

教育部推荐教材 ● 西南区体育教材教法研究会教材编审委员会审订



学校体育学

主 编 陈雪红

副主编 张 虹

JIAOYUBU TUIJIAN JIAOCAI

XUEXIAO
TIYUXUE



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

教育部推荐教材

西南区体育教材教法研究会教材编审委员会审订

学校体育学

主 编 陈雪红

副主编 张 虹

参 编 (排名不分先后)

刘 莉 梁 健

尹立波 成 英



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

学校体育学/陈雪红主编. —北京: 北京师范大学出版社, 2008. 1

教育部推荐教材

ISBN 978-7-303-09002-0

I. 学… II. 陈… III. 学校体育—高等学校—教材
IV. G807

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 191776 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: 唐山市润丰印务有限公司
经 销: 全国新华书店
开 本: 170 mm × 230 mm
印 张: 12.75
字 数: 280 千字
版 次: 2008 年 2 月第 1 版
印 次: 2008 年 2 月第 1 次印刷
定 价: 19.00 元

责任编辑: 周光明
责任校对: 李 菡

装帧设计: 孙 琳
责任印制: 马鸿麟

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

西南区体育教材教法研究会 理事会成员名单

理 事 长 朱国权（云南民族大学）

副理事长（排名不分先后）

姚 鑫（贵州师范大学）

梁 健（红河学院）

文格西（西南民族大学）

陈雪红（楚雄师范学院）

秘 书 长 周光明（北京师范大学出版社）

副秘书长（排名不分先后）

孟 刚（贵州师范大学）

吕金江（曲靖师范学院）

郭立亚（西南大学）

常务理事（排名不分先后）

郭 颂（贵州民族学院）

刘 莉（曲靖师范学院）

张群力（昆明学院）

王洪祥（昆明学院）

陈雪红（楚雄师范学院）

关 辉（楚雄师范学院）

刘 云（楚雄师范学院）

王 萍（文山师专）

于贵和（贵州大学）

邱 勇（贵州大学）

谭 黔（遵义师范学院）

王亚琼（黔南民族师范学院）

联 络 员 陈兴慧（北京师范大学出版社）

西南区体育教法教法研究会
教材编审委员会

主 任 孟 刚（兼）（贵州师范大学）

副 主 任（排名不分先后）

王洪祥（兼）（昆明学院）

郭 颂（兼）（贵州民族学院）

张兴富（四川师范大学）

前言

《学校体育学》是体育教育专业主干课程之一，作为学生用书，是由西南区（云、贵、川、渝）体育教材教法研究会《学校体育学》教材编写组根据西南师范体育院（系）教学计划、培养目标和学校体育学课程教学大纲规定的具体教学任务、教学时数、教学内容及考核要求分工负责撰写和串编完成的。本教材根据云、贵、川、渝四省市的实际情况，在因地制宜、因材施教的基础上，总结了四省市学生生源情况，以及各体育院校该门课程教学实践经验，继承了前人不同时期出版的教材优点，重点吸收了国内外学校体育发展中的先进理论与实践内容。

本教材着眼于新世纪培养体育专门人才的实际需要，坚持继承与创新、改革与发展；坚持实事求是，从本科教学实际出发；突出教学性、针对性、实用性、实践性、科学性、先进性、时代性，力求从教材体系和专业发展、教学内容、教学手段与方法掌握上进行改进、提炼、拓展，以使教学对象能适应未来社会的需要。

本教材是由西南区（云、贵、川、渝）体育教材教法研究会组织专家、教授、专业从业人员经过多次的认真讨论研究，同时听取和征求多所体育院校体育理论教学工作者的意见后完成编写工作的。统稿由陈雪红（楚雄师范学院）完成，其中引论由陈雪红编写，第一、八章由刘莉（曲靖师范学院）编写，第二、三、五、七章由张虹（昆明学院）编写，第四、六章由尹立波（曲靖师范学院）编写，第九章由梁健（红河学院）编写，第十章由成英（楚雄师范学院）编写。陈雪红担任主编，张虹担任副主编。

本教材是北京师范大学出版社联合西南区体育教材教法研究会策划出版的系列教程之一。本教材的编写得到了各方面的鼓励和支持，得到了多名专家的指导，北京师范大学出版社的部分编辑人员为此也付出了艰辛的劳动，在此，我们一并表示衷心的感谢。对于在本教材中未一一列明的被引用者的姓名和论著的出处，我们在此表示歉意，并同样表示感谢！

我们真诚地希望广大师生和专家对本教材提出宝贵意见，以便我们今后对教材进行修订，并逐步加以完善和提高。

西南区体育教材教法研究会（学校体育学）编写小组
2007年10月

目录

Contents

引论	(1)
第一章 学校体育课程的历史沿革及其思想演变	(6)
第一节 学校体育思想的形成与发展	(6)
第二节 我国学校体育思想的形成与发展	(12)
第三节 学校体育思想的发展趋势	(18)
第二章 学校体育课程的本质	(24)
第一节 课程与体育课程	(24)
第二节 体育课程的本质	(28)
第三节 体育课程与体育教学	(36)
第四节 体育课程的学科基础	(40)
第三章 学校体育课程的功能和目标	(45)
第一节 体育课程的功能	(45)
第二节 体育课程的目标	(50)
第四章 体育课程的编制	(59)
第一节 体育课程编制的影响因素及过程	(59)
第二节 学科本位体育课程模式	(64)
第三节 学生本位体育课程模式	(65)
第四节 社会本位体育课程模式	(66)
第五节 综合体育课程模式	(67)
第六节 体育课程标准的制定	(68)
第五章 学校体育课程的实施	(76)
第一节 体育课程实施的本质与取向	(76)
第二节 体育课程实施的过程与策略	(82)
第六章 课外体育的实施	(87)
第一节 面向全体学生的课外体育活动	(87)
第二节 学校课余体育训练	(95)
第三节 学校课余体育竞赛	(111)

第七章 学校体育课程的学习与指导	(123)
第一节 体育课程学习过程及特点	(123)
第二节 体育课程的学习策略	(134)
第三节 体育课程的学习指导	(139)
第八章 学校体育课程评价	(144)
第一节 体育课程评价	(144)
第二节 体育课堂教学评价	(147)
第三节 体育课程学习评价	(153)
第九章 体育课程资源的开发与利用	(161)
第一节 体育课程资源的性质与分类	(161)
第二节 体育课程资源的开发与利用	(164)
第三节 体育场地设施资源的开发与利用	(167)
第四节 人力资源的开发与利用	(169)
第十章 体育教师	(171)
第一节 体育教师的地位、作用和特征	(171)
第二节 体育教师的课堂管理	(175)
第三节 体育教师的工作职责与研究	(181)
第四节 体育教师的职业培训与终身学习	(185)
参考文献	(194)

引 论



内 容 提 要

使学生明确《学校体育学》的研究对象，了解学校体育学科的形成与发展，熟悉《学校体育学》的学科性质及其内容，充分认识到学校体育的重要性。

〔学习目标〕

1. 使学生了解《学校体育学》的学科性质、基础和发展变化的过程；知道如何学习《学校体育学》和《学校体育学》的重要地位。
2. 基本能分析《学校体育学》的研究对象和学科性质。
3. 能结合心理学、生理学、社会学、哲学等学科知识较全面地认识学校体育学课程的本质。

〔学习重点〕

《学校体育学》的重要地位

一、学校体育学学科体系介绍

任何一门理论学科的出现，总是与社会实践的发展相适应，反映实践经验，满足实践需要的。学校体育学作为一门具有完整知识体系的学科，在我国有一个形成、发展和变化的过程。

我国的《学校体育学》课程的前身是《体育理论》。早在新中国成立之前，一些留美学者就曾引进了欧美的《体育原理》和《体育概论》，并出版了一些专著，如袁敦礼、吴蕴瑞合著的《体育原理》等。建国以后，我们引进了苏联的《体育理论》，20世纪60年代初，在总结我国体育实践的基础上，编写出版了体育院、系通用的《体育理论》教材。60年代后期，世界性的体育分支学科大量出现，引发了我国体育科学理论的迅猛发展，为我国体育理论研究拓宽了领域，提供了丰厚的理论基础，尤其伴随我国体育实践的不断深化，相关的知识和经验不断积累，《体育理论》的分化成了必然趋势。80年代以后，《学校体育学》从《体育理论》中分化并形成了独立的学科。近20年来，随着我国学校体育的发展和我国体育理论工作者不断研究、借鉴国际

学科发展的新观点和新理论,在该课程的学术研究、教材建设、教学等方面作出不懈的努力,使学校体育逐渐由一个单一学科发展成为一个多学科集合群。学校体育学是一门研究学校体育现象,揭示学校体育原理和方法的课程。它的发展与体育基础教育改革要求紧密联系。新世纪开始的基础教育改革,体育与健康课程的发展完善,对学校体育的学科建设提出了新的要求。学校体育要适应素质教育、终身教育的需要,必须对学校体育学的理念、思想、理论、内容、方法、结构进行全面改革,从而构建新的、可持续发展、适应时代需要的学校体育课程和学科体系成了学校体育学课程建设的重要任务。

我国学校体育学课程建设和发展经历了构建课程基础、提高课程质量和完善创新课程体系三个阶段。

(一) 构建课程基础 (1960—1990 年)

“文革”结束后,百废俱兴,我国未能及时建立起自己的学校体育学课程体系。我国高等体育院、系所选用的课程几乎全部是 20 世纪 60 年代从苏联学来的。当时开设的是今天《学校体育学》的前身《体育理论》课程。在这期间,也有一些专家编写出版了《体育教育学》《体育教学法》等。《体育理论》课程涵盖了几乎所有体育领域的内容,包罗万象,但哪个问题都研究得不深,阐述得不透,难以适应以培养体育教师为主题的高等师范体育院、系教学的需要。20 世纪 80 年代中期,随着我国学校体育实践和体育理论研究深化、扩展。学校体育学从体育理论中分化出来。1983 年和 1990 年人民体育出版社先后以参考书或专著的形式出版了两个版本的《学校体育学》,被部分体育专业院、系作为规定或选用教材。1986 年来自全国高等师范院校体育专业的 24 个单位,在杭州大学举行的高师体育专业《体育理论》研讨会上提出了将体育理论课程改为体育概论、学校体育学等课程。1988 年 11 月,原国家教委在其颁布的《全国普通高等学校体育本科专业目录》中,明确规定了把体育理论课程分为体育概论、学校体育学等课程,并将学校体育学列为教育类专业的体育教育专业主干课程之一。

(二) 提高课程质量 (1991—2002 年)

这一时期,是我国学校体育课程理论高速稳定发展的阶段。这一阶段我国各高等院校体育教育专业和体育理论工作者开发学校体育发展的前沿理论,对国内外普通高等学校体育教育专业教学计划,进行了广泛的调查研究和深入分析、论证,并结合中等学校体育改革的实际,深入中小学进行调研,对学校体育实践进行全面了解。根据学校体育现实发展的需要,调整课程内容,改革教学方法。1991 年 6 月,在国家教委颁布的《普通高等学校本科体育教育专业教学计划》中,学校体育学被列为 10 门理论学科必修课程之一。1992

年国家教委颁布了《普通高等学校本科体育教育专业十一门课程基本要求》，并于1994年6月由高等教育出版社出版了金钦昌教授主编的《学校体育学》。1997年2月，国家教委颁布了《全国普通高等学校体育教育专业本科专业课程方案》，根据《课程方案》的要求，同年由国家教委组织编写了《学校体育学课程教学指导纲要》，于2001年6月由高等教育出版社出版了李祥主编的我国高师体育教育专业本科第二代教材——《学校体育学》。

（三）完善创新课程体系（2003年至今）

世纪之交，我国新一轮基础教育改革全面启动。体育作为教育的一个组成部分，是学生感受人生、体验人生最深刻、最直接、最生动的活动。《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》中明确指出：学校教育要树立健康第一的指导思想，切实加强学校体育工作，使学生掌握基本的运动技能，养成坚持锻炼的好习惯。在这样的形势下，学校体育课程发展到了一个新的阶段。学校体育学课程改革将朝着体育师资的职业化和专业化培养方向发展。这一阶段，全国学校体育专家、学者按照科学化、现代化的要求对学校体育学进行完善和构建。对学校体育进行重新认识，研究体育与健康课程资源的开发、课程的编制、课程的实施、课程的评价。探讨培养一个合格的体育教师机制和路径。学校体育学在新的历史阶段形成了突破单一学科框架、构建多学科集合群体支撑的课程体系。基础教育的改革，为学校体育学课程发展提供了新的空间。2003年教育部颁布了《全国普通高等学校体育教育本科专业课程方案》（教体艺厅〔2003〕7号），次年颁布了《普通高等学校体育教育本科专业主干课程教学指导纲要》（教体艺厅〔2004〕9号），由高等教育出版社出版，全国普通高等学校体育教学指导委员会审定的、普通高等学校体育教育专业主干课系列教材《学校体育学》《体育教学论》等教材于2005年正式开始在全国普通高等学校体育教育专业中使用。随后《体育教学设计》《体育新课程设计》《体育微格教学技能》等教材也陆续出版，标志着学校体育学科群逐步形成。

二、学校体育学的研究对象与内容

学校体育学是研究与揭示学校体育工作的基本规律，阐明学校体育的基本原理与方法的一门学科，其研究对象是学校体育的基本原理。

学校体育学由学校体育基本问题、体育课程与实施、课外体育、体育教师四项主要内容构成。

学校体育的基本问题主要讲授学校体育的历史沿革与思想嬗变；学校体育的地位与作用；教育中的体育；学校体育的结构；学校体育的性质与目标等。通过该部分内容的学习使学生了解学校体育发展的沿革，认识学校体育

思想的形成和变化过程，把握学校体育发展的趋势，认识学校体育的地位和学校体育的本质。

体育课程实施主要讲授体育和健康课程和体育教学的本质与特点；体育与健康课程的学科基础、性质、目标、功能、编制；体育与健康课程的学习与评价；体育与健康课程资源的开发与利用等。通过这部分的学习，可以使

学生认识体育与健康课程的基本理念，掌握体育与健康课程编制、实施、评价的基本知识和基本技能，发展体育教学的技能，拓展开发课程资源的能力。

课外体育主要介绍课外群众性体育活动的特点与实施；课余体育竞赛的特点与实施等。这部分的学习主要是培养学生组织课外体育活动的

能力。体育教师主要介绍学校体育改革发展与体育教师；体育教师作用的发挥与地位的确立；现代体育教师的知识、能力与素养；体育教师的职前培训与继续教育。这部分的学习使学生了解学校体育发展对体育教师的要求，认识

三、学校体育学的学科性质

学校体育学是一门综合性应用学科，就学校体育学本身的学科性质来看，它应属于社会科学中教育科学的体系和范畴，它既区别于高度抽象的理论科学，又与单纯的应用科学不同，二者的长处兼而有之，是一种理论性与应用性相结合的教学理论。

四、学校体育学课程目标

通过学习了解学校体育的发展历程及其思想演变，使学生把握学校体育发展的规律；认识学校体育课程的本质，了解学校体育课程的基本结构，理解学校体育课程各组成部分之间的相互关系；通过对学校体育课程学科基础的学习，了解体育课程与其他相关学科的关系，利用其他学科的知识解决学校体育课程领域的问题；认识学校体育课程的功能，明确学校体育的地位和目标；正确理解和把握体育课程标准的理念及其设计思路；学习掌握课程评价理论，能够正确地对体育课程进行有效评价，并能充分开发与利用体育课程资源；高效率地组织开展课外体育活动、课余体育训练和课余体育竞赛；理论联系实际，加强实践环节，培养学生运用理论指导学校体育工作的实践能力，提高学生批判性思维和分析与解决问题的能力。

五、学校体育学的概念

学校体育学是研究与揭示学校体育工作基本规律,阐明学校体育工作的基本原理与方法的一门学科,是培养各级体育教师组织与实施学校体育工作必须开设的一门专业主干课程。



本章小结

学校体育学是研究与揭示学校体育工作基本规律,阐明学校体育工作的基本原理与方法的一门学科,是培养各级体育教师组织与实施学校体育工作所必须开设的一门专业基础理论课程。就学校体育学本身的学科性质来看,它应属于社会科学中教育科学的体系和范畴,它既区别于高度抽象的理论科学,又与单纯的应用科学不同,二者的长处兼而有之,是一种理论性与应用性相结合的教学理论。

练习与思考

1. 学校体育学的研究对象是什么?
2. 如何学习好学校体育学课程?

第一章 学校体育课程的历史沿革及其思想演变



内 容 提 要

随着社会和教育的发展,学校体育经历了萌芽、制度化、课程化和科学化发展,以及学校体育的改革,学校体育思想逐渐形成与发展起来。中国学校体育思想从西方传入,先后受到军国民体育思想、自然体育思想、苏联体育教育理论的影响。改革开放后,呈现出多元化发展的态势。随着社会转型和教育的终身化发展,学校体育出现了新的发展趋势。

[学习目标]

1. 了解中外古、近代时期学校体育的形成和发展的历史沿革;认识中外学校体育思想演变的过程。理解我国学校体育改革的发展动态。

2. 训练学生在历史轨迹中认识把握学校体育发展规律的能力。在理解不同阶段体育教育思想形成过程中培养学生对思想、理论的理解能力。

3. 拓展学生的教育理论、历史学知识。感悟伟大思想起源灵感、思想火花,体验思想创新、理论创新的过程。

[学习重点]

现代学校体育思想的发展沿革及未来发展趋势

第一节 学校体育思想的形成与发展

一、古代教育中的体育思想

古希腊教育提供了西方奴隶制国家教育的完整而典型的范例,对近现代体育有着重要的影响。以雅典和斯巴达为代表的城邦的教育中始终浸透着一种理想,即要培养一种卓越的出类拔萃的人。斯巴达人认为一个优秀的公民就是一个忠贞爱国、勇敢杀敌的战士。他们认为儿童属国家所有,一个人从出生到正式取得公民资格为止,都要接受按国家统一要求进行教育。教育的最终目标是追求军事效力,教育的主要内容是体育和军事训练,如在儿童队

和少年营等教育组织的体育活动中有跑、跳、拳击、击剑、摔跤、投枪、骑马等。雅典人所向往的教育是塑造教养有素、多才多艺的人，是既能发展人的身体又能发展人的心灵的教育。他们所追求的是身体美与心灵美的结合，他们渴望的是身心都能得到和谐发展的教育，因此一个最好的公民是道德、智慧、健康诸品质集于一身的人。雅典教育的最显著的特点，是培养体、智、美、德诸方面和谐发展的合格公民。

古希腊的教育实践孕育了比较系统的教育理论，其中包含有丰富的体育教育思想。古希腊通过教育所培养的是身心和谐发展的公民，不但要有智慧的头脑，还要有健美的身体，在柏拉图的《理想国》里所推崇的教育就是用体操来训练身体，用音乐来陶冶心灵。在不畏艰辛苦练的过程中，他的目的主要在锻炼心灵的激情部分。教音乐和体育主要是为了心灵。这种教育可使人身体的健康、体型完美、体力充沛，也可以培养人的意志，使其勇敢顽强，他认为身体与精神相互影响，道德不良产生于教育不当和身体不健全。另一位著名哲学家亚里士多德认为在教育上应遵循自然，把体育、德育、智育结合起来，使人得到多方面和谐的发展。他还比较系统地论述了体育教育的目的、内容和方法，特别强调儿童游戏，认为对儿童实施体育，应以发展健美的体格为目的。

欧洲进入封建社会后，文化教育带有浓厚的宗教色彩，教会和统治者在宗教教育之外，对贵族子弟实施“骑士七艺”教育，即骑马、游泳、投枪、击剑、狩猎、下棋和吟诗，使古希腊的体育得到一定程度的继承。

我国具有几千年的文化教育历史，西周的教育思想在尚武的基础上较注重文武结合，学校教育日臻完善。西周的教育内容称为“六艺”，即礼、乐、射、御、书、数。“六艺”教育是文武并重、知能兼求、教有所别的教育。在“六艺”教育中，“射”与“御”是军事技能训练，具有体育的性质，“乐”也因为乐舞之教而包含有体育的内容和意义。从西汉到清朝末年，文武的价值取向完全倒向文的一方，正如中国教育文学家毛礼锐先生在《中国教育史简编》所说：学校体育以教授武艺为基本形式和内容，专主健身的体育锻炼，在古代学校教育中是没有地位的，这是一个明显的缺点。

二、近代学校体育思想的形成

（一）近代学校体育思想的萌芽

14~16世纪兴起于意大利的文艺复兴运动，在复兴古希腊、古罗马文化的形势下，宣扬人文主义文化，并提出了自己的教育目的、原则和方法。近代学校体育思想正是在人文主义者所开辟的历史环境中孕育、萌芽的。人文主义者提出“身心并完”的教育理念，强调发展个性，培养生气勃勃、身体

强壮、知识丰富和积极参加日常生活的人，将发展人格作为教育的主要任务。为实现身心全面发展的教育理想，人文主义者对腐朽的神学教育制度和封建的骑士教育制度展开了批判，出现了一批具有开拓勇气的体育教育先驱。他们在研究、论述社会问题时，都非常重视体育教育，力图恢复古希腊的体育传统。强调儿童的身心发展特征，重视自然或天性，提倡顺应天性的自然教育，强调兴趣、因材施教等。

意大利的赫·美尔库里亚利斯于1569年发表的《论体操》，就是从近代实践科学角度研究体育的最早和影响最大的著作。全书共六卷，前三卷论述古希腊体育的目的和手段，后三卷讨论其医学效果和现实运用问题。

随着近代体育教育思想的逐步形成与传播，一些先驱者在学校教育实践中，如意大利人文主义教育家维多利诺办的学校“快乐之家”，将智力教学同游戏活动有机地结合在一起，组织学生每天到户外跑跳、骑马、击剑、游泳、射箭和玩球类游戏等。体育第一次被作为普通教育的一个不可缺少的内容来看待。

（二）近代学校体育思想的形成

17、18世纪，相继发生了英国资产阶级革命和以法国为中心的启蒙运动，新的教育和体育体系初步建立，促成了近代学校体育思想的形成。17世纪英国哲学家、教育家洛克在他的《教育漫话》中提倡绅士教育，第一次明确地把教育分为体育、德育、智育三部分，并认为体育是一切教育的基础，健全的精神寓于健康的身体。他主张体育内容应重点开展跳舞、骑马、击剑、游泳等活动，强调体育与卫生保健结合，多过户外生活。

捷克教育家夸美纽斯对设置学校体育所进行的可贵尝试为近代学校体育奠定了基础。夸美纽斯的教育、体育原则是遵循自然。夸美纽斯十分推崇游戏活动，他特别提倡跑、跳、投掷、球戏、玩弹子、捉迷藏、九柱戏以及强度不大的角力等。把体育引入学校并将其列为正式课程是夸美纽斯对学校体育的最大贡献。在夸美纽斯的益智学校里，学习内容分三类：第一、二类包括语言、哲学、神学、历史等学科；第三类则是对培养智力有益，而更能促进身体健康，并能因而增强智力的课程，这类课程包括各种游戏和戏剧表演等。夸美纽斯把游戏列入学校课程实属一大创举。

另一位突出贡献者是法国启蒙运动代表人物卢梭，他以“天赋人权”的理论为基础，提出自然教育论，倡导身心两健。他把教育分为婴儿期、儿童期、少年期、青年期四个阶段，认为在婴儿和少年时期，应首先培养身体；在少年和青年期也应使身体锻炼和思想锻炼互相调剂。关于体育教育的任务，卢梭认为不仅是发展体力，还包含传授儿童足够的运动技能、利用自然环境