

解读

MEI
DU

中国体育课程与教学改革

ZHONGGUO TIYU KECHENG YU JIAOXUE GAIGE

——著名专家、学者各抒己见

主编 毛振明 赖天德 <<<

体育课程改革若干问题的大讨论

- ▮ 体育课程改革的重点是什么？
- ▮ 怎样理解“健康第一”的指导思想？
- ▮ 学校体育是否应为终身体育服务？
- ▮ 什么是体育课的乐趣？
- ▮ 运动乐趣与运动痛苦的关系

北京体育大学出版社

解 读

中国体育课程与教学改革

——著名专家、学者各抒己见

主编 毛振明 赖天德

北京体育大学出版社

策划编辑 熊西北
责任编辑 文 军
审稿编辑 熊西北
责任校对 王晓萍
责任印制 陈 莎

图书在版编目(CIP)数据

解读中国体育课程与教学改革/毛振明,赖天德主编.
-北京:北京体育大学出版社,2006.3
ISBN 7-81100-490-9

I.解… II.①毛…②赖… III.①体育课-教学改革-研究-中小学②体育课-教学改革-研究-大学
IV.①G633.962②G807.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 002758 号

解读中国体育课程与教学改革

毛振明 赖天德 主编

出 版 北京体育大学出版社
地 址 北京海淀区中关村北大街
邮 编 100084
发 行 新华书店总店北京发行所经销
印 刷 北京市昌平阳坊精工印刷厂
开 本 850×1168 毫米 1/32
印 张 8.125

2006年3月第1版第1次印刷 印数 4000册

定 价 20.00元

(本书因装订质量不合格本社发行部负责调换)

写在前面的话

那天，是个阴冷且刮着点儿北风的天气，坐落在北京南二环的人民教育出版社的招待所的一间小会议室却是热气腾腾的，一群学者在争抢着发言，且一声比一声高，时时还有辩论在发生，偶而还见有点儿脸红脖子粗的。这群人有老少不等的十几个，个个都是热爱学校体育事业，也是差不多一辈子都要吃这碗饭的人。在近一段时间里，他们都有一些困惑，也有一些看法和想法，因此他们相约在了一起，讨论一下当前体育课程建设与教学改革的重要问题。

时下，中国的体育课程与教学的改革正在如火如荼地进行着，广大体育教师正在以极大的热情投入到新的体育课程与教学改革之中，投入到新的《体育（与健康）课程标准》的实验工作中。毋庸置疑，这个工作极大地驱动了体育课程与教学改革的新的探索和实验，极大地激发了广大体育教育工作者对体育的一些本源性问题的探究和思索，也给予体育课程改革和教学改革以从来没有过的空间和启迪，这个改革无疑是规模宏大的和富有意义的。随着这个规模宏大的和有意义的改革的不断进行，随着许多“新课程理念”的推出和宣讲，随着新课改实验区一些实践问题的不断涌现，许多理论问题的争论逐渐尖锐了起来。

这些亟待讨论的理论问题可以大致分成三类：

第一类问题是过去“老生常谈”，但始终没有得到很好解决的问题，如“学校体育应该不应该为终生体育服务的问题”、“体

育课程和教学如何为终身体育打基础的问题”、“体育课程和教学如何为增进学生的体质和健康服务的问题”、“哪些是基本的运动技术的问题”等等；

第二类问题是随着“新课程和教学理念”宣讲而出现的新的理论问题，如“应该如何看待运动技术传授的问题”、“体育教学应该怎样促进学生运动参与的问题”、“学生心理健康与体育运动之间的联系在在哪里的问题”、“在体育教学中应怎样促进学生的社会适应问题”等等；

第三类问题是新形势下的与体育教学实践相关的理论问题，如“应该如何对待长跑、体操、武术和游戏教材的问题”、“什么是运动的乐趣的问题”、“应该如何理解和运用‘合作性学习’和‘探究性学习’的问题”、“应该不应该重视一堂课中的练习密度的问题”、“应该如何理解和运用‘学生的自我评价’和‘学生的相互评价’的问题”等等。

对上述重要问题的探究，无论对于中国体育教学理论的建设与创新，还是对于当前体育课程与教学的健康发展，都是至关重要的。

因此，这一群老少学校体育研究者怀着对学校体育事业的无限热爱，怀着对体育课程与教学改革工作做点贡献的态度，怀着对第一线体育教师辛勤工作的敬意，也怀着一种善意的批判精神，坐在了一起，把大家听到的、看到的、感到的、想到的、困惑到的、理解到的都谈出来，为的是体育课程与教学可以更快、更协调地发展。这里的提出的四十个问题都是当前的体育课程和教学改革的热点个重要问题，在这里的讨论也肯定对体育课程与教学改革起到重要的参考和指导作用。

参加这次谈话的专家和学者有：



王占春（中国学校体育研究会顾问、人民教育出版社资深编审）：一个编了一辈子体育教学大纲和体育教材的人，一个德高望重的学校体育专家，一个学校体育改革的领袖级人物。王老至今对中国的体育课程和体育教学充满着责任感，嗓子不太好，但说话声挺大，经常会激动，最近王老给大家的印象好像总是有点脸红脖子粗似的，其实是王老有时血压偏高，还有他老人家对中国的体育教育的一片丹心所致。



李晋裕（中国学校体育研究会顾问、教授）：一个温厚的、很有长者风范的老体育工作者，当过教育部的体育卫生司司长和学校体育研究会的理事长，光辉的经历和谦虚的态度使他在学校体育圈内倍受敬爱。李老论起理来永远是那样不偏不倚、不温不火，说起话来很像辩证法的讲课，但关键时态度和观点也摆得鲜明，甚至还会争执几句，当仁不让，而李老此时的话语更会让听的人冷静和深思。



赖天德（中国学校体育研究会副理事长兼秘书长）：一个半路出家干上学校体育但却干得很优秀的人，他思想的敏锐和逻辑的严密在学校体育界中是屈指可数的，《中国学校体育》总编辑的经历更让他有着上乘的文笔和一连挺象中国节气似的笔名。他对现在的体育课程和教学改革有着深刻

的认识，头脑里有一串清晰的方略，故说起话来1、2、3、4、5的，严谨地几乎滴水不漏，看来赖老的头脑是个不赖的机器和容器。



滕子敬（中国学校体育研究会副理事长）：一个“老黄忠”似的学校体育人，一个教了一辈子学校体育和写了一辈子学校体育的北师大教授，声音大得出奇，但绝对是以理服人。最近作为新课标研制组的主要成员和人教版体育新教材的培训专家，滕老在用脚板丈量着中国，他从第一线获得的信息最多，好象困惑也不少，平时和蔼可亲的滕先生说起最近的某些理论和实践时，也象突然变了个人，声音也随着又提高了八度。



耿培新（中国学校体育研究会副理事长、人民教育出版社体育室主任、编审）：一个在“年轻体育学者”中最为正统和正经的人，也是一个在同辈人中研究体育课程和体育教材最多的人，又是研究员，又是编审，两者干得都挺出色。肚子里有不少的学问，惟独健康的器官不多（指最近身体欠安），特别是当了新课标研制组的骨干成员以后，健康的器官似乎又少了一些。自从“小耿”变成了“耿主任”和“耿编审”以后，说话更沉稳了许多，含义也深邃了不少，这不，“耿编审”在改完了自己的发言后特地嘱咐：“一个字都不要改”，看来是字字千金了。



吴 键 (中国学校体育研究会常务理事、全国教育科学研究规划办公室体育学科负责人): 一个真正的“青年学校体育工作者”, 一个把体育硕士的学识和心理博士的学识集一身的年轻学者, 也是称得上“南人北相”的人。长着娃娃脸的他时不常来点“反向思维”和“异类思考”, 颇让人感到新鲜和启迪, 他那灵活的思维和诚实的学术态度也使人常常感到“后生可畏”和“后生可爱”。



毛振明 (中国学校体育研究会常务副理事长、北京师范大学博士生导师): 一个想事想得头发都快掉光的学校体育人, 一个不知道是精明还是迂腐的学者。他最“得意”和“得益”的是批判精神, 他最招人烦也招自己烦的还是批判精神。他神差鬼使地干上学校体育并走火入魔地爱上了学校体育, 因此他的批判真的不为私欲, 也不指向任何具体的人和事, 就想寻找个真理儿好让自己个儿明白明白, 当然也想为体育教师们做点实事。他总说: 我的那点理论愿意听就听听, 不愿听就权当着有人在旁睡觉打呼噜吧。

毛振明、赖天德代表全体参加讨论者撰写

2005年9月1日



目 录

一、现阶段体育课程改革的重点是什么?	(1)
二、我们应该继承哪些体育课程建设的优良传统?	(21)
三、我们在教学方面该继承的优良传统有哪些?	(36)
四、当前的体育课程教学改革的创新任务和创新点是什么?	(50)
五、怎样理解“健康第一”的指导思想以及它对这次体育 教育改革的指导?	(78)
六、体育教学如何为增进健康服务?	(88)
七、学校体育是否应为终身体育服务?	(104)
八、如何看待运动技能的传授?	(115)
九、我们要教哪些运动技能? 哪些运动技能是基本的?	(133)
十、我们应该教多少项运动技能?	(142)
十一、如何理解运动技能的实用性?	(156)

十二、有没有终身受益的运动项目?	(170)
十三、如何对待中长跑教材?	(183)
十四、如何对待体操教材?	(199)
十五、如何对待游戏教材?	(208)
十六、如何对待武术教材?	(215)
十七、哪些是基础的体育知识,我们要教哪些知识?	(221)
十八、什么是运动的乐趣,什么是体育课的乐趣?	(229)
十九、运动乐趣与运动痛苦的关系?	(235)
二十、体育教学应该如何促进学生的运动参与?	(243)



现阶段体育课程改革的重点是什么？

毛振明：我们要讨论的第一个问题，也是我们全国的体育教师都要明确、都要知道的第一个问题是：我们中国现阶段的体育课程与教学改革的重点在哪里？实际上就是我们的体育教改的目标和任务是什么的问题。我们有过多次的改革，这次改革和以前是一样的吗？如果说不一样，那么哪里不一样？这对于当前的新课标实验和下一阶段的体育课程与教学改革都是一个至关重要的，也是一个前提性的问题，因此请各位专家首先就此进行讨论与发表意见。

赖天德：现阶段体育课程教学改革，我认为重点要解决好以下几个问题：

第一，要正确理解体育课程与教学改革中提出的新理念。2004年12月中国学校体育研究会在广东肇庆召开了学术年会暨第五届理事换届会议，接着教育部体育卫生与艺术教育司和中国学校体育研究会又联合举办了“全国中小学体育教学观摩展示活动”，从这两次活动中我们可以听到和看到，在对体育课程教学



改革中提出的一些新理念，在认识上并不一致，或者说在认识上有很多困惑，甚至有些观点是完全相佐的。比如说，体育和健康的关系到；社会发展需要、学生发展需要和学科发展需要的关系；教和学的关系；多元目标、多种功能、多种价值、多种内容及多元评价等的内部结构，“多元”和“多种”有没有重点？谁是重点？又如，五个学习领域有没有重点？再如，运动兴趣的问题、技能学习和能力培养的问题、情感体验和意志培养的问题等等。这些问题我觉得在认识上不是很清楚的，特别是广大基层体育教师对这些问题有很多困惑。如果这些基本认识和基本理念问题得不到妥善的解决，就有可能干扰我们体育课程教学改革的正确方向和重点。所以，全国中小学体育教学观摩展示活动的学术综述，就取了一个题目叫《牢牢把握体育课程教学改革的正确方向》。所以，我认为使广大体育教师正确认识和理解体育课程教学改革的基本理念，是当前课程教学改革的一个重点。在这方面我们一定要加大宣传力度。在体育课程教学改革中出现不同的认识和不同的观点，是好事情，我主张让不同的认识和不同的观点都说出来，最好能开展必要的学术争鸣，即使暂时难以完全取得共识也不要紧，让课程改革的决策者、设计者和实施者能听到不同的声音，有利于他们全面思考一些问题，把我们新一轮的体育课程教学改革搞得更好。

第二，要充分做好实施新课程标准的准备工作。前一阶段的实验，搞得轰轰烈烈，也取得了一定成绩。但是总的来说比较仓促，准备不够充分。2005年秋季就要全面推行新课程标准了，这个准备工作做得怎么样？原来说要先培训后实施，要进行全员培训，但据了解差距还很大。各地各校如何贯彻实施课程标准？很多人都心中无数。学生的教科书和教师指导用书，虽然是经过审批的，但，教师反映有些质量并不高，有些出版部门比较重视经济效益而忽视社会效益。这也是一个值得有关领导部门关注的



问题。总之，全面贯彻实施新课程标准的配套工作还没有充分做好。这个问题如不尽快解决，势必影响课程教学改革的顺利进行。

第三，特别要做好实施新课程标准的师资培训工作。2005年秋季就要开始全面实施新课程标准了，实施前的准备工作很多，都要认真做好，其中最重要的就是师资培训工作。我认为教师专业化的问题是当前课程教学改革的关键。如果体育教师驾驭不了新课程标准，那么课程标准即使设计得再好，也无法实施而成为一纸空文。我觉得我们教师实施新课程标准的能力储备还不足，必须加强比较系统的、富有实效的而不是走过场的培训。

李晋裕：现阶段体育课程改革的重点是正确处理现在体育课程中的一些重要问题。首先一个问题就是理论的准备，理论的指导，也就是说我们现在改革的目标和方向究竟是什么？我们教学课程改革目标就是要建立有中国特色的、先进的课程体系，使课程能更好促进学生在德智体各个方面更好的主动的发展，培养出我们国家需要的高素质的人才，这就是我们的目标。课程改革理论上的准备还有个问题，就是怎样对待传统？怎么样对待引进国外的东西？这个理论的准备是不充分的。对于传统有一种比较模糊的观念，一讲传统似乎就是落后的，就应该否定它，我看应该是有区分的：传统是指具有突出特点的世代相传的社会因素，往往指优良的传统。而对那些世俗的、默守陈规的落后习俗则不应称为传统。对优良的传统应该是弘扬，我们应在优良的传统的基础上去继承改革、发展创新。落后的我们就应该淘汰，不要让它继续影响我们的观念。我们在一些大的活动中，在一些讲话当中或文章中往往一讲传统就把传统置于对立面，我认为这种观念是不正确的，关键就是要区分哪些是优良的传统哪些是落后的习俗。优良的传统是很重要的，我国现在有很多商界老字号，那些

老字号都是有很好优良传统的，是行之有效的，是能够使我们的事业兴旺发达的东西，是值得继承和发扬的东西。我们现在这方面往往重视的不够。但是，反过来我们说一下传统，决不是说降低我们改革创新的分量。因为我们国家现在要发展，就必须要有创新，要是没有创新，我们就不可能走上新的发展阶段，就不可能在国际上处于更先进的地位，就不可能建立起具有中国特色的我们的课程体系。国外的一些理念怎样能结合中国实际情况提的更准确一点，不要有片面的提法，这是我们要研究的。我所讲的理论准备是非常关键的，是值得在今后的改革中反复研究的理论问题。教育部推出的课程改革，这几年是有一个很好的开始，尽管这里面存在好多问题。课程改革启动以后实际上就引起了我们学校体育方方面面的变化，这些变化有好的方面，当然也会出现一些新的问题。那么，我认为今后的课程改革的重点就是把现有的课程标准和围绕课程标准出版的一些教材和教参，要在改革中不断地进行检验和完善，形成一套适合我们国家的更加能够反映我们中国特色的课程标准，我们的课程标准不是说现在就制订好了，而是在今后的日子里要不断地去改进和完善。围绕课程标准制订的教材有多少套？这些教材都要进一步的完善。实际上课程标准并没有固定，比如说：初中的课程标准，过去的健康教育并没有放进去，最近才放进去的。联系到我们的教材，我们的教参怎么样和这个变化相对应，我觉得这就是一个重点。再一个重点，教师的培养和培训，教师要与我们的课程与教学改革相适应。

滕子敬：新的体育课程改革从2001年开始进行体育课程标准试验以来，到现在已经3年多的时间了。在这3年多的时间里我参加过一些培训，也看过一些课。今年2005要在全中国小学和初中的起始年级都要实施新的体育课程标准，现在我们应该怎

样做呢？我们的工作重点应该是什么呢？

我认为主要做好以下三件事：

第一、要巩固成绩；第二、反思不足；第三、要在继承优良传统的基础上，改革创新，不断取得新成绩。

首先讲成绩。经过三年多的体育课程教学改革实验，取得了以下几方面的成绩：

1. 较好地贯彻了健康第一的指导思想。1999年《中共中央国务院关于深化教育改革进一步推进素质教育的决定》强调指出：“学校教育要树立健康第一的指导思想，切实加强体育工作”。全面贯彻“健康第一”的指导思想在新的体育课程改革的改革中已深入人心，在我所看到的绝大多数体育课中都能以身体练习为主要内容，注重课的练习密度和运动负荷，注重发展学生的体能，并力求用身体健康、心理健康、社会适应的“三维健康观”与教学内容、教学方法和教学评价的改革联系起来，取得较好的教学效果。

2. 在课程学习中突出了学生的主体地位。长期以来，我们在体育教学中强调教师的主导作用，而对学生的主体地位关注不够，进入20世纪80年代以后，提出了教师主导作用与学生主体作用相结合，但效果并不明显，学生学习的主动性与积极性仍然没有很好地调动起来。新的体育课程改革的改革中，广大体育教师，十分注重以学生的发展为本，尊重学生的个体差异、注重因材施教、积极营造生动活泼民主和谐的师生关系，努力做到能根据学生的不同基础和条件，提出相应的目标和要求，采用不同的方法、手段和评价的方法，使每一个学生都能各得其所，学有所得，从而提高了广大学生主动参与体育学习和锻炼的积极性与主动性。

3. 加强学习方式的改革。“学习方式的转变是本次课程改革的显著特征。”是“这场教学改革的核心任务。”深受广大教师的

关注。在教学过程中给学生创造一定的时间和空间，让学生进行自主学习、合作学习和探究学习的实践取得了一定的成效。在教学过程中给学生机会，使他们自我展示学习成果，对培养学生自尊、自信等心理素质起到了积极作用。

4. 关注学生运动情感体验和学习兴趣。“运动兴趣和习惯是促进学生自主学习和终身坚持锻炼的前提”，“是实现体育与健康课程目标和价值的有效保证”。广大体育教师在教学内容的选择和教学方法、手段的安排上都很重视学生的运动情感体验和运动兴趣，加深了学生学习体育的情感和锻炼的效果。

5. 重视课程资源的开发和利用。很多教师结合本地、本校的实际情况，开发利用体育课程资源，受到了学生的欢迎和喜爱，取得了较好的效果。

6. 注重评价方式多元化。在体育教学中，改变了只是教师评学生的单一状况，开始形成了学生自我评价、小组间相互评价与教师评价相结合的评价方法，这对培养学生的自我评价能力和相互评价能力具有重要作用。

但是，由于一些教师对体育课程标准的理解不够全面和深入、在实施体育课程改革的过程中也出现这样或那样的一些问题，所以反思不足是第二方面的工作，要反思的这些问题主要是：

1. 突出了学生的主体地位，而教师的主导作用有所削弱。现在有些教师不敢要求学生了，学生的动作做的不对，也不去指导，不敢管，学生想怎么做就怎么做。有的甚至认为，以教师为中心应转变为以学生为中心了，教师可以“放羊了”。教师的主导作用不同程度的受到了削弱，这是不可取的。

2. 运动技能的教学有所忽视。运动技能的学习既是体育课程教学的主要内容，又是实现体育课程各项具体目标的主要载体，也是体育课程学习的一项重要目标。但是，有些教师在制订

课时计划的教学目标中，只提发展体能的目标，不提学习运动技术技能的目标，把学习运动技能与培养体育锻炼能力分割开来和对立起来。另外，有些课表面上看起来热热闹闹，但教学内容中的技术含量较低，用于运动技能学习的时间偏少，教师缺乏指导和明确具体的要求，运动技能学习的质量有的还不够理想。

3. 对锻炼价值很大但学生不感兴趣的内容，不敢要求学生去学习。甚至把兴趣看成是选择教材的唯一标准。学生有兴趣就教，学生没有兴趣就不教。如耐久跑运动锻炼价值大，但有些学生怕苦、怕累不愿意学，有的教师就不教，甚至提出篮球运动也可以发展耐力，能不能用打篮球代替耐久跑，打篮球虽然也具有发展耐力的作用，但主要不是发展耐力，而耐久跑除了发展耐力素质外，对培养学生刻苦、顽强、坚持到底的精神具有很好的教育作用，这是其它的运动项目不可替代的。

4. 在运用自主学习、合作学习和探究学习等新学习方式时，比较关注外在形式，而对各种新的学习方式的特点研究不够，学习效果不够理想。有的甚至认为运用新的学习方式就不要讲解示范、纠正错误了，把传统的学习方式与新的学习方式对立起来。

体育课程改革取得了很好的成绩，也在改革的实践中出现了一些问题，我认为出现这些问题的原因是多方面的，但其中有一个重要原因就是思想方法上不能正确地、全面地看待我们过去的许多优良传统，因此我们要做好的第三件事就是继承优良传统。我们决不能把一切传统的东西都认为是落后的、不对的，在反对旧传统的时候，把一些长期以来创造的优良传统也反掉了，结果使新的体育课程改革失去已有的基础，这是不可取的。我们只有在继承优良传统的基础上，才能更好地改革创新，不断取得新成绩。

王占春：翻开我们中国的课程史，体育课程在我国开设整

