



基础教育新课程
教师教育系列教材

初中体育与健康 新课程教学法

季 浏 汪晓赞 主编



 高等教育出版社

基础教育新课程教师教育系列教材

初中体育与健康 新课程教学法

主 编 季 浏 汪晓赞
副主编 潘绍伟 谭 华 胡增萃



高等教育出版社

内容提要

本书根据《全日制义务教育体育与健康(7~9 年级)课程标准(实验稿)》的精神编写。为了使体育教师尽快理解和把握《课程标准》的精神,有效开展体育新课程的教学。本书不仅从理论上对当前体育课程改革中教师关心的一些主要问题进行了阐述,还特别重视从实践上对体育教师的教学工作进行指导。书中附有大量的教学案例,并有专家评析。主要目的是帮助体育教师消除在实施新课程中存在问题的一些模糊认识,改变传统的体育教育和教学观念、树立体育课程改革的信心。本书的作者既有《标准》研制组组长和核心成员,也包括课程改革实验区的体育教研员和教师。

本书是一本理论联系实际的体育教师培训用书,对正在和不久将进行体育课程改革的教师具有重要的指导作用,同时也可作为师范院校体育专业本专科生的教学参考书。

图书在版编目(CIP)数据

初中体育与健康新课程教学法/季浏、汪晓赞主编.

—北京:高等教育出版社,2003.7

ISBN 7-04-012354-1

I. 初… II. 季… III. 体育课-教学法-初中

IV. G633.962

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 038043 号

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 010-82028899

购书热线 010-64054588
免费咨询 800-810-0598
网 址 <http://www.hep.edu.cn>
<http://www.hep.com.cn>

经 销 新华书店北京发行所
印 刷 湖南印业有限公司

开 本 787×960 1/16
印 张 16.25
字 数 240 000

版 次 2003 年 7 月第 1 版
印 次 2003 年 7 月第 1 次印刷
定 价 18.00 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

381110

主编介绍

季浏 1961年5月7日生。博士,教授,博士生导师,华东师范大学体育与健康学院院长。现任教育部国家中小学体育与健康课程标准研制组组长、教育部全国高等学校体育教学指导委员会理论学科组组长、中国运动心理学专业委员会常委、上海市大学生体育协会副主席、上海市体育运动心理学研究会主任。迄今为止,主编《全日制义务教育体育(与健康)课程标准(实验稿)解读》、《体育教育展望》、《当代运动心理学》、《体育社会心理学》、《现代催眠术》等著作;在国内外杂志上发表学术论文70余篇;主持国家中小学体育与健康课程标准、国家哲学社会科学、教育部人文社会科学等项目的研究;主编全国中小学和高校《体育与健康》、《体育心理学》、《体育》教材共10本。2002年获教育部“高校青年教师奖”和高校公共体育课《体育与健康》国家教材二等奖。

汪晓赞 1972年9月生。博士生,讲师。现为国家中小学体育与健康课程标准研制组核心成员,在标准研制组中主要负责《体育与健康》课程评价的研究工作,主要参与教育部人文社会科学基金课题“中小学体育课程、教学和评价的研究”、国家哲学社会科学基金课题“全民健身对国民心理健康影响的研究”。曾参与编写《义务教育体育与健康课程标准解读》(已出版)、《体育课程与教学论》(即将出版),参与编写全国中小学和高校《体育与健康》、《体育心理学》、《体育》教材10余本,其中包括《体育与健康》课程标准实验教材(水平一~水平四)的编写,现正参与编写《普通高中体育与健康课程标准解读》。曾获2000年全国第六届大学生运动会科学论文报告会优秀论文二等奖、2002年全国第八届中学生运动会科学论文报告会优秀论文一等奖。

总序

《基础教育课程改革纲要(试行)》的颁布,标志着我国基础教育进入一个崭新的时代——课程改革时代。《纲要》从课程目标、内容等方面提出了改革的着眼点和最终归宿——“为了中华民族的复兴,为了每位学生的发展”。这一基本的价值取向预示着我国基础教育课程体系的价值转型。新课程顺应时代发展的需要,决心彻底扭转传统应试教育的弊端,以培养学生健全的个性和完整的人格为己任,努力构建符合素质教育要求的新的基础教育课程体系,明示了课程改革的基本理念。

1. 关注学生作为“整体的人”的发展。人类个体的存在是一个整体性的存在。个体存在的完整性不是多种学科知识杂烩的结果,亦不是条分缕析的理性思维的还原。第一“整体的人”的发展意味着智力与人格的协调发展。新课程努力改革既有课程过于注重知识传授的倾向,把统整学生的知识学习与精神建构作为具体改革目标之一,力图通过制定国家课程标准的形式代替一直沿用的教学大纲,把“过程与方法”作为与“知识与技能”、“情感态度与价值观”同等重要的目标维度,承认学习过程的价值,注重在过程中把知识融入个体的整体经验,转化为“精神的力量”和“生活的智慧”。第二,“整体的人”的发展意味着个体、自然与社会的和谐发展。新课程从整体主义的观点出发,贯彻自然、社会与自我有机统一的原则,致力于人的自然性、社会性和自主性的和谐健康发展,以培养人格统整的人。例如,新课程的一个亮点——综合实践活动课程,其内容的选择和组织就是围绕学生与自然的关系、学生与他人和社会的关系、学生与自我的关系三条线索展开。

2. 回归学生的生活世界。教育是发生在师生之间的真实生活世界中的社会活动,课程是学生的课程,课程教学应该在学生的生活世界中关注教育意义的建构、在现实生活中关注师生之间的对话与理解,追寻富有意义的、充满人性的

教育。新课程强调要“加强课程内容与学生生活以及现代社会和科技发展的联系,关注学生的学习兴趣和经验”,这从课程内容的角度确定了课程改革与学生生活的联系,认为课程不再是单一的、理论化的、体系化的书本知识,而是向学生呈现人类群体的生活经验,并把它们纳入到学生的生活世界中加以组织,赋予课程以生活意义和生命价值。新课程还注重学科知识体系的重建,凸现课程综合化的趋势,努力软化学科界限,展开跨学科的对话,强调综合性、加强选择性并确保均衡性。因此,新课程从结构上也倡导了一种回归生活世界的教育,所体现的不是分科的学科知识,而是综合的跨学科的知识 and 学问,注重社会生活、关照学生的经验和个体差异性,保证每位学生全面、均衡、和谐地发展。

3. 寻求个人理解的知识建构。课程教学必须建构知识与人之间的一种整体的意义关联,使之对个人的成长和发展产生意义。新课程首先确立了新的知识观,积极倡导学生“主动参与、乐于探究、勤于思考”,以培养学生“获取新知识”、“分析和解决问题”的能力,充分表明新课程不再视知识为确定的、独立于认知者的一个目标,而是视其为一种探索的行动或创造的过程。其次,新课程把转变学生的学习方式作为重要的着眼点,要求在所有学科领域的教学中渗透“研究性学习方式”,强调要尊重学生学习方式的独特性和个性化。再次,新课程还力图构建具有个人意义的评价方式,建立发展性课程评价体系,要求“发挥教育的评价功能,促进学生在原有水平上的发展”,将评价视为评价者与被评价者共同建构意义的过程,强调通过学生的主体参与发展自我反思能力,以提升评价的个人发展价值和保障知识生成方式的个性化。

4. 创建富有个性化的学校文化。对于课程改革来说,不仅仅意味着内容的更新、完善与平衡,更为重要的是意味着理想的“学校文化”的创造。学校文化的变革是课程与教学改革中最深层次的改革,“学校文化”的再生正是课程改革的直接诉求和终极目标。新课程正在致力于建立民主的课程管理文化,“实行国家、地方、学校三级课程管理,增强课程对地方、学校以及学生的适应性”,并提出开发校本课程,主张学校拥有课程自主权、教师是课程开发的主体、具体学校是课程开发的场所,这最能反映学校的具体情境和学生的学习需求,体现学校的特色和发展风貌。“三级课程管理”的理念赋予教师参与课程开发、管理课程的权力,有利于建设合作的教师文化,促使教师积极参与课程开发,展开交流和对话,打破原有独立作业的教学形态,培养教师的团队合作精神,逐渐在参与改革的教师之间形成“伙伴式的团队文化”,实现共同的教师专业成长。学校一旦形成民主的管理文化和合作的教师文化,整个学校就会显示出蓬勃的发展生机,逐渐营造出一种充满学校特色、丰富多彩的环境文化,更好地促进学生的主体发展、培养

身心的和谐发展。

新课程秉持全新的课程改革理念,在课程目标、课程功能、课程结构、课程内容、课程实施、课程评价及课程管理等方面都发生了重大变革,较原来的课程有了重大创新和突破。新课程的实施是我国基础教育战线一场深刻的变革,新的理念、新的教材、新的评价,强烈冲击着现有的师范教育体系,对广大教师和教育工作者提出了更高更新的要求。教师自身的理论素养和实践能力是决定课程改革成败的关键。这就需要中小学教师必须迅速走进新课程,理解新课程,确立一种崭新的教育观念,改进原来习以为常的教学方法、教学行为和教学手段,重新认识和确立自己的角色,改变课堂专业生活方式,提升课程意识,提高教师专业化水平。

由高等教育出版社出版发行的《基础教育新课程教师教育系列教材》,以基础教育课程改革的新思想、新理念为指导,贯彻《纲要》关于教师培养和培训的基本精神,主要宗旨在于促使教师更快地适应新课程理念下的学科教学。这套系列教材由参与基础教育课程改革的专家、教学法专家、各师范大学和省教育学院的教师或教研员以及实验区一线的优秀教师共同参与编写。教材所涉内容既充分反映了课程教学方面的最新进展和研究成果,又贴近一线教师的教学实践,为教师在职培训和师范院校本科生的学习提供了系统的学科教育观念、教学设计的策略以及课程教学的科学性知识。它既可作为教师在职培训的优秀教材,也可作为师范院校本科生乃至学科教学论硕士研究生的主要教学参考书,是广大教师更新教育观念、理解新课程标准、提高教学艺术的重要参考读物。本套系列教材的基本特点在于:

第一,以解读学科课程标准为立足点。这套教材充分体现基础教育课程改革纲要的基本思想,把新的课程标准的各项要求融入其中,紧密结合目前课程改革的经验和教师培训的需求,吸取各学科教学论的最新科研成果,既立足当前需要,又放眼长远发展,力图准确把握学科教育发展的脉搏,分析和介绍各学科教学的内容和特点,勾勒出学科教育教学的整体轮廓。教材所表达的学科教学发展的最新理念将对我国学科教学的转型产生一定的促进作用,而其分析和介绍的学科教学的实践模式亦将对我国新的课程与教学实践产生一定的促进作用。

第二,以加强新课程教师教育为出发点。本套教材从教师实用的角度解析新的课程标准,以培养适应新课程和新教材的新型教师为出发点,本着为中小学教师教学服务的原则,极力凸现如何使教师尽快适应新课程理念下的各学科教学。教材不仅展开了充分的教学理论阐述,而且提供了较为直接的可供读者使用的新课程典型案例和资料,具有较强的示范性、实用性和指导性,是一线教师

进行备课、教学等实际工作的有力助手,有利于积极促进教师教学方式与学生学习方式的根本变革。

第三,以实现学科重建为最终归宿。这套系列教材由70余册著作组成,涵盖基础教育的所有学科,分别针对小学和初中两个层次,根据学科教学论的内容,如教学策略、学习论、教学与学业评价等,全面阐释和分析了学科教学的一般理念和设计范式,呈现出一种崭新的学科样式。就整套教材来看,它是目前同类图书中最新的、最系统的产品,具有较高的质量和权威性,它的出版大力推动了我国学科教学论的理论研究和实践探索,也有效地推进了学科教学过程的优化。

教师发展是课程开发的中心。希冀广大教师以主人翁的姿态积极投入到实践新课程的浪潮之中,与新课程共同成长;盼望新课程的实施,进一步促进教师专业化水平的提高和教师教育事业的发展。让我们共同期待着中国基础教育课程改革的圆满成功!

钟启泉(教授 博士生导师)

2003年1月于华东师范大学

前言

《全日制义务教育体育与健康(7~9 年级)课程标准(实验稿)》(以下简称《课程标准》)的颁布,犹如一股春风扑面而来。它以先进的教育思想、全新的课程理念,给人以耳目一新的感觉,陈旧的教育教学观念、落后的教学内容和方法将成为历史。《课程标准》的颁布,对我国初中体育课程的改革和发展具有重要而深远的影响。

《课程标准》确立了“健康第一”的指导思想,树立了“以学生为中心”的课程理念,充分反映了教育改革和体育课程改革的大趋势,深受广大体育与健康教师的欢迎,激发了广大体育与健康教师参与课程改革的强烈愿望和高昂热情。但是,如何根据《课程标准》的精神,有效实施初中体育与健康课程的教学,特别是初中体育与健康课堂教学。基于这样的现实问题,我们编写了这本力图指导体育教师有效实施初中体育与健康课程教学的参考书。

从我们对广大初中体育教师的调查中了解到,面对大力推进体育课程改革的新形势、新任务和新要求,体育教师迫切需要改变传统的教育思想,树立新的教育理念,提高将知识转化为智慧,将理论转化为方法的能力。为了迎接这一挑战,广大体育教师需要不断学习新知识,掌握新方法,只有这样,才能更快地适应体育课程改革和发展的要求。

本书注重理论与实践相结合,在阐述新理论、新思想、新方法的同时,强调应用性和可操作性。例如,本书较为全面地阐述了与初中体育与健康课程有关的许多教学实践问题,如怎样改进学生的学习方式,如何制定水平、单元和课时教学计划,怎样实施新的教学组织形式和教学方法,通过怎样的方法评价学生的体育与健康学习和教师的课堂教学等,并列举了大量的教学案例,对广大体育教师掌握现代教学方法,有效地开展体育与健康实践课的教学具有重要的指导意义。

参加本书编写的既有国家中小学体育与健康课程标准研制组的核心成员,

也有参与国家基础教育课程改革首批实验区的教研员和一线体育教师。他们是:季浏(第一章),潘绍伟(第二章),胡增苹(第三章、第四章),陈文斌(第五章),俞晓明(第六章),汪晓赞(第七章),谭华(第八章),全书由季浏和汪晓赞统稿。

《初中体育与健康新课程教学法》是为了配合当前初中体育课程改革而撰写的一本书,主要阅读对象是初中体育教师,也可供研究初中体育与健康教学问题的人员参考。由于时间仓促和水平有限,书中难免存在不少问题,有些章节显得比较单薄,虽在有限的时间内作了统稿,但还会存在不少问题和不足,恳请读者批评、指正。

本书引用了不少学者的理论和方法,在此表示衷心的感谢。同时,由于编写时间仓促,书中如出现遗漏被引用者姓名和论著出处的情况,在此深表歉意。本书得到了高等教育出版社的大力支持,在此表示衷心的感谢。

编 者

2003 年 3 月

目 录

第1章 体育课程改革概述	1
第一节 体育课程改革的依据	2
第二节 国内外体育课程的改革与发展	11
第三节 我国体育课程标准的主要特征	22
第2章 初中体育与健康课程的目标与内容	29
第一节 初中学生的身心发展特征	30
第二节 初中体育与健康课程的目标与内容	38
第3章 初中生的体育学习指导	51
第一节 促进初中生有效学习	52
第二节 自主学习方式	62
第三节 合作学习方式	69
第四节 探究学习方式	72
第4章 初中体育教学设计	81
第一节 学习目标的设置与学习内容的选择	82
第二节 水平和单元教学计划的制订	89
第三节 课时教学计划的制订	96
第5章 初中体育课堂教学	119
第一节 课堂教学组织形式的选择与实施	120
第二节 课堂教学活动的组织形式	141
第三节 课堂教学方法的选择与应用	145
第6章 初中体育课程资源的利用与开发	153
第一节 课程内容资源的利用与开发	154
第二节 体育设施资源的利用与开发	171
第三节 自然地理资源的利用与开发	178

第 7 章 体育学习评价与课堂教学评价	181
第一节 体育学习评价	182
第二节 课堂教学评价	203
第 8 章 体育课程实验中值得探讨的问题	219
第一节 关于转变观念的问题	220
第二节 课程标准实验过程中的一些现实问题	227
主要参考文献	242

第 1 章

● 体育课程改革概述

- 体育课程改革的依据
- 国内外体育课程的改革与发展
- 我国体育课程标准的主要特征

中华人民共和国成立 50 多年来,我国初中的体育课程经历了 7 次改革,每一次改革都推进了体育课程的向前发展,并为新一轮的体育课程改革奠定了良好的基础。只有改革,体育课程才能建设得更好,才能得到更大的发展,才能在培养高素质的人才方面发挥更大的作用。新一轮的体育课程改革符合社会发展和基础教育课程改革的需要,符合国际体育课程改革和发展的大趋势,对推进我国体育课程的建设和发展具有重要意义。

第一节 体育课程改革的依据

一、社会发展对体育课程的新要求

随着社会的不断发展和科学技术的日新月异,人们的生产生活方式发生了巨大的变化,这种变化给人们的生活带来了舒适和便利,对提高人们的健康水平产生了积极的影响。据 1999 年世界卫生组织的统计,世界各国人均寿命在不断增长。然而,生产生活方式的改变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,出门靠出租车;在家动动手指、按按键盘就可以利用各种家用电器洗衣、洗碗、看电视等。同时,由于食物构成的改善,人们从食物中摄取的营养越来越多,从而造成营养过剩。在这样的生活方式下,身体的机能难以得到充分的利用,久而久之,便会退化,各种“富贵病”(如心脏病、高血压、糖尿病和肥胖症等)应运而生。例如,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;在加拿大人的死因构成中,心血管病居于首位。此外,发达国家中肥胖症极为普遍,美国有 6 000 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 65 岁以上的老人有 11% 是糖尿病患者。这些都是现代舒适生活的代价。

同时,随着生活节奏的加快,工作压力的增大,人际关系的日趋淡漠,加之交通的堵塞不畅和空气的严重污染,从而造成许多心理障碍和心理疾病,如孤独症、恐怖症、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症占总人口的10%,焦虑症患者的终身发病率为10%~15%。

由此可见,人们现在比以往更多地遭受身心问题的双重压力,从而感觉生活较累。特别令人担忧的是,青少年疾病具有成人化的发展趋势,少年高血压和少年糖尿病已成为危害健康的主要疾病。据世界卫生组织的统计,美国5~8岁的儿童中,40%存在着高血压和高胆固醇问题。我国青少年的健康状况同样令人担忧。1995年全国学生体质健康调查结果表明,我国学生的耐力、柔韧性、肺活量等10年来趋于停滞甚至有所下降,肥胖儿童及超体重儿童比例有所增加,城市学生近视率居高不下,农村学生近视率呈上升趋势,农村学生口腔保健仍处于较低水平,部分少数民族学生生长发育绝对水平依然较低,城乡之间、发达地区与相对不发达地区之间学生生长发育水平发展很不平衡等。2000年全国学生体质健康调查结果显示,学生的体能下降,耐力、柔韧性、肺活量在1995年比1985年下降的基础上又有所下降,肥胖率和近视眼患病率上升。

人们生活方式的改变同样对初中生的心理产生了深刻的影响。初中生既有独立意识、创新精神等积极的心理品质,也有自私、孤僻、自大、承受能力较差等人格障碍。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患的发生率呈直线上升的趋势。

造成初中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、营养过剩或营养不良、体育活动时间减少等,可以概括为“重、多、少、缺”,即“学生的学习负担重、课外作业多、睡眠时间少、体育活动缺”。约90%以上的中学生上课时间加自习时间超过了11小时,约50%的初中生睡眠时间不足10小时,半数以上初中和高中学生睡眠不足9.8小时,相当多的

学生不参加体育锻炼和户外活动。

除此之外,体育课程中存在的问题,也是导致初中生身心健康水平下降的重要原因。这是促进体育课程改革的重要社会因素。

二、国家基础教育课程改革的大背景

体育是教育的重要组成部分,初中体育与健康课程作为基础教育课程体系中的一个组成部分,必须服从基础教育课程改革的需要。只有这样,才能与其他所有的课程一起为培养出“有理想、有道德、有文化、有纪律的一代新人”作出自己应有的贡献。背离基础教育课程改革的理念和总体目标,孤立地进行体育课程改革,难以有效地发挥体育课程在培养人方面的重要作用。

我国新一轮的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开展的。1999年召开的第三次全国工作会议和国务院批转的教育部《面向21世纪教育振兴行动计划》,都提出了改革现行基础教育课程体系,研制和构建面向新世纪的基础教育课程教材体系的任务。2001年召开的全国基础教育工作会议和国务院作出的《关于基础教育改革与发展的决定》,进一步明确了新一轮课程改革的指导思想,并提出要加快构建适应时代发展要求的新的基础教育课程体系。根据全国教育工作会议的精神和国务院《关于基础教育改革与发展的决定》,教育部在《基础教育课程改革纲要(试行)》(以下简称《纲要》)中明确提出了新课程的培养目标:要全面贯彻党的教育方针,全面推进素质教育,体现时代要求;要使学生具有爱国主义、集体主义精神,热爱社会主义,继承和发扬中华民族的优良传统和革命传统;具有社会主义民主法制意识,遵守国家法律和社会公德;逐步形成正确的世界观、人生观、价值观;具有社会责任感,努力为人民服务;具有初步的创新精神、实践能力、科学和人文素养以及环境意识;具有适应终身学习的基础知识、基本技能和方法;具有健壮的体魄和良好的心理素质,养成健康的审美情趣和生活方式,成为有理想、有道德、有文化、有纪律的一代新人。国家教育部王湛副部长在《扎实推进素质教育,开创基础教育课程改革新局面》一文中明确指出:基础教育课程改革的各个环节都应自觉地为实现这一目标服务,而不应偏离这一目标。

为了实现这一培养目标,《纲要》还提出了基础教育课程改革的6项具体目标:

(1) 改变课程过于注重知识传授的倾向,强调形成积极主动的学习态度,使获得基础知识与基本技能的过程同时成为学会学习和形成正确价值观的过程;

(2) 改变课程结构过于强调学科本位、科目过多和缺乏整合的现状;

(3) 改变课程内容“难、繁、偏、旧”和过于注重书本知识的现状,加强课程内容与学生生活以及现代社会和科技发展的联系,关注学生的学习兴趣和经验,精选终身学习必备的基础知识和技能;

(4) 改变课程实施过于强调接受学习、死记硬背、机械训练的现状,倡导学生主动学习、乐于探究、勤于动手,培养学生搜集和处理信息的能力、获取新知识的能力、分析和解决问题的能力以及交流与合作的能力;

(5) 改变课程评价过于强调甄别与选拔的功能,发挥评价促进学生发展、教师提高和改进教学实践的功能;

(6) 改变课程管理过于集中的状况,实行国家、地方、学校三级课程管理,增强课程对地方、学校及学生的适应性。根据《纲要》的精神和现行的基础教育体育课程中的弊端,基础教育体育课程的理念、目标、内容、方法、组织、评价等都需要进行全面的改革。

三、我国体育课程的现状与分析

新中国成立50多年来,特别是改革开放以来,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,我国的基础教育体育课程改革取得了很大的成就。主要表现在:体育课程对改善学生的体质状况发挥了重要的作用;“增强学生体质”已成为学校体育工作者的共识;建立了一套较为完善、规范的体育课程管理体系,教学内容的选择性加大,“一纲多本”教材的多样化有所体现,教材质量逐渐提高;体育教学研究取得了长足的发展,在教学实践中出现了一些注重学生主动、积极、快乐学习的成功改革经验。以上这些为目前我国的体育课程改革奠定了一定的实践基础,提供了有益的经验。

我国的体育课程经历了50多年的风风雨雨,既取得了很大的