



欧美学科
教学法译丛

总主编：陈时见 张学敏

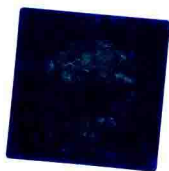
LEARNING TO TEACH PHYSICAL EDUCATION IN THE SECONDARY SCHOOL

体育教学法

[英] 苏珊·卡佩尔[Susan Capel]

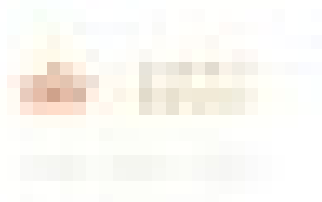
[英] 玛格丽特·怀特黑德[Margaret Whitehead] 编

黄菁 等译



重庆大学出版社

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



LEARNING TO TEACH PHYSICAL EDUCATION IN THE SECONDARY SCHOOL

体育教學法

著者 佐藤 孝一

発行所 東京大学出版会

ISBN 978-4-13-030000-0



東京大学出版会
東京大学出版会

欧美学科教学法译丛

总主编:陈时见 张学敏

体育教学法

编者 [英] 苏珊·卡佩尔 (Susan Capel)

[英] 玛格丽特·怀特黑德 (Margaret Whitehead)

主译 黄菁

参译 (按照姓氏笔画排列)

王惠珍 刘婧 刘承宇 张国栋

陈雅清 唐榕 黄菁

译校 刘承宇 谢翠平

审校 刘承宇

重庆大学出版社

Learning to Teach Physical Education in the Secondary School 3rd Edition/by Susan Capel and Margaret Whitehead/ISBN: 978-0-415-56164-8. Copyright@ 2010 selection and editorial material, Susan Capel and Margaret Whitehead; individual chapters, the contributors.

Authorized translation from English language edition published by Routledge, part of Taylor & Francis Group LLC; All rights reserved; 本书原版由 Taylor & Francis 出版集团旗下, Routledge 出版公司出版, 并经其授权翻译出版。版权所有, 侵权必究。

Chongqing University Press is authorized to publish and distribute exclusively the **Chinese (Simplified Characters)** language edition. This edition is authorized for sale throughout **Mainland of China**. No part of the publication may be reproduced or distributed by any means, or stored in a database or retrieval system, without the prior written permission of the publisher. 本书中文简体翻译版授权由重庆大学出版社独家出版并在限在中国大陆地区销售。未经出版者书面许可, 不得以任何方式复制或发行本书的任何部分。

Copies of this book sold without a Taylor & Francis sticker on the cover are unauthorized and illegal. 本书封面贴有 Taylor & Francis 公司防伪标签, 无标签者不得销售。

版贸核渝字(2011)第 32 号

图书在版编目(CIP)数据

体育教学法/(英)卡佩尔(Capel, S.), (英)怀特黑德(Whitehead, M.)编; 黄菁等译. —重庆: 重庆大学出版社, 2015. 7

(欧美学科教学法译丛)

书名原文: Learning to Teach Physical Education in the Secondary School (3rd Edition)

ISBN 978-7-5624-9270-2

I. ①体… II. ①卡… ②怀… ③黄… III. ①体育教学—教学法 IV. ①G807.04

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 148892 号

体育教学法

苏珊·卡佩尔(Susan Capel) 编
[英]玛格丽特·怀特黑德(Margaret Whitehead) 编
黄菁等译

策划编辑: 唐启秀 陈 曦
责任编辑: 李桂英 版式设计: 唐启秀
责任校对: 张红梅 责任印制: 赵 晟

*

重庆大学出版社出版发行
出版人: 邓晓益
社址: 重庆市沙坪坝区大学城西路 21 号
邮编: 401331

电话: (023)88617190 88617185(中小学)
传真: (023)88617186 88617166
网址: <http://www.cqup.com.cn>
邮箱: fxk@cqup.com.cn (营销中心)

全国新华书店经销
重庆川外印务有限公司印刷

*

开本: 787×1092 1/16 印张: 19 字数: 383 千
2015 年 8 月第 1 版 2015 年 8 月第 1 次印刷
ISBN 978-7-5624-9270-2 定价: 54.00 元

本书如有印刷、装订等质量问题, 本社负责调换
版权所有, 请勿擅自翻印和用本书
制作各类出版物及配套用书, 违者必究

前言

学会教学

所有优秀的运动员和舞者都会花时间学习和练习基本技能以便能熟练高效地表现或演出。学会某种技能后,可以不断地对其进行改进、精炼,使其体现表演者的个性或适应某种情境,从而创造独具特色的艺术表现。挖掘表演技艺也是以科学理解为基础的,包括生物力学、人体运动学、生理学、心理学、社会学等多个方面。因此,卓越的表演都有艺术与科学的支撑。

同样,教学也具有其艺术性和科学性。首先,教师需要掌握基本的教学技能。其次,高效的教学要求教师具备职业的判断能力以满足具体情境和教学的要求,采用相应的教学技能,在教学过程中要考虑诸如学生的能力和需求,以及授课的空间和环境等因素。同时教师还要具备广博的知识和很强的理解力,如能依据体育教学目标制订教学计划、划分教学单元;同时,教师对于整个教育领域的认识和理解也是同样重要的。然而,正确的教学方式并非只有一种。对应不同的学习情况可以采取相应的教学策略。而且,不同的教师亦有其不同的个性和特点。因而,教师要不断改进、精炼基本的教学技能,结合不同的方式从而创造自己独特的教学风格。从教的过程是令人兴奋的,能在教学中融合艺术与科学,将会使你的教师生涯极具意义,载誉累累。

在体育教学中,运动技能有时被描述成从开放性技能(多变条件下所完成的技能)到封闭性技能(一致条件下所完成的技能)的连续。对于开放性技能,如篮球和曲棍球里的运球技能,既要求掌握基本技能,同时也要求适用于不同的比赛情境;封闭性技能如前空翻或掷铁饼,最重要的就是不断练习、改进技巧并能在竞赛的高压环境下完成。还有一些技能,如高尔夫运动中的推球入洞,既具有开放性又具有封闭性。

高效学习和掌握不同的技能需要不同的练习方法。对于开放性技能不仅要练习基本的动作技巧,而且也要加强训练技能的适应性以应对不同的情况。而对于封闭性技能则要不断地练习完善基本动作技巧。

运用运动技能开放性和封闭性的类比,教学技能可以被视为开放性技能。教师需要不断练习掌握基本的教学技能,同时也需要能针对不同的情景在正确的时间以正确的方式选择正确的技能。在教师入职教育(ITE)课程中,师范生有各种机会和

体验来学习掌握基本的教学技能。首先是在受控制的情境下练习教学,进而练习上满堂课。师范生不可能仅仅通过教师入职教育课程就能完全成为一名高效教师。作为一名新合格教师或者已经成为一名合格教师,仍要不断改进自己的教学技能,培养依据不同情况运用不同技能的能力,并作为教师职业持续发展(CPD)的一部分,能够继续培养自己的职业判断能力和反思能力。

要成为一个高效教师要学的内容很多,而且教学过程肯定不是一帆风顺的。我们不可能准备一个具体的教学模式,但可以帮理解解教学的复杂之处。因此,我们的目标是辅助师范生,使其能:

- 学习掌握基本的教学技能(教学的工艺),以便能应对大多数教学情境;
- 将基本教学技能应用于具体的教学情境中以满足不同情况的需求;
- 认识和理解体育的内涵和外延;
- 具有职业判断能力;
- 批判性地反思自己的所作所为以及自己的价值观、态度和信念;开始建立和发展自己的体育教学体系。

这样一来,教师就能够不断发展和改进精炼自身的教学技能,满足具体教学情景的需求,应对不断变化的教育环境,并指导自己的教师职业发展。同时也应该能更批判和反思地看待教学的各个方面,开始探索和形成自己的体育教学体系。这将有助于满足教师指导具有硕士水平的入职教育课程的需求和/或职业持续发展的需求。

关于本书

本书共有 18 章,可分为五个部分:

- 第一部分(1、2 章)提供了关于体育教学及其教学目标的介绍和背景知识。
- 第二部分(3—8 章)介绍了师范生在入职教育课程中需要掌握的一些基本教学技能。
- 第三部分(9—12 章)处理师范生的基本技能在教学情境的诸领域中的应用。
- 第四部分(13—16 章)探讨更广泛的教育背景下的体育教师的定位。
- 第五部分(17、18 章)寄予作为教师的持续发展的展望。

在本书中,我们只考虑研究了适用于体育课程中活动领域的一般原则。

我们虽然没有从细节上考虑学科知识,但是全书中有列入体育课程的活动参考。读者需要参考其他资料以获得学科知识。很多书都将重点放在体育课程中的具体活动上。此外,读者还需利用其学士学位课程所涵盖的学科知识,包括生物力学、人体运动学、生理学、心理学和社会学等学科。读者对于这些学科的理解应该成

为其作为体育教师工作的基础,如利用生物力学原理确定某项技能的学习/教学点,利用生理学知识鼓励学生采取健康、积极的生活方式或利用心理学知识理解竞争的影响或运动消耗的原因从而制订课外教学计划。

本书每章结构如下:

- 引言,介绍本章内容;
- 目标,列出读者在读完本章后所应该知道、懂得或能够做的事情并完成本章任务;
- 内容,基于研究和证据的基础上强调教学是在证据和批判性反思的基础上才能得到最好的发展。其间还穿插有小任务以提升读者的知识水平、理解力和能力;
- 小结与要点,本章总结和提要;
- 拓展阅读:使得读者能找到关于更多本章内容的节选信息。

我们强调理论与实践的关系,试图通过在每章列举与实际情况有关的例子并将理论与任务相结合,帮助读者识别行为或问题的主要特征。可以使用多种不同的方法来获取信息,如反思阅读、观察,或者实施某项被要求开展的活动、提问、收集信息、观课或是与自己的导师或其他师范生讨论等。有些任务会侵犯他人,如观摩一位体育老师授课或询问信息。如果某项任务要求你这样做,你必须首先征得相关人员的应允。要记住你只是学校的客人,你不能随便走进某位老师的课堂然后开始观课。此外,有些信息可能是个人的或敏感的,在进行询问或作报告时需要考虑保密和职业行为问题。为了支持硕士程度的师范生,有些任务是硕士级别的(这些任务都带有标记)。这要挑战师范生更加批判和反思地看待教学的各方面并开始形成自己的体育教学体系。

主要文本的支持材料如下:

- 关注课外学习的附录;
- 与本书相关的网站材料(www.routledge.com/textbooks/9780415561648)。

该网站包括:

- 每章内容的 PPT;
- 与特定章节相关的附加文件;
- 观察表;
- 体操设备样本计划;
- 本文之前各版的两章节选,使得读者可以了解自 1992 年制订的英国国家体育课程标准(NCPE)。(Murdoch, E. (1997) The background to, and developments form, the National Curriculum for PE, in S. Capel (ed.) *Learning to Teach Physical Education in the Secondary School: A Companion to School Experience*, London: Routledge, pp. 252-70; and Murdoch, E. (2004) NCPE 2000-where are we so far? in S. Capel (ed.) *Learning to Teach Physical Education in the Secondary*

School: A Companion to School Experience (2ed edn), London: Routledge, pp. 280-300);

■ 其他重要网站的网页链接。

同时,本书也受到了丛书中的其他图书的支持,我们在本书中的一些章节中都有参考,包括:

■ Capel, S. Breckon, P. and O'Neill, J. (2006) *A practical Guide to Teaching Physical Education in the Secondary School*, London: Routledge (我们特别要求读者完成该书中的任务,因为它们支持了本书中的多章内容),另外还有两本通用教材:

■ Capel, S., Leask, M. and Turner, T. (eds) (2009) *Learning to Teach in the Secondary School: A Companion to School Experience* (5th edn), London: Routledge. 读者同样可以从网站获得《教学导论》的相关材料(<http://www.routledge.com/textbooks/9780415478724>),包括《英国关心每一位儿童行动计划》和《保障儿童权益》的材料。该网站还包含《教学导论》中名为《利用研究和证据指导教学》的一章,为师范生开展行动研究项目以获得硕士水平的认可提供建议。

■ Capel, S., Heilbron, R., Leask, M. and Turner, T. (2004) *Starting to Teach in the Secondary School: A Companion for the Newly Qualified Teacher* (2ed edn), London: Routledge. 该教材适用于刚进入教师岗位的新入职教师。

关于师范生

我们认识到,作为一名体育师范生,在成为教师的发展过程中有广泛的需求。因此,我们觉得师范生没有一种最好的方式来使用本书。虽然本书的设计是让读者可以浅进浅出而不需逐字研读,我们仍鼓励师范生用最适合自己的方式来使用本书。

我们认识到,师范生会在不同的地方学习不同类型的入职教育(ITE)课程。我们试图尽可能多地满足师范生的潜在需求,不管后者是在何处进行何种类型的入职教育(ITE)课程。虽然预期中大多使用本书的师范生所进行入职教育课程的学校都与高等院校(HEI)有合作关系,但我们也认识到有些师范生的入职教育课程是完全基于学校的课程或与高等院校没有合作关系。对于后者,本书应该同样有用。当书中涉及高等院校的工作时,此种情况的师范生应询问自己学校的相关人士或部门。

虽然入职教育通常被认为是通用的,但当我们涉及具体要求时,参照的是英国的标准。如果读者将来不在英国教学,就要参照自己相应的入职教育要求。当我们需要将理论与学校的具体情况或教师实施课程的具体要求结合时,参照的是英国国家体育课程标准(NCPE)[Qualifications and Curriculum Authority (QCA) 2007]。我

们认识到有些师范生的入职教育课程并非为在英国公立学校任教做准备,因此我们建议,每当书中使用到全国体育课程标准的具体信息或具体任务时,这类情况的读者应做两件事:

- 用适用于自身情况的课程和要求替代给出的信息和任务;
- 反思适用于自身情况的课程和要求与全国体育课程标准的差异。

做到上述两点或其中一点,师范生不仅可以了解与自身情况相关的信息和任务;同时,通过比较自己和其他师范生的经验,比较其他入职教育要求或课程,可以获得更深入的了解。

你的职业发展档案

我们强烈推荐师范生建立一个职业发展档案(PDP)。我们要求师范生在通读全书和完成任务时将信息记录在自己的职业发展档案中。这些信息可用于多种目的,如可作为完成本书中其他任务时的参考、可帮助完成课程作业、帮助回顾自己的发展过程、证明自己的进步、突出自己的长处以及可进一步发展的领域。当师范生结束入职教育跨入教师岗位后,职业发展档案中的材料同样有用,因为这些材料可为将来的持续专业发展提供建议。在英国,职业发展档案还可用于完成入职与发展档案(CEDP)。有关记录和使用职业发展档案的指导,参照本书的第18章和卡佩尔、利斯克和特纳(Capel, Leask and Turner, 2009)的《中学教学导论》的导言部分。

本书使用的术语

我们试图混合和平衡性别词的使用以避免不得体的他/她指代。

我们将学龄儿童称为中小学生(pupils)以避免与学生(students)混淆,后者指高等学校和专科学校的学生。我们用师范生指在高等院校里接受入职教育课程的人。师范生所进行的课程(以及本书中)所指的入职教育(ITE)不仅提供对职前教师的培训(师资培训),同时也包括职前教师的教育。以此我们意在指出学会教学是个人和专业发展的征途,其间师范生在对教与学的过程产生新的理解的同时不断发展课堂管理技能。这个过程开始于师范生学习课程的第一天并贯穿其职业生涯。

师范生生活中重要的管理人员是那些在学校和高等院校中负责支持其教师发展的人,我们称这些人为导师。师范生的入职教育课程将以其自己的方式与管理人员进行联系。

师范生入职教育课程使用的术语也许会与本书中的术语有所不同。例如,本书中使用的是评估(evaluation)一词,其他课程可能用鉴定(appraisal)。在本书中,宗旨(aims)指工作计划的预期成果,目标(objectives)指单元学习的预期成果,而预期学习成果(ILOs)是指某一节课的成果。目标和预期学习成果描述的都是

学生的反应,即中小学生在完成某一节课或某单元后应该知道、了解和能做的;而单元学习目标相对于某一节课来说属于长期目标。然而,师范生的课程则可能采取不同的术语,如预期学习成果可能既包括单元学习目标,也包括某一节课的学习目标。在这种情况下使用自己课程中的术语。师范生应核对自己课程中使用的术语。

我们希望本书能支持师范生的教师职业发展,最大化帮助中小学生的学习。如果您觉得本书有帮助,请分享给其他人;如果您觉得本书不够好,请告诉我们。

我们衷心祝愿您的职业生涯是愉快的、令人兴奋的、富有意义的。

苏珊·卡佩尔
玛格丽特·怀特黑德
2010年4月

目 录

1	开始做一名体育教师	1
	引言	1
	你为什么要做一名教师	2
	教学概观	2
	对有效体育教师的要求是什么?	3
	你如何成长为一名有效体育教师?	8
	开始	9
	小结与要点	10
2	体育教育的目的	11
	引言	11
	定义与广泛目的	11
	目的、目标和预期学习结果	12
	教育、学校和学科之目的	13
	体育教育的目的	13
	小结与要点	20
3	体育教育中的计划	21
	引言	21
	体育教育中计划的影响因素	22
	工作方案设计的总体框架	23
	工作单元计划	24
	评估你的课堂	34

小结与要点	38
4 如何在体育课上观察学生	39
导言	39
为什么观察技能对体育教师很重要?	40
观察一堂课的哪些方面?	44
如何最有效地实施观察?	45
小结与要点	52
5 体育课堂交流.....	54
导言	54
体育教师的声​​音	55
体育教育技术语言	57
体育教学中的特殊语言形式	58
教师反馈	61
体育教学中的书面语言	63
体育课中学生的话语	64
交流及其与观察相关的范例:以示范促进学生学习	66
小结与要点	69
6 课堂组织与管理	71
导言	71
学习环境的组织与管理	72
时间安排	82
体育教学有效时间描述分析系统(ALT-PE)	84
学生行为管理	86
小结与要点	89
7 发展和保持有效的学习环境	90
引言	90

营造积极的课堂风气	91
激励	99
自尊	103
小结与要点	105
8 促进学习的评估与学习评估	106
引言	106
评估的原则和目的	107
评估的目的	107
测量学生的成绩	110
有效性和可靠性	111
促进学习的评估的组成要素	112
促进学习的评估的角色	113
学习评估	118
在单元计划中建立评估	118
小结与要点	119
9 安全教学与体育安全	120
引言	120
健康与安全法律和法规	121
安全教学和体育安全的职业责任及相关问题	125
如何发展学生对学习环境的知识和理解,并培养学生创造和管理自己学习 环境的能力以保证其自身和他人安全	132
涉嫌过失的案例报告	133
支持安全教学与体育安全文化进展工作的清单	136
小结与要点	137
10 设计教学方法以取得预期学习结果	138
引言	138
教学技巧、教学方法、教学策略和教学风格	138
构成教学策略的教学因素	140

学习任务	142
反馈	143
教学策略和教学风格的分类	145
形成自己的教学理念	148
小结与要点	149
11 为教学设计一个融合方法	150
引言	150
包括所有学生的体育教育	151
学生需求的多元化连续体	153
把所有学生囊括进体育教学中的关键价值标准	154
国家课程与包容性教育	155
包容性体育教学的实例	157
小结与要点	160
12 使用信息和通信工具来辅助体育教育	163
引言	163
在体育教学中使用信息和通信技术来促进学生学习	164
在体育教学中使用信息和通信技术辅助教学管理	169
教学设计	170
增强自己在使用信息和通信技术中的技能和信心	172
小结与要点	174
13 2007 年国家课程标准	175
引言	175
体育的目的	175
在国家课程标准范围内实现体育的目的	177
制订课程计划,应对国家体育课程标准的各个方面	186
达到“重要宣言”所提倡的目标	190
怎样衡量学生的学习情况?	190
在 2007 年国家体育课程标准(或其他)体系指导下提高教学水平	191

小结与要点	193
14 体育教师的多种角色	194
引言	194
教会学生如何学习	194
在体育中实现宏观目标	196
在体育中为实现宏观课程目标效力	197
在体育中提高学生的个人学习和思考能力(PLTS)	200
体育活动为实现宏观教育目标提供机会的实例	204
进一步的思考	205
小结与要点	206
15 14—19 资格认证	207
引言	207
14—19 课程和资格与学分框架(QCF)	208
体育中资格认证的多样性以及 14—19 课程中与体育相关的领域	212
开发 14—19 岁学生应用学习的范例	215
14—19 资格认证中使用的教学和学习方法:14—19 课程教学法	217
导入和汇报(plenary)	217
14—19 资格认证的评估	220
小结与要点	222
16 与他人合作以达到体育教学目的	223
序言	223
在体育课期间与同事合作	224
课外活动期间与他人合作	225
和学校社区的其他成员合作	228
在学校体育合作和体育学院的环境中与当地的同事合作	230
在一系列的活动环境中同社区的其他人员合作	232
小结与要点	233

17 教师作为研究者和反思实践者	234
序言	234
教师作为反思实践者、扩展专业人士和研究者	235
在职前教育培训课上为成为反思实践者作准备	236
通过观察其他教师的教学进行学习	237
通过别人观察你的课堂教学进行学习	240
通过对自身教学的自我反思进行学习	242
行动研究	244
对你的教学进行研究的价值	250
小结与要点	251
18 体育课程的持续专业发展	252
序言	252
发展并保持你的职业发展档案	254
增强你的教学知识	255
申请你的第一个教学职位	257
从实习教师到新任合格教师的过渡	260
入职	261
整个教学生涯的持续专业发展	263
专业协会	268
小结与要点	268
附录:课外学习——日间访问和驻地实习	270
值得冒险吗?	270
参考文献	277
译后记	288

开始做一名体育教师 1

引言

作为一名体育实习教师,你正处于一个漫长而又刺激的成长为一名有效教师的过程,一个能够把你的体育知识和对体育的热爱转化为鼓励学生成为体育受教育者而学习和进步的过程。你既要明白作为教师的作用和一名体育教师的具体角色,同时也要明白你的课程目标是什么。你需要掌握许许多多的教学技巧和能力,同时还要在恰当的时间通过恰当的方式运用恰当的教学技巧来促进学生的学习。认识课堂中教学技能间的相互作用也是很有价值的。为了成为一名有效教师,你还要认识到影响教学的一系列因素,包括认识自己,个人的价值观、态度和信仰,并能够反省这些因素如何影响自己的行为和对学生学习的影响。

成长为一名有效教师的发展过程并非总是顺利的,而是富有挑战性的。有时你也许焦虑或担心个人发展或者教学行为,也许缺乏尝试的信心,也许会因为不能够处理某个事件或不知道如何反应而感到沮丧或失望。在个人发展的早期,你或许不具备有效处理具体情况的教学技巧或经验。学会教学的部分挑战将适应你的所做以适于任何情况下的独特需求。当你能将教学技能适用于具体情景以达到明确的预期学习结果(ILOs)时,你的努力便得到了回报,同时你也正走向一个满意的职业——做一名有效教师。这个能力使你把注意力从自身转移到学生的学习。

目标

在本章结束时,你应当能够:

- 认识人们选择做体育教师的原因;
- 识别影响你教什么、为什么教和如何教的一些因素;
- 对发展成为能够专注于学生和他们学习的有效教师所需的的教学技能有一个概观,并且开始理解这些技能在教学情境中是如何互动的;
- 对成长为一名有效教师的步骤有一个概观。

检查你课程的相关要求,以便明白哪些与本章相关。