



高等师范院校教师教育系列教材

# 中学体育与健康教材分析

Middle School P.E. and Health Material Analysis

◎ 肖东君 编著

陕西师范大学出版社

高等师范院校教师教育系列教材

# 中学体育与健康教材分析

肖东君 编著

陕西师范大学出版社

图书代号:JC8N0867

图书在版编目(CIP)数据

中学体育与健康教材分析/肖东君编著. - 西安:陕西师范大学出版社,2008.12  
(高等师范院校教师教育系列教材)

ISBN 978-7-5613-4388-3

I. 中... II. 肖... III. ①体育课-教材-研究-师范大学-教材  
②体育课-教材-研究-中学③健康教育-教材-研究-师范大学-教材  
④健康教育-教材-研究-中学 IV. G633.962

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 161596 号

## 中学体育与健康教材分析

肖东君 编著

---

责任编辑 田均利  
责任校对 田均利  
装帧设计 雷青 吉人设计  
出版发行 陕西师范大学出版社  
社址 西安市陕西师大 120 信箱(邮政编码:710062)  
网 址 <http://www.snupg.com>  
经 销 新华书店  
印 刷 西安东江印务有限公司  
开 本 787mm×960mm 1/16  
印 张 17  
插 页 2  
字 数 276 千  
版 次 2008 年 12 月第 1 版  
印 次 2008 年 12 月第 1 次印刷  
书 号 ISBN 978-7-5613-4388-3  
定 价 30.00 元

---

电 话:(029)85303622(传真) 85307826

E-mail:jcc@snuph.com

## 内 容 简 介

本书根据《九年义务教育、全日制普通高级中学体育与健康(7~12 年级)的课程标准》目标体系的指导思想编写的,其主要内容有:中学体育教材的演变与发展趋势;中学体育与健康课程教材分析的基本理论知识;中学体育与健康教材分析。重点阐述了中学体育基本理论、田径、体操、武术、足球、篮球、排球、健美操、游泳和民族传统体育项目与地方教材的分析步骤和方法,并结合实践提供了教学范例,突出了本书的实践性、应用性、针对性和灵活性的特点。

## 编写说明

本书针对高等师范院校非教育类专业学生申请教育学专业第二学位的需要,在作者精心设计、查阅和搜集大量有关文献资料并总结相关教材的基础上,结合基础教育改革的成果编写而成。

笔者以通俗简明的语言,按照《九年义务教育、全日制普通高级中学体育与健康(7~12年级)的课程标准》的目标体系,教学大纲,根据中学生的生理和心理特点,系统地阐述了中学体育教材的演变与发展趋势,教材分析的理论与方法以及中学体育与健康各项教材分析的步骤并进行了范例分析。目的是让学生了解并熟悉中学体育与健康课程教材体系、教学大纲、教学目标的内容与要求,学习和掌握中学体育与健康课程教材的分析方法和思路,教学过程的实施,根据教材灵活选用教学方法与技巧,不断提高学习效果。为了便于学生有效地完成学习目标,本书在写作体例上进行了统一,每一章节的体例均以【内容提要】【学习指导】【正文】【本章小结】【思考练习】【阅读材料】为顺序完成的。

本书编写的基本结构和内容是:第一章 中学体育与健康教材分析概述;第二章 中学体育与健康教材分析的基本理论知识;第三章 中学体育与健康基本理论知识教材分析;第四章 中学田径运动教材分析;第五章 中学体操运动教材分析;第六章 中学武术运动教材分析;第七章 中学足球运动教材分析;第八章 中学篮球运动教材分析;第九章 中学排球运动教材分析;第十章 中学健美操运动教材分析;第十一章 中学游泳运动教材分析;第十二章 民族传统体育和野外活动教材分析。

本书用辩证唯物主义的思想对中学体育与健康教材分析进行了较系统的阐述,体现了体育的基本规律,突出了教学的实践性、应用性、针对性和灵活性特点。在此基础上应特别提出的是:(1)介绍了一些现代教育领域中的教学方法供大家选用,目的是改变传统的教学理念和方式,进行方法实验,百花齐放,提高教学质量。(2)根据教学的实际情况,在教材分析的基础上,灵活、科学地提出具体教学要求和建议,我们所列举的教学要求和建议是建

设性的, 仅供大家参考。(3) 由于篇幅所限, 有些章节内容没有明确划分初中和高中的概念而用中学生的概念, 所以在具体教材分析中希望认真地加以区别对待。(4) 因为中学体育与健康教学内容十分丰富, 本书范例分析内容不可能面面俱到, 只是参考示例, 旨在理解教材分析的内涵, 更好地实施教学过程。

本书不仅可作为高等师范院校(体育院校)非教育类专业学生申请教育学第二学位的专用教材, 而且也可作为教育类体育教育专业本科生的教学参考书, 同时还可以作为大中小学校体育教师进行教学的参考书和培训教材。

“中学体育与健康课程教材分析”是从“体育理论”和“学校体育学”中分离出来的一门独立的课程。它在教材体系上、内容上和理论与方法上还不够成熟, 愿和同行、专家、学者一起, 注意总结教材建设、教材分析和方法的应用经验并逐步完善。

本书在编写过程中, 广泛征求了有关专家的意见, 参阅并引用了各种专业基本理论教材、学科教材以及有关专著、编著和资料。在此, 对各位专家、作者表示衷心的感谢。

由于编者水平与经验有限, 加之时间较为紧迫, 书中肯定存在不妥之处和错误, 恳请各位专家、学者、读者给予批评指正。

编者

2008年3月于内蒙古师范大学

# 目 录

|                          |       |
|--------------------------|-------|
| 第一章 中学体育与健康教材概述          |       |
| 第一节 中学体育教材的概念            | (001) |
| 第二节 中学体育教材的演变与发展         | (002) |
| 第三节 中学体育与健康教材改革的发展趋势     | (009) |
| 第四节 中学体育与健康课程教材体系        | (012) |
| 第二章 中学体育与健康教材分析的基本理论知识   |       |
| 第一节 中学体育与健康教材分析的基本原则     | (020) |
| 第二节 中学体育与健康教材分析的基本程序     | (022) |
| 第三节 中学体育与健康教材分析的教学设计     | (025) |
| 第三章 中学体育与健康基本理论知识的教材分析   |       |
| 第一节 中学体育与健康基本理论知识教材分析的程序 | (039) |
| 第二节 中学体育与健康基本理论知识教材分析范例  | (041) |
| 第四章 中学田径运动教材分析           |       |
| 第一节 中学田径运动教材概述           | (057) |
| 第二节 中学田径运动教材分析的程序        | (058) |
| 第三节 中学田径运动教材分析范例         | (063) |
| 第五章 中学体操运动教材分析           |       |
| 第一节 中学体操运动教材概述           | (084) |
| 第二节 中学体操运动教材分析的程序        | (086) |
| 第三节 中学体操运动教材分析范例         | (092) |
| 第六章 中学武术运动教材分析           |       |
| 第一节 中学武术运动教材概述           | (122) |
| 第二节 中学武术运动教材分析的程序        | (124) |
| 第三节 中学武术运动教材分析范例         | (131) |
| 第七章 中学足球运动教材分析           |       |
| 第一节 中学足球运动教材概述           | (145) |
| 第二节 中学足球运动教材分析的程序        | (148) |
| 第三节 中学足球运动教材分析范例         | (154) |

## 第八章 中学篮球运动教材分析

- 第一节 中学篮球运动教材概述 ..... (168)
- 第二节 中学篮球运动教材分析的程序 ..... (171)
- 第三节 中学篮球运动教材分析范例.. ..... (176)

## 第九章 中学排球运动教材分析

- 第一节 中学排球运动教材概述 ..... (193)
- 第二节 中学排球运动教材分析的程序 ..... (195)
- 第三节 中学排球运动教材分析范例 ..... (200)

## 第十章 中学健美操运动教材分析

- 第一节 中学健美操运动教材概述 ..... (211)
- 第二节 中学健美操运动教材分析的程序 ..... (213)
- 第三节 中学健美操运动教材分析范例 ..... (216)

## 第十一章 中学游泳运动教材分析

- 第一节 中学游泳运动教材概述 ..... (223)
- 第二节 中学游泳运动教材分析的程序 ..... (224)
- 第三节 中学游泳运动教材分析范例.. ..... (227)

## 第十二章 民族传统体育和野外活动教材分析

- 第一节 民族传统体育概述 ..... (235)
- 第二节 民族传统体育教材分析 ..... (242)
- 第三节 民族传统体育项目 ..... (244)
- 第四节 野外活动的教材分析 ..... (250)

## 参考文献 ..... (262)

## 第一章 中学体育与健康教材概述

### [内容提要]

本章重点阐述了体育教材的概念, 中学体育教材的演变与发展过程; 对中学体育教材的发展趋势和教材体系进行了专门的详述。

### [学习指导]

1. 理解和掌握体育教材的概念的内涵与外延。
2. 了解中学体育教材的演变和发展历程。
3. 了解中学体育教材发展趋势, 学习和掌握中学体育与健康教材体系。
4. 在学习以上内容的基础上, 让学生全面了解中学体育与健康教材的基本特征和结构, 为教材分析奠定理论与知识的基础。

## 第一节 中学体育教材的概念

教材是组成教学过程的核心部分, 是教师教学和学生学习的依据, 也是完成教学任务, 达到课程目标的知识载体。因此, 正确理解教材的概念, 对准确分析中学体育与健康教材, 实现中学体育与健康课程的标准, 全面提高中学生的体育综合素质都是非常重要的。

在体育教育的实践中, 通常把体育教材和“教学内容”、“教学计划”、“教学大纲”等概念放在一起使用, 混淆了体育教材的概念。因而, 正确把握它们之间的关系, 对于准确理解体育教材的含义有着积极意义。

教学内容是体育教育过程的基本因素之一, 是教学过程中教师的教与学生的学的双边活动的中介, 体育教学内容是以教学计划、教学大纲、教材、素材等具体形式表现出来的知识、技能、价值观念及行为。教学计划是体育课程的体系结构, 是国家为保证培养人才的规格而作出关于学习目标和范围的文件, 一般规定教学科目、顺序、教学时数、学年编制和学周的安排。教学大纲是体育课程的纲要结构并以纲要的形式规定了教学内容的指导性文件。它包括课程的目的、任务、

内容、范围、体系、教学进度、时间安排以及对教学方法的要求等。教学大纲是编制教材的直接依据,是进行教学工作和考核教学效果的基本指南。教材是体育课程系统的知识内容,是根据教学大纲的要求,系统而简明地叙述教学内容的教学用书和辅助材料,是教学大纲的具体化。总体而言,它们之间既有内在的联系,又有本质的区别。

体育教材是一个较为广泛的概念,有广义和狭义之分。《教育大辞典(1990年版)》将教材定义“教师和学生据以进行教学的材料,教学的主要媒体。通常是按照课程标准或教学大纲的规定,分学科门类和年级顺序编辑为基础。”狭义的体育教材是根据体育与健康课程的性质、目的和任务,依照《体育与健康教学大纲》的内容进行编选和组织具有一定范围和深度的体育知识和技能体系。它一般用教科书的形式来具体反映。广义的体育教材是指使学生达到《体育与健康课程标准》所规定目标要求的内容载体,是教师教学和学生学习的主要工具和一切材料。它包括纸质教材(教科书、讲义、讲授提纲、参考书刊等);辅助教材(图表、教学影片、光盘、录音和录像磁带等);电子教材(CAI课件和各类多媒体教学软件等);其他介质教材(教学素材等)和课程资源转化而成的教材。

根据体育与健康课程的特征,从体育教学论的角度分析,体育教材应包括:(1)教材规定了学生应掌握的知识体系。教材作为学生应掌握的知识体系所包括的事实、概念、法则和理论。(2)教材规定了学生应掌握的技能体系。同体育知识紧密相关的、有助于提高学生身心健康的方法和在实践中运用各种运动技术的能力,培养终身体育锻炼的习惯。(3)教材规定了学生应培养的思想品德。教材直接或间接地包含了为奠定学生正确的世界观、伦理观、价值观、道德观等方面的认识、规范和知识。(4)根据教学内容的特点和学生的特点恰当地选择和运用教学媒体,优化教学效果,提高学生的体育意识,激发学习体育的动机和兴趣,增强社会适应能力,从而提高教学效果和教学效率等四个方面。

## 第二节 中学体育教材的演变与发展

体育课程与体育教材是同步发展的,是学校体育教育的核心部分。中国体育课程已经走过了一百多年的历程,体育教材也历经无数次的变革,总结体育教材演变与发展的历程,反映体育课程的价值取向,对体育与健康课程的改革和实践,对21世纪中学体育与健康教材的建设具有深刻的现实意义。

### 一、我国近代体育教材的演变与发展(1840年-1949年)

#### (一) 我国近代体育教材的引进时期(1840年-1902年)

从1840年鸦片战争以后,近代西方体育教育开始逐步传入我国,在我国的教

会学校、洋务学堂和新式学堂中，开始设置西方近代体操课程。教会学校的体操课程是作为西学课程开设的，主要是德国、日本的“兵式”体操、普通体操和一些运动性游戏的教材，教材的选择与编制是引进外国（欧美、日本）的。虽然具有极大的盲目模仿性特征，但它对我国近代体育教材的产生起到了积极地影响。洋务学堂虽然不属于普通教育范畴，但洋务学堂的体育课程所使用的教材增加了一些田径运动的项目，并把它们与“兵式”体操、普通体操组合成综合教材进行教学，更符合我国近代体育教育内容的特点。新式学堂是从资产阶级全面发展教育思想出发确定体育课程教材的，它对中国近代体育课程教材的产生，起到了非常重要的作用。因此，正是这些学校所开设的体操课程成为我国近代体育课程及教材的渊源，也为癸卯学制的体操课程的正式设立和选定教材，奠定了理论与实践的基础。

## （二）我国近代体育教材的产生时期（1903年—1911年）

1902年清政府颁布《钦定学堂章程（壬寅学制）》规定我国各级学堂设置体操课程，但未能实行。1904年1月清政府又颁布并开始实施《奏定学堂章程（癸卯学制）》。《奏定学堂章程》是中国教育史上第一个由国家正式颁布的近代教育学制，制订了中国近代史上最早由国家颁布的体操教学大纲，该大纲规定了我国各级学堂均设体操课程。当时体操教材是日本教材的译本，其主要内容是队列队形、游戏、普通体操和“兵式”体操。

## （三）我国近代体育教材的变革时期（1912年—1919年）

孙中山临时国民政府颁布了一些有关学校教育的法令，对清末的教育进行了重要的改革。这些法令总称为“壬子癸丑学制”。这时期学校体操课程基本教材沿袭了清末的体操课程的规定。体操教材以“兵式”体操为主，但增加了游泳、武术和适宜的户外运动项目，使体操课程的教材内容丰富了，教学内容安排的科学性有明显提高。例如，随着年级的增高，教材内容呈现出：适宜之游戏—加普通体操—时令游戏—加“兵式”体操（男）—户外运动或游泳（课内或课外）。同时还特别规定武术以合法的方式成为体育教材，这比清末体操教材有明显的发展。

## （四）我国近代体育教材的发展时期（1920年—1926年）

1922年9月，国民政府教育部召开学制会议，11月1日公布了《学校系统改革令》，1922年是壬戌年，被称为“壬戌学制”。该学制是以实用主义为指导思想，依照美国学制拟定的。次年9月公布了中小学课程标准纲要，完成了学制改革。这次教育改革的突出特点是学校教育从过去模仿日本，转为仿效美国，把体育课程的名称由体操科改为体育科。开始进行体育教材建设，废除了中小学“兵

式”体操，确立以田径、球类、游戏和体操等项目为主要教材。同时，根据中小学生的生理心理特点，生理卫生教材纳入初中体育科，高中体育教材包括了卫生法、健身法和其他运动三个方面，这样体育学习和生理卫生知识学习紧密结合起来，使体育教材趋向多样化，有利于提高学生体育学习的积极性。

1928年国民政府公布了“戊辰学制”，并在《体育课程标准》中规定中学以上进行军事训练。1933年教育部聘请国内体育专家编写中小学体育教材，至1936年编印出版24册《体育教授细目》。这一套中小学体育教科书是以美国和德国学校体育教材为蓝本编写的，是中国第一部较完整的中小学体育教科书。

### （五）我国近代体育教材的改革时期（1927 - 1949）

国民政府教育部于1929年、1932年、1936年、1940年（小学1942年）、1948年分别进行了五次课程标准的修订，其中，1948年的没有实施。1929年 - 1932年的课程标准称为《中小学体育暂行课程标准》，是我国历史上第一部以学科形式颁布的中、小学体育课程标准，也是国家正式颁布的课程文件，文件第一次把以往的体操科改为体育课。1932年 - 1936年对《课程标准》进行修改，并把《中小学体育暂行课程标准》改为《中小学体育课程标准》，开始着手进行了体育教材建设，首次提出教材大纲的概念，明确规定课内教材内容。课外教材分为课外运动、日常姿势比赛、定期运动会等。中学体育教材以“活动”（如游戏活动、韵律活动、野外活动等）分类，同时提出课外每天要有集体运动和个人自由活动的规定，使体育教材内容逐渐丰富多彩。如1936年小学教材有：游戏、韵律活动、体操、运动、其他等五类；中学教材有：体操、技巧运动、活泼器械运动、器械运动、田径、球类、天然活动（游泳、滑冰、远足、爬山、骑乘、摇船及其他等）、武术、舞蹈、游戏等。另外，1934年中央苏区编制了《少年游戏》和《少年体操》两本教材。

1936年 - 1940年的课程标准称为《中小学体育修正课程标准》，修正后减少了体育课的教学时数。中小学体育教材增加了军事训练教材，小学低年级增加了体育与音乐教材，每周180分钟。初中体育及童子军，每周4学时，规定课内外各为2学时，童子军另有课外训练教材1课时。1940年 - 1949年只修订了中学的课程标准，可称为《重新修正中小学体育课程标准》。它规定了早操或课间操，每日15分钟 - 20分钟，课外运动每周至少3小时。为适应战时需要，中学体育教材增加了训练生活上的基本技能内容；军事训练内容、军事看护和国防教育等内容。1942年国民政府教育部又组织人员编写了各种体育教材和体育参考书。1941年6月陕甘宁边区政府教育厅发行了凌云编写的《体育游戏教材》。

## 二、我国现代体育教材演变与发展（1949年—）

### （一）建国初期的体育教材建设（1949年—1953年）

在我国国民经济恢复时期，教育开始了根本的改革，但是当时还来不及编订体育教材。1950年8月中央人民政府教育部颁发的第一个《中学暂行教学计划草案》中有关体育的规定：“中学体育课每周2课时，教学内容主要包括集体操、体格检查和保健知识。体育课和课外活动应有合理划分，男女生的生理差异应当照顾的精神办理，并把体育课列为必修课”。1950年9月中央人民政府出版总署召开全国出版工作会议，确立了中小学教材必须全国统一供应的方针，同年12月1日宣布正式成立了人民教育出版社。1953年教育部有目的地组织专家翻译出版了前苏联多种体育书刊及十年制学校体育教学大纲。在此期间还举办了全国体育教师讲习会和教材建设培训班。北京市编订了中小学体育教材参考资料；东北地区编辑出版了五年一贯制《小学体育教材》；其他地区也编辑出版了许多供本地区中小学使用的体育教材。这标志着新中国成立后全国中小学教材建设工作的重大飞跃。

### （二）基本完成社会主义改造时期的体育教材建设（1954年—1957年）

1954年1月成立了人民体育出版社。同年国家体委颁发了《劳动卫国体育制度》，该制度规定了田径、体操等多种体育运动项目，通过锻炼发展身体，增强体质。当时学校把《劳卫制》规定的项目作为中小学体育教材。1954年经教育部和国家体委审定，东北体委编订出版了地区使用的《体育试用教材》，这套教材后来也被许多地区参考使用。1954年教育部在编订中小学各科教学大纲的同时，人民教育出版社开始建立体育教材编写组。编写组在总结新中国成立后各地区自编体育教材经验的基础上，以前苏联十年制学校体育大纲和苏区体育教材为蓝本，于1956年编写完成了我国第一部适合国情的、全国通用的《中小学体育教学大纲（草案）》。这套体育教学大纲规定：“根据中小学体育教育的目的、任务和我国实际情况提出了教材编选的全面性、科学性、实用性、健康性原则”。小学体育教材分为基本体操与游戏两大类，基本体操包括队列练习和体操队形练习的基本动作。把走和跑、跳跃、投掷、攀登和爬越、平衡等作为发展学生身体素质的练习内容；游戏按活动量大、中、小分类编排。中学体育教材包括基本教材和补充教材两部分，基本教材分为体操、田径、游戏三大项；补充教材应结合《劳卫制》内容进行体育教学和锻炼。为了认真贯彻体育教学大纲的精神和内容，教育部和地方教育主管部门举办了各种形式的培训。经过几年的不懈努力，我国共颁发全国通用的小学教学计划5套，中学教学计划7套。1957年人民体育出版社

根据大纲内容编辑出版了《小学体育教学参考书》、《中学体育教学参考书》，该套教师用书对学校体育教学工作的开展，对体育课教学质量的提高，产生了深远的影响。

### （三）全面建设社会主义时期的体育教材建设（1958年—1965年）

第一套《体育教学大纲》试行后，体育教学质量显著提高。但是，从1958年下半年开始，针对全国统一的教学计划、教学大纲和教材不适应我国实践需要这一由来已久的问题，有些教材已不适应学生身体发展的，体育教学大纲的内容难以继续贯彻执行。中共中央、国务院于1958年8月发布《关于教育事业管理权限下放问题的规定》，《规定》指出：“今后教育部和中央各主管部门组织编写通用基本教材、教科书，各地方根据因地制宜、因校制宜的原则……，领导学校进行修订补充，也可以自编教材和教科书。”各地区根据《规定》精神对基本教材和选用教材的比例作了适当调整，相应提高选用教材的比例，并按田径、体操、球类项目的技术体系进行分类与教学。先后在全国各地区编写了多种体育教材，比较有代表性的是全国九年一贯制的《军体教材》。1961年教育部组织专家重新修订了十年制《中小学体育教学大纲》，由人民体育出版社编辑出版了《小学体育教材》和《中学体育教材》。这套教材把体育教学大纲和体育教材合编为一本作为中小学体育教育的指导性文件。其主要内容及改进情况是小学体育教材有体操、田径、武术、游戏（包括球类）、体育基本知识五大项。中学体育教材分基本教材和选用教材，基本教材约占总授课时数的80%，包括体操、田径、武术、游戏、球类、体育基础知识五大项，选用教材有体操、田径、武术、游戏（球类）等，约占总授课时数的20%。这个时期的体育教材建设反映了“改进教学计划，抓紧教材建设，是中小学体育教育当前和长远的一项重要任务”的指导方针。

### （四）“文化大革命”时期的体育教材建设（1966年—1976年）

1966年开始的“文化大革命”否定了建国17年来我国体育教育正确的方针和政策，否定了各项中小学体育教学的成就，中小学体育教材建设工作陷入混乱状态，走入低谷。在“以政代体”、“以劳代体”和“以军代体”的极“左”思潮影响下，把体育课改为军体课，许多地方编制了军体课教材，教材中增加了大量军事训练内容，削减了体育基本教材内容，教材建设出现了无政府的混乱局面，使我国中小学体育教育事业受到严重破坏。

### （五）全面开创社会主义现代化建设新局面时期的体育教材建设（1977年—）

改革开放以来，我国中小学体育教材建设工作乘改革开放的劲风，总结建国30年的经验，经历三个发展阶段而实现了建设有中国特色的中小学体育教材体系的宏伟蓝图。

### 1. 拨乱反正、全面恢复体育教材阶段（1977年—1985年）

邓小平同志在1977年全国工作会议上敏锐地指出：“教育质量的提高，关键是教材。教材要反映出现代科学文化的先进水平，同时要符合我国的实践情况。……要组织一个很强的班子来编写大、中、小学教材。”根据邓小平同志的指示，1978年教育部制订并颁发了《全日制十年制中小学体育教学大纲（试行草案）》，并出版了《中小学体育教材（试用本）》，大纲和教材明确规定了中小学体育教材分为基本教材和选用教材。基本教材作为体育课的主要教材，其内容有体育基本知识（增加了卫生保健知识）、基本活动能力（走、跑、跳、投）、队列、基本体操、技巧、支撑跳跃、单杠和双杠、游泳、球类、武术项目。选用教材的内容可根据实际情况灵活选用，它占授课总时数的比例大幅度增加。这套大纲和教材在我国中小学校体育教材建设上具有划时代的意义。1983年广东第一套民间体育教科书的问世，为中小学体育教科书的编制开了先河，使体育教材趋向灵活化，并且丰富和发展了中小学体育教学的内容。

### 2. 初步发展体育教材阶段（1986年—1992年）

1985年颁布了《中共中央关于教育体制改革的决定》。1986年9月正式成立了全国中小学教材审定委员会，负责中小学教材的审定工作。1987年10月国家教委颁布了《全国中小学教材审定委员会工作章程》及《中小学教材审定标准》和《中小学教材送审办法》两个附件，为体育教科书编制多样化提供了保障。同年国家教委颁布了《中小学体育教学大纲》，它是九年义务教育体育教学大纲颁发前的过渡性大纲，大纲规定了小学体育教材分基本教材（理论部分：体育常识和实践部分：基本动作、游戏、唱游、田径、基本体操、技巧与器械体操、韵律活动、武术、小球类）和选用教材（自行选用）。中学体育教材分为基本教材（理论部分：体育基础知识和实践部分，实践部分是在小学教材内容基础上的提高）和选用教材，很多地方编制了地方性教材。1989年国家教委批准，根据不同地区的具体情况，编写不同的教材，即实行“一纲多本和多纲多本”的教材建设体制，全国许多地方相继开始编制中小学体育教科书。1992年国家正式颁发《九年义务教育全日制中小学体育教学大纲（试用）》，提出了要以“符合学生生理特征；适应学生心理特征；继承和发扬民族传统体育等”七条体育教材选编原则，采用综合分类方法进行教材分类，把原武术教材拓展为民族传统体育教材，比重有所提高。在《大纲》精神指导下，各地相继编写了具有不同风格、适用不同地方的体育教材，形成了多层次、多格局，共同探索和发展体育教材的良好形势。

### 3. 深化发展体育教材阶段（1993年—1999年）

1993年中共中央、国务院颁发《中国教育改革和发展纲要》为中小学体育教

材深入发展指明了方向。1996 年国家教委体卫艺司制定了《九年义务教育全日制中小学体育教学大纲》，并以此为依据，编制了全国统一的试用教材。如 1993 年 - 1996 年，列入国家教委推荐目录的体育教材就有六套。许多地区自编了地方性教材，如上海编制的《体育与保健学科课程标准》教材；浙江编制的《体育与保健教学指导纲要》教材；东北地区自编的《体育教材》等。这一时期的教材在内容分类上有所改变，如《九年义务教育全日制中小学体育教学大纲》，将教材分为通用教材和选用教材两部分，通用教材又分为理论和实践两部分。理论部分的内容是体育卫生保健基础常识，实践部分即身体锻炼内容，包括发展身体素质教材内容和运动项目学习内容。此时，中小学体育教材建设蓬勃发展，出现了多元化的趋势。

#### 4. 实验完善体育教材阶段（2000 年 - ）

2001 年 6 月教育部制订颁发了《基础教育课程改革纲要（试行）》。在《纲要》的指导下，研制了《中小学体育与健康课程标准（小学 1 - 6 年级、初高中 7 - 12 年级）的实验稿》。2001 年 9 月以过渡性《体育与健康教学大纲》和《体育与健康课程标准》在全国 38 个国家级实验区展开实验研究工作并颁布试用，这标志着第三套体育教学大纲和教材的实施。它的显著特点是将体育课程的名称改为体育与健康课程；把学习内容划分为运动技能、运动参与、身体健康、心理健康和社会适应五个学习领域；以目标统领学习内容，构建全新的国家、地方和学校三级体育教材体系。在全国统一教材的基础上，在继承、发展以往体育教材的前提下，各地方编制了相应的、多种版本的《体育与健康课程标准》的实验教科书。在这时期中小学体育与健康教材分为必修教材、限选教材、任选教材和综合社会实践能力。必修教材有体育与健康基础知识和实践教材，实践教材有基本运动能力、田径、体操、武术。限选教材有球类、韵律体操和舞蹈、游泳。任选教材：民族和民间传统体育项目、现代科学的健身方法、新兴体育项目、地方游戏及自编教材。这些教材体现了“以人为本”，“健康第一”，“素质教育”的指导思想，符合教育改革精神，反映了中小学体育教育的发展方向。

综上所述，我国体育教材的演变与发展从理念上分析，经历了体操 - 体育 - 体育与健康教材的变化过程；从形式上分析，表现出了课外 - 课内 - 课内外 - 社区相结合的教材变化过程；从价值功能上分析，体现了生物学 - 心理学 - 人文社会学的多元化教材变化过程；从发展上分析，呈现了拿来主义 - 民族主义（本土化） - 国际主义的融合教材变化过程。总之，体育教材建设与发展必然要受到国家政治、经济、文化、教育等社会因素的深刻影响和制约，也是社会发展的客观规律、学生身体生长和发育的规律、学生身心发展的规律、体育科学知识整体化

发展规律所决定的。

### 第三节 中学体育与健康教材改革的发展趋势

历经百年的体育教材的演变与发展,我国中学体育与健康教材从无到有,从模仿、照搬到逐步生成、完善,形成了具有中国特色的中学体育与健康教材体系。综观发展历程和现代社会进步对体育人才的要求,21世纪我国中学体育与健康教材体系的改革趋势朝着以下方向发展。

#### 一、体育与健康教材交融化的发展趋势

从体育教材建设的演进看:《癸卯学制》和《壬子癸丑学制》时期的体操教材完全是照抄日本的体操教材。《壬戌学制》时期的教材是以美国的教材为蓝本。《戊辰学制》时期教材是以美国和德国教材为蓝本编制的。建国初期是以苏联教材为蓝本。改革开放前是以苏联教材为蓝本的自编教材。从体育教材内容发展分析是:从游戏和“兵式”体操到普通体操、田径、球类和游戏的过程;从单纯的体育运动项目学习到体育基本知识和技能相结合的过程;从体育到体育与健康教育内容的整合的过程;从知识技能学习到思想教育和能力培养相结合的过程。改革开放后,我们不断吸收外国先进的教育理念,如快乐体育、终身体育、成功体育、健康体育及全面发展教育等体育思想,把以竞技运动项目分类的教材体系转变成以目标领域划分的教材体系。进入21世纪以后,体育教材内容的民族传统体育文化与世界体育文化的交融化趋向更加明显。在《中学体育与健康课程教学大纲》中明确规定了教材内容的选择要在继承优秀民族传统体育文化的基础上,把现代体育文化渗透在教材之中,充分反映了自然科学、社会科学与人文科学知识的整合。使体育与健康教材的继承性、综合性和实用性得到具体的体现。

#### 二、体育与健康教材的系列化发展趋势

中学体育与健康教材的系列化是指教材形成了以教科书为主,以辅助教材、电子教材和教学素材以及课程资源等为辅的教材系列。以前体育课程只使用教科书的内容向学生传授体育知识和技能,不管学生的需求。进入21世纪,随着体育与健康课程研究的深入和体育与健康课程标准(实验稿)的颁布,体育教科书编制出现了繁荣的局面。从教科书内容、形式到结构都发生了质的变化,内容更加贴近学生实际,形式更加符合学生的学习心理,结构更加科学合理,真正实现了由教材向学材的转变,由教法向学法的转变。但是体育系列教材(如多媒体教