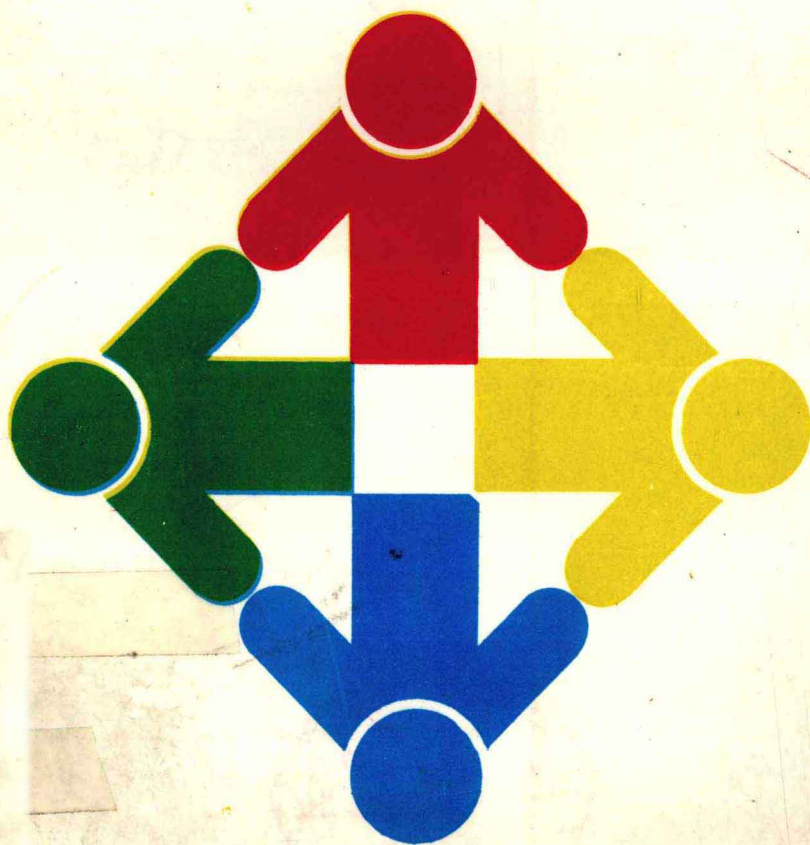


学校体育理论与研究



王 则 珊 主 编
北京体育大学出版社



学校体育理论与研究

主 编 王则珊

北京体育大学出版社

(京)新登字 146 号

责任编辑: 宇奕

装帧设计: 叶莱

图书在版编目(CIP)数据

学校体育理论与研究/王则珊主编. —北京:北京体育
大学出版社,1995

ISBN 7-81003-268-2

I. 学… II. 王… III. ①体育—教学理论—学校

②体育—教学研究 IV. G807.0

中国版本图书馆 CIP 数据核字(95)第 03607 号

学校体育理论与研究

王则珊 主编

北京体育大学出版社出版发行 新华书店总店北京发行所经销
(北京西郊圆明园东路) 唐山市委印刷厂印刷

开本:850×1168 毫米 1/32 印张:10.875 定价:11.00 元(压膜装)

1995 年 7 月第 1 版 1995 年 7 月第 1 次印刷 印数:8000 册

ISBN 7-81003-268-2/G·740

前 言

1993年9月—1995年7月期间,我指导的两届体育理论专业访问学者中的10位同志,分别研究本书各章的有关课题,并和8位同行专家、学者合作编著这本书。

本书的编写,吸取了前人的宝贵经验,以德、智、体全面发展的教育方针为指针,按新的思路建立新的内容体系,比过去出版的学校体育学教材或专著有很大的突破和发展。

本书有以下特点:

一、坚持学校体育是学校教育的重要组成部分,尽管体育课(主要指普通体育课)很重要,但绝不可以课代替学校体育。

二、各个学校都应努力形成各自的体育传统与风气,开展多种多样的体育活动,使学生逐渐形成对体育的兴趣、爱好与养成锻炼身体的习惯。

三、改革学校体育课,上好体育课,实行课内外相结合,体育课既要完成体育教学大纲,还要充分发挥其指导、推动、检查课外体育活动的作用。

四、面对我国走向社会主义市场经济和现代化,开拓性地创作了“学校体育思想”、“学校体育与教书育人”、“学校体育传统与风气”、“学校体育竞赛”、“学生在家庭中的体育”、“学校体育场地器材的配置及管理”、“学校体育工作的计划、评价与微机应用”、“各级各类学校体育特点与比较”等八章。其它,“学校体育的组织领导与管理”、“体育教学与体育课”、“课外体育锻炼”和

前 言

“课余体育训练”等章也按新的思路编写,同样也有不少新的内容。

本书可供教育与体育工作者、各级各类学校的领导和大、中、小学体育教师作为专业用书,体育院校、师范院校体育系和研究生与进修班,以及中专体育科开设学校体育学课程或讲座可作教材或教学参考书。

本书编写的时间较短,加之我们理论水平与实践经验有限,故难免有误,请读者指正。

王 则 珊

1995. 03. 20

目 录

绪 论	(作者 王则珊 李元伟)	(1)
第一章 学校体育思想	(作者 陈 融)	(7)
第一节 我国学校体育思想历史考察		(7)
一、学校体育思想的启蒙与军国民主义教育的 体育思想		(8)
(一) 学校体育思想的启蒙		(8)
(二) 军国民体育思想的兴衰		(9)
(三) 对军国民体育思想的简要评价		(11)
二、自然体育思想的引入与相关的争论		(12)
(一) 自然体育思想的基本特征		(13)
(二) 对自然体育思想的简要评价		(15)
(三) 30 年代我国学校体育思想争论之概况		(17)
第二节 建国后学校体育思想的发展		(18)
一、原苏联 50 年代体育教育理论与建国 17 年 学校体育思想		(18)
(一) 原苏联 50 年代体育教育理论的基本特征		(18)
(二) 原苏联 50 年代体育教育理论对建国 17 年 学校体育思想的影响		(22)
二、“文革”后学校体育思想的发展		(24)
(一) 体质教育论		(24)
(二) 整体效益论		(25)
(三) 奠定学生终身体育基础的观点		(26)
(四) 变被动体育为主动体育的观点		(28)
(五) 80 年代以来学校体育思想观点争论之		

概况	(28)
第三节 学校体育价值取向	(30)
一、社会需要和个体需要相结合	(31)
二、体育锻炼习惯的养成教育	(33)
三、体育课与课外体育活动相结合	(35)
四、文化传递中“素材”的加工与改造	(36)
第二章 学校体育与教书育人	
..... (作者 刘志敏 孙耀鹏)	(39)
第一节 学校体育的目的任务和目标的制定	(39)
一、学校体育的目的任务	(39)
二、学校体育目标的制定	(40)
(一) 学校体育目标的发展沿革	(40)
(二) 制定学校体育目标的理论依据	(41)
(三) 制定学校体育目标的意义	(42)
(四) 制定学校体育目标的要求	(43)
(五) 制定学校体育目标的模式	(46)
第二节 学校体育的教书育人	(46)
一、学校体育教书育人的特点	(48)
(一) 直接参与性	(48)
(二) 动态性	(49)
(三) 身心合一性	(49)
(四) 社会性	(50)
二、学校体育教书育人的作用	(51)
(一) 可培养学生爱国主义情感	(51)
(二) 可培养学生的群体意识和集体主义精神	(52)
(三) 可培养学生的竞争意识和拼搏精神	(52)
(四) 可培养学生的体育美和体育审美能力	(53)
(五) 可提高学生的心理素质, 促进个性的	

完美发展	(55)
(六) 可促进学生的个体社会化	(56)
第三章 学校体育的组织领导与管理 (作者 浦民欣 裴承家)	(58)
第一节 学校体育的组织领导	(58)
一、我国学校体育的组织领导体系	(58)
(一) 国家行政系统	(58)
(二) 社会组织系统	(60)
二、我国学校内部的体育组织机构和管理体系	(61)
(一) 校长及学校行政部门	(62)
(二) 学校体育卫生领导小组 (高校为体育 运动委员会)	(64)
(三) 体育教研组 (室) 与体育教师	(64)
(四) 班主任 (辅导员)	(66)
(五) 共青团、少先队、学生会	(67)
第二节 学校体育管理的原则和方法	(68)
一、学校体育管理的意义	(68)
二、学校体育管理的原则	(69)
(一) 整体性原则	(69)
(二) 周期性原则	(70)
(三) 有序性原则	(71)
(四) 规范性原则	(72)
(五) 教育性原则	(72)
(六) 有效性原则	(73)
三、学校体育管理的一般方法	(73)
(一) 法律法	(74)
(二) 行政法	(74)
(三) 教育法	(75)

(四) 奖惩法	(75)
第三节 学校体育管理要务	(76)
一、体育教学管理	(77)
(一) 体育教学计划的管理	(77)
(二) 体育课教学的管理	(79)
(三) 体育教学质量评估	(82)
二、体育教研组(室)管理	(85)
(一) 教研组(室)的组织人事管理	(85)
(二) 教研组(室)的业务工作管理	(86)
(三) 教研组(室)的行政事务管理	(88)
第四章 学校体育传统与风气..... (作者 周志俊)	(92)
第一节 学校体育传统与风气的一般概述	(92)
一、学校体育传统与风气的内涵	(92)
二、学校体育传统与风气的特征	(93)
(一) 自觉性	(93)
(二) 经常性	(93)
(三) 群众性	(93)
三、学校体育传统与风气的功能	(94)
(一) 教育功能	(94)
(二) 导向功能	(95)
(三) 规范约束功能	(95)
(四) 辐射功能	(95)
第二节 学校体育传统与风气形成的基本因素	(96)
一、社会因素	(96)
二、学校因素	(97)
三、学生因素	(99)
(一) 体育锻炼习惯指向的活动性.....	(100)
(二) 体育锻炼习惯的后天性.....	(101)

(三) 体育锻炼习惯定型的稳固性·····	(101)
(四) 体育锻炼习惯功能的省力性·····	(101)
第三节 建构学校体育传统与风气的方法·····	(102)
一、从入学开始, 严格要求·····	(102)
二、多条途径, 全面训练·····	(102)
三、注重实践, 持之以恒·····	(103)
四、树立榜样, 评价表扬·····	(103)
第四节 建构学校体育传统与风气的基本要求·····	(104)
一、面向 21 世纪, 树立正确的学校体育观 ·····	(104)
二、争取与依靠教育行政部门和校领导的支持·····	(105)
三、提高教师素质水平, 尊重其创造性·····	(105)
四、加强舆论宣传, 培养学生体育的自觉意识·····	(106)
五、完善规章制度, 改善物质条件·····	(107)
第五章 体育教学与体育课 ····· (作者 周登嵩)	(108)
第一节 体育教学过程的特点与规律·····	(108)
一、对体育教学过程特点的再认识·····	(108)
(一) 体育教学目标的核心是什么·····	(109)
(二) 体育教学的内容以身体练习为主·····	(109)
(三) 体育教学具有全面的复合教育作用·····	(110)
(四) 在体育教学中学生要承受一定的运 动负荷·····	(110)
(五) 体育教学的组织教法与效果要考虑 学生的性别差异·····	(111)
(六) 体育教学组织与控制的多变性与复杂性·····	(111)
二、对体育教学过程规律的认识·····	(112)
(一) 关于教学规律·····	(112)
(二) 关于体育教学规律的层次定位·····	(112)
(三) 体育教学过程的基本规律·····	(114)

第二节 体育教学指导思想·····	(117)
一、对我国当前体育教学指导思想思考·····	(117)
(一) 以重点完成教学任务而产生的不同 类型的指导思想·····	(118)
(二) 以体现或超越教学功能的两大类指 导思想·····	(120)
二、对新课程体系下的体育教学指导思想的 初步探索·····	(121)
(一) 体育课程改革的新形势·····	(121)
(二) 体育教学指导思想·····	(122)
第三节 体育教学科学化·····	(124)
一、体育教学科学化的定义及其发展·····	(125)
(一) 什么是体育教学科学化·····	(125)
(二) 体育教学科学化的演变发展·····	(125)
二、体育教学科学化的基本内容与要求·····	(126)
(一) 首先要制订系统合理的教学工作计划·····	(126)
(二) 充分做好课前的教学准备工作·····	(127)
(三) 按计划(教案)认真上好体育课·····	(128)
(四) 制定指标,以对教学质量作定量分析和 评价·····	(130)
第四节 体育课的类型与结构·····	(131)
一、体育课的类型·····	(131)
二、体育课的结构·····	(133)
(一) 关于体育课结构的概念·····	(133)
(二) 以整体观、系统论认识课的结构·····	(133)
第五节 进一步发挥体育课在开展课外体育活动中 的作用·····	(135)
一、体育课与课外体育活动的异同点·····	(135)

(一) 两者的相同点.....	(135)
(二) 两者的不同点.....	(136)
二、体育课对课外体育的作用.....	(137)
(一) 指导、促进学生课外体育活动的开展.....	(137)
(二) 为课外体育活动的开展奠定一定的身体与 技能基础.....	(137)
三、加强体育课对课外体育作用的主要措施.....	(138)
(一) 不断提高课的质量, 推动课外体育活动 的开展.....	(138)
(二) 布置课外作业, 把课内外学习锻炼有机 联系起来.....	(138)
(三) 课内培养骨干, 树立榜样.....	(139)
(四) 坚持对体育课成绩的严格考核.....	(139)
第六章 课外体育锻炼	(作者 史桂兰) (141)
第一节 课外体育锻炼的地位、特点与作用.....	(141)
一、课外体育锻炼的地位.....	(141)
(一) 概述.....	(141)
(二) 课外体育锻炼与体育课的关系.....	(142)
二、课外体育锻炼的特点.....	(144)
(一) 锻炼内容丰富、组织形式多样.....	(144)
(二) 项目选择灵活、主体作用明显.....	(144)
(三) 学生参与广泛、组织指导多层.....	(145)
三、课外体育锻炼的作用.....	(145)
(一) 促进学生的正常生长发育.....	(145)
(二) 奠定学生终身体育的基础.....	(146)
(三) 加强校园精神文明建设.....	(147)
第二节 课外体育锻炼的原则与内容.....	(147)
一、课外体育锻炼的原则.....	(147)

(一) 自觉积极性原则·····	(147)
(二) 经常性原则·····	(148)
(三) 全面锻炼原则·····	(148)
(四) 从实际出发的原则·····	(149)
二、课外体育锻炼的内容·····	(149)
(一) 《国家体育锻炼标准》的锻炼测验项目 ·····	(149)
(二) 按锻炼目的进行内容分类·····	(151)
第三节 课外体育锻炼的组织形式与方法·····	(152)
一、课外体育锻炼的组织形式·····	(152)
(一) 早操·····	(152)
(二) 课间操·····	(153)
(三) 班级体育锻炼·····	(154)
(四) 学校体育节(周、日) ·····	(155)
(五) 个人自我锻炼·····	(156)
二、课外体育锻炼方法·····	(156)
(一) 跑步健身法·····	(156)
(二) 徒手体操健身法·····	(157)
(三) 太极拳健身法·····	(158)
第四节 课外体育锻炼的计划与方案·····	(159)
一、课外体育锻炼工作计划·····	(159)
(一) 全校体育锻炼工作计划·····	(159)
(二) 班级体育锻炼计划·····	(159)
(三) 个人锻炼计划·····	(160)
二、课外体育锻炼方案·····	(160)
(一) 锻炼方案的制定·····	(160)
(二) 个人锻炼计划方案范例·····	(163)

第七章 课余体育训练

..... (作者 延 烽 赵志英 张孟琳)	(167)
第一节 课余体育训练的特点.....	(167)
一、课余体育训练总体上是基础训练.....	(168)
二、课余体育训练过程具有间断性.....	(169)
三、课余体育训练内容具有相对系统性、专 项性不强的特点.....	(170)
四、课余体育训练并不追求极限负荷.....	(170)
五、课余体育训练的方法与手段紧密结合儿 童、青少年生长发育特点.....	(171)
第二节 课余体育训练的组织管理.....	(172)
一、明确课余体育训练的任务与目标是实现 训练组织管理的根本前提.....	(172)
二、课余体育训练组织的基本形式.....	(173)
(一) 学校运动队.....	(174)
(二) 体育传统项目学校.....	(174)
(三) 业余体校.....	(175)
(四) 培养体育运动后备人才试点校.....	(175)
(五) 竞技学校.....	(175)
(六) 体育俱乐部.....	(176)
(七) 体育特长班及其他形式.....	(176)
三、课余体育训练的管理.....	(176)
(一) 学校课余体育训练任务与目标是管理 工作的总纲.....	(177)
(二) 课余体育训练管理的任务.....	(177)
(三) 运动队的组建.....	(178)
(四) 课余体育训练过程中实施管理的基本 内容.....	(179)

(五) 管理工作中必须处理好一些相关制约因素之间的关系·····	(180)
第三节 课余体育训练的科学原理·····	(181)
一、利用儿童、少年运动素质发展敏感期适时发展基本能力·····	(182)
(一) 儿童、少年有机体生长发育的基本特征·····	(182)
(二) 儿童、少年时期运动素质敏感期·····	(184)
二、儿童、少年时期训练方法学原理·····	(186)
(一) 技术、战术训练的方法学原理·····	(186)
(二) 运动素质训练与提高的方法学原理·····	(188)
(三) 常用的训练方法与手段·····	(191)
(四) 选择训练方法所需注意的问题·····	(192)
三、儿童、少年时期训练中运动负荷的安排·····	(193)
四、儿童、少年时期训练过程的安排·····	(194)
(一) 儿童、少年时期训练大周期的安排·····	(194)
(二) 儿童、少年时期训练小周期的安排·····	(195)
(三) 儿童、少年时期训练课的组织·····	(196)
第八章 学校体育竞赛····· (作者 牛乾元)	(200)
第一节 学校体育竞赛的发生与发展概述·····	(200)
一、国际学校体育竞赛的起源与发展·····	(200)
二、中国学校体育竞赛的发展·····	(202)
第二节 学校体育竞赛的意义、价值与构成·····	(204)
一、学校体育竞赛的意义·····	(204)
(一) 推动学校群众性体育锻炼深入发展与普及·····	(204)
(二) 提高体育教学与课余体育训练质量·····	(204)
(三) 丰富学校文化生活, 向学生进行思想品德教育·····	(204)

二、学校体育竞赛的价值·····	(205)
(一) 竞技价值·····	(205)
(二) 健身价值·····	(205)
(三) 观赏价值·····	(205)
(四) 宣传价值·····	(206)
三、学校体育竞赛的构成要素·····	(206)
(一) 必须按事先规定的统一规则进行·····	(206)
(二) 必须在裁判员的主持下进行比赛·····	(206)
(三) 必须吸收一定数量的学生参加·····	(207)
(四) 学校体育竞赛是参赛者竞技能力的较量·····	(207)
(五) 必须有一定的物质条件·····	(207)
(六) 必须有良好的组织管理·····	(207)
第三节 学校体育竞赛及竞赛项目的分类·····	(208)
一、学校体育竞赛的分类·····	(208)
(一) 按比赛的规模分类·····	(208)
(二) 按比赛的性质、任务和形式分类·····	(208)
二、学校体育竞赛项目的分类·····	(208)
(一) 依据运动成绩的评定方法分类·····	(208)
(二) 根据条件、教学要求组织进行的竞赛·····	(209)
第四节 学校体育竞赛的内容与形式·····	(209)
一、学校经常开展的体育竞赛内容·····	(209)
二、学校经常采用的体育竞赛形式·····	(211)
(一) 全校性田径运动会·····	(211)
(二) 单项选拔赛·····	(211)
(三) 传统项目的比赛·····	(211)
(四) 达标测验赛·····	(211)
(五) 教学比赛·····	(211)
(六) 学校体育节·····	(211)

(七) 体育知识比赛·····	(212)
(八) 早操、课间操竞赛周·····	(212)
(九) 以节日命名的体育比赛·····	(212)
第五节 学校体育竞赛的方法·····	(212)
一、比赛方法·····	(212)
(一) 淘汰法·····	(212)
(二) 循环法·····	(213)
(三) 顺序法·····	(213)
(四) 轮换法·····	(213)
(五) 特殊的比赛方法·····	(213)
二、评定成绩与名次的方法·····	(214)
(一) 评定个人(或集体)的成绩与名次的方法·····	(214)
(二) 评定团体成绩和名次的办法·····	(214)
第六节 学校体育竞赛管理·····	(215)
一、学校体育竞赛计划·····	(215)
(一) 制定学校体育竞赛计划要遵循的原则·····	(215)
(二) 制定学校年度体育竞赛日程计划注意事项·····	(216)
二、竞赛规程·····	(218)
三、体育竞赛的编排·····	(220)
(一) 比赛秩序册·····	(220)
(二) 田径比赛的编排·····	(220)
四、学校体育竞赛过程管理·····	(220)
(一) 竞赛前准备工作的管理·····	(221)
(二) 竞赛期间工作的管理·····	(221)
(三) 竞赛结束工作的管理·····	(222)
第七节 开展学校体育竞赛的基本要求·····	(222)