



XIANDAI TIYU JIAOXUE DE

DUOWEI FENXI YU CHUANGXIN YANJIU

现代体育教学的 多维分析与创新研究

孔凌鹤 马腾 著



中国商务出版社
CHINA COMMERCE AND TRADE PRESS

现代体育教学的 多维分析与创新研究

孔凌鹤 马腾 著



中国商务出版社
CHINA COMMERCE AND TRADE PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

现代体育教学的多维分析与创新研究 / 孔凌鹤, 马腾著. — 北京: 中国商务出版社, 2016.8

ISBN 978-7-5103-1622-7

I . ①现… II . ①孔… ②马… III . ①体育教学—教学研究 IV . ①G807.01

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 220213 号

现代体育教学的多维分析与创新研究

XIANDAI TIYU JIAOXUE DE DUOWEI FENXI YU CHUANGXIN YANJIU

孔凌鹤 马 腾 著

出 版: 中国商务出版社

社 址: 北京市东城区安定门外大街东后巷 28 号

邮 编: 100710

责任部门: 职业教育事业部 (010-64218072 295402859@qq.com)

责任编辑: 吴小京

总 发 行: 中国商务出版社发行部 (010-64266193 64515150)

网 址: <http://www.cctpress.com>

网 店: <http://cctpress.taobao.com>

邮 箱: cctp@cctpress.com

照 排: 北京亚吉飞数码科技有限公司

印 刷: 三河市铭浩彩色印装有限公司

开 本: 710 毫米 × 1000 毫米 1/16

印 张: 16.75 字 数: 217 千字

版 次: 2016 年 8 月第 1 版 2017 年 6 月第 2 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5103-1622-7

定 价: 59.00 元

凡所购本版图书有印装质量问题, 请与本社总编室联系。(电话: 010-64212247)



版权所有 盗版必究 (盗版侵权举报可发邮件到本社邮箱: cctp@cctpress.com)

前 言

作为学校教学的重要组成,体育教学发挥着重要的作用,它对学生塑造强健体魄、磨炼坚强意志有着积极的意义。尤其是在当前社会高速发展、工作生活节奏较快、身心压力较大的情况下,更需要发挥体育教学的重要作用,培养学生的全面素质。

体育教学经过不断的发展,已初步建立了一个较为完善的体系,但是面对新的形势和问题,如何适应现实需要,进行创新发展,仍是当下要迫切关注和解决的课题。针对这种情况,特撰写了《现代体育教学的多维分析与创新研究》一书,对现代体育教学的各要素进行全面深入的分析,并对其创新发展进行研究,分析现代体育教学存在的问题,并为其进一步发展提供指导,最终促进体育教学的发展。

本书共有八章。具体来看,第一章对体育教学的基本知识进行阐述,主要涉及体育教学的概念与性质、特点及功能、结构与原理、目标与原则等内容;第二章是对现代体育课程设置的理论进行研究,主要包括现代体育课程的基本理论、现代体育课程设置的基础以及现代体育课程设置与设计的发展;第三章是现代科学观下的体育教学理念和思想阐释,主要对现代西方教学思想、现代人文精神、建构主义学习理论进行分析,并论述了其对体育教学的影响;第四章是现代体育教学内容与方法的科学探究与创新发展,在论述现代体育教学内容与方法基本理论的基础上,对其存在的现实问题以及改进措施进行了分析;第五章是对现代体育教学模式的研究,涉及的内容主要包括体育教学模式的基本理论、常见的体育教学模式以及体育教学模式的创新发展;第六章对体育教学设计的相关内容进行了分析,主要包括体育教学设计的基本理论、背景分析、过程与评价以及创新发展,能够对体

育教学设计的实际操作提供指导；第七章是对体育教学评价的研究，对体育教学评价的基本理论、原则与方法以及创新发展进行了分析，能够为体育教学的改进和完善提供根据；第八章是对体育教学典型项目的分析，主要选取足球、健美操和武术等常见项目，以此为典型，对体育教学的具体实施提供指导。

总体来看，本书对体育教学的各要素进行了分析，内容丰富全面，逻辑合理严谨。本书在对各要素具体情况进行分析的基础上，对其创新发展进行了研究，具有理论性、科学性、时代性的特点。此外，本书还能对具体的体育教学实践提供指导，具有较强的实用性。

本书在撰写过程中，参考借鉴了大量的有关体育教学方面的资料，在此向有关作者表示衷心的感谢。由于精力和水平有限，书中难免存在疏漏之处，恳请广大读者批评指正，不胜感激。

作者

2016年7月

目 录

第一章 体育教学的基本知识阐述·····	1
第一节 体育教学的概念与性质·····	1
第二节 体育教学的特点及功能·····	3
第三节 体育教学的结构与原理·····	13
第四节 体育教学的目标与原则·····	16
第二章 现代体育课程设置的理论研究·····	32
第一节 现代体育课程的基本理论·····	32
第二节 现代体育课程设置的基础·····	40
第三节 现代体育课程设置与设计的发展·····	54
第三章 现代科学观下的体育教学理念和思想阐释·····	59
第一节 现代西方教学思想与我国体育教学 思想的关系·····	59
第二节 现代人文精神与体育教学思想·····	67
第三节 建构主义学习理论对我国体育教学 思想的影响·····	72
第四章 现代体育教学内容与方法的科学探究与创新发展·····	82
第一节 体育教学内容与方法概述·····	82
第二节 体育教学内容的科学探究·····	97
第三节 体育教学方法的科学探究·····	106
第四节 现代体育教学内容与方法的创新发展·····	121
第五章 现代体育教学模式的科学探究与创新发展·····	134
第一节 体育教学模式概述·····	134
第二节 现代学校教学中常见的几种体育教学模式·····	143

第三节	现代体育教学模式的创新发展·····	152
第六章	现代体育教学设计的科学探究与创新发展·····	162
第一节	体育教学设计概述·····	162
第二节	现代体育教学设计的背景分析·····	175
第三节	现代体育教学设计的过程与评价·····	185
第四节	现代体育教学设计的创新发展·····	193
第七章	现代体育教学评价的科学探究与创新发展·····	198
第一节	体育教学评价概述·····	198
第二节	现代体育教学评价的科学原则与方法·····	200
第三节	现代体育教学评价的创新发展·····	207
第八章	现代体育教学典型项目分析与创新研究·····	215
第一节	足球·····	215
第二节	健美操·····	234
第三节	武术·····	253
参考文献	·····	258

第一章 体育教学的基本知识阐述

体育教学是学校教学的重要组成部分,对体育教学进行研究,首先要对体育教学的基本知识有所了解,只有以此为前提,才能保证体育教学研究的科学性和实用性,才能促进体育教学的发展。本章对体育教学的基本知识进行阐述,主要包括体育教学的概念与性质、特点及功能、结构与原理以及目标与原则。

第一节 体育教学的概念与性质

一、体育教学的概念

体育教学是众多学科教学的一种具体形式,为了更深入地认识体育教学的概念,就需要首先了解教学的相关知识,对教学的基本含义进行分析是认识体育教学的重要前提。

(一)教学的基本含义

“教学”是一种动态行为,是教学工作者对具体的学科或技能组合进行的一种有组织、有计划的教学行为。可以从宏观和微观两个方面对教学的含义具体分析如下。

首先,从宏观角度分析,教学是一种特殊的教育活动,它是指教学者以一种或多种文化为对象,对受教者进行教育,以期让受教者获得这种文化的活动。其中的教学者是掌握某种知识或技能的人,他与接受教育的人共同构成教学的主体。

其次,从微观意义上讲,教学是一种直观的教师进行教授和学生进行学习的活动,在这个活动中,教师是教学的引导者,是教学活动的组织者和知识传授者;学生是教学的“受众”和主体,简而言之,教学是一种以特定文化为对象的“教”与“学”的活动。

综上所述,可以认识到,教学是一种教育活动,这种活动需要教师 and 学生的共同参与,并为了实现某一具体的教学目标而相互协作。

(二)体育教学的概念分析

与其他形式的教学一样,体育教学同样需要系统的组织与管理,但是,与其他学科教学不同的是体育教学对教学环境的要求更高,所需器材和教学场地更加严苛。因此,体育教学并不是一种随意的、随心而行的教学活动,更不能将其等同于是一种课余的休闲娱乐活动,它需要很多要素的构成才可以正常、合理、科学地开展。

从本质上来讲,体育教学主要在学校环境中进行,主要参与者是体育教师和学生,具体的活动内容为学生在教师的组织和指导下,对体育相关的基本知识、体育运动技能、体育运动素养进行了解、掌握和提高,教学的目的在于促进学生的身心健康发展、完善学生的个性心理特征,提高学生的社会适应能力,使之成为社会需要的人才。

体育教学过程中,体育教师应在充分认识和理解体育教学概念的基础上,将体育教学是将教学的概念与体育相关知识相结合,从而形成新的教学内容与相应方法。

二、体育教学的性质

性质是决定事物本身与其他事物的最根本的区别,性质不同的两种事物其带来的表象自然有一定的区别。体育教学和其他学科的教學的最根本的区别就在于它本身所具有的体育教学性

质。这种体育性质使其具有以下特征。

(1) 体育教学的教学地点多为户外,但现代体育教学场所通常在室内的场馆也非常多见。

(2) 教学中师生都要承受一定运动负荷与心理负荷。

(3) 教学过程是身体活动与思维活动的结合,并且还有比较频繁的人际交往。

(4) 体育教学侧重于发展学生身体时空感觉以及运动智力。

(5) 教学更加关注学生自我操作与体验等。

现代体育教学最重要的教学形式就是体育运动技能的教学,它是体育育人的主要方式。而对于运动技能的传授也是体育教学与其他学科教学的主要区别之一。在体育教学中,学生全面掌握体育运动技能,需要经过几个教学阶段(认知阶段、联系阶段与完善阶段)才能实现,具体来说,在体育运动技能的认知阶段中,学生与体育运动技能之间的联系最为密切,该阶段教学的主要目的就是学生对所学技能的结构、要素、关系、力量、速度等要素进行表象化的认识,从这一角度来看,体育运动技能仅仅是学生提高身体素质、完成技术动作的一种方法,因此可以认为运动技术不具有人的特性,而只是一种“操作性知识”。

通过以上论述,可以认识到,体育教学的本质就是“一种针对运动技术和知识的教学”,在体育教学中,学生学会了运动知识并将之转化为运动技能,体育教学的本质就达成了。

第二节 体育教学的特点及功能

一、体育教学的特点

作为教学活动的一种,体育教学与其他学科教学有许多相似的特点,体育教学与其他学科教学的共性主要体现在以下三个方面。

(1) 体育教学和其他学科的教学都属于教师与学生的双边

活动。教师与学生在教学活动中发生各种形式的频繁交流,如语言上的交流和肢体动作的交流等。过往这种交流更多是从教师向学生的方向(教师传授给学生某种知识和技能),现代教学要求教师开始注重使这种交流从学生向教师的方向。

(2)体育教学和其他学科的教学均是以班级为单位开展教学活动,实际的教学过程中,班级教学的组成方式会根据需要有所不同,如学生入学时组成的自然班,或根据学生的不同兴趣组成的单项班等。

(3)体育教学与其他学科教学的目的都是为了传授某种知识或技能。

除了以上与其他学科教学所共有的特点外,体育教学还有其自身的特点,主要表现为:

(一)教学环境的开放性

体育教学主要是在室外进行的,目前,我国各级院校的体育教学多以体育实践课为主,体育教师组织的大多数体育课主要在学校操场进行。与其他学科主要是在封闭的教室、实验室等地方开展教学活动不同,体育教学的教学空间富有变化性,环境更加开放。

针对当前体育教学环境的开放性,这就决定了体育教学具有不同于室内教学的特殊要求,开展教学活动应注意以下几点。

首先,由于体育课多在操场进行,受到的干扰因素较多,如天气、地形、周边设施与噪声等,体育教学的组织管理工作愈加复杂,需要精心设计与统筹安排体育教学的组织形式、教学步骤与方法。

其次,室外的体育教学是动态的,大部分的教学时间学生都处在不断变化与形式多样的运动中,而且如果班级内学生较多,教师可采取分组教学。

最后,由于一些学校的体育基础设施条件较差,体育教师应重视学生的安全教育。

(二) 教学过程的直观性

体育教学过程拥有直观性特点。这种直观性主要体现在讲解、示范和教学组织管理三个方面。具体分析如下。

首先,教师对教学内容的讲解具有直观性的特点。体育教学过程中,教师讲解体育教学内容,不仅要达到与其他学科教师讲解要求一致外,还要求体育教师的语言更加生动,并且富有一定的肢体表现能力,以使學生有形象、贴切、有趣的感觉。尤其是在某些拥有较难技术动作的体育运动教学中,教师不仅要對体育教学重点进行详细的描述,还要用生动、形象的语言把复杂的技术动作进行简单化的讲解,做到深入浅出,以便于学生理解。

其次,教师对体育动作技能的示范具有直观性的特点。体育教学过程中,每一项体育项目的教学都涉及技术动作或战术配合,为了加深学生的理解和认识,教师有必要进行动作示范和实践演示。在教师运用示范法时,需要运用非常直观形象的动作示范,其中包括正确动作的演示和错误动作的演示,这些演示都要非常直观地展现在学生眼前,不能有任何的艺术加工和变形,这样才会使学生从感官上直接感知动作的正确与错误,以利于他们建立正确的、清晰的运动表象。当学生建立正确的动作表象后,再配合教师的讲解,使之与思维相结合,来更好地掌握体育知识、体育技术和技能,进而促进身体素质的改善,从而提高运动水平。

最后,教师对体育教学的组织与管理具有直观性特点。体育教学中,教师与学生接触更多,关系更融洽,对学生的组织与管理也带有直观性,如要更加富有责任心、更具有活力,身体力行,这对學生的身心也是一种无形的教育,有助于教师对学生的观察与帮助,把控教学过程,也能为学生创造轻松的教学环境,使学生在教学中表现出来的言行都是他们最为真实的一面,有利于体育教师获得正确的教学反馈,并及时修正。

(三) 人际关系的多边性

在体育教学中,人际交往占据重要位置,体育教学中的人际交往具有多边性的特征。

现代体育教学的组织形式主要在单人、双人、小群体以及全班之间不断转换,要求学生在不同的时空内完成不同的身体运动、不断地变换角色地位,彼此之间建立多种不同的联系。因此,在体育教学中,师生之间、生生之间、小群体之间具有频繁且形式多样的人际交往关系。

针对体育教学过程中人际关系的多边性特点,体育教师可以运用多种方式与学生交流与沟通,并引导学生相互之间进行配合、鼓励与评判,教会学生在体育课堂中初步体会社会交往,培养学生的合作意识,提高其人际交往能力。

(四) 技能学习的重复性

新的《体育(与健康)课程标准》指出,现代体育教学应促进学生完成运动参与,促进学生的身体健康、心理健康,并提高社会适应能力。体育教学的最基本的目的是使学生掌握运动技能,而要达成这一体育教学目的,就必须重复学习运动技能。

运动技能的形成具有阶段性和规律性,运动技能形成大致分为四个阶段,即动作分解练习阶段、动作连贯练习阶段、连贯动作的独立完成阶段和连贯动作的熟练完成阶段。学生要想熟练掌握运动技能,需要经过长期的反复练习。学生无论是掌握篮足排运动中的复杂技能,还是学习体操中的滚翻、田径中的跑等技能,都需要经历由不会到会、由简单初步学习到复杂深入学习、由不熟练到熟练的发展过程。在此过程中,体育教师要严格遵循循序渐进原则,逐步指导学生掌握各种运动技能,根据不同运动技能的特点,合理安排练习内容和时间,通过反复练习,使学生掌握、提高运动技能。

(五) 身体活动的常态性

体育教学中,学生需要不断重复学习体育运动技能,这也决定了学生在体育教学活动中,要经常进行身体活动,即体育教学具有身体活动的常态性特点。体育课堂教学过程中,教师与学生的身体操练非常频繁,这种近乎于常态化的特点成为体育教学非常显著的特点。

一般性(主要是指文化类学科)的教学,多在教室(实验室、多功能厅)进行,且要保持相对的安静,这样才能激发学生的思维并产生很好的学习效果。而和这些学科相比,体育教学却刚好相反,其教学的地点多为户外或专用运动场馆,普遍较为宽阔,而且在大多数时间的运动技术练习环节并不需要刻意保持安静,学生之间、学生与教师之间都可以随时有相关的交流和沟通,如此才更有利于对运动技术的学习。

体育教学要求学生应掌握基本的运动技能,体育教学过程中充满了对身体活动的要求是体育教学与其他学科教学的最大不同之处。因此,在体育教学中,几乎所有内容都涉及身体活动,或者是为即将到来的身体活动做准备的活动,就是对作为“身体知识”的体育教学的最好诠释。在体育教学过程中,不仅学生要进行具有一定运动负荷的运动,教师在做示范、做指导和参与到组队教学赛中也需要付出不少体力。可见,体育教学身体活动常态性的特点不止针对学生,同时也包括教师。

(六) 身心练习的统一性

一般认为,身体与心理是两种不同的事物,彼此间并没有很多的交集。实则不然,现代科学研究发现,身体健康有助于改善心理健康,而心理健康与否也可以影响身体健康。因此,体育教学具有要求学生身心共修的特点。

体育教学重视对学生身体的改造,与此同时它还强化学生的

心理与多种适应能力的发展。而在其他学科的教学过程中便无法达到这样的效果,这主要在于体育教学营造了不同种类的教学情境,一系列积极的情境使得参与其中的人在潜移默化中受到感染,在体育教学中,学生的身心发展看似是多元的,但实际上在过程中是一种身心统一的锻炼,即达到身体与心理的共同拓展和发展,表现出十足的统一性。身体发展是基础,心理发展依赖、并能促进身体发展。从这一方面来看,体育教学不仅可以促进学生掌握技能、发展身体、增强体质,而且有利于培养学生的思维方式和良好的心理品质,促进学生身心健康协调发展。

体育教学中学生身心练习的统一性,要求教师做好以下教学工作。

(1)体育教学内容的选择要注重身体与心理统一。体育教学内容是体育教学活动的依据,对教学效果具有直接的影响作用。为了使体育教学体现出身心统一的特点,教师应针对学生的身心健康状况合理选择教学内容,所选教材的编排要符合该年龄段学生的心理特点,除此之外还要满足其美学、社会学等其他方面的要求。使学生通过教学过程中的知识学习、身体练习、情感体验,能使身心获得有益发展。

(2)体育教学中运动负荷安排应注重身心统一。体育教学重在体育实践,它以身体练习为主,需要学生运用身体器官直接参与活动,不仅要承受一定的身体负荷,还要承受一定的心理负荷。学生在完成大负荷的身体练习时,要承受肌肉活动引起的疲劳与不适,体验不同的心理过程,磨炼思想意志,还要感受克服困难、团结一致、努力拼搏、失败和成功的心境。这种身心练习的统一性更有益于学生的身心健康发展。

(3)体育教学方法的选用要注重身心统一。与其他学科的教学相比,体育教学的教学方法更加丰富,这更加便于体育教师结合体育教学实际合理选用教学方法,为了体现体育教学中学生身心练习的统一性,体育教师选择的教学方法都要遵循与学生年龄段相适应的身心变化规律,选择正确的、适合学生身心发展的

体育教学方法,体育教师必须根据学生的这些诸多身心特点安排课能,如此才能有效激发学生的积极性和兴趣爱好,促进学生身体和心理的共同发展和提高。

(七)教学内容的情感性

体育教学内容是非常丰富的,它会涉及多种与体育相关的内容,不仅仅限于球类运动、游泳、田径,还包括体育舞蹈、瑜伽等内容。通过对这些内容的学习,学生可以普遍从中体会到源自体育的丰富情感。

体育教学中,学生丰富的情感体验主要表现为如下。

(1)在体育教学过程中,师生可以体会到只有体育才能赋予人的人体美和运动美。一方面,学生通过接受体育教学,掌握体育健身的方法和技能,以此达到运动塑身的效果,使身体外在形态保持优美的线条和良好的身材比例。另一方面,学生通过对不同运动的练习,可以认识到人体不同的动作展现出的动作美和肌肉的动态美,这种美只有在运动中才能看到,是极为外显的美。

(2)通过体育教学中对美的感受,可以促进提高学生审美能力。既然有美的存在,那么就要有欣赏美的人和能够欣赏美,懂得如何欣赏美的能力。

(3)体育教学能使学生真正领悟体育精神。每一项运动都向人们表现出了不同的美的特点和审美特征,如球类运动可以表现个人对球类技术的掌握能力,集体球类项目中除了个人能力外,还包含了与队友之间的协作和互助精神。这些内容都是人类积累下来的丰富的体育内涵,而通过体育教学能促进感受到体育的精神美,掌握体育的精髓。

(4)在体育教学过程中,学生通过参与体育活动可以陶冶情操,平衡心态。如学生在关键时刻始终保持冷静的心态,或是在胜利时表现出的谦虚等。

(5)体育教学是一种创造性的社会活动,其创造的成果就是让学生获得内在的顿悟和精神上的启迪。同时,体育教学沟通着

学生与学生、教师与学生,对学生提高社会适应能力具有重要作用。

(八) 教学条件的制约性

体育教学内容丰富,涉及要素较多,也就使得体育教学受到更多客观条件的制约,这是体育教学的重要特点之一。体育教学活动受到的制约主要有学生运动基础、学生其他基本情况(年龄、性别、生理和心理特点)、体育教学场地条件、器材、气候等。这些因素都会影响体育教学质量的高低。具体来说,主要表现在以下两个方面。

首先,就教学主体来讲,学生作为体育教学过程中体育知识与技能传授的受众,与学生有关的诸多情况会对体育教学本身造成一些影响,因此体育教学要想进行得顺利,获得良好的教学就要注重在学生的运动基础方面以及体质强弱等实际情况的区别对待。这些差异具体如男生与女生不同的身体形态、机能水平、运动能力等,根据这些差异,学校体育教育部门和体育教师在进行教学设计、教材选择和教学组织等方面的制定时就要充分考虑周全,否则会影响教学目标和教学效果的实现。

其次,就教学环境来讲,体育教学环境是体育教学的重要载体,其质量的高低对体育教学会产生较大影响。例如,体育教学活动多在户外开展,可能会面临空气污染,或邻近马路带来的噪声污染等问题,这些问题势必会影响体育教学主体在教学活动中的状态与情绪;天气对于室外体育教学的影响也是不能忽视的,这点在早年间越发明显,如遇到雨、雪、大风等恶劣天气时,体育教学被迫停止,转而来到室内进行一些体育理论课的教学,如此势必影响体育实践课的教学计划顺利展开。

总之,体育教学受多种体育教学条件的制约,要想顺利开展体育教学,摆脱不利于体育教学的各种条件因素的影响,体育教师就要从学年的体育教学计划到具体课时计划,从教材内容选择到教学组织方法实施都必须考虑到这些客观实际与影响因素,结合教学实际,科学选择体育教学内容、方法和组织形式,尽量将制