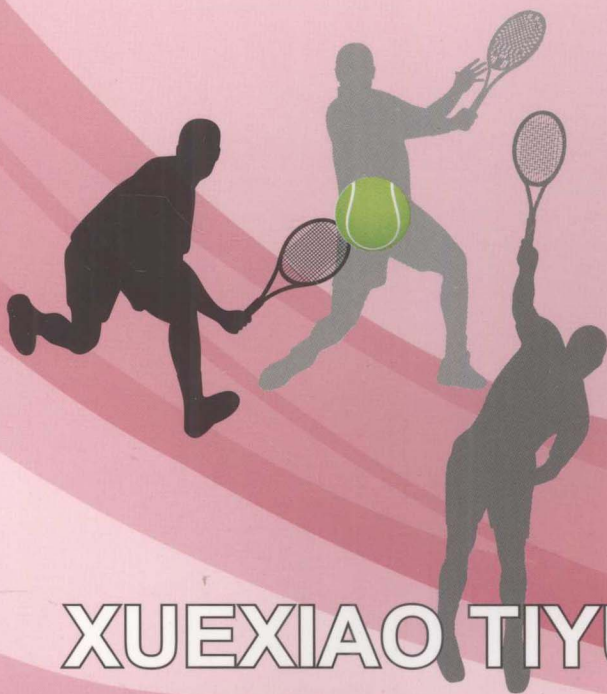


中国教育学会体育、卫生分会
中国“十城市”学校体育研究会系列丛书

学校体育理论与实践

解读、解惑与解析

■ 刘端文 等 编著



XUEXIAO TIYU
LILUN YU SHIJIAN
JIEDU JIEHUO YU JIEXI



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

中国教育学会体育、卫生分会
中国“十城市”学校体育研究会系列丛书

学校体育理论与实践 解读、解惑与解析

■ 刘端文 等 编著



XUEXIAO TIYU
LILUN YU SHIJIAN
JIEDU JIEHUO YU JIEXI



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

学校体育理论与实践解读、解惑与解析 / 刘端文等编著. —
北京: 北京师范大学出版社, 2010.9 (2011.8 重印)
ISBN 978-7-303-11311-8

I. ①学… II. ①刘… III. ①学校体育—研究—中国
IV. ①G807

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 140207 号

出版发行: 北京师范大学出版社 www.bnup.com.cn
北京新街口外大街 19 号
邮政编码: 100875

印 刷: 北京外文印刷厂
经 销: 全国新华书店
开 本: 184 mm × 260 mm
印 张: 8
字 数: 195 千字
版 次: 2010 年 9 月第 1 版
印 次: 2011 年 8 月第 2 次印刷
定 价: 14.00 元

策划编辑: 周光明 责任编辑: 周光明
美术编辑: 高 霞 装帧设计: 华鲁印联
责任校对: 李 茵 责任印制: 孙文凯

版权所有 侵权必究

反盗版、侵权举报电话: 010-58800697

北京读者服务部电话: 010-58808104

外埠邮购电话: 010-58808083

本书如有印装质量问题, 请与印制管理部联系调换。

印制管理部电话: 010-58800825

前 言

学校体育教育在近30年来变化很大，发展也很快。广大学校体育工作者，在理论和实践两个方面都受到极大的挑战：无论是学校体育教育观念上的转变，还是学校体育教学教材建设与管理；无论是什么是“传统”，什么是“现代”教学方法的争论，还是如何从教师在教学中的“主导”向确立学生“主体”教学的发展转变；无论是对当前学校体育实际情况的认识、分析和探索，还是如何尽快跟上时代前进的步伐等问题。这些都需要我们一方面加强体育教育理论的学习和研究，更要以丰富的知识与经验武装自己，才能更好地开展学校体育教育工作；另一方面也要从实践中不断地去总结提高。为此，我们编写此书，愿能为广大学校体育工作者的理论学习和实践探讨，提供一些参考和抛砖引玉之用。

此书由两个部分组成：一是对教育学、心理学的70条基本词条，做一些联系体育学科知识特点的简单解读；二是对广大学校体育工作者在教学实践中所遇见的30条问题做一些肤浅的解惑与解析。两个方面的解读、解惑和解析，共100个词条。

此书由刘端文主编。第一部分的“解读”由刘端文负责撰写；第二部分的“解惑与解析”由刘端文、张钟铸、金永明、韩书印、宋超美、刘钢、张晓红、马麟等共同撰写。因个人理论水平与写作撰稿能力有限，有不妥之处，望批评指正。

编 者
2010年7月

目 录

第一部分 学校体育教育基本概念

解读	(1)
一、教育学、教育心理学（共 50 条 词条）	(1)
二、教学基本概念与方法（共 20 条 词条）	(43)

第二部分 学校体育教学问题解惑与

解析	(64)
一、教学组织与方法	(64)
二、教学理念与调控	(79)
主要参考文献	(122)

第一部分 学校体育教育基本概念解读

教育概念是教育的科学的抽象。学习、研究、掌握并运用这些概念,其实质在于追求更合理的教育实践。从体育专业的角度,从学校体育教育发展的角度,对某些教育基本概念的解读,其目的是如何合理而完美地结合专业特点去学习、研究、掌握并运用这些概念,指导学校体育的实践活动,使其成为典型的学校体育教育基本概念。

一、教育学、教育心理学(共 50 条词条)

(一)教育现代化

原意:使教育适应时代的发展,反应并满足现代生产、现代科学文化发展需要,达到现代社会发展所要求的先进水平。其基本内容包括以下几个方面。

(1)教育观的现代化。在社会上,特别在教育工作者中树立符合时代潮流的教育价值观、质量观、人才观、学生观、教学观等,以奠定教育现代化的思想基础。

(2)教育目标的现代化。使年轻一代乃至整个社会成员,都具备做一个现代人所应有的素质。

(3)教育结构的现代化。建立包括青少年儿童教育和成人教育在内的多类型、多层次、多规格的教育结构,满足社会各方面对教育的要求,培训各种人才,充分发挥现代教育的社会功能。

(4)教育内容的现代化。教学内容要反映现代科学技术和各门学科发展的最新成果,不断改进教材及体系,提高教育质量。

(5)教学手段和方法现代化。充分利用现代视听工具和信息传播工具进行教育和教学,扩大教学范围,提高教学效率。

(6)教育理论和教育研究方法的现代化。通过科学研究与实验,提示现代教育、教学规律,形成现代教育的科学理论,以推进教育和教学实践。

解读:首先,教育现代化的第一个要求就是教育观的现代化,作为体育学科,体育教育现代化的第一要素也应是体育教育观念的现代化。新中国成立以来,体育课程已经经历了七次改革,每一次改革的最终目标都是为体育教育现代化。在体育教育观念上一次一次的变化。在最新的课程标准的实施中,也是体现当代教育现代化。“素质教育”、“健康第一”、“终生体育”就是体育教育现代化在当代体育教育教学思想观念上的典型表现。所以,体育教学观的现代化,即课程的基本理论也体现在以下四个方面。

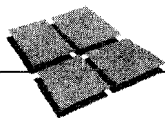
(1)坚持“健康第一”的指导思想,促进学生健康成长;

(2)激发运动兴趣,培养学生终生体育的意识;

(3)以学生发展为中心,重视学生的主体地位;

(4)关注个体差异与不同需求,确保每一个学生受益。

其次,教学内容的现代化,很重要的表现是“不断改进教材与体系”。那么,体育教材的现代化如何去体现呢?我国的学校体育教材从过去几十年的“统一”,到如今完全放开(从理论上讲,现时是三级管理,可国家没有统一教材,各地方又没能力编订教材,各学校又不知如何去选择教材,三级管理变成了“三不管”)。这不是学校体育教材的进步,更不是教材发展的现代化,而是使用“混乱”。我认为:国家应该编制统一教材,哪怕是有几个版本,这对各地方是一个重新制订的参考,对各学校也是一个样本。现在的三级管理课程的办法,从理论上讲是加大课程内容的选择性,对各地方、对各学校是有了更大的自由度和更多的



灵活性,可是,这个“跨越”太大了,让广大学校的体育教师无从适应。2009年7月初,在长春召开的《中国十城市》首届中小学学校体育改革与发展论坛上,各地学校体育教师反映最大的问题就是教材问题,是现在没有教材,不知如何去上课?可见,在教学内容现代化的问题上,现时的“教材”是急迫需要解决的。我们国家东、西、南、北这么大,自然条件和经济发展差异也较大,国家就应根据当代学校体育发展水平。同时编订几套学校体育教材版本供各地参考、选择。其实任何方面的现代化都离不开实事求是。

另外,我认为教育现代化的另一典型特征就是学校办学的特色化。学校办学要有自己的特色,没有特色的教育绝不是教育现代化。学校体育教育是学校教育的重要组成部分。对于体育学科来讲,实现教育现代化最重要标志之一是学校体育要特色化。没有特色的学校体育教育教学将直接影响该校实现教育现代化。个人也同样如此,教学艺术和教学风格的建立是突出个人的体育教学特色,是个人为教育现代化而努力的最终落实。学校体育包括三大方面:体育教学、群体活动、运动队训练。无论哪一方面特色的建立,都是体育学科为教育现代化的贡献,是教育现代化在体育学科的具体体现。

概述:教育发展现代化,学校体育特色化。教学风格个性化,体育教学多样化。

(二)教育功能

原意:亦称“教育作用”或“教育职能”。把人类积累的知识、经验传授新一代,促进其身心发展,以为适合社会需要的人,保障和推动社会的发展。教育对人的发展功能和对社会的发展功能二者之间相互联系,既是通过培养人以促进社会的发展;也是对照庆祝会发展需要来培养人、促进人的发展。细分起来教育有如下功能:

- (1)政治的功能,教育要为一定社会的政治经济制度服务;
- (2)经济的功能,教育要为经济发展培养人才;
- (3)文化的功能,教育要传递发展社会文化,促进社会文明建设;
- (4)发展个性的功能,使其都得到充分的发展。

解读:体育学科是学校教育教学所开设的重要学科之一,必然承担学校教育功能,具体表现如下。

(1)政治与经济功能的显现。一方面作为学校教育的重要组成部分,体育学科的重要任务是促进学生的全面发展。学生的全面发展首先是指学生的健康水平的提高,同时也包括通过体育课程的学习与锻炼,促进学生思想意识、情感意志和道德观念的发展与提高。所以,体育课程的功能不是唯一的,是三维(德、智、体)甚至是四维的(德、智、体、美);另外,学校体育的运动训练工作是为国家竞技体育运动培养后备人才。而竞技体育运动的水平是国家综合实力的体现,成绩是国家的荣誉。运动员为国争光,是从小从学校体育摇篮里逐步成长起来的。北京奥运会火炬传递是国人民族精神的象征,奥运会所取得的成绩与精神,往往超过了体育运动的范畴,是经济、政治的胜利,是体育的骄傲,是学校体育的骄傲,更是全国各民族的骄傲。鼓舞着全国人民在各自战线上为国争光。这就是体育最大的功能。

(2)文化功能的显现。体育教育同样要传递和发展社会文化。体育与健康课程学习中,所包括的知识和技能覆盖了社会文化传承的方方面面:为促进身体健康和终生体育必需的运动技能;关于体育与健康的基本知识和科学锻炼方法;正确的体育与健康观念;欣赏运动的能力;安全运动的能力;与运动有关的野外生存技能;运动体育与健康资源、信息、产品和体育与健康服务的能力。文化的传承需要教学活动来完成,也就是说需要教师的“教”。其实,新课标的实质也不是取消教师的主导,而是讲究从学生学的角度去考虑如何教,如何选择更适合学生实情的教学方法去完成教与学。技术仍然是要教的,有难度的技

术也仍然是要教的。体操项目绝不能抹掉,它本身就是最具锻炼价值的运动项目。我们总不能看到我们的学生今后离开学校后,看见单杠、双杠都不知如何去运动;就做一个“屈臂摆撑”都不会;不能只会“滚铁环”的“小儿科”活动吧!总之,教学是师生双边共同的活动过程,有教也有学,“教”要激发学生的学习兴趣;学要在教师引导、指导下去自主主动学习,只有这样相互配合,才能真正完成文化的传承。

(3)发展个性的功能。体育对人的个性发展具有多方面价值:首先,增进健康,这个道理不用多讲;其次,提高心理健康水平。体育运动过程是不断与困难和挫折作斗争,从而提高抗挫折能力和情绪调节能力;培养勇敢顽强的意志品质;在运动中不断克服困难,在超越自我的经历中,学生会体验到进步或成功的喜悦。从而能形成客观评价自我的习惯和能力,增强自尊心和自信心,形成积极向上、乐观开朗的人生态度,这是对学生一生最重要的。再次,增强社会适应能力。体育是人的社会化的重要方式,通过体育学习的交流、合作,共同探讨自我、群体和社会的责任感得到加强;合作精神与竞争意识同样得到加强;培养了对他人的尊重和关心。总之体育本身所具有的特点和功能,具有不可替代的价值。国外一名著名的教育家指出:“体育的任务是要把所有潜藏在人身上的天赋的生理力量全部发挥出来。”我们同样也认为:它也有助于人的智力和非智力因素的挖掘,这就是体育功能。

概述:政治功能为祖国,经济功能为人才,文化功能为社会,个性功能为发展。

(三)教育艺术

原意:一种达到娴熟、精湛境界,能巧妙地获得创造性教育成效的技艺。内容包括以下几个方面:

- (1)能自如地驾驭整个教育活动的过程,使它臻于和谐、完善;
- (2)能得心应手地运用各种教育方法和技巧;
- (3)能恰到好处地配合使用语言手势和情感;
- (4)能巧妙地运用教育机智处理教育过程中的偶发事件;
- (5)善于用自己的心灵去感化学生的心灵。

教育艺术来源于教师个人长期的教育实践,反映了对教育规律的深切的理解和掌握。教师的教育艺术,不仅能提高教育和教学质量,而且能给学生的智慧的启迪,美的享受和感情的陶冶。

解读:学校体育教育艺术含以下两个层面的效应。

其一,对学校整体而言,能通过各种体育活动对学生实施和谐的体育教育,使学校办学具有某些方面的较突出的体育特色,并能较完善的促进学生树立“健康第一”、“终生体育”现代体育观;能充分利用体育的各种活动激励、唤醒、鼓舞学生,并能让学生在体育活动中充分享受体育带来的愉悦,助其不断追求,不断向上的乐观性格的形成,使全体学生健康成长。比如,太原迎泽区校尉营小学的晨炼活动,教师把硬笔书法、古诗词集体朗诵和体育活动巧妙结合在一起,既保证了学生每天一小时的体育锻炼,而又结合锻炼进行了文化培养,进行了热爱祖国的爱国主义思想的培养,形成了独特的体育教育艺术。又比如,成都市龙泉中学冬季大课间的集体跑步,利用集体跑步的锻炼形式,进行“爱我班级”、“爱我学校”的人文思想教育,学生整齐划一的步伐,高亢起伏的口号声,步步进你胸怀,声声感人心,让观者深为激动,这就是体育教育的魅力。

其二,对个人而言,学校体育教育艺术是建立在个人体育教育才能基础上的升华。其主要表现在以下几个方面。

(1)能根据学校条件建立学校体育特长的特色体育教育。并能根据自身特点,不断努力建立个性特长的特色教育风格。无论是在群体活动,体育运动训练与比赛还是体育教学课



堂艺术方面,都有突出的个性风格。

(2)尊重学生,热爱学生,善于发现学生个性特长,能有针对性地实施专项体育教育,因材施教培养人才,有能根据情况变化创造性地进行教育的高超的教育机智。

(3)能充分表现出既是专项知识的传导者,又善于成为学生学习的合作者,是师也是友,既让学生尊敬,又能让学生亲近,充分表现出新一代人民教师的风范。

总之,体育教育艺术来源于学校体育教育实践,实践出真知,实践出人才,实践出“艺术”。对个体而言,体育教育艺术也源于体育教师对体育工作的热爱和执著。体育教育艺术不仅能提高各项学校体育教育工作质量,也提高了学校教育艺术。学校体育教育艺术能极大地感染学生,给予学生美的享受和情感熏陶,促进学生健康成长。

概述:娴熟教育成艺术,精湛境界创艺术,巧妙获取靠艺术,创造教育促艺术。

(四)教育才能

原意:培养人的知识、经验与能力的总称。主要包括以下几个方面。

(1)厚实的文化科学基础知识、技能或某类学科的专业知识、技能;

(2)必要的教育理论知识,懂得教育的规律、原理和方法;

(3)善于接近、观察学生与了解学生,能洞察和理解学生的内心世界,取得学生的信任;

(4)有随机应变取得良好教育效果的机智;

(5)较强的组织能力,善于协调来自各方面对学生的要求,引导学生自主地开展各种活动;

(6)良好的口才,能明确、系统、具体、深刻地阐述问题,启发学生独立思考,解决疑难;

(7)坚强的自制力,能控制自身的喜、怒、哀、乐,在学生中始终表现出一个教师应有的模范行为;

(8)丰富的想象力和预见力,善于设计教育与教学活动,预见其可能遇到的困难和发生的问题,设法预防与解决,以达到预期的目的。

解读:教育才能是学校教育艺术的基础。体育教育才能是体育专项活动表现出来的教师个人才华在体育教育中的总体表现。体育教育才能除了要服从教育才能的一般内容要求外,还具备以下学科特点的要求。

①要有比其他学科要求和具备更高的活动组织能力。体育教师是学校一切大型活动和体育专项活动的组织者和现场指挥者,这就要求必备高超的活动组织能力,队伍的调动要指挥自如,口令的下达要准确洪亮,通达到每个学生、每一个角落。一般而言,队伍的精神面貌,队伍的整齐划一,都是要通过指挥者的指挥艺术去激发和调整。它要求除了指挥者的评议类口头评议要具艺术性外,还应有口哨语言的补充与延伸,这是体育专业必备的特殊才能。现实中,有很多青年教师还基本不会用口哨去“说话”,失去了体育专项才能,必须尽快学习,尽早的在体育专项活动中,用好口哨这门独特教育工具。另外,体育课堂教学主要是在室外进行的教学活动,无论在活动范围和身体活动都比室内广得多,也扩展得多;学生热情投入也丰富得多,要在这样的动态变化情境中有效地组织教学,其难度也相应大得多。所以,教学组织才能也有更高的要求。

②有比其他学科要求更高的因材施教的教育能力。同一个班级,甚至同一个年级实施同一个教案的教学活动,因学生身体条件、心理素质的差异比其他学科难度要高得多。如何有针对性地进行统一教学和差异教学,使每一个同学都受益的教法选择也更具挑选性。要分别对待、分别组织,就必须要求教师教学要具有创造力,不能墨守成规,不能生搬硬

套；要具有善于捕捉零散信息、综合考虑教学的体育教育才能。

③室外活动必然造成学生心理活动的复杂变化，如何实施有效教学方法以提高学生心理健康水平的任务，也比其他学科大得多。体育教学在和谐、友爱、充满激情中进行，会使学生有激励感并能享受体育的乐趣。与困难斗争，征服困难，占用自我的过程会使学生更坚强、更勇敢地面对未来的社会考验，促进各种心理素质的提高，增强了自尊、自强和自信心。

总之，体育教育才能，不完全是先天的给予，它更多的是依靠教师本身的责任感和对本职工作的热爱，是后天努力而来的，是要经过长期不懈努力才能获得的技能。

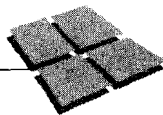
概述：“才能”有专业知识，“才能”懂教育规律，“才能”有教育机智，“才能”启发解难疑。

(五)教育机智

原意：一种善于根据情况变化创造性地进行教育的才能。构成教育艺术的主要因素之一。包括两个方面：在教育教学中，有高度的灵活性，能随机应变、敏捷、果断地处理问题；有高度的智慧，能巧妙地、精确地、发人深省地给人以引导、启示和教育。一个教师的教育机智是在长期教育实践中，经过磨炼，结合学习教育科学理论，逐步形成的，是其经验、才识、智慧的结晶。

解读：体育教育机智是体育教育艺术的主要表现因素之一。

体育教育机智在体育教学课堂上，表现出课堂教学调控的灵活、巧妙、敏捷、精确的特征，是教师教育才华与教学经验的有机结合。体育教育机智更多的表现在体育教学活动之中。体育课堂教学是一个由多方因素构成的复杂的过程。它有师生之间教与学的和谐；有生生之间的同伴合作学习的和谐；也有人与环境(场地、器材、气候变化等)之间的和谐；还有健康目标和体育技术目标的发展协同和谐。同时体育教学课堂是一个变化万千、丰富多彩的动态环境。它不像其他自然学科的科学，学生主要是动脑的学习，身体基本处于一种静止状态。而体育是脑、体的结合，大多数时间是身体的剧烈活动变化大于“脑”的活动变化。所以，体育教学难度增大，教学管理和调度也加大；教学方法、手段的实施更为复杂，要求也更应准确。体育教学活动中的问题会随时出现，“险情”也会经常产生，这就需要教师在教学方法和整个过程中能随机应变，果断处理问题。能巧妙地、发人深省地给予学生引导和教育。所以，体育教师的课堂教育机智的表现，直接影响教学质量，是对体育教学格外重要的教育才能。比如，在进行体操支撑跳跃的教学练习中，教师发现学生学习热情特别高，学生一个紧跟一个练习，甚至前面一个同学还没有安全落地，后面同学已经助跑起动。这虽然是学生学习主动性的表现，但同时也最容易出事故。所以，教师必须制止如此练习。那么，如何使学生既能安全锻炼，同时又不伤害其积极性呢？这时，教师可以让学生暂停下来。首先，表扬学生练习热情，同时提出合理安全练习建议，让前面同学安全落地后，后面同学才助跑起动。这样同学之间既能互相观察，互相帮助，提出问题，纠正问题，又能保证安全。这种教师的即时引导，就是教育机智的表现。又比如，在实际教学活动中，有时也能碰上这样的情况：学生不按教师的要求或规定动作去自主练习。如果生硬地批评，一来伤了学生自主学习积极性；二来又容易引起该学生情感上的不满，影响师生和谐关系，也影响继续学习。这时教师可以想一个办法间接“批评”，可以以表扬的语气“赞誉”学生的动作，能动脑筋，在教师布置任务的基础上去发展动作。同时也告之：同学们也可以学习这个动作，但不是今天，老师以后会专门安排时间练习。今天的规定动作掌握好，今后还能发展更多的技术动作。还可以问一句：“同学们，你们说好吗？”这种亲切的语气，学生在情感上一定会接受，并能改变自己，更好的完成本课技术动作的学习目



标。这也是一种处理问题的教学机智；再比如，在体育教学过程中，因存在很多不确定因素，很有可能在师生之间发生矛盾，甚至造成学生顶撞教师的现象发生。这时教师千万不要发脾气。也不要急于去解决问题，不要非弄清是非曲直不可。更不要当着全班同学的面去批评学生。这样做只能加深矛盾，不好收场。教师此时就要运用教育机智去缓解或转化矛盾，把问题放下来，让学生继续学习。等课后去解决，等学生“气”消下来以后再去解决。这不单是一般处理问题的方式、方法，而且是典型的教育机智的表现。一个优秀的、有经验的教师，就应具备这种浓厚的教育机智。

总之，教育机智与教育才能一样，不是主要靠先天的“赠予”，而应是从教师的教学实践中去总结、完善，最后在经验的总结中形成个人的教育机智。

概述：随机应变灵活性，敏捷果断坚决性，智慧巧妙精确性，引导启发创造性。

(六)主观能动性

原意：亦称“自觉能动性”，指人的主观意识和活动对于客观世界的积极作用。包括能动地认识客观世界和能动地改造客观世界，并统一于人们的社会实践活动中。辩证唯物主义科学地说明主观能动性和客观规律的关系，既重视发挥人的主观能动性，又强调遵循客观规律。在教育和发展方面，学生的主观能动性有不可低估的重要作用。学生发挥了自身的主观能动性，才能更好地吸取知识、信息，并运用知识进行创造，使自己得到发展。在同样的环境和教育影响条件下，学生主观能动性发挥的程度不同，每个学生的发展就不同，甚至差异很大。

解读：个体自主的意愿为“主观”，个体积极主动的投入性为“能动性”。主观能动性就是个体自主、自觉积极地投入认识世界和改造世界的心理过程。在教学活动中，学生投入程度的大小，决定了学生发展程度的高低。

主观能动性在体育教学过程中，表现在教师的“教”和学生的“学”两个方面：

(1)什么是教师教学的主观能动性呢？其表现特征人们已认知颇多，在此不一一列举。我们在这里强调的是影响教师主观能动性发挥的主要因素是教师的教学情感，包括教学的激情和对学生的关爱感情。教师不能把个人情感上的喜、怒、哀、乐等带入课堂。进入课堂后就一定要有激情，反映出你的责任心和事业心；反映出对学生深深的爱惜之心。没有激情的课，就像白开水一样淡而无味。没有感情的投入，就没有教师的主观能动性的发挥，同样也调动不了学生的主观能动性。

(2)什么又是学生学习的主观能动性呢？在同等条件下，主观能动性的投入程度大小，取决于个体非智力因素（学习中的非认知因素），即爱好、兴趣、动机、情感、意志和个性特征，等等。过去，我们的体育教学比较重视教师的主导作用，注意“三基”的培养和提高。其实，这本身并无错，但在如何提高学生学习效果上，从非认知因素方面的考虑较少或者根本没有考虑。现在，课改的真正意义就在于教学应更多地从学生“学”的方面入手，突出学习要素中的学生主体性。加强非认知在教学中的作用，提高学生学习兴趣、爱好，提高投入积极性，从情感因素下手调动学生学习参与的主观能动性。从而让学生真正学到知识，会学知识，自我提高。

从词条原意中我们看到：在同样的学习环境和教育因素影响下，学生主观能动性发挥程度不同，每个学生的发展就不相同，甚至差异很大。那我们如何使学生的学习主观能动性都能得到充分发挥呢？那就得因材施教。就应根据不同的个性特征去有的放矢安排教学；改变学习环境和教育因素的影响，加大激发力度，增进学生激情投入，从而获得更大的主观能动性。可是，我们的教学受班级学生容量的影响，不可能实施对学生个体有分别、有针对性的指导与学习。解决共性，面向全体学生的教学还应是主要的。那怎么具体安排呢？

我们的建议有两点：其一，在教学时间安排上，面向全体学生教学的时间不要过“满”，要留出个体指导、学习时间。从比例上说，最好三分之二时间面向全体学生，三分之一的时间为分别学习和个别指导。其二，在教学方式上，课前了解学生的情况，“同质”者应尽量编为一个组。按若干组的不同情况，分别制订单元计划和课时计划，因材施教。当然，分组也不能太多，最好不超过3~4个组，不然课堂上教师没法分组指导。在小组划分上还要尽量注意以下几点：

- (1)每个小组都应有学生学习骨干，在教师不在场时，能组织教学活动；
- (2)要注意学生的分组“心向”，尽量保持同一“心向”的学生相对集中；
- (3)要慎用按能力分组办法，绝不能有损“学习困难生”的人格。如果安排不当，不但不能增强主观能动性，反而伤害了参与积极性。

总之，如何发挥全体学生学习的主观能动性，是我们备课的重点方面，也是我们选择教学方法的主要出发点。我们必须从简单的“为教技术而教学”的观点中解放出来，转变到为学生全面发展；为教师、学生树立“健康第一”、“终生体育”的新体育教育观上来。尽最大努力去发挥学生主观能动性，对我们新的教学至关重要。

概述：主观能动性是核心，客观规律要遵循。辩证唯物论来指导，教育环境能促进。

(七)因材施教

原意：在共同的教育目标下，针对受教育者的个别差异和具体特点，采取不同的教育措施。始倡于中国古代教育家孔子。宋代朱吉普将孔子在这方面的思想和经验概括为：“孔子教人，各因其材。”长期以来，形成为中国教育的优良传统，公认的一项教育原则。贯彻这一原则，要全面深入地了解每个学生，系统掌握其成长发展的资料。在教学工作中，注意对个别学生进行特殊培养，采取能力分组以及组织兴趣小组等；在思想品德教育中，针对由不同遗传素质、家庭环境、社会关系、个人经历等所形成的不同个性特点，有的放矢地进行教育。

解读：因材施教，广而言之是指对人的方方面面的成长教育。要因人而异，要实施不同的培养手段、措施和策略使人成才。就如上述“孔子教人，各因其材”。另外，我们在此也有另一种解读。对于学校而言，开展体育活动一定要根据以下几点。

(1)学校的客观条件不同，采取的方法也应不同。比如，场地的大小、器材的多少、学生条件和爱好等。不能生搬硬套别人的经验。大场地有大场地的气势；小场地有小场地的灵活。只有符合自己客观条件的才是最好的。

(2)要根据学校教师的特长，去选用和开发“校本运动”，要搞出自己的体育项目传统。传统的概念有两条：其一是学生喜爱和追崇的运动，是有群众基础的运动，是能培养出人才的运动；其二是你的师资队伍具有此专长的运动，或是能发挥体育师资才华的运动，名师出高徒。

我们从狭义而言，是指体育教师本身的“因材施教”和对学生教育的因材施教。前者是从一个新的角度去分析因材施教，是指体育教师在学校开展的各项体育活动(包括体育教学)，一定要充分发挥自己的特长，要因(根据)自己的才能去对学生的教育(教学)。要树立自己的威望，要有大批的拥护者(按当代语言说，要有“粉丝”)。只有学生佩服你，他才能听你的，你的工作才有可能“出色”，否则将是平庸的。一个没有特长的体育教师，没有自己的专长项目，也一定没有学生的拥护。学生的认可度将直接影响体育工作的顺利开展。所以，我们要求从事学校体育工作的人，一定要有自己专长，有能被学生佩服的专长，你也才能因你的“才”去“施”你的教。体育教学是学校体育工作的主战场，这是无可置疑的。但在学校体育工作中，因材施教的另一个重要方面是学校运动训练。每一个体育教师都要



根据自己的专长去搞运动训练工作,去搞运动成绩提高工作,一来是培养人才;二来是树立个人工作威信。体育教师获得的这种威信将会在学生中一代一代地下传,这对工作是十分有利的。曾经有一个学校搞过一种试验,为了使体育教师工作精力更集中、更专一,将教师分成两种:一种只教课不搞训练(课时多些,课时费高些,不要训练补贴);另一种只搞训练不教课(没有课时费,只拿训练补贴和比赛奖励)。经过一段时间的实践证明:只搞运动训练的教师,在学生中威信高,学生“佩服”;而只抓教学的老师,学生认为没有“本事”,因而威信下降,也直接影响了教学工作。所以,我们讲:体育老师一定要具备个体体育专长,此专长越“高级”对学校各方面的体育工作更有利。你也才有“资格”去因材施教。

关于对学生的教育要实施因材施教问题,前面已分析了很多,在这里就不再重复表述了。

概述:各因其材认差异,激发学生有热情。教师才能要发挥,挖掘潜力都受益。

(八)人文主义教育

原意:亦称“人道主义教育”。欧洲文艺复兴时期人文主义者提出的一种以人道反神道、强调尊重儿童、注重使儿童身心全面发展的教育思想。人文主义教育思想以重视儿童和尊重儿童个性为特征,以发展儿童的人格为任务,提倡儿童身心全面发展,德、智、体并重,反对中世纪的“肉体是灵魂的监狱”的观点,不仅恢复体育,并把美育也作为教育的重要内容。注重儿童身心特点和个别差异,反对教会学校的强迫纪律、严酷体罚、死记硬背,采取诱话法、直观教学和参观旅行等新方法进行教学,以激发学生学习的兴趣和主动性、积极性。

解读:人文主义教育就是尊重学生,注重学生身心全面发展的教育。

人文主义教育在学校体育教育方面的主要体现,也应该是尊重学生个性特征,发展学生身体,促进身体技能和心理素质的全面发育的教育。要尊重学生的个性特征,那么,何为尊重呢?现在有一些学校的个别老师,打着要激发学生兴趣,发扬个性特点的幌子,在进行体育课堂教学时,学生喜欢打篮球的就让去打篮球;学生喜欢踢足球的就可以去踢足球;女生不喜欢剧烈活动的就“踢毽子”、“跳房子”,甚至什么也不干,互相聊天。这就是尊重学生了吗?不!这是“放羊课”,是不负责任的放任自流课。如任其发展下去,最终耽误了学生最佳发展期而害了学生。一时的放任,学生终生受害。

我们知道,体育课是一种发展技能学习为主的课程。教学是有目标、有计划、有学习方法安排的教学活动;是在教师引导、指导下的学生学习活动。没有“主导”,也就没有什么“主体”之说。也就是说,没有教师的“教”,就不称其为教学活动了。当然,反思我们过去的教学,过多、过重地强调了教师的主导作用,追求教学的规范化、标准化、整齐统一化,教学多半表现出的是“强制”性学习。不管学生喜欢不喜欢,必须这样跟我学。现在看来,不从学生主体去研究教学,安排教学,实质就是对学生的不尊重。我们的课程改革,不是不要教师的“教”,而是强调应如何去“教”;不是不让学生学习运动技术,而是要从学生的主体出发,考虑和选择让学生如何去学技术。其实,没有技术的课,学生也不会喜欢;不教学生运动技术的老师,学生一定不会认为你是他们心中的好老师。尤其是初中的学生,越含有有技术难度的运动学习,对他们更是一种积极“刺激”,更能激发学生学习兴趣与动机。

那么,如何体现出在体育教学过程中,对学生个体的尊重呢?其实很简单,承认学生之间的差异就是一种尊重。而学生之间的差异主要表现在以下两个方面:其一,学生受先天遗传影响给学生带来的身体发育方面的差异;其二,学生后天受各种环境影响,带来的运动需求和运动表现的差异。前者是无法改变的;后者还可以通过教师的启发、引导、指

导而改变。如果体育教学能考虑到学生学习的这些差异选择教学方法,让每一个同学都受益,就是对学生差异的承认和尊重。比如,我们在进行跨越式跳高的教学时,同一个班级,由于受先天遗传的因素影响,有身高达1.8米的学生,也有身高只有1.5米的学生(还不考虑胖、瘦因素),统一跳高度为1.2米的横杆,前者是轻而易举、不费吹灰之力一跃而过,实质得不到锻炼;后者就可能怎么跳也过不去而望洋兴叹,失去了信心和勇气,两者均未受益。这时,教师就必须安排不同高度的横杆,供学生选择,这就是尊重。又比如,教师安排中长教材的教学。学生因为兴趣和自我能力的估计,表现出来的可能就是积极认真,情绪高昂的,也有消极惧怕的。教师可以在教学方法上采用分段式,将长距离分成若干段来进行。各段之间安排一些游戏或有兴趣的活动来调节。乐于表现的在各分段跑中可以充分展示;能力差的,通过各段之间的调整来激发,也能逐渐跑起来,最终使学生人人受益。这也就是对差异的一种尊重。

总之,人文主义教育是尊重学生,承认差异,是激发学生学习兴趣、主动性的教育。在体育教学中,应用人文主义教育,能使学生身心获得全面发展,是现代教育观的体现。

概述:尊重儿童是人道,发展人格为第一。尊重承认有差异,发展兴趣全得利。

(九)发展潜力

原意:亦称“人的潜力”。人的生理可能具有而尚未实现的能力。20世纪初,美国心理学家詹姆斯认为,普通人只用了他们全部潜力的极小部分,又说,与我们应该成为的“人”相比,我们只苏醒了一半。我们只运用了自己头脑和身体资源中的极小一部分。人类学、心理学、逻辑学、生理学的最新发现证明,人只利用了100亿~150亿脑细胞中的一小部分。研究还证明,阻碍人的各方面潜力实现的主要因素有早期营养不良及文化环境分管,错误的教育,对人的本能的压制,缺乏自信心,怕冒险,怕犯错误和墨守成规等。美国心理学家马斯洛认为,人的本质中有一种发展的趋势,还有一种倒退、害怕发展、不能自我实现的反趋势。如果有良好环境和教育条件以及自我实现的强烈需求,人的才能将发展到前所未有的高度。

解读:我们通常对一些学生的评论,往往是某某人有发展或者是某某人没发展。这里讲的发展实质就是指发展潜力。

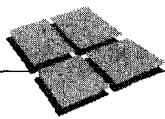
我们从发展潜力的原意中,已经了解到影响人的发展潜力因素主要有四个方面:

- (1)早期营养不良和文化环境贫乏;
- (2)错误的教育对人体能的压制;
- (3)缺乏自信心,怕冒险,怕犯错误;
- (4)墨守成规。

第一点:早期的营养不良和文化环境贫乏,一般而言是受家庭和社会环境影响,是社会问题,教育往往无能为力,这一点在此不做深入分析。

第二点:错误的教育和对体能的压制,这就是我们教育的问题了,值得反思。我们过去办事,包括教育,一般都采用“一刀切”的简单方法。就拿体育教学来说,统一教材,统一教学方法,统一考核标准及教师的统一评价。在这种统一规范下,不考虑学生个性特征以及个性差异。陈述或教学的统一灌输,使体能差的“受不了”,而体能强的又受到一定程度的压制。“吃不了”、“吃不饱”同时存在。打击了学生自主参与的积极性,阻碍了学生潜力的发展。

第三点:缺乏自信心,怕冒险,怕犯错误。我们第二点中讲的“吃不了”的学生,久而久之,必然会失去对运动的兴趣,同时也失去了对自己的自信心。而现时,在贯彻新课标的工作中,部分教师错误地理解了新课标提出的“降低技术难度的要求”。在教学中不教运



动技术了,更不教带有难度的体操项目了(比如,单杠、双杠、技巧、支撑跳跃等)。采取了不负责任的“放羊”或只安排娱乐性教学内容,这种错误的教学,使学生失去了敢于面对困难的锻炼,失去了对学生顽强、勇敢精神的培养。没有一丝的“冒险”和“勇气”,也没有了责任心。这种做法同样阻碍了学生的潜力发展。

第四点:墨守成规,一是我们教师的教育教学墨守成规,带来了学生学习的消极对待。没有创新的教育,如何培养创新人才。有的教师,几十年一套,班级学生不断地变化,他教育、教学方法一成不变,这怎么能发展学生潜力呢?二是墨守成规的教育方法,使学生失去兴趣,失去创造的思维。死记硬背的教育,当然激发不了学生的学习兴趣,失去了敢于“闯江湖”的勇气。2009年5月,我看了一条新闻报道:2008年的大学毕业生,现仍有二十余万在家闲着,沦为“啃老族”。无论是何原因,起码说明这些大学生没有勇气去社会上闯一闯,没有艰苦奋斗、发奋图强的精神;没有勇气和自信心挖掘自己的发展潜力。这不得不引起我们教育的反思,也包括我们体育教育教学的反思。应该说:我们教育(包括体育教育)的最大功能,就是尽最大努力去挖掘人的发展潜力,使人的才能发展达到前所未有的高度。

概述:人的潜力靠开发,营养环境影响大。教育唤醒是关键,强烈需求潜力挖。

(十)发展的内因

原意:通常指心理发展的根据或内部矛盾。在个体与客观事物相互作用的过程中,由客观事物(社会生活条件和教育等)向个体提出的要求所引起的个体的新要求 and 个体已有心理发展水平和心理状态之间的矛盾,是个体心理不断向前发展的动力。已有发展水平,指个体以前形成的认识水平或特征,即过去反映活动的积累,过去在脑皮层形成的暂时神经联系,过去外界条件影响的结果。它是进一步接受外界条件影响的基础。新的需求,指当前社会环境和教育的要求在主体内部的反映,一般表现为动机、兴趣、爱好、志向等。由于社会生活条件和教育要求总是不断变化发展,不断增强新的内容,因此,个体内部新的需要也不断出现,同已有发展水平不断形成矛盾,从而推动个体心理的不断发展。

解读:在解读发展的内因之前,我们必须首先认识什么是“发展”。一般来讲,将属于身体方面的变化叫“成长”、“发育”,将心理方面的变化才叫“发展”。身体发育包括机体正常发育和体质增强。心理发展包括:认识的发展,如感觉、知觉、记忆、思维等的发展;意向的发展,如需要、兴趣、情感、意志等的发展。认识是人脑对客观世界的反映,而意向则是人对待客观世界的态度。人在认识客观事物的同时,形成对待该事物的意向和态度。这就是发展的内因。可见发展内因就是心理方面的发展过程和需求,它是包含着认识和意向两个方面的心理变化。所以,我们的体育教育(教学)既要使学生认识方面得到发展,又要使学生意向得到发展。

新课标的基本理念是以学生发展为中心。那么,促使学生发展的内部条件,是要满足学生认识的发展和意向的发展。要使学生在学习过程中,要有感觉、知觉、记忆、思维等认识目标,同时也要有需要、兴趣、情感、意志等的意向基础。这样的体育教学过程才是对学生成长发育的发展。我们就拿“放羊课”来说,没有教学目标,没有教学手段,放任自流没有认知的发展。其实你别看学生对一时的“自由”给予拥护,但绝不是学生意向方面的兴趣和意志的表现,是对我们过去教学的“生硬”、“死板”的情感发泄。这种所谓的兴趣、爱好,绝不能持久。因为学生内部的求知欲会在一定时间发挥作用,会逐渐厌倦和回避这种无教学方法和过程的教学形式。真正要学生通过体育教学得到发展,就应满足学生发展内因,即认知的发展和意向的发展。在教学中要传授知识,要传授运动技术,要满足学生内部的“求知”需求。当然不能是灌输式,而必须从学生主体如何“学”出发,用创新教学方

法激活学生学习意向, 满足需要、提高兴趣、加深师生情感、形成个人意志。同时, 我们也应清楚看到, 各种不同的意向和态度对于认识活动的发展产生很大的作用。只有有兴趣、有情感、有意志的投入, 才能使体育教学能激发学生认知、记忆和思维, 真正从发展中培养人才。

其实, 体育锻炼的身体发育与体育教学中的心理发展是密切联系的。脑是心理的器官, 身体的发育又有促进脑的神经系统的发育变化, 反过来又能制约着心理的活动和发展, 心理发展在一定程度、一定范围内对身体发育也产生影响。所以, 无论是在理论和实践中, 身体的发育和心理的发展都是密不可分的, 互相制约。

概述: 内因是发展需求, 需求促使人前进。内因是发展意向, 意向产生驱动力。

(十一) 发展的外因

原意: 通常指个体心理发展的外部条件, 主要指环境 and 教育。个体心理发展只有在适应外因条件下, 才能实现。

(1) 外因是心理发展的可能性变为现实性的必要条件。生来具有健全头脑和器官的婴儿, 无良好环境 and 教育, 不可能正常发展; 脱离社会环境 and 教育, 不可能向人的正常方向发展。

(2) 外因条件决定个体心理发展水平、速度、方向 and 个别差异。不同时代人们心理发展水平的差异, 是由社会生产和文化教育的不同发展水平决定的。相同条件的两班儿童, 由不同水平、素质的老师用不同的观点和方法教育, 两班儿童的发展速度、水平、方向都会出现差异。

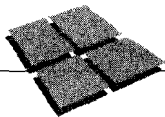
(3) 一定的外因是激起心理发展内因活动的条件。外在环境 and 教育影响引起个体产生新需要, 从而形成新需要与原有心理发展水平之间的矛盾。这种矛盾活动是心理发展的内因。

(4) 外因对发展的影响是通过内因来起作用。

解读: 通过以上的发展的外因原意, 我们明白了以下几点。

(1) 营造一个有利于内因发展的外部环境是心理发展的可能性变为现实性的必要条件。我们现在的体育教学, 要求要以学生发展为中心。要激发学生学习体育的兴趣、爱好、动机 and 意志。那么, 要达到此目的应营造的一个可能实现的外部环境是什么呢? 答案是教师教育观念的转变: 在整个教育过程中, 要从过去被动的执行者, 变成能主动结合个人与学校的实际, 实施有针对性教育的决策者; 在对课程目标认识上, 要从唯一关注学生的运动能力提高 and 成绩达标, 变成全面关注学生身体健康发展; 在对教师主导地位的认识上, 从过去强调接受学习、机械训练, 转变到从强调“教”到强调“学”, 从灌输到引导、指导上来, 让学生能自主学习。从单纯教运动技术的教师, 转变到为促进学生全面发展的, 真正意义上的教师; 从师道尊严转变为学生学习的合作者, 等等。

(2) 要根据发展的阶段性、差异性去营造一个适宜的促进内因发展的环境。首先, 个体发展是一个由量变到质变的矛盾运动过程。代表新质的量积累到一定程度时, 就取代旧质而居于矛盾的主要方面, 也就是量变发生了质的飞跃, 表现出发展的阶段性。所以, 我们的体育教学一定要根据学生学段 and 年龄的不同而带来的认知、思维、个性和活动特点的不同, 严格掌握从量变到质变的转化, 有的放矢, 因材施教。其次, 正常的人, 从幼儿到儿童, 又从儿童到少年至青年, 其发展的速度、水平以及发展的优势领域千差万别。表现模式有三种: 第一种是不同学生的同一方面发展速度和水平各不相同, 有的较早, 有的则较晚, 就体育方面来说, 有的身体素质发育较快, 有的则较慢, 所以很多在小学阶段不“显眼”的学生, 到中学反而成绩突出了。第二种是不同方面的发展相关关系存在差异。有的灵活性强, 反应快; 有的则力量比同龄人大得多。第三种是不同青少年儿童具有不同的个性



心理倾向,在同龄的学生中也具有不同的兴趣、爱好和性格。比如,有的喜欢带有强烈刺激的对抗性运动:篮球、足球、跑步等;而有的则喜欢安静的动脑运动,各种棋类活动等。因此,必须营造适合各种差异发展的外部环境,才能促进内因的发展。我们的体育教学,无论是教学方法或教学目标,都不能搞“一刀切”,一定要实施有针对性的“差异教学”,才能使全体学生都受益。

(3)要使学生的内因发展,一定要有外因的激发。也就是说,如果要使学生有兴趣、有情感、有意志地投入到运动中去,首先要改变的是教师实施的教学方法、手段和策略。不能墨守成规,要有创新,有强烈的外部环境的外因刺激。

(4)我们体育教学所制定的目标,围绕目标所采取的一切方法、手段和策略都是需要内因来达到目的。所以,教学的主体一定是主体学生,是存在着各种差异的学生,只有以学生的发展为中心,才能实现。教必须为学服务。

总之,外因是激起心理发展内因活动的条件,同时,外因发展的影响是通过内因来起作用。

概述:外是发展的条件,外又能被内改变。外通过内起作用,外激活内促发展。

(十二)情境教育

原意:教育方式之一。通过一定事件的形象描述或一定环境的设置、模拟、激发学生的情感和思维,使学生产生如临其境的逼真感,以达到一定的教育目的。相传中国古代孟子的母亲曾以断机杼的情境,教育孟子学习不可半途而废,可谓情境教育实例。美国教育家杜威认为传统教育失败的根本原因在于未能在教学过程中给学生提供“引起思维”的情境。他主张,教学过程的第一个要素就是“学生要有一个真实的经验的情境”。情境教育可以利用现有的富有教育意义的环境气氛,如进行爱国主义教育可参观祖国的名山大川、优美的传统艺术、古老的文化遗址以培养对祖国的浓厚感情;也可以有意识地创设教育情境,使受教育者得到感染和启发。如教学中常用评议方式提示教材内容本身存在的矛盾,日常概念和科学概念之间的矛盾,新课题和旧知识之间的矛盾,造成问题情境;或以活动方式通过观察自然、制作教具、实验演示等造成问题情境。以此激发学生的积极思维。良好的学校、社会、家庭环境和高尚的人际关系所形成的情境,可以使学生耳濡目染、潜移默化中陶冶性情,受到教育。

解读:情境教育是学校经常采用的,具有明确目的和形象刺激的一种生动,深刻有效的一种教育形式。周一早上的升旗仪式,模拟天安门国旗班的出旗,是爱国主义的情境教育;请消防官兵的模拟表演或类似的现场活动,是消防知识和安全防火教育的情境教育;幼儿园及小學学生的交通游戏是交通法规和人身安全的情境教育;学校周五下午的全校大扫除,是学校进行爱护环境、讲究卫生的日常行为的情境教育;还有组织学生外出参观等都是各种专题教育的情境教育。同样,学校群体活动,大课间活动既是一种运动锻炼活动,也是有组织地号召学生积极参与的集体情境教育活动。

总之,学校体育三大方面,无论哪一方面有力开展活动,都属于有明确目标的情境教育活动范畴。比如,学校开展的冬季长跑运动,提出的口号是“学习老红军,两万五长征”的模拟长跑,就是进行革命传统教育的情境教育,又比如,在北京奥运会前,很多地方的学校都开展了“奥运火炬传递”的象征性长跑,这也是一次情境教育。不但学生锻炼了身体、意志,而且是一次“爱我中华”的爱国主义教育。再比如,很多学校的晨炼,一般都采用集体跑的形式。我参观过四川成都市龙泉中学的清晨的跑步晨炼。真是一种有目标、有组织、有精神、有气势的活动。队伍整齐划一,口号响亮有力。400米大操场,队伍是外两层,内一层。满操场的脚步声、口令声、口号声,师生共跑的壮观场面非常震撼,非常感人。这