

学校体育热点50问

● 周登嵩 主编



高等教育出版社
Higher Education Press

学校体育热点 50 问

主 编 周登嵩

副主编 李 林 刘 昕



高等教育出版社
HIGHER EDUCATION PRESS

内 容 提 要

2001年第八次基础教育课程改革以来,体育课程的改革变化日益引起人们的关注和议论。评述改革热点,审视现实是非,探究未来走向,是时代赋予学校体育理论工作者的历史责任。在学校体育热点涌动、学术观点乱花纷呈的今天,本书以审慎、理性的眼光,试图在理论与实践、历史与现实的维度上,科学审视当前学校体育驳杂迷离的热点,以期在理论层面,为多角度地认识热点和理论创新提供一种思考与视角;在实践层面,力求为广大一线体育教师提供某些指导与参考,构建“问题研讨式”的新型学术交流平台。

图书在版编目(CIP)数据

学校体育热点50问/周登嵩主编. —北京:高等教育出版社, 2007. 7

ISBN 978-7-04-021530-4

I. 学… II. 周… III. 学校体育-问答 IV. G807-44

中国版本图书馆CIP数据核字(2007)第086733号

策划编辑	曹京华	责任编辑	姜兰志	封面设计	张志奇
版式设计	韩璐儿	责任校对	陈 莲	责任印制	朱学忠

出版发行 高等教育出版社

社 址 北京市西城区德外大街4号

邮政编码 100011

总 机 010-58581000

印 刷 北京新丰印刷厂

开 本 787×960 1/16

印 张 20

字 数 340 000

购书热线 010-58582141

网 址 <http://www.hepsd.cn>

<http://www.hep.com.cn>

版 次 2007年7月第1版

印 次 2007年7月第1次印刷

定 价 28.00元

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题,请到所购图书销售部门联系调换。

版权所有 侵权必究

物料号 21530-00



前言

PREFACE

近十年来,随着我国学校教育改革和体育改革的不断深入,学校体育的热点论著多有所见。学校体育是一个涉及两亿多青少年身心健康发展的理论与实践领域,自上世纪末在全国学校推行素质教育始,继 2001 年第八次基础教育课程改革以来,体育课程的改革变化日益引起人们的关注和议论,学校体育诸多热点便不断产生。评述改革热点,审视现实是非,探究未来走向,是当今时代赋予学校体育理论工作者的无可推卸的历史责任。在学校体育热点涌动、学术观点乱花纷呈的今天,本书力求抛却急切浮躁的心态,以审慎、理性的眼光,试图在理论与实践、历史与现实的维度上,科学审视当前学校体育驳杂迷离的热点;以期在理论层面,为多角度地认识热点和理论创新提供一种思考与视角;在实践层面,力求为广大一线体育教师提供某些指导与参考,构建“问题研讨式”的新型学术交流平台。

热点可以是“夕阳芳草”,评说可以是“见仁见智”。如何寻找真正的热点问题,如何客观科学地剖析问题,是本书着力之处和艰苦思考的核心。基于此,本书在以下三个层面做了有益的探索。

一、发现与归纳问题。从 2004 年开始,我带着一批学校体育学的博士生,查阅近几年有关文献资料,到全国各地学校调研考察,参加一些体育教师培训班、学校体育研讨会,分别搜集各学校体育的“热点”问题,再集中这些大量原始的问题;然后经历了半年多的数次专家调查会,逐轮筛选问题,集中有价值的问题,最后形成了作者群公认的 50 个热点问题。

二、结构特色。首先,对筛选出的问题按其性质分为“理论篇”、“实践



篇”两大篇，各自包含的问题数量也相差无几。其次，对相同（相近）问题整合为不同的中级专题，“理论篇”下有四个专题，“实践篇”下有五个专题。第三，各专题下又展开为不同的具体热点问题，问题数量则多少不一。最后，在每个问题的题目结构上力求新颖点题，分别用对比、联想、隐喻、递进、归纳、设问等句式，提出问题。

三、问题表述方式。在每一问题的表述中，首先以鲜活的事例引出问题或提出背景；继而进行简明的“缘由探析”或“热点解析”；最后，在“理论篇”中则是高屋建瓴的“观点解读”，提供观点鲜明、深入浅出的理论分析；在“实践篇”中，则是为解决类似问题提供可资借鉴的案例或对策。愿这些问题多是一线体育教师人人心中所想所急，解读热点也力求与他们同思同求。

本书的读者对象涉及面广，主要群体应是一线的大中小学体育教师和基层体育教研人员；其次是专业体育院校和高等院校体育院、系体育教育专业的教师、研究生；本书还可作为各级学校体育管理人员、体育教师培训班的参考用书。

本书主编为首都体育学院周登嵩教授，副主编为首都体育学院李林教授，北京体育大学刘昕副教授。其他参加编写的人员有：宋会君教授（吉林师范大学体育学院）、董翠香教授（河南师范大学体育学院）、唐炎副教授（西南大学体育学院）、柴娇博士（东北师范大学体育学院）。

本书依然存在一些遗憾，可能问题不全或热度不一，可能事例陈旧或不典型；可能评述中深度不够或简明不足，可能案例对策的应用性不强，甚至在图文并茂、版式设计上还有灵动新奇的空间等等，这些皆缘于我们理论水平所限和时间所限，留待今后的研究中再有所提高和改进！也希望读者对本书提出宝贵的意见或建议。

衷心感谢为本书提供初选问题和提供各种帮助的人士，以及作为本书参考文献的尊敬的作者们！

周登嵩

2007年6月1日



目录

CONTENTS

理 论 篇

专题一 体育新课程 /3

- 问题一 与时俱进 顺潮而动——远观体育课程改革的背景 /4
- 问题二 “造器”还是“树人”——体育新课程改革中为什么强调“以生为本” /11
- 问题三 本与末的关系——体育新课程有什么功能与价值 /17
- 问题四 由朦胧到清晰——新《课标》新在何处 /22
- 问题五 矫枉不必过正——当前体育新课程推进中存在哪些认识上的误区 /27
- 问题六 从宏观到具体——如何理解体育课程目标与体育教学目标的纵横关系及结构 /34
- 问题七 约束力与弹性——国家课程、地方课程、校本课程有什么关系 /40
- 问题八 横看与侧视——怎样看待体育与健康课程的学习领域 /47
- 问题九 目标统领内容——如何正确理解体育课程目标与教学内容之间的关系 /51
- 问题十 一字之差的区别——体育教材与体育素材 /56
- 问题十一 千评万评为了学生——体育课程评价应体现哪些新理念 /64



专题二 体育教师与教师教育 /71

- 问题一 从教书匠到教育家——新课程理念下如何重新认识体育教师的角色 /72
- 问题二 源头活水日日新——实施新课程体育教师需要哪些新的知识技能 /76
- 问题三 参与、合作、反思、发展——体育教师如何开展行动研究 /82
- 问题四 不是谁都能当体育教师——未来体育教师的资格准入将有哪些新变化 /87
- 问题五 从教练型到复合型——体育教师教育专业化 /93

专题三 体育教学 /99

- 问题一 老教师的困惑——什么样的体育课是“好”课 /100
- 问题二 “表演课”可以休矣——怎样看待愈演愈烈的“表演型”观摩课 /105
- 问题三 学习方式的革命——新世纪我们需要什么样的学习方式 /110
- 问题四 如何正确对待运动技能的教学——从一位体育教师的“理论”说起 /116

专题四 课余体育 /121

- 问题一 天平倾向何方——体育教学与课余训练孰轻孰重 /122
- 问题二 “大课间”体育的新走向——如何正确看待大课间体育活动 /127
- 问题三 融入社区、服务大众——学校体育如何加强与社区体育的联系 /131
- 问题四 协调、共生、互动——新形势下重新认识学校体育与竞技体育的关系 /136

实 践 篇

专题五 体育课程资源开发 /145

- 问题一 纸片也可做器材——怎样开发体育课程的物力资源 /146
- 问题二 周围环境巧设计——体育教学中如何利用学校周围的
自然环境 /149
- 问题三 家长也能当老师——如何开发体育课程的人力资源 /152
- 问题四 软式排球的启示——体育教学中如何改造竞技运动项目 /156
- 问题五 龙“腾”校园——怎样把民族、民间体育活动及歌舞
引入体育课堂 /162
- 问题六 学生也是课程资源——体育教学中如何开发学生的经
验资源 /167
- 问题七 体育课中学书法——体育课程内容资源与其他课程
内容资源如何有机整合 /178

专题六 体育教学设计 /185

- 问题一 环境影响心灵：——体育教学中如何设计教学环境 /186
- 问题二 承上启下的桥梁——如何设计单元教学计划 /193
- 问题三 备课是教学成功的一半——如何进行体育课堂教学设计 /199
- 问题四 一堂课能干什么——如何设置体育课堂教学目标 /209

专题七 体育教学策略 /215

- 问题一 新旧教法面面观——新课程理念下体育教学方法改革
的选择 /216
- 问题二 自主不是放羊——体育教学中如何运用自主性学习方式 /221
- 问题三 设计问题是关键——体育教学中如何运用探究性学习方式 /226
- 问题四 体育课堂“小社会”的优势——体育教学中如何运用
合作性学习方式 /232
- 问题五 创设情境贵在自然——体育教学中如何运用情境教学 /237

专题八 体育学习评价 /241

- 问题一 从甄别到发展——如何理解体育学习中的发展性评价 /242
- 问题二 关注学生成长——如何在体育学习中进行过程性评价 /248
- 问题三 定量与定性的结合——如何选择不同学习领域的评价方法 /256
- 问题四 多元主体中的主体——如何正确对待评价主体的多元化 /263
- 问题五 何为本与末——透视个体内差异评价法的困境 /268
- 问题六 学生身心一体的发展——如何理解体育学习中的心理健康评价 /274
- 问题七 内外环境的和谐——如何进行体育学习中的社会适应评价 /280

专题九 体育教师发展与研究 /287

- 问题一 大学与中小学的握手——体育教师专业发展学校 /288
- 问题二 常想、常研、常新——体育教师的教学反思 /292
- 问题三 与教学同行——体育教师的校本培训 /299

理 论 篇

专题一

体育新课程

 问题一

与时俱进 顺潮而动——远观体育课程改革的背景

两位老师的争论

在新世纪之初，新中国建国以来第八次体育课程改革正以世人瞩目的迅猛之势在全国展开。这次改革步伐之大、速度之快、难度之高，都是前七次改革所不可比拟的。在一次新课程培训过程中，一位老师认为：“新中国成立 50 多年来，在广大学校体育工作者的共同努力和社会、学校的大力支持下，我国体育课程经历了七次改革，取得了巨大的成就。而且，在 1992 年刚颁布了《九年义务教育全日制小学体育教学大纲（试用）》和《九年义务教育全日制中学体育教学大纲（试用）》，1996 年国家教育委员会又制定了与义务教育初级中学体育教学大纲衔接的《全日制普通高级中学体育教学大纲（供试验用）》，时隔刚几年，我认为没有太大的必要进行改革。”另一位老师则认为：“新课程改革是与时俱进、顺应国际教育改革和国内基础教育改革的大潮，是针对当今学校体育中存在的种种问题而做出的重要决策，非常必要！”那么，如何评价这两位教师的争论呢？

 1. 缘由探析

以上两种观点在一线体育教师当中是普遍存在并具有代表性的，因为任何改革都具有相应的背景或原因。就体育课程改革而言，它既要考虑到我国体育课程的历史与现状，又要考虑到我国体育课程的改革与发展；既要考虑到社会发展和教育改革形势对体育课程改革的需要，又要考虑体育课程本身的特点及其生物学、心理学和社会学的基础……因此，很有必要对新一轮体育课程改革

的背景或原因作进一步的说明。

2. 观点解读

背景之一：现代生活和生产方式对人类健康的负面影响

生活方式是指人们在某种价值观念指导下的各种生活活动的方式，这些方式直接影响着人类的健康。20世纪50年代以来，随着以电子计算机、生物科学、材料科学、信息科学为代表的科学技术的迅猛发展，社会生活方式发生了巨大的变化，这些变化给人们的生活带来舒适和便利的同时也给人们的身心健康带来了新的问题。一方面，人们的生活虽然越来越舒适和便利，但身体活动的时间却越来越少。例如，现在许多人上楼乘电梯，出门坐汽车；在家动动手指、按按键盘就可以使用各种家用电器，减少了大量家务劳动。另一方面在食物异常丰富的今天，人们不能合理地控制自己的饮食，从而造成脂肪和蛋白质等营养过剩。在这种营养过剩、运动缺乏的生活方式下，身体的机能很难得到充分的利用和发挥，久而久之，便会退化，各种“文明病”，“富贵病”（如心脏病、高血压、糖尿病和肥胖症等）便应运而生。据世界卫生组织的统计表明，发达国家的死亡人数中有一半是源于心血管病，其中美国有54%的人是由于心血管病而死亡的；在加拿大人的死亡构成中，心血管病居于首位。此外，肥胖症在发达国家中极为普遍，其中美国有6000万人超体重，占总人口的1/3；英国有13%的男子、16%的女子患肥胖症。糖尿病也是发达国家中存在的一个主要疾病，其中美国每年有800万人患糖尿病，加拿大64岁以上的老人有11%是糖尿病患者。这些现象都是现代舒适生活的代价。

科学技术的日新月异把人们从以手工为主的生产方式中解放出来，新的生产方式的转变使得从事脑力劳动的人数在全部就业人口中的比例逐渐提高，人们在生产活动中的体力付出明显下降，加之在生活中进行体力活动的机会也越来越少，造成了人的机体生物结构与功能逐渐退化。正如专家卢元镇所说：“坐着工作是文明史上对人的新陈代谢影响最深刻的变化，这是造成我们许多新陈代谢失调现象的原因。”拉美特里曾指出：“事实是人类的身体状况正急转直下……终日伏案工作的生活方式将使人类变得越来越胖，越来越弯……人们的视觉、听觉、方位感、灵巧、力量等都可能出现退化，这些将直接影响着

人类作为生物的进化与发展……自然在这里有一条特殊的永恒规律，就是：我们在精神方面获得的越多，在本能方面失去的也就越多。”

由于竞争的日趋激烈和工作节奏的加快，人们的压力越来越大，精神愈来愈紧张；现代化的生产方式导致生产过程中人际交往减少、人际关系淡漠等。从而造成许多心理障碍和心理疾病，如孤独症、强迫症和焦虑症等。世界卫生组织的一份调查报告指出，全世界约有 30%~40% 的求医者有心理卫生问题，美国已有近 5 000 万人有不同程度的心理卫生问题，其中，神经系统疾病和心理失常占总数的 10%，焦虑症患者的终身发病率为 10%~15%。

随着社会的发展，人们逐渐认识到现代生活和生产方式是一把双刃剑，一方面给人类的生活带来了舒适和便利，另一方面又给人类的健康带来了很大的危害。人们对健康的高度关注和大众体育的迅速发展，都对学校体育的发展提出了新的要求。因此，现代生活和生产方式的发展变化是体育课程改革的社会因素和外部动力。

背景之二：学生的体质健康与心理健康状况令人担忧

2000 年全国学生体质健康调查覆盖 21 个民族、1947 所学校，调研人数达 348 768 人。检测项目 22 项，包括身体形态、生理机能、体能素质、健康状况等四个方面。调查结果如下。

(1) 体能素质下降。与 1995 年相比，我国学生的速度素质、耐力素质、柔韧素质、爆发力素质、力量素质等均有所下降。

(2) 反映学生肺功能的肺活量继续呈现下降趋势。

(3) 肥胖学生明显增多，已成为城市青少年学生的重要健康问题。城市男生 7~12 岁肥胖检出率上升最快，由 1995 年的 6.97% 上升到了 2000 年的 10.7%。

(4) 学生近视眼患病率仍然居高不下。小学生近视率为 20.23%；初中生近视率为 48.18%；高中生近视率为 71.29%；大学生近视率为 73.01%。

(5) 农村地区学生口腔保健水平仍然较低，同时还存在部分少数民族学生生长发育绝对水平依然较低，城乡之间、发达地区与欠发达地区之间学生生长发育水平很不平衡等问题。

在学生体质下降的同时，学生的心理健康状况更令人担忧。首都师范大学所做的“北京中学生心理健康状况的调查”（2000 年）结果表明，中学

生心理偏常的检出率高达 40.02%，其中有心理障碍的占 5.72%。辽宁省中学生心理健康教育实验研究课题组所进行的调查结果表明，发现中学生心理异常者占 35%。2000 年在北京举行的第二届中美精神病学术会议上的一份资料显示，在中国，15~35 岁人群死亡的第一位原因是自杀。青少年自杀呈明显低龄化的趋势。据北京儿童少年心理卫生中心的调查，全国 4~16 岁少年儿童问题发生率为 13.91%。另有调查显示，我国一些初中生心理疾病的发生率呈直线上升的趋势。

造成学生健康状况下降的情况与多种因素有关，如学生的学习负担过重、睡眠时间不够、营养过剩和营养不良、体育活动时间减少等。另有资料显示，13 岁的中国学生每年做功课的天数为 251 天，高居世界榜首。而苏联 210 天，英国 190 天，美国 180 天，法国 164 天，就连学习竞争十分激烈的日本，也不过 240 天。另一项中美联合调查结果表明，美国小学一年级学生娱乐和运动的时间每周为 18.4 小时，中国只有 9.2 小时。可以毫不夸张地说，在中国，最累、压力最大、休息时间最少的社会群体，就是年龄在 6~18 岁的中小学生。

除此之外，学校体育课程自身存在的弊端，也是导致学生“喜欢体育但不喜欢上体育课”的现象，学校体育活动不足是导致学生身心健康水平下降的重要原因。

背景之三：传统体育课程教学已不能适应新时代的要求

新中国体育课程经历了 50 多年的风风雨雨，取得了巨大的成就，但是随着社会的进步和教育事业的发展，体育课程也出现了一些不能适应时代发展的问題，这些问题也正是今天我们体育课程要改革的地方。

(1) 体育教学观念落后。许多人认为体育教师和其他科目教师相比，最大的区别就是体育教师不但有强壮的身体，更有熟练的运动技术。因此，许多教师一拿到教材，首先看的是教材的技术难度如何？考虑自己教给学生哪些技术和怎样教这些技术。如果学生掌握了运动技术当然是很令人欣喜的。但问题是我們是否有必要对中小學生进行像训练专业运动员一样，精雕细刻地进行运动技能教学，我们的中小學生是否都能掌握那么多的运动技术，他们有没有充足的时间学好每项运动技能，这些都是体育课程改革应该解决的概念问题。

还有些体育教师把体育教学等同于竞技运动训练，常常把竞技运动训练的一套理论和方法用在体育教学中，然而竞技运动训练是针对极少数学生



的，而体育教学是面对全体学生的。学校体育教学的主要目的和任务并不是把所有的学生都培养成运动员，而是将他们培养成社会主义现代化建设所需要的德、智、体全面发展的人才。

(2) 教学内容统得过死。在我国，长期以来体育教学内容都是《体育教学大纲》（以下简称《大纲》）规定好的，传统的《大纲》对全国学校统一规定了各年级的教学内容，这样尽管便于全国统一管理和教师进行教学，但忽视了我经济、文化发展水平和自然地理环境存在较大差异的基本国情。这也就造成了《大纲》所规定的教学内容无法适应全国所有的学校，最终导致了《大纲》的权威性、适应性、指导性下降。

(3) 教学方法公式化。传统的教学方法主要是传授式教学和系统式教学。传授式教学法强调的是教师的“教”，至于学生怎么学并不重要。系统式教学法非常重视学生技术动作学习的系统性，完全将竞技运动的训练方法移植到了体育课堂中来。这两种教学法都过多地考虑运动学和生理学的规律，过多地强调教师的权威和课堂的严肃性，很少考虑学生的情感、态度、兴趣和价值观，学生的积极性难以得到激发，创造性也无从谈起。

(4) 评价内容和方法单一。以往对学生的体育学习评价内容基本上局限于体能和运动技能，忽视了对学生的学习态度、习惯养成、情感、合作等方面的评定，这实际上是很不公平的。由于受遗传等因素的影响，有些学生不用怎么努力就能取得好的成绩，结果是这些学生失去了体育锻炼的动力；而有的学生不管怎么努力也很难“达标”，这就削弱了这部分学生体育学习的积极性，甚至使他们远离体育活动。

我国以往对学生的评价方法基本上是采用教师对学生进行终结性评价，评价标准“一刀切”，这样评价的目的不是为了更好地促进学生的发展，而是甄别和选拔，其结果是导致不少学生对体育课产生害怕，甚至厌恶情绪。

另外，体育课程还存在管理过分集中，不能适应我国各地经济、教育、体育发展的实际与需要等问题。在这里谈体育课程中存在的问题，绝不是对过去成绩的全盘否定，而是为了探讨体育课程改革的背景，从而把握体育课程改革的方向，更好地促进我国体育课程的发展。

背景之四：国家基础教育课程改革的大背景

我国新一轮基础教育体育课程改革是在国家基础教育课程改革的大背景下