

阳光体育运动 与休闲体育

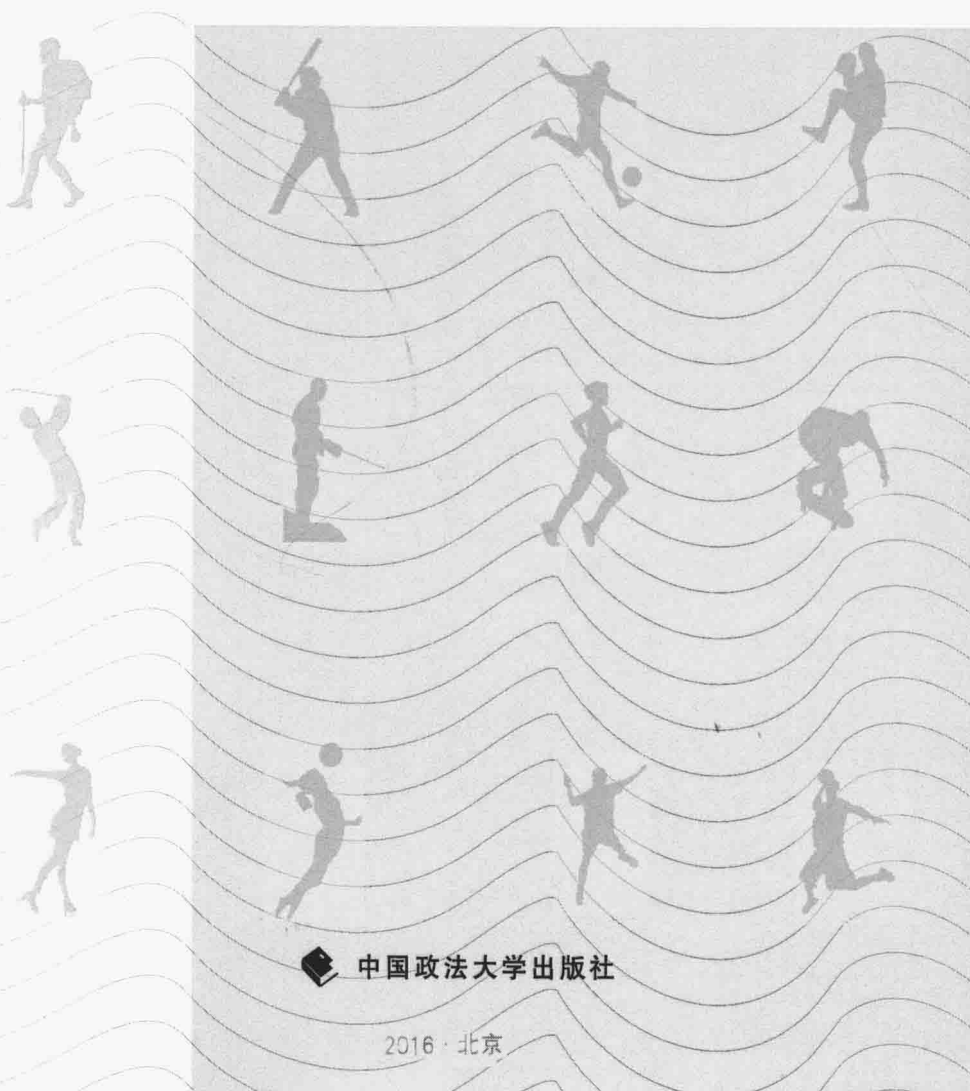
常丹丹◎著



中国政法大学出版社

阳光体育运动 与休闲体育

常丹丹◎著



中国政法大学出版社

2016 · 北京

- 声 明
1. 版权所有，侵权必究。
 2. 如有缺页、倒装问题，由出版社负责退换。

图书在版编目（C I P）数据

阳光体育运动与休闲体育/常丹丹著. —北京:中国政法大学出版社, 2016. 3
ISBN 978-7-5620-6753-5

I. ①阳… II. ①常… III. ①群众体育—研究—中国 IV. ①G812.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 069284 号

出 版 者	中国政法大学出版社
地 址	北京市海淀区西土城路 25 号
邮寄地址	北京 100088 信箱 8034 分箱 邮编 100088
网 址	http://www.cuplpress.com (网络实名: 中国政法大学出版社)
电 话	010-58908586 (编辑部) 58908334 (邮购部)
编辑邮箱	zhengfadch@126.com
承 印	固安华明印业有限公司
开 本	880mm×1230mm 1/32
印 张	3.75
字 数	90 千字
版 次	2016 年 3 月第 1 版
印 次	2016 年 3 月第 1 次印刷
定 价	18.00 元

内容提要

随着现代社会的发展，阳光体育运动的发展日新月异，本书主要研究阳光体育运动与休闲体育。阳光体育运动与休闲体育需要有思维创新与思维创新的应用，本书理论联系实际，通过一定的理论分析，对阳光体育运动和休闲体育理论有了一定的发展探索。



前言

为适应未来知识经济的发展，培养和造就富有创新精神和实践能力的高素质人才，我们必须转变教育观念，树立创新思想，调动体育运动的主体性，挖掘他们的学习潜能，使每个学生的良好个性都得到全面张扬，使他们的创造思维得到发展，从而培养一大批高素质，具有创新意识、创新精神、实践能力和创造能力的人才。限于水平，不足之处，欢迎批评指正。

目 录

CONTENTS

内容提要	1
前 言	2
第一章 绪 论	1
第一节 休闲体育质量与思维创新	3
第二节 体育课堂创新与情知教学	11
第三节 社会体育产业与教学创新	17
第二章 休闲体育教学管理氛围与创新模式	23
第一节 体育课堂氛围调整与效率提升	25
第二节 高校公共体育课教学	29
第三节 体育教育与人类需要	41
第三章 全面拓展教育教学思维	49
第一节 体育教学思路与教学模式	51
第二节 思维创新与素质教育	65
第三节 现代体育课堂教学重在创新	73



第四章 阳光体育运动教学方法创新与训练

管理	79
第一节 新课程标准下体育教学训练管理	81
第二节 体育教学中创新思维法的应用	91
第三节 体育教学中小组创新模式	96
参考文献	110

第一章 绪 论



第一节 休闲体育质量与思维创新

第二节 体育课堂创新与情知教学

第三节 社会体育产业与教学创新

第一节 休闲体育质量与思维创新

学校体育学课程的主要特色及创新点是建立高水平教师团队——“显合力”，为提高教学质量奠定坚实基础。要发挥广大教师的创新潜力和积极性，形成良好的教学创新氛围与创新环境。同时，应积极鼓励广大教师在教学过程中进行研究，形成高质量课程教研相彼长。特别是要带动一批年轻的教学骨干，把教学探索与学校体育学实验相结合，从而教学形成研究成果，而后通过召开专题研究会议的形式，通过教学讨论与辩论、教学实习观摩、多媒体教学等多样化的教学方法，形成教学的创新支柱，为全面改善教学提供基础依据。

一、当前我国学校体育学教学概述

在体育课中，教育者应有意识地转换教师和学生角色。特别是在“以人为本”的新课程教学理念下，教师普遍树立了“学生发展第一”的意识，把“怎样才能把学生教好”，“我用什么方法才能使学生愉快、扎实地学好、练好，让学生喜欢体育，同时更喜欢上体育课”作为教好体育课的首要任务。

首先，自主学习是强调学生是学习的主体，提倡学生参与确定目标、把握学习进度和目标达成的评价体系。课堂上，学生可以大胆质疑；活动中，学生可以“自作主张”；谈话时，学生可以提出批评，从而使学生在游戏中学会游戏。教师则应积极引导，开启学生思维的闸门，使学生得以充分发展。这里的“自主”就是要多给学生一点自由的空间，让学生在“自作主张”与“任性”上得到心理与生理的满足，而不是始终在教师指导与安排的阴

影下学习与锻炼。

其次，合作教学是指教学过程中，为达到某一教学活动的预期目标，教师与学生之间、学生与学生之间，应通过彼此协调的活动，实现互动式、交流式的合作学习。它为不同层次的学生提供了参与学习、体验成功的机会。合作教学也是学生适应社会、适应生活的一种有效的教学方式，能使学生走出“以自我为中心”的局限心理。

最后，创新是在体育教学中，体育教师要注重培养学生的创新精神，在课堂学习中，要引导学生多涉猎、广积累、勤练习。这样做才能培养学生的好习惯，扩展学生的知识面，使学生认知能力不断提高。特别是在进行新知识的学习过程中，更要注意通过引导和创造丰富的教学环境来激发学生的学习兴趣，充分调动学生学习的积极性、主动性，欢迎学生从参评一个新动作起就“七嘴八舌”，广发议论。这样不仅能调动学生学习体育新知识的积极性和兴趣，更能提高学生鉴别所学知识的能力，帮



助学生很快地建立起学习兴趣。以往的传统体育教学是教育者有目的、有计划、有组织地对受教育者进行影响,进行知识的传授,使其达到教育者预期目的的活动。“课改”所倡导的自主、合作、创新的学习方式,改变了过去以局限的内容直接确定学习目标的模式,而是在确定目标与学生掌握的基础上,确认和选择达到目标的最佳内容与途径。

学校体育学是体育教育专业的主干课程,是培养各级体育教师组织与实施学校体育工作所必须开设的一门专业基础理论课程。教学方法改革是教学改革的主要内容之一,是一项较为复杂的系统工程。改革开放后,我国科技方针、政策为体育科技发展提供了良好的社会环境。这促使体育科研机构、科技人员数量快速上升、体育科技学术活动日渐频繁、体育科技与运动训练相结合的程度提高,体育科技出现了科学大发展、理论大繁荣、技术大进步的局面。但从科学、社会学的角度看,目前体育学还没有达到较高的层次和高度,这说明我国体

育科学的研究还需要加强。

二、学校体育学的教学创新研究

学校体育学的改革创新已经成为社会广泛关注的重要课题。一些群众性运动项目的广泛普及,以及健身运动的快速发展,都随着社会经济的快速发展得以突飞猛进。面对教育的发展趋势和现代社会对人才的要求,作为素质教育重要内容的创新教育已愈来愈成为人们关注的热点,教学改革已经渗透到各学科的各环节中。体育学科作为学校教育的一个重要组成部分,也在探索教学的创新。实施素质教育是解决这一矛盾的良好途径,这也使实施素质教育过程中的教学问题成了研究的热点。

三、以提高教学质量为目标开展学校体育学的创新实践

实践证明,体育教育专业学生只有牢固地掌握

学校体育工作的基本理论、基础知识和基本技能，才能提高自身开展学校体育工作的能力。因此，必须重视在学校体育学的教学中进行教学方法改革，不断提高课程的教学质量。在教学创新实践中，要通过创建高水平的教师团队，形成良好的教学环境，为提高教学质量奠定坚实基础。要发挥广大教师的创新潜力和积极性，形成良好的教学创新氛围与创新环境。通过政治思想动员，开展丰富多彩的教学观摩活动，加强对教学过程的评比和监督，开展各种形式多样的教学比赛活动，形成一定的教学热点，促进竞争。同时，要积极鼓励广大教师在教学过程中进行研究，形成高质量课程教研相彼长，特别是要带动一批年轻的教学骨干，把教学探索相结合形成研究成果。在教学过程中应奖励创新，其中，行政手段的作用不可忽视，对于教研创新必须通过一定的奖励措施予以激励。通过召开专题研究会议，以教学讨论与辩论、教学实习观摩、多媒体教学等多样化的教学方法体系，形成教学的创新支

柱，为全面改善教学提供基础依据。一个很重要的方面是，要把握教学方法改革的基本环节，充分认识教学改革。随着教学改革的不断深化发展，人们开始普遍认识到，陈旧的教学方法培养不了创新人才。教学方法的改革，目前仍未取得根本性的突破，不少教师还是习惯于“一支粉笔教学”。这样的教学方式，无疑是远远不够的，因此，必须加强教学方式的创新。

四、学校体育学今后面临的改革方向

在课堂上，全面改善体育科技环境，加大体育科研投入，提高科技训练水平，促进教学环境的全面改良，以一流的训练条件实现体育教学水平的提升和体育教学质量的提高。同时，加强科学研究，可以把一些研究成果提交有关部门进行审核，或者形成建议提交给政府机关部门，从而成为这些部门制定相关政策的依据，为学校体育学的改革提供政策支持与经济扶持。坚持先进的教育思想理念，面

向全体学生，开发课程资源、健全课程体系、突出特色教学，实行“以人为本”的教学方式，创新教法、强化管理监督机制、实现课内外一体化教学、综合提升学科建设，是遏制学生体质下降的有效途径。另外，进行内部管理体制改革，创造条件，利用机遇推动教学改革也十分重要。为达成学科建设的目标，应努力提高体育师范学生的培养质量，努力打造培养优秀教师的良好的的人文环境。

五、主要创新点分析

当前，从体育学科的发展分支来看，体育理论目前有三个主要研究方向，即学校体育学、体育社会学和体育经济学。要把办出学科特色作为首先关注的问题。在学校体育学研究方向，主要研究体育教学理论和我国学校体育战略发展问题，促进研究水平的逐步提高。