情境,鼓励学生自主地、积极地探索问题,使学生的学习由“被动接受”发展为“主动探求”,倡导学生进行自主、合作、探究式的学习。因此,在课程理念上,我们一定要树立教育必须“以学生的发展为本”的思想,根据学生全面发展的需要来构架课程内容,让学生成为学习活动的主人。

从上述分析中不难看出,人本主义理论突出了情感在教学活动中的地位和作用,强调了人的尊严和价值在教学过程中的重要性,重视对学生的尊重和爱护,充分发挥学生的主动性和创造性,主张教学工作要注意创设良好的课堂气氛,充分发挥学生的主动性和创造性,以学生的自我完善为核心,把教学活动的重心由教师引向了学生。这些重要观点对于我们改革和发展体育课程具有重要的借鉴作用。但不可否认,人本主义心理学理论还有其偏颇之处,如过分强调人的自我实现的生物学动力机制,容易导致忽视社会因素对人的发展的制约作用,以反对客观主义的面目出现,有明显的主观唯心主义倾向,即只注重人的情感、价值,而漠视客观的科学知识本身。这也是我们在设计和实施体育与健康课程时不容忽视的问题。

### (五)情商理论

情商,即情绪智力商数,而情绪智力是指人的非智力因素,是一种自我控制、热情和坚持以及自我激励的能力,主要包括自我认知能力、自我管理能力和自我激励能力、认知他人的能力、人际交往能力五个方面。情商理论引入生态学观点,形成了“从个人在社会实际的情境所表现出来的情感、认知和行为技巧等方面,预测个人成败倾向”的思想。戈尔曼教授认为,人有两个大脑、两个中枢、两种不同的智慧形式(理性的和情感的)。一个人的成功,智商只占20%,情商则占80%。人要达到全面发展及和谐发展,不仅要学习间接经验,更需要学习直接经验,要接触生活、



接触社会,只有将智商和情商结合起来,人的才华才能淋漓尽致地得到发挥。

过去人们总认为可以用智商的高低来预测学生学业成绩的优劣,从而可以决定人生事业成功与否。然而事实上,智商很难正确无误地预测个人未来的成就,高分低能的现象非常普遍,在现实生活中智商相对低的人领导智商高的人比比皆是。根据情商理论,智力是学生成才的基础,但情绪智力是学生成才的关键,它包括如何调整自己的情绪,如何设身处地为别人着想,如何建立良好的人际关系等。教师应注重培养学生的情绪智力,使学生在困难、挫折面前具有坚强的意志品质、自信心和抗挫力,能很好地适应社会。体育与健康课程十分强调通过体育活动来培养学生的探索、创新精神和坚强的意志品质,培养学生的抗挫折能力和承受失败的能力,从而充分实现课程的育人功能。

情商理论还提出,情感是“学会学习”活动能否成功的重要影响源。《课程标准》十分强调培养学生的积极情感,发展学生的非智力因素,营造一个良好的学习氛围,使学生保持良好的学习心境,从而提高学生的学习效果,促进体育与健康课程教学目标的整体实现。由此可见,今日的体育与健康课程呼唤情感,其意义已远远超过教学方法和手段的范畴。

## (六)多元智能理论

多元智能理论提出,人的智力至少含有七种不同的能力,即语言智能、数理逻辑智能、空间智能、音乐智能、身体智能、自省智能和人际智能。给予适当的鼓励、充实和指导,每个人都有能力使所有智能发展到一个相当的水准,以胜任日常学习和生活的需要。

多元智能理论认为,认知方面的智能(如数理逻辑智能、语言智能)只是人的智能的一部分。而我们今天的教育,基本上是一种以语言智能和数理逻辑智能为重点的教育,忽视了其他智能的发展。我们常常听到有人说:“这个人学习不行,可是体育很棒。”显然,这些人并不把体育、音乐等列为智能的范围。多元智能理论对此作出了明确的回答,体育、音乐的确是智能,教育必须致力于培养学生的各项智能,并鼓励个人强项智能的充分发展。多元智能理论还认为,一个人的智能不能以他在学校环境中的表现为依据,而要看他在实际情境中解决问题的能力 and 创造能力。该理论强调的是各项智能的全面发展和个性才能的充分展示,强调创新精神和实践能力的培养。

根据多元智能理论,体育与健康课程在对学生的学习评价中,不仅仅对与学生的先天遗传因素紧密相关的体能和运动技能进行评价,还对与学生的后天学习有关的学习态度、情意表现与合作精神、健康行为等方面进行评价,从而使评价内容