

人文与科学融合的体育专业系列教材

RENWENYUKEXUERONGHEDETTIYUZHUANGYEXILIEJIAOCAI

中小学体育教材教法

ZHONGXIAOXUE
TIYUJIAOCAI
JIAOFA

● 主编 薛继升



吉林大学出版社

经人文与科学融合的体育专业
系列教材编写委员会审定通过

人文与科学融合的体育专业系列教材

——吉林省教育厅高校人文社会科学研究项目

中小学体育教材教法

主 编 薛继升
副主编 张 楠
于 洋

吉林大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

中小学体育教材教法/薛继升主编. —长春:吉林大学出版社,2008.5
(人文与科学融合的体育专业系列教材)
ISBN 978-7-5601-3835-0

I. 中... II. 薛... III. 体育课—教学法—中小学 IV. G633.962

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 061189 号

书 名: 人文与科学融合的体育专业系列教材
中小学体育教材教法
作 者: 薛继升 主编

责任编辑、责任校对: 孟亚黎
吉林大学出版社出版、发行
开本: 880×1230 毫米 1/32
印张: 8 字数: 214 千字
ISBN 978-7-5601-3835-0

封面设计: 张沐沉
长春大学印刷厂 印刷
2008 年 5 月第 1 版
2008 年 5 月第 1 次印刷
定价: 16.50 元

版权所有 翻印必究
社址: 长春市明德路 421 号 邮编: 130021
发行部电话: 0431-88499826
网址: <http://www.jlup.com.cn>
E-mail: jlup@mail.jlu.edu.cn

人文与科学融合的体育专业系列教材
编写委员会

主任委员 宋继新

副主任委员

薛继升 何艳华 王月华
郭丹 高海燕

委员(以姓氏笔画为序)

于洋 王淑清 张楠
张颖 张秀芳

序

吉林体育学院《人文与科学融合的体育专业系列教材》在2008年奥运会前夕得以出版，真的令人由衷喜悦，这既是吉林体育学院体育专业课程改革的探索与尝试的成果，也是向北京奥运会献上的礼物。作者邀请我为该系列教材作序，我欣然应允。

党的十七大报告从实现社会公平、建设人力资源强国、实现民族振兴的高度，强调了培养德智体美全面发展的社会主义建设者和接班人的重要性，对学校教育提出了新的、更高的要求。

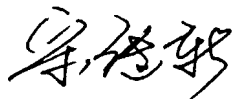
促进人文教育与科学教育的融合是培养德智体全面发展的社会主义建设者和接班人的关键。科学教育以求真为主题，人文教育以求善为根本，科学求真需要人文为其导向，人文求善需要科学为其奠基。学习做事必须接受科学教育，养成科学精神，学习做人，必须接受人文教育，养成人文精神。只有这样才能使科学教育与人文教育优势互补，使人成为完美的人。

吉林体育学院在全国体育院校中率先提出了“人文与科学相融合”的教育思想，构建了体育专业教育课程新体系，形成了自己鲜明的办学特色。基础理论教学构建了各门课程与变化的自然环境、社会环境紧密结合的教学体系；教学方式由学科的“知识教学”转为“学科教育”。专业技术学科

的教学由过去的“项目教学”转为“项目教育”；教学内容由“技能传习”变为“文化传承”，目的是全面促进学生的“知识、能力、素质”协调发展，着力培养体育大学生的人文精神和科学精神。

我国在《面向 21 世纪教育振兴计划》中曾指出：要努力构建适应素质教育的大、中、小学相衔接的，较为科学的课程体系。该系列教材正是适应素质教育的课程体系的代表，该系列教材对培养健康的和谐社会所需要的高素质体育人才具有重要意义，对我国体育学科的发展和完善有重要的参考价值和学术价值。

诚挚祝贺此系列教材出版发行，也期望该系列教材能够得到广大读者的喜欢和爱戴。



2008 年 2 月

编写说明

吉林体育学院在1995年8月制定的“构建体育专业面向21世纪素质教育课程新体系”（简称“21958”计划）的基础上，根据1999年《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》（简称《决定》）、2002年《中共中央、国务院关于进一步加强和改进新时期体育工作的意见》和2003年教育部印发的《全国普通高等学校体育教育本科专业课程方案》（以下简称《方案》），以及党的“十六大”和“十七大”提出的“以人为本”的科学发展观的基本精神，创建并丰富了人文与科学融合办学指导思想的内涵，基础理论教学构建了各门课程与变化的自然环境与社会环境紧密结合的教学体系；教学方式由学科的“知识教学”转为“学科教育”。专业技术学科的教学由过去的“项目教学”转为“项目教育”；教学内容由“技能传习”变为“文化传承”，也就是既要传承项目的人文思想、科学思想和技术原理，又向学生传授项目的运动知识技能，以此在“项目教育”中把“教书育人”合一，以提升体育专业技术教育课程的育人水准。

根据其升华的内涵，坚持“知识、能力、素质”协调发展，着力培养学生人文精神、创新精神，提高他们的学习能力、实践能力和创新能力，从而使我院“21958”计划——体育专业素质教育课程计划改革得以深化，通过两轮不同专业的培养方案的制定，形成了人文与科学融合的体育专业课程体系。该课程体系为实现吉林体育学院教学改革的“工具理性”与“价值理性”的统一，科学与人文融合的思想

奠定了基础,这也是对我院“21958”素质教育课程计划的“升华”。

系列教材就是依吉林体育学院“厚德博学、育人夺标”的办学理念 and “人文与科学融合”的办学指导思想,根据培养方案形成的体育专业课程体系基础上创编的。该系列教材分不同阶段,第一阶段拟出版5部教材,第二阶段和第三阶段随后相继出版。

在系列教材的编写过程中,我们坚持“体现特色、循根出新、整合优化、凝精剔杂”的原则,根据教学计划中规定的教学时数对教材框架进行设计,并扩展各教材的自由度。围绕当前课程改革和教学改革的情况,力争做到言简意赅、详略得当、基本内容明确、扩展的知识清楚,增加案例的引用。同时广纳优秀教材的经验,每章开篇有内容摘要,后面增加推荐参考书目、课后思考题等,为学生学习提供思考空间。

该系列教材的编写与出版是吉林体育学院体育专业课程改革和教材建设的尝试与探索,难免有不足之处,敬请同行专家、读者给予指正。

该系列教材如能对广大体育工作者有所启示,并能得到广大同仁认可,那是我们最大的愿望。

人文与科学融合的体育专业系列教材编写委员会

2008年2月

前 言

我国的基础教育课程改革于1999年正式启动,2001年教育部印发了18个学科课程标准,《体育与健康课程标准》是其中之一,并于2001年9月开始在全国27个省(自治区、直辖市)的38个实验区全面展开。新体育课程标准在总结我国多年体育课程改革成果的基础上,突出健康目标的学科内涵,强化创新教育思想,同时也体现了以人为本、培养面向21世纪全面发展人才的教育理念,是学校体育新一轮的思考和改革。6年的时间课程过程发生了很多变化。而这些变化和最终目标的实现,都是通过课堂表现出来,中小学体育教材教法是实现其变化的一个重要方面。

《中小学体育教材教法》是结合教育部的课改精神、吉林体育学院“厚德博学、育人夺标”办学理念和“人文与科学融合的”办学指导思想,在多年教学实践经验基础上积累编写的。

本教材的形成经过了几个阶段:教案、讲稿、校内教材到即将出版的教材。这一过程凝聚了几位编者多年的辛勤汗水和心血,是多年实践经验的概括。

本教材主要内容包括:中小学体育教材教法基本知识,中小学体育教材教法基本理论,中小学体育教材概述,国家中小学体育与健康课程标准,科学与人文相融合的中小学体育教学内容,中小学体育教法概述,中小学体育教学方法的应用及其基本要求,中小学体育教学方法的选择与运用,中小学体育教学模式,中小学体育教学手段,中小学体育基本知识的教学。

本教材主要特点有：

第一，紧密围绕“厚德博学、育人夺标”的办学理念和“人文与科学融合”的办学指导思想，真正从“以学生为本”的角度设计内容。让学习者真正理解什么是人文，什么是科学，各自的原理及规律。

第二，层次分明。整个教材一改过去教材按照章节推进的方式，把相关内容按照篇章体系，划分为三个框架，即概述篇、教材篇和教法篇。根据每一篇的标题，划分为不同的章节，这三篇涵概了中小学体育教材教法的全部内容。

第三，案例多。为了便于理解，增加实用性和实践性内容，本教材增加了更多的案例，为理论内容的可操作性提供了依据。

第四，借鉴了优秀教材的长处。每篇有开篇介绍，让学习者或读者有整体认识，每章开头有内容摘要、章尾有推荐的阅读资料，为读者提供学习的依据，课后有思考题等，给读者留有思考的空间和余地。

本教材是吉林体育学院人文与科学融合体育专业课程改革和教材建设的尝试与探索，既可以用于体育院系本科专业学生的教材或教学参考资料，也可以作为学校体育研究生、管理人员、广大体育教师、科研人员的课外研究资料和参考书。

学无止境，探索无止境，本教材在编写过程中历时较长，但内容有限，有许多问题的理解有待于进一步的探讨。本教材难免有疏漏与欠妥之处，恳请同行、学者给予赐教。



2008年2月

目 录

第一篇 概述篇

第一章 中小学体育教材教法基本知识	(3)
第一节 中小学体育教材教法的目的和任务	(3)
第二节 影响中小学体育教材教法的因素	(5)
第三节 中小学体育教材教法的结构	(8)
第四节 中小学体育教材教法的特点	(12)
第二章 中小学体育教材教法的理论依据	(17)
第一节 科学与人文融合的中小学体育教材教法原理	(17)
第二节 科学与人文融合的中小学体育教学规律	(18)

第二篇 教材篇

第三章 中小学体育教材概述	(27)
第一节 体育教学内容概述	(28)
第二节 体育教学内容的分类与组成	(29)
第三节 选择体育教学内容的依据与要求	(37)
第四节 体育教学内容资源的利用与开发	(40)
第四章 国家中小学体育与健康课程标准	(55)

第一节	国家体育课程标准产生的背景	(55)
第二节	国家体育课程标准的布局	(60)
第三节	国家体育课程标准各部分间的内在联系	(65)
第四节	基本概念	(69)
第五节	体育与健康课程的性质和价值	(71)
第六节	体育与健康课程目标	(73)
第七节	体育与健康课程实施建议	(74)
第五章	科学与人文相融合的中小学体育教学内容	(97)
第一节	运动参与教学内容	(98)
第二节	运动技能教学内容	(100)
第三节	身体健康教学内容	(103)
第四节	心理健康教学内容	(107)
第五节	社会适应教学内容	(115)

第三篇 教法篇

第六章	中小学体育教法概述	(123)
第一节	体育教学方法的概念与含义	(123)
第二节	体育教学方法的历史与发展	(124)
第三节	体育教学方法的层次	(129)
第四节	体育教学方法的构造	(131)
第五节	体育教学方法的基本特性	(134)
第六节	体育教学方法的分类	(135)
第七章	中小学体育教学方法的应用及其基本要求	(139)
第一节	以语言传递信息为主的体育教学方法	(139)
第二节	以直接感知为主的体育教学方法	(146)
第三节	以身体练习为主的体育教学方法	(151)
第四节	以情景和竞赛活动为主的体育教学方法	(160)

第五节	以探究活动为主的体育教学方法	(166)
第八章	中小学体育教学方法的选择	(173)
第一节	合理选用体育教学方法的意义	(173)
第二节	选择体育教学方法的依据	(174)
第三节	运用体育教学方法的原则	(176)
第四节	几种新颖的体育教学方法介绍	(177)
第五节	错误选择体育教学方法的案例分析	(178)
第九章	中小学体育教学模式	(184)
第一节	体育教学模式概述	(184)
第二节	当代国外主要体育教学模式介绍	(190)
第三节	我国体育教学模式的发展和演变	(194)
第四节	中小学体育教学中比较成熟的教学模式	(201)
第十章	中小学体育教学手段	(212)
第一节	体育教学手段的分类	(212)
第二节	体育教学媒体概述	(213)
第三节	体育教学媒体的历史发展阶段	(216)
第四节	体育教学媒体的选择与应用	(219)
第十一章	中小学体育基本知识的教学	(225)
第一节	体育基本知识概述	(225)
第二节	体育基本知识课程安排	(230)
第三节	体育基本知识教学的组织要点	(234)
第四节	中小学体育基本知识教学方法	(240)

第一篇 概述篇

本篇主要论述了中小学体育教材教法基本知识，影响中小学体育教材教法的基本因素、中小学体育教材教法的结构和中小学体育教材教法的特点等知识。

第一章 中小学体育教材教法基本知识

【内容提要】本章主要阐述了中小学体育教材教法的目的与任务，影响中小学体育教材教法的因素，中小学体育教材教法的结构及特点等方面的问题。

第一节 中小学体育教材教法的目的和任务

中小学体育教材教法，是以中小学体育教材为研究对象的教学法。它探讨在体育教学过程中，如何协调运作好体育教学目标、教学内容与方法、人际关系、传播媒介之间的关系，对教师与学生正确运用及掌握基础理论知识、基本技能、基本技术具有积极的作用，并以此来充分发挥调动教师和学生能动性，较好地完成体育教学任务。

一、中小学体育教材教法的目的

教材教法是将教材、教学方法与学生实际相结合的教学方法。其教学目的是：

使体育专业的学生掌握和运用体育教学的基本理论与方法，加强教学基本功和教学技能的训练，熟练地掌握中小学体育教材的内容，科学地分析和处理教材，找出教材的重点和难点，根据教学对象的实际选择合理的教法，在正确的体育教学思想的指导下提高教学水平。

二、中小学体育教材教法的任务

《全日制义务教育体育（与健康）课程标准》颁布后，它以先进

的教育思想、全新的课程理念，给人耳目一新的感觉，以往陈旧落后的教学内容和方法也将成为历史。中小学体育教材教法是研究在这一新形势下体育专业的学生应如何面对体育课程改革的新任务，迎接新挑战，如何掌握体育教材内容、改革教学方法，如何更快地转变教育思想、适应改革与发展的要求，为成为一名合格的体育教师打下坚实的基础。其教学任务是：

(1) 通过本课程的学习，使学生能够掌握贯彻体育与健康课程标准，科学地选择教学内容和方法，合理地运用教学原则，以及在教学实践中增强学生对体育教学重要性的认识，热爱体育教学工作。

(2) 激励体育专业的学生钻研体育与健康课程标准和教材内容，熟练地掌握体育与健康的基础知识和运动技术的教学方法，能根据不同教学对象的特点确定相应的教学重点和难点，熟悉教材的教学步骤，提出教学的基本要求，掌握和合理地运用教学技能和教学方法，从而达成体育与健康的课程目标。

(3) 不断培养学生的语言表达能力、教学组织能力、动作示范能力等方面的技能。

(4) 指导体育专业的学生学会将教学理论知识结合到体育教学的实践中去。

三、学习建议

中小学体育教材教法是理论性与实用性较强的学科，学习方法正确与否直接关系到学习效果，在学习过程中要做到学以致用。

(1) 要树立正确的学习态度，明确《中小学体育教材教法》对于体育教师职业训练、培养合格体育教师以及体育教师组织与实施学校体育工作的重要意义，使学习者能够自觉地参与学习和研究，并在学习过程中取得最佳效果。

(2) 要做到理论密切联系实际，独立思考，发挥创造力，着眼于提高自己的实际能力。在教学与学习中应密切联系中小學生、场地、器材等客观实际，钻研教材，研究和改进教学方法，不断提高教学质