



新世纪高等学校教材

体育课程与教学系列教材

骆秉全 / 著

美与和谐的体育教学

MEI YU HEXIE
DE TIYU JIAOXUE



北京师范大学出版社

BEIJING NORMAL UNIVERSITY PRESS

K27
59

新世纪高等学校教材

08040 382
体育课程与教学系列教材

美与和谐的体育教学

MEI YU HEXIE DE TIYU JIAOXUE

骆秉全 著

北京师范大学出版社
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PRESS

北京

图书在版编目(CIP)数据

美与和谐的体育教学 / 骆秉全著. —北京: 北京师范大学出版社, 2007.12

新世纪高等学校教材

ISBN 978-7-303-08890-4

I. 美… II. 骆… III. 中国—体育教学—1949~
—高等学校—教材 IV. K27

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 087471 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: 北京新丰印刷厂

经销: 全国新华书店

开本: 170 mm × 230 mm

印张: 13.25

字数: 210 千字

印数: 1~2 000 册

版次: 2007 年 12 月第 1 版

印次: 2007 年 12 月第 1 次印刷

定价: 25.00 元

责任编辑: 饶涛 石雷

装帧设计: 李强

责任校对: 李函

责任印制: 董本刚

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

我国的体育教学改革已经进行了 20 多年。体育教学作为学校教育的重要组成部分要为培养 21 世纪人才服务,为培养全面、自由、和谐发展的人服务。在改革中体育教学的目标得到了拓展,内容得到了丰富,方法得到了改进。体育教学思想有体质教育思想,技能教育思想,竞技教育思想,成功教育思想,快乐教育思想等。多元化的体育教学思想反映了我国体育教学改革充满生机,蓬勃发展的良好势头,也有力地冲击了以运动技术教学为主体,以竞技体育或体质教育为目的的教学体系。

“以人为本”、全面发展是当前学校教育的主旋律,体育教学中如何做到“以人为本”、全面发展,真正做到面向全体学生,成为学生所理解,所热爱的体育是人们关心的问题。美与和谐的体育教学,是在认真考察研究我国体育教学改革中的问题和经验,在考虑如何运用体育来培养全面和谐自由发展,具有个性的人的基础上提出来的。美与和谐的体育教学思想是一种多元化的、综合的、全面的、发展的体育教学思想,它的着眼点在于体育教学要以学生为本,要从培养全面、和谐、自由发展,具有独立个性的人的视角,为构建和谐社会服务。强调在体育教学中注重培养学生审视和体验体育运动美,以艺术化的教学,情感施教,促进学生身心和谐统一,达到体育教学教与学,师与生,内容与形式,增强体质与掌握技能,认知与情感体验全面和谐统一。基于以上认识,本书研究的主要问题及基本观点如下:

(一) 科学审视和分析我国体育教学思想的历史演变,系统分析我国体育教学思想的历程,以及目前体育教学改革与发展的动态,改革的内容,改革中存在的问题以及对改革的看法。从我国体育教学改革,人才培养,建立和谐社会的视角分析提出了美与和谐体育教学思想的必要性和时代价值及其理论基础。

(二) 运用对立统一规律分析体育教学中的矛盾,认为体育教学过程是增强体质,掌握体育运动的基础知识、技术、技能的统一,是提高竞技运动水平与普及体育运动的统一,是成功与失败体验的统一,是快乐与痛苦体验的统一,是合作与竞争的统一,是身体与心理的统一,是情感与意志的统一……这些矛盾的对立统一构成体育教学的和谐,不能将

这些矛盾的因素人为地分割开来，如果那样就会造成对体育教学的误导，出现人才培养中的偏差。

（三）研究美与和谐视野下的体育教学，研究美与和谐的内涵、价值以及它对体育教学的意义。探讨体育教学之美，探讨体育教学“和谐”之魅力，分析运用体育手段进行美育的方法和途径，在体育教学中提高学生审美素质和能力的必要性和可行性，从人的全面发展，从以学生为本，建立和谐课堂，乃至和谐社会的角度分析美与和谐的体育教学的社会与个体双重意义。

（四）美与和谐的体育教学是艺术化的教学，教学艺术是实现美与和谐体育教学的载体和途径。科学分析教学艺术及其本质，分析了体育教学艺术特征，表现形式和功能。进而认为体育教学艺术对于提高教学质量，培养学生和谐人格，培养学生的审美情趣具有不可替代的作用，并从学生的体育需要，体育教学目标，教学内容，教学评价等方面对美与和谐的体育教学艺术设计进行了探讨。

（五）美与和谐的体育教学是艺术化的教学，艺术化的教学是需要情感的，教学艺术源于情。“情”是美与和谐体育教学的核心和关键。本书对情感在美与和谐的体育教学中的价值和作用，体育教学情感施教的方式方法以及美与和谐体育教学的系统建构进行了研究，并通过实例分析了体育活动给学生情感所带来的影响，尤其是情感中的美感对学生学习体育动机和兴趣的影响，进而认为体育教师只有将对体育教育事业的真情、激情浸润在教学的全过程，才能开出教学艺术之花，只有尊重每一位学生，关注每一位学生，热爱每一位学生，建立平等、民主、和谐的师生关系，才能真正实现体育教学的美与和谐。

骆秉全

2007年10月

骆秉全，1964 年生，甘肃临洮人。1986 年北师大体育系本科毕业，教育学博士。现任首都体育学院管理与新闻系系主任、教授，硕士生导师。中国体育科学学会新闻与传媒分会常委，北师大体育与运动学院硕士生兼职导师。

多年来从事体育经济、学校体育、社会体育的教学与研究工作。主持完成多项北京市体育局，北京市教委，北京市哲学

科学规划办，国家体育总局科研课题并获奖。出版专著有《体育经济学概论》《实用体育科研方法》《简编体育市场营销学》《社区体育的理论与实践》《体育公共关系概论》等。参与编写、译著 10 余本，发表学术论文 60 余篇。1994 年被评为北京市优秀青年骨干教师，2000 年入选“北京市新世纪社科理论人才百人工程”人选，2005 年被评为北京市骨干教师。





目 录

第一章 绪论	1
第一节 “美与和谐”体育教学提出的思想基础	3
一、马克思关于人的全面发展理论对体育教学改革的指导意义	3
二、科学人本主义对体育教学改革的启示	8
第二节 研究美与和谐的体育教学的意义	11
一、研究现状及主要观点	11
二、研究的意义	13
第二章 体育教学的现实与理想	18
第一节 体育教学思想的历史演变	18
一、近代以来我国体育教学思想的回顾	18
二、多元体育思想并存	25
三、多元体育思想对于今后体育教学思想发展的启示	30
第二节 我国体育教学的现状与改革	31
一、当前体育教学的现状	31
二、当前体育教学改革的进展及效果	36
三、当前体育教学改革中暴露出的一些问题	38
四、推动体育教学的进一步改革与发展	40



第三节 美与和谐体育教学思想的提出及其 时代价值	45
一、美与和谐体育教学思想的提出及其 概念界定	45
二、美与和谐体育教学思想的理论基础	47
三、美与和谐体育教学思想提出的时代价值	52
第三章 美与和谐的体育教学	63
第一节 体育教学之美	63
一、体育是一种审美文化	64
二、体育教学过程是一个美的心理体验过程	67
三、体育教学中的真、善、美	68
四、体育教学美的具体分析	70
第二节 体育教学中的美育	77
一、美育及人育	77
二、体育与美育	79
三、在体育教学中运用体育手段实施美育	83
第三节 美与和谐的体育教学	86
一、美育视野下的体育教学	87
二、体育教学“和谐”之魅力	89
第四节 美与和谐体育教学与人的全面 和谐发展	101
一、人的本质与人的全面发展	101
二、美育与人的社会化	104
三、美与和谐的体育教学对人的全面和谐发展的 意义	108
第四章 美与和谐体育教学的艺术探寻	112
第一节 教学艺术及其本质	112
一、中外教育家对教学艺术的论述	113
二、教学艺术的本质	115
第二节 体育教学是一种艺术	116
一、体育与艺术的关系	116
二、体育教学与艺术的关系	120
三、体育教学是艺术,又是一门特殊的艺术	124



四、体育教师与体育教学艺术	125
第三节 美与和谐体育教学艺术的特征	128
一、形象性	129
二、情感性	130
三、审美性	130
四、创造性	131
五、愉悦性	132
六、个性化	133
第四节 美与和谐的体育教学艺术的表现	134
一、理智型体育教学艺术	134
二、情感型体育教学艺术	134
三、幽默型体育教学艺术	135
四、求美型体育教学艺术	135
第五节 美与和谐的体育教学艺术的功能	136
一、培养学生完善的审美力	136
二、增强学生学习的积极性	136
三、激发学生的创造力	137
四、提高教师的辐射力	137
五、提高师生的合作互动力	138
六、唤起教师价值行为的效应力	138
第五章 美与和谐体育教学艺术设计	139
第一节 分析学生的体育需要	140
第二节 确定美与和谐体育教学目标	142
一、确定教学目标的意义	142
二、确定教学目标的要求	144
第三节 美与和谐体育教学的内容设计	145
一、立足学生实际,注意教学内容的和谐性	146
二、贴近现实生活,注意内容的时代性	146
三、体育教学内容安排的科学性	149
四、体育教学内容的丰富化和弹性化、综合化、 系统化	150
第四节 美与和谐体育教学过程设计	150
一、体育教学课前准备的设计艺术	151



二、体育课的组织教学设计艺术	153
三、体育教学中教学重点和难点的设计艺术	155
四、体育教学中语言和示范的设计艺术	156
五、营造良好体育课气氛的教学设计艺术	164
第五节 美与和谐体育教学的教学评价	166
一、更新评价理念	166
二、改变评价形式	166
三、优化评价手段	167
四、构建评价体系	167
第六章 美与和谐体育教学艺术的建构性	
探索	170
第一节 美与和谐体育情感教学的	
功能与过程	170
一、情感与教学	170
二、体育教学中情感的功能	172
三、体育情感教学的过程	174
第二节 体育情感施教的方式与方法	176
一、统一施教与分层指导相结合	177
二、适时批评和经常鼓励相结合	178
三、耐心说服与严格要求相结合	180
第三节 美与和谐体育教学的实例分析	182
一、体育教学整体设计案例分析	182
二、体育教学阶段设计实例分析	185
三、体育教学情感激励的实例分析	187
四、体育教学组织的实例分析	188
五、体育教学内容设计的实例分析	191
第四节 美与和谐体育教学艺术的系统建构	193
一、美与和谐体育教学的组织形式问题的讨论	193
二、美与和谐体育教学课的结构问题讨论	195
三、美与和谐体育教学的课型问题讨论	195
四、美与和谐体育教学的原则与方法问题讨论	196
五、美与和谐体育教学的评价标准的讨论	197
后 记	199

第一章 绪 论

教学是一种复杂的社会现象，虽然是几千年前就出现的事物，但是对其质的规定性的研究却是近几十年来才深入开展。概括地说，教学是学校教育的特有方式，这种方式以特殊的活动为基础，而且它也是一种艺术活动。

教学首先是学校教育特有的、主要的教育方式。教育是人类社会根据社会发展和人的发展的需要对人的培养，自从有了人类社会以来，这种活动就没有间断过。只是在原始社会，由于生产力水平的低下，教育活动与人类的社会生产、生活同时进行，没有从社会生产、活动中分离出来。人类社会进入原始社会末期、奴隶社会以后，由于社会生产力的发展，出现了社会分工与阶级，才有必要和可能使教育从社会生产、生活中分离出来，出现单独的专门教育机构——学校。学校教育现在被称为“狭义教育”。社会教育而非学校教育则是“广义教育”，它包括社区教育、家庭教育、自我教育等各种教育形态。狭义的教育即学校教育特有的活动，这种活动是以教师和学生的认知活动为存在的必要条件，在广义教育里没有其存在的条件，因此，教学的第一个质的规定性是学校教育，它是学校教育中特有的而且是主要的教育方式。

其次，教学是特殊的认知活动。这种认知活动的特殊性表现在以下三个方面：认知情境特殊、认知主体特殊、认知客体特殊。教学这种认知活动的情境是特殊的学校情境、有教室、操场、图书馆、教学仪器设备、教师、学生等。这种情境下的认知活动较之非学校的，比如工厂、企业、农村、街道等情境下的认知活动有着特殊性。这种认知活动的主体是教师与学生、教师是专门或主要从事教学活动的专职人员，学生是专门或主要进行学习活动的主体。教学活动的认知客体是以间接知识即

理性知识为主。虽然学生个体认知的发展过程与人类认知的发展历史是相似的,但是不可能让学生一切从头开始亲身获取直接知识。教学不仅是认知过程,更是人的发展过程。这种发展是以认知为基础的知、情、意、行的统一发展,是以智育为基本目标的德、智、体、美等方面的全面发展,是满足社会要求之下的个性发展。具体地说,第一,教学是以认知为基础的知、情、意、行的统一发展。心理科学研究表明,人的认知发展与非认知的情感、意志、行为习惯和行为方式的发展是互动的,人的智力因素的改善也会增强人的非智力因素的改善;反之,人的非智力因素的改善也会增进人的智力因素的改变。教学是特殊的认知活动,但它不仅是认知活动,不仅能获取知识、训练智力技能、培养认知能力、促进人的认知发展,而且以此为基础发展情感、意志、行为方式,是知、情、意、行的统一发展。第二,教学是以智育为基本目标的德、体、美等方面的全面发展。教学研究和实践表明,教学这种以间接知识为认知客体的活动,其基本出发点和目标是获取知识、训练智力技能、培养认知能力等智育的活动;但是,在智育过程中却同时蕴涵着思想道德、体力体能、审美、劳动技术教育的因素。因而,教学不应停留于智育,更要同时进行德、智、体、美全方面发展。第三,教学既是依照社会需要发展,而且应依照个人的要求促进个性化发展。在进行共同素质教育的促进人的各方面素质提高的同时,培养创造型人才时更要求个性的发展。

教学的这些质的规定性表明,教学是学校教育的特有和主要方式,这种方式是在学校情境下进行的以师生为认知主体,以间接知识为客体的特殊认知活动,以这种认知为基础的德、智、体、美全面发展,并促进人的个性发展。不过,教学论对教学的这些规定都是将教学作为科学对象的认定;教学的质的规定从另一个角度说还有另外一个,那就是教学是艺术。

体育教学是教师的教与学生的学统一的活动,是学生在教师有目的、有计划的指导下,积极主动地学习与掌握体育、卫生保健基础知识和基本的技术技能,锻炼身体,增强体质,发展运动能力,培养思想品德的一种有组织的教育活动。它是通过学生从事各种运动动作的练习,让学生懂得科学锻炼身体的理论与方法,发展运动能力,培养锻炼身体的兴趣与习惯,促进身心全面协调发展,增强体质,发展智力和培养学生的创新思维。体育教学一般要使用器材进行练习,学生身体处于活动状态,教学组织工作复杂多变,教学主要是通过讲解、示范、练习、游戏和矫正等多种方法,体育教学场所场地大、活动多,要进行分组,师生、生生之间交往频繁。

体育教学必须根据青少年儿童生长发育规律和身心发展规律来确定教学的目标。体育教学归根到底是一种培养人的过程,它要受到一定社会的物质、文化条件和一定社会需要,特别是受一定社会教育目标及其内容的制约。我国的体育教学是学校教育的组成部分,也是学校体育的组成部分。与其他学科教学一道成为实践学校教育目标的基本途径和重要手段。体育教学的对象是学生,在体育教学中制定教学目标、安排教学内容、进行教学组织、选用教学方法等都必须从学生身心发展的特点出发,符合他们的接受能力和体质状况。

目前,当我国体育教学改革向深化发展的时候,大家都在探索如何有较大的突破。因此,大家都在寻找改革的突破口,企图“抓”到一个什么“纲”,好像解决某一关键性的问题,体育教学改革的问题就能迎刃而解了。什么是关键?有人说是指导思想问题,有人说决定于领导是否重视,也有人说是决定于教材教法,而更多的人认为是决定于教师的素质,如此等等说法不一。由此而产生的许多新观点,如“快乐体育观”、“终身体育观”、“竞技体育观”、“体质教育观”、“成功体育观”等等,并根据这些观点,改革体育教材,相应地改革了教法。这些体育思想反映了时代的某种要求,有的也反映了学生现代生活的要求,因此都各自取得了不少成就。但是,一种新的思想的提出,不可能是凭空想出来的,必须站在一定的理论高度,总结我们的历史经验,比较和汲取国外的先进经验,结合我国的现实,作为一个系统工程,在批判继承的基础上,开拓新的途径。现在看来我们对历史的、现实的,批判和肯定得都不够。我们还没有理出一个头绪,用科学的方法论证,肯定那些应当肯定的东西,否定那些应当否定的东西。但是,有一点在认识上是一致的,即一切教育思想的提出,教材教法的改革,都必须从育人出发。

“美与和谐”的体育教学思想是从美学的视角审视体育教学,探讨体育教学,研究体育中美的和谐的因素对体育教学的积极影响,研究体育教学的艺术及其设计等问题。这种教学思想的提出正是基于对我国目前教育教学改革的认识和理解,对体育教学改革的现实需要认识的结果。

第一节 “美与和谐”体育教学提出的思想基础

一、马克思关于人的全面发展理论对体育教学改革的指导意义

马克思认为“人的本质并不是单个人所固有的抽象物,在其现实性

上,它是一切社会关系的总和。”^①人在关注世界万事万物发展的同时,也在关注着自身的发展。人希望有一个理想的发展环境,也希望自身能够自由发展、全面发展。

马克思认为人的全面发展,是指人的各方面的素质和潜能的普遍提高和充分发展,既包括德、智、体、美、劳等几方面的均衡发展,又包括个性心理、性格、兴趣、意志、气质等非理性因素的健全发展。他认为人的全面发展,是指人的各种潜能、素质都得到充分发展,包括体力和智力,包括德、智、体、美、劳,以及个性、能力、兴趣、性格、气质等等的充分发展;人的全面发展,是指“每个人”,即“社会的每一个成员”的发展,包括人的体力、智力、个性和交往能力的发展。这种发展可以从全面发展、自由发展和充分发展三个方面来衡量。全面发展是从广泛性上谈人的发展,它与人的片面发展相对,指人的各方面的才能和能力的协调发展;自由发展是从自主性上谈人的发展,它指的是人自觉自愿地发展自己的才能,施展自己的力量;充分发展则是从程度上谈人的发展,人的才能和能力的发展有个程度问题,人总是向着更高的程度发展自己的才能。在人的发展中,马克思最突出强调的是“全面发展”。全面发展是把人的自由发展和充分发展都包括在其中的。认为人的全面发展,就是既达到人的充分的社会化,又达到人的充分的个性化,人的社会化是有个性的个人的社会化,是使人从不全面走向全面;人的个性化,是在社会化过程中的个性化,是使人从不自由到走向自由。认为人的全面发展,是指人的发展的最理想境界。就个人而言,是指德、智、体、美、劳和谐完美的发展;是指个人潜力和智能的最大限度的发挥;是指个人需要的全面丰富和满足,是指人的本质的真正实现。

推进人的全面发展通过全面提高人的素质来实现。全面提高人的素质,特别是人的综合素质,是促进和谐、完美、自由、全面发展的人的核心。人的素质不是一下子尽善尽美的。人要逐渐由自然人变成社会人,逐渐远离动物,逐渐提高、成熟。无论是身体素质、文化素质、业务素质、心理素质、科学素质等素质,都有一个渐进的完善过程。

人要生存和发展,首先必须具备一些基本素质,例如身体素质、文化素质。人要能够适应气候的变化,抵御严寒和酷暑,抵御各种疾病和传染病的侵袭,改善个人卫生和环境卫生,锻炼身体,增强体质,减少疾病的发生和降低死亡率,延长寿命;要接受教育,学习各种文化知识和技能,增强自己的认识和改造自然、社会的能力、水平,获得所需要

^① 《马克思恩格斯全集》第3卷,北京:人民出版社,1960版,第5页。

的生产资料和生活资料；人要成为社会人，继而必须具备政治思想品质和伦理道德观念，协调和处理好与他人、社会、异性之间的关系，矛盾、利益和纷争；人要成为全面发展的人，以更好地适应工作，提高工作效率和效果，还必须具备业务素质、科学素质和心理素质，这是更高层次的素质要求。人的所有这些素质要在人的发展和社会发展过程中逐渐形成和完善起来。

应该肯定，素质的形成有先天的因素，但先天因素不是主要的、决定性的。素质主要是在后天的社会生活实践中形成的，例如身体素质。个体或群体的身体素质好，除后天经常从事劳动、参加体育锻炼以及年龄、营养等要素外，与天生的体质亦有关系。有些人天生体质就差，先天不足，如果后天又不注意锻炼和保养，身体素质肯定会差。但天生的体质对身体素质的形成不是决定性的，即使先天体质差，只要加强体育锻炼，注意个人卫生、加强营养和医疗保健等，仍然可以形成良好的身体素质。“承认素质中的先天因素不是唯心论，而是承认人的差异，即某种先天的生理、智力上的差异，只是这种先天的生理或智力差异对人的素质形成来说并不是决定性的，决定性因素是后天人的主观能动性和实践。”^① 如果没有后天的主观努力和实践，任何先天的优势也会丧失，对良好素质的形成起不到丝毫作用。

人的素质形成离不开教育。18世纪法国启蒙思想家（爱尔维修）说过，人是教育的产物。这话有一定的道理。人与动物不同，在于人讲文明。人为什么讲文明？又是怎样懂得讲文明的？当然是受教育的结果。在某种意义上甚至可以说，人若不受教育，与动物就毫无区别。学校教育是选拔德智体美全面发展人才的重要条件和基础，学生良好的综合素质的获得离不开学校的教育。

要全面提高学生的综合素质，就必须坚持和谐发展。“全面不一定是和谐的，和谐一定是开始接近全面的，和谐是多成分之间的一种软性结构特征；和谐必定是有利于发展，有利于健康发展和全面发展的；反之，和谐的丧失既阻滞发展，更谈不上全面。我们看到，所谓协调，系指各种成分之间关系的协调，这就意味着协调与和谐是以全面为前提的，而且，不协调，不和谐，也就是和谐前提的丧失，即导致全面发展的丧失。”^② 和谐发展是根据学生的特点和特长，使德智体美诸方面在发展过

① 陈志尚：《人学原理》，北京：北京出版社，2005年版，第151页。

② 张楚廷：《课程与教学哲学》，北京：人民教育出版社，2003年版，第315页。

程中得到有机结合,以达到和谐育人的目的。

体育对于促进人的和谐健全发展具有重要作用。“人爱和谐,渴望和谐”。^①“事实上,人不过是身心两方面的一种和谐而已”。^②体育对增进人类健康发挥着独特的贡献。适量体育运动概括起来对人体健康的好处表现在:“增强心血管功能;消耗体内脂肪(控制体重);增加骨的密度(防止骨质疏松症、减少骨折的可能性);提高高密度脂蛋白胆固醇(又称良性胆固醇)的含量,降低甘油三脂的水平;降低血压;减少血小板凝集;增加葡萄糖耐量;提高胰岛素敏感度;降低心肌对紧张激素的敏感度;减少上呼吸道感染的发生;预防癌症;延缓衰老,延长寿命。”^③

体育运动不仅对人体生理机能的改善起着特定的作用,还在促进人的心理健康方面有着特殊作用。从心理上讲,体育锻炼有缓冲压力的作用,从而能帮助保护心血管和免疫系统免受压力的影响。经常锻炼是对付焦虑的有效办法,它治疗轻、中度抑郁的效果被证明与心理疗法的效果相同。研究发现,长期锻炼能够改善心情和自我感觉。凡是令人愉快的锻炼都能使人得到心理上的升华,有助于缓解生活压力。体育运动是放松的重要方法,能帮助人们缓解日常生活的压力,防止压力致病。可以说,体育运动是快速生活节奏的心理调节器。

体育运动是一种极富感情色彩的高尚活动。在体育运动中,人们追求积极向上的荣誉感和人们之间相互交往的亲 and 感。体育运动给人们提供的情感体验是复杂多样的,顺应了现代人对情感的多方面要求。在社区运动里,人们可以得到对集体、社团的信赖感、依托感;在家庭运动里,成员们可以在和睦欢乐的气氛中,享受天伦之乐的归属感和稳定感;在休闲运动中,人们可以体验到由它带来的愉悦感。由此可见,体育运动是人们情感方式现代化、行为方式现代化的积极渠道。

未来社会是知识密集型的高智能社会,知识不断更新,社会竞争激烈,需要大批具有健康体魄、富有创造精神和开拓精神的人才。体育对培养和锻炼这种人才,有着独特和重要的作用。参加富有挑战的竞技运动,可以使人精神受到鼓舞,增强征服自然、改造自然的信心。在体育运动中,可以培养人的“重在参与”、“公平竞争”的良好意识和品德,

① 夸美纽斯:《大教学论》,傅仁敢译,北京:教育科学出版社,1999年版,第19页。

② 夸美纽斯:《大教学论》,傅仁敢译,北京:教育科学出版社,1999年版,第19页。

③ 李鸿江:《健康体育导论》,北京:高等教育出版社,2003年版,第8页。

以及勇于探索、乐于创新的积极心态。知识经济时代是一个物竞天择、适者生存的时代,体育运动是锻炼人们不断探索和创新精神的重要手段。因此,长期坚持体育学习和运动,有利于形成“健康第一”、“公平竞争”、“开拓创新”等积极向上的价值观念。

体育运动中的集体项目反映了社会生活情节、过程和人类对生活的共同愿望,协调着社会生活感情。真实的情感流露能让人们体验到人际关系、社会关系的和谐。参与体育运动,是人们抒发情感的积极而友好的重要渠道和方式。

由上可见,体育不仅是健身的积极手段,而且是健心,提高社会适应能力的重要途径。体育承载着人类增进健康、提高生活质量的愿望。这是体育本质的反映,更是后工业社会体育发展的主导。这一切使得体育运动在人的现代化过程中发挥着越来越重要的作用。

一个个体能否很好地领会和掌握体育运动的真谛,掌握良好的体育手段和方法,重要的途径就是体育教学。体育教学如何为培养合格的现代公民服务是必须要重视的一个问题,体育教学的改革必须要体现“以学生为本”,必须以马克思主义关于人的全面发展理论为指导,以学生的全面、自由、完美、和谐发展为本,在体育教学中以提高学生的素质为目的。以培养和发展学生社会适应能力为目标。教育部颁布的《体育与健康课程标准》(以下简称《标准》)确定的社会适应目标是:“建立和谐的人际关系,具有良好的合作精神和体育道德”,^①“学会获取现代社会中体育与健康知识的方法”。^②体育教学培养和发展学生综合素质是全面贯彻教育方针,对学生进行身心全面教育的需要。《标准》明确提出了对学生进行身心全面发展的教育,既是实现体育教学促进学生社会适应目标实现的途径,也是实现学生身心全面发展教育目标的途径。

体育教学对于培养和发展学生综合素质有独特的作用,体育教学不仅能促进学生身体健康,而且能促进学生社会适应能力、合作能力、交往能力的提高。如亲社会行为作为一种优化的调整人与人之间的社会适应方式,强调的是形成人与人之间良好关系的技能,具有外部表现的行为特征,是行动上的与人相处的技巧。这些特点与体育教学的环境特点非常契合。在体育教学环境中,体育教学提供了丰富的学生与教师、学

① 毛振明:《体育教学改革新视野》,北京:北京体育大学出版社,2004年版,第8页。

② 季浏:《体育与健康课程标准》,北京:人民教育出版社,2004年版,第5页。