

山东省基础教育新课程
教师远程研修丛书

高中体育

(2009)

王绍谦 朱秀水 主编

Shandongsheng

Jichujiaoyu Xinkecheng

Jiaoshi Yuancheng Yanxiu Congshu

山东教育出版社

高中体育

(2009)

Shandongsheng

Jichujiaoyu Xinkecheng

Jiaoshi Yuancheng Yanxiu Congshu

山东教育出版社

图书在版编目(CIP)数据

山东省基础教育新课程教师远程研修丛书. 2009. 高中体育/张志勇主编. —济南:山东教育出版社, 2009
ISBN 978-7-5328-6550-5

I. 山… II. 张… III. 体育课—教学研究—高中
IV. G633

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 205553 号

山东省基础教育新课程教师远程研修丛书

高中体育(2009)

主 管: 山东出版集团

出版者: 山东教育出版社

(济南市纬一路 321 号 邮编:250001)

电 话: (0531)82092663 传真: (0531)82092661

网 址: <http://www.sjs.com.cn>

发行者: 山东教育出版社

印 刷: 山东临沂新华印刷集团有限公司

版 次: 2010 年 4 月第 1 版第 1 次印刷

规 格: 787mm × 1092mm 16 开本

印 张: 12.75 印张

字 数: 184 千字

书 号: ISBN 978-7-5328-6550-5

定 价: 19.80 元

(如印装质量有问题,请与印刷单位联系调换)

(电话:0539-2925659)

丛书编委会名单

主 任:张志勇

副主任:牟树勋 孙 玲 关延平 王景华 蒋敦杰

委 员:王培岭 张福建 高洪德 王玉起 王义君

尹玉法 安云云 刘加庚 刘应新 刘福兴

刘 伟 吕 玲 李云凌 宋作新 张锡科

孟昭亮 杨庆东 胡晓卉 袁洪升 曹红旗

本书编委会

顾问 季 浏

主 编 王绍谦 朱秀水

编 委 (按姓氏笔画为序)

王绍谦 王建军 孙红霞 朱秀水 李作华

宋传福 俞文东 袁著水 黄 巍 彭荣建

山东省基础教育新课程教师远程研修丛书

与新课程一起成长

——寄语 2009 年暑期山东省教师远程研修^①(代序)

2009 年的远程研修大幕就要徐徐拉开了! 在这里,我想就 2009 年的远程研修与老师们交流一些思想和想法,并与大家共勉。

一、分享远程研修“盛宴”:你准备好了吗?

在山东教育史上必将留下一笔的 2008 年 10 万高中教师全员大培训,给广大教师带来的“心灵震撼”似乎还没有散去,2009 年的远程研修又来到了我们的面前。

如果说,2008 年的“远程研修”让广大高中教师度过了一个激情四溢的“七月”,那么,2009 年的远程研修必将又是一个引领高中教师、初中教师专业发展的“盛宴”。

2009 年,这场“盛宴”将会让老师们分享到什么?

我想,2009 年的远程研修,与 2008 年相比,将有以下不同:

培训内容从课程标准培训为主转入模块教学培训为主;

培训资源的开发从去年的引进到今年的自主开发;

培训平台更加富有人性化;

培训团队的组建更加关注一线优秀教师参与;

培训要求从对量的关注到更加关注质;

培训成果从关注每位老师的进步到关注优质资源的集成。

这样一场研修“大餐”,你准备好了吗?

你对这次模块教学培训有什么期望?

你反思过自己的教育教学思想吗?

你想就自己的教育教学思想与别人进行交流与探讨吗?

你对自己教学中的困惑有什么梳理吗?

你想建立属于老师们自己的学习与发展社区吗? 我们期望大家能够通

^① 本文是山东省教育厅副厅长张志勇同志在我省 2009 年暑期教师远程研修的大幕即将拉开之际,于 7 月 12 日写给老师们的寄语。经作者本人修改后,作为本丛书的序言。

过远程研修,以“求其同声”的方式,建立属于老师们自己的专业发展团队
.....

我想,老师们对于参与这次远程研修的准备,不仅是时间的准备、设备的准备、技术能力的准备,更重要的是相关专业发展基础的准备。

机遇是给有准备的人提供的。同样,远程研修的效果如何,自己在这场远程研修“盛宴”中能分享到什么?能分享多少?同样取决于自己相关专业准备的程度。

二、从“释放生命激情”到“与新课程一起成长”

2008 年高中教师远程研修的主题是:释放 10 万高中教师的生命激情。为什么要确立这样的主题?

多年来,我们搞了很多的培训。本来,在终身学习时代,学习、培训、研修,对于每一位教师来讲,应该是一种幸福的事情。可是,让我们这些教师教育管理者非常尴尬的是:教师们一般而言,并不喜欢这样的培训。有时,不但不喜欢,甚至对这些培训表示强烈的反感。这到底为什么?

我觉得,这除了培训的内容陈旧、教学方式单调之外,不能不说与培训内容过于功利,与升学关系太直接有关;不能不说与培训中专家占据话语霸权,学员不能进行有效参与和互动交流有关;不能不说培训不能有效地引发和释放教师的生命激情有关。在这种背景下,2008 年的远程研修,我们并没有直接定位于新课程如何实施,新课程标准如何解读上,而是主张通过远程研修,让广大教师能够就自己对教育的感悟进行交流,能够说说自己教育中的苦和乐,能够谈谈自己心目中理想的教育是什么?能够就自己的思想和观点畅所欲言,能够就某些自己感兴趣的问题进行交流,能够形成一个交流思想、分享智慧的“场”……大家都被这个“场”所吸引,并能从这个“场”中获得自己对教育的感悟!

2008 年的远程研修,同时在线的教师最高时达 48000 多人。大家想想,48000 多人在你看不见的网络终端上学习,这是一个多么神奇的情境!老师们为什么喜欢 2008 年的远程研修?说到底,就是由这 48000 多个网络终端组成的“学习场”吸引着大家:他们在干什么?他们提供的智慧和思想是什么?他们能让我分享到什么?他们破解了什么样的教育秘密?……

沉浸其中之后,你才能体会到这种“场”的魅力,你才能体会到与那些看不到的人交流和分享智慧的幸福……

由此,我们主张通过远程研修把教师们的教育激情、生命激情激发出来,有了这个,才有广大教师教育良知的唤醒。

经过一年多上上下下的共同努力,我省的教育环境正在发生深刻的变化。我们可以说,这种积极变化正在为省基础教育的课程改革创造越来越好的环境和条件。

当然,我知道,现实的教育中还有很多无奈,甚至有些地方还存在许多问题……大家能够及时反映这些问题,能够对这些问题提出自己的意见和建议,正说明广大老师的教育良知正在觉醒。同时,我们也必须承认,我们正迎来新课程实施的良好环境,推进新课程的真正实施正在成为我省实施素质教育的首要任务。由此,我一直在思考今年的培训,我们要做些什么?我认为,应该引领广大教师从教育的苦闷与彷徨中走出来,走进自觉改造自己的教育教学实践,自觉实施新课程上来。

世界上许多国家差不多 10 年就进行一次课程改革。

回首我国这次始于 2001 年的课程改革,转眼间已过去了七八年时光,其成效如何?我们不能不说,由于新课程实施的环境和条件不甚具备,新课程的实施从实践层面上看不甚理想,甚至很不理想。这主要是由于片面追求升学率,课程改革的理念很难在教育教学实践中得到有效贯彻。

不能不说,自国家启动新课程改革以来,广大教师经过通识培训、课程标准培训、教材培训,新课程的理念掌握了不少,但由于新课程实施的环境不具备,新课程在实践层面上并没有得到真正实施,或者说,广大中小学教师的新课程实施能力并没有在实践中形成。我们需要通过远程研修引领广大教师把新课程理念转化为新课程的实践能力。因此,我们把今年的远程研修主题定位于:与新课程一起成长。

三、深化课程改革急切呼唤新课程实践能力的生成

成长,是一个非常富有诱惑力的词汇!在远程研修中,我们希望能听到老师们新课程能力生成中“拔节”的声音!

新课程能力生成的关键点在何处?

新课程最重要的理念是以人为本,以促进学生的发展为本。这个理念,在每个学科的教育教学实践中如何理解?如何实施?如何体现?今天,由于深受应试教育的桎梏,有不少老师在教育教学中,只管“教书”,不顾“育人”。从教育理智上讲,大家都知道这种做法不对,那如何改变这种局面?改变这种局面,尊重学生,激发学生,关爱学生……真的会影响学生的考试成绩,甚至升学吗?

新课程非常强调教师不是教教材的,而是用教材教的。这个理念是对过去学科本位、知识本位、教材本位的课程观的革命。在每个学科的教育教

学实践中,如何体现用教材教,而不是教教材?这里必然有一个依据学科课程标准,对教材资源的重新组合、整合、引进与选择的问题,有一个在教材资源开发与整合的基础上,对教材内容的重新组合问题,有一个重新定位教材内容的问题。这个问题,在规范学科课时的前提下,显得尤为重要。

为了满足学生个性发展的需要,新课程非常强调学生对课程的选择性。老师们需要不断提高自己的课程开发能力,走出一条“学科加特长”的专业发展之路。

新课程强调知识与能力的教育。知识教育与能力培养的关系是什么?在你的学科教学中,如何才能促使学生把知识转化为能力?

新课程非常强调情感、态度、价值观的教育。这里,情感、价值观教育与知识的传授、能力的培养是什么关系?情感、态度、价值观教育靠灌输行吗?

新课程非常强调过程与方法的统一。这里的“过程”与“方法”如何理解?“过程”与“方法”的教育如何实施?

新课程非常强调教学方式的变革。你是如何认识和实践自主学习、合作学习、探究学习的?把节假日、双休日、晚自习还给学生之后,你在教学中是如何处理学生课内学习与课外学习的关系的?现在,有不少学生认为,节假日、双休日、晚自习作业过多?你如何认识和处理好这个问题?

新课程非常强调教师的专业发展。在这里,教师的教学反思能力特别关键,你经常进行教学反思吗?教学反思对你的专业发展有帮助吗?如何才能进一步搞好教学反思?

.....

对于上述种种问题,我们希望通过 2009 年的远程研修,老师们的新课程能力能得到有效提升。

四、远程研修与新课程能力的有效建构

广大教师通过远程研修建构新课程实践能力的有效方式是什么?我们希望:

努力学习——广大教师认真学习全国优秀专家团队为 2009 远程研修专门开发的视频课程资源。

同伴研讨——广大教师结合自己的教育教学实践,就视频课程资源提供的思想、观点、案例、策略等问题,深入进行同伴交流。

实践反思——广大教师结合自己的教育教学实践,进行系统的深刻的反思与总结。

学习借鉴——广大教师能够认真学习和借鉴专家团队和同行提供的优

秀教学案例。

多元对话——广大教师能够就自己教育教学实践中遇到的困惑或问题与专家、与同伴进行深入的互动交流。

团队成长——广大教师能够在远程研修中发现、结识志同道合的朋友，借助山东教师教育网形成自己日常的专业研修团队。

.....

广大教师如何才能从对新课程的认识走向生动的新课程实践？

请看 2008 年暑期远程研修即将结束时，一位教师给我的留言：

“尊敬的张厅长：暑期培训我确实学到了很多，专家讲得很到位，指导老师更是辛苦。培训也即将结束。我的问题是我还是不知道怎么去做。道理我们都懂，然后哪？如何操作？我们教学怎样才能符合要求？迷茫中。”

认识永远不会自动转化为实践。认识向实践的转化有三个关键因素：

一是科学的认知。不把握新课程的真谛，永远不可能有对新课程的科学实践。

二是反复的实践。不实践，对新课程的认识永远不会变为生动的现实。所谓“操千曲而后晓声，观千剑而后识器”。

三是深入的反思。不反思，永远不会走进新课程的必然王国。

在这里，我把北宋诗人王令的一首诗《春晚》送给大家：

三月残花落更开，小檐日日燕飞来。子规夜半犹啼血，不信东风唤不回。

祝愿 2009 年的远程研修更加精彩、更加圆满、更加成功！

山东省教育厅副厅长 张志勇

2009 年 7 月 12 日

目 录

与新课程一起成长(代序) /1

上 篇

第一章 理论研修

- 一、四个敏感话题 /3
- 二、高中体育与健康课程选项与模块教学 /8
- 三、高中体育与健康课程选项与模块教学计划的制定 /10
- 四、明确《体育与健康课程标准》“目标引领内容”框架 /13
- 五、将课程目标体现在高中选项教学之中 /17
- 六、“以学生发展为中心”课程理念的提出和表现 /20
- 七、体育学习的评价 /26
- 八、为什么课堂学习目标既要可操作又不能面面俱到 /30
- 九、如何设计课堂学习内容 /32
- 十、高中体育与健康课堂教学采用什么样的学习方式 /33

第二章 主题研讨

- 一、“健康第一”指导思想下的运动技能教学 /37
- 二、高中体育与健康课程的选项与模块教学 /44
- 三、目标引领内容 /52
- 四、“以学生发展为中心”课程理念 /57
- 五、学习评价新体系及其实施 /67
- 六、课堂教学 /82

第三章 课程设计案例选登

- 一、“健康第一”指导思想下的运动技能教学 /90
- 二、高中体育与健康课程的选项与模块教学 /95
- 三、目标引领内容的意义与实践 /100
- 四、“以学生发展为中心”课程理念下的体育教学 /106

五、学习评价新体系及其实施 /113

六、课堂教学要点分析 /122

七、模块教学计划设计 /124

八、课时计划设计 /128

下 篇

第四章 研修视频课点评案例

一、学员点评案例 /137

二、省内专家点评案例 /142

第五章 研修实录

一、问题探讨 /153

二、平台释疑 /155

三、思想碰撞 /157

四、作业荟萃 /160

第六章 未来行动

一、认真抓好课堂教学 /186

二、突出教研活动的重要地位 /188

三、加强体育教师队伍建设,全面提升教师素质 /188

四、加强学校管理,规范体育办学行为 /189

五、努力做到学校体育与社区体育相结合 /190

后 记 /191



上 篇



第一章 理论研修

第二章 主题研讨

第三章 课程设计方案选登

第一章

理论研修

一、四个敏感话题

(一) 体育与健康教学是否淡化了运动技能

1. 新体育课程高度重视运动技能的教学

新体育课程高度重视运动技术和技能教学,《普通高中体育与健康课程标准》中明确指出:“体育与健康课程以身体练习为主要手段,以体育与健康知识、技能和方法为主要学习内容,以增进学生的健康为主要目的。”这是《课程标准》对体育与健康课程性质的一个定位,也明确地强调了体育与健康是以身体练习为主要手段的课程。身体练习包括体能的练习和运动技术、技能的练习,强调以体育与健康知识、技能和方法为主要学习内容。

2. 淡化运动技术观点的由来

早在 20 世纪 80 年代初就有学者提出体育就是体质教育,要对运动技术给予淡化的观点。闲暇体育、托罗普斯理论、淡化运动技能等理论在体育教育实施中都有过一定的影响,这些理论是在特定历史背景下提出来的,有一定的合理性。应该说淡化什么东西,就是因为其过浓,以前过分地强调了运动技术,过分地以运动技术教学为中心而忽视其他,所以才有人强调要“淡化运动技术”。技术教学应该要有一个“度”的问题,淡化运动技术,不等于不要运动技术。

3. 体育教学中不要过分强调运动技术的细节

新课程提出了不要过多地强调运动技术教学的细节,而不等同于淡化技术。传统运动技术的教学主要是在教学过程中间过多地运用了传统的体育理论教科书里面讲的一些教学方法。例如,完整法和分解法,把一个完整动作分解成几个组成部分,一部分一部分分开来教,最后再组合起来教。这种教学方法非常重视技术本身,而忽略了这个技术学习过程所能给学生带

来的发展。

4. 非竞技性运动项目中的技术也是技术

课程改革主张引进各种运动项目。例如,中华民族传统运动项目中的广西的跳竹竿、东北的大秧歌、朝鲜族的荡秋千等,这些项目虽然不是竞技运动项目,但仍然有技能要求和技术要求,需要认真练习才能掌握。

5. 运动技术的教学内容要与学生的生活实际相联系

要求学生学会健身、学会学习、学会评价,甚至学生在实践中能够组织比赛、组建体育社团,这些都是方法内容上的拓展。例如,在生活中疾跑不仅仅只有直线跑,还有弯道跑、折线跑、跨越障碍跑等多种方式。因此,运动技术也应该要与学生的生活结合起来,要能够为学生的生活服务,这样学到的技术才能学以致用。

6. 掌握一项或几项运动技术,形成对所学运动项目的兴趣和爱好

传统体育教学技术学得太多、太杂,选项教学 18 个课时一个模块,集中学习一个项目,学生集中精力把某一运动技术学会、学精,使其形成稳定的爱好。就技能本身说起来,形成稳定爱好所掌握的系统性的技术肯定比学习很多零零碎碎的技术要好,系统的认知会促进学生的兴趣和身心发展的提高。在新课程实施过程中,运动技能不仅仅是目标,也是一个载体,通过这个载体来为学生的全面发展服务。

7. 摒弃“以运动技术为中心”的教学观念

体育与健康教学要贯穿发展和运动两条主线,身体发展、心理发展、社会适应是健康主线或者说是发展主线,它必须要有一个基础,这个基础就是运动主线,即运动技能和运动参与。如果以运动做主线,忘掉了发展主线,学生的发展就易产生片面性。反之,把发展主线完全作为一个单一的主线,忘掉了运动技术的载体,体育课就不是体育与健康课。只有把两者结合起来,才是一堂好的体育课,才是符合课程理念的体育课。

总之,高中体育与健康新课程不但没有淡化运动技术的教学,从某种程度上来讲还强化了运动技术和技能的教学。体育与健康新课程要重视运动技术技能教学,挖掘和提升教学内涵,很好地运用运动技术和运动技能这样的手段和方法,使运动技术、运动技能学习更具意义、更有价值,达到增进学生的健康、促进学生的全面发展的目标,实现体育与健康课程的教育功能。

(二) 体育与健康新课程是否淡化了竞技运动

1. 新体育课程高度重视竞技运动项目教材化

《课程标准》明确提出了关于球类运动、体操类运动、田径类运动、水上

和冰雪类运动、民族民间体育类运动、新兴类运动的学习目标和内容框架,这几个运动系列里面许多内容就是竞技运动项目。新体育课程反对的是体育课程的竞技化,而不是竞技运动本身,竞技运动项目依然是体育与健康课程教学的重要内容和形式,竞赛依然被用作重要的教学手段。

2. 体育教学与竞技运动训练的区别

竞技运动是一种具有规则性、竞争性、挑战性、娱乐性和不确定性的身体活动。竞技运动训练和体育教学培养人的目标是不一样的,竞技运动训练是为了运动员赛出好成绩,比出好名次;体育教学是为了促进学生身心协调发展,成为社会有用人才。

3. 选择更有价值的竞技运动项目及其内容进行学习

传承体育文化不是传承体育文化的全部,学校体育教育永远不可能承担起传承体育全部文化的任务。体育文化包罗万象、博大精深,体育运动项目众多,仅利用体育教学是无法完成这一巨大任务的。在新课程的背景下,目标引领内容的框架要求教师可以自主选择有价值的内容进入体育课堂。因此,我们在体育教学中应该选择有价值的、学生易于接受的、学生喜欢的、对学生的体育学习有所帮助的运动技术。

4. 竞技运动的教学要树立“健康第一”的指导思想

体育教学一定要树立“健康第一”的指导思想。体育与健康教学不能有竞技化倾向,如果像训练运动员一样,普通学生吃不消,学生也会不喜欢。

总之,新体育课程没有淡化竞技运动,更没有说要把竞技运动赶出学校的运动场。新体育课程强调的是淡化竞技运动的训练教学色彩,不能完全照搬训练运动员的那种手段和方法,特别要重视的是,竞技运动应该要为增进学生的健康服务。

(三) 如何培养学生的运动兴趣

1. 培养学生的运动兴趣非常重要

因为运动可以活跃身心、放松自己,所以学生对体育应该是非常感兴趣的。高中阶段要重点培养学生的直接兴趣和间接兴趣,这对学生掌握运动技能非常重要。只有学生对运动产生了兴趣,养成了良好的锻炼习惯,他们将来才能永远喜欢体育。

2. “放羊式”教学不能培养学生的兴趣

新课程提出体育教学要尊重学生的爱好特长,因此,在高中阶段体育教学采用的是选项教学的形式。在实际教学中,个别教师对教学的组织形式及教学方法的理解出现偏差,他们认为既然要尊重学生的兴趣,学生上课想