

大学体育教学的

科学化设计与探索

——基于安徽省大学体育教学质量提高

王训令/著

国家一级出版社  中国纺织出版社 全国百佳图书出版单位

大学体育教学的 科学化设计与探索

——基于安徽省大学体育教学质量提高

王训令/著

内 容 提 要

本书主要围绕高校体育教学设计进行研究和探索,采用理论与实践相结合的方式,理论部分对高校体育教学的发展现状、基本理论,高校体育教学设计的相关理论进行阐述;实践部分,对高校体育教学的教学内容、教学方法、教学模式和教学评价的设计进行了实践探索,同时也对高校体育质量保障体系及管理以及现代教育改革背景下的高校体育教学创新性探索进行研究。作为本书的一大特色,本书通过结合安徽省高校体育教学发展的具体实践,针对安徽省高校体育教学内容、教学方法、教学模式和教学评价的发展趋势与策略进行了专门性研究,并将安徽省高校具有代表性的体育教学创新的个案进行分析。从整体来看,本书具有较强的科学性、实用性和应用性,是一本较为系统的学术著作。

图书在版编目(CIP)数据

大学体育教学的科学化设计与探索:基于安徽省
大学体育教学质量提高/王训令著.--北京:中国纺织
出版社,2019.5

ISBN 978-7-5180-3484-0

I. ①大… II. ①王… III. ①体育教学—教学研究—
高等学校—安徽 IV. ①G807.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第062315号

责任编辑:姚 君 责任印制:储志伟

中国纺织出版社出版发行

地址:北京市朝阳区百子湾东里A407号楼 邮政编码:100124

销售电话:010-67004422 传真:010-87155801

<http://www.c-textilep.com>

E-mail:faxing@c-textilep.com

中国纺织出版社天猫旗舰店

官方微博<http://www.weibo.com/2119887771>

天津千鹤文化传播有限公司印刷 各地新华书店经销

2019年5月第1版第1次印刷

开本:710×1000 1/16 印张:16.5

字数:251千字 定价:65.00元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社图书营销中心调换

前 言

如今，作为高校教育的重要内容，体育教学在培养人才、促进学生身心素质全面发展方面起到了非常巨大的作用。而随着我国现阶段高校课程改革的不断深入以及体育教学理论体系的不断丰富和完善，在体育教学方面我国高校尚处于新的探索和发展阶段。在当今社会发展形势之下，对高校体育教学进行创新发展已成为目前的一项重要课题。为了更好地促进我国高校体育教学的理论发展和实践创新，特撰写《大学体育教学的科学化设计与探索——基于安徽省大学体育教学质量提高》一书，目的在于促进我国高校体育教学实践的可操作性和实效性的提高，构建完善的高校体育教学体系。

本书主要围绕高校体育教学的开展进行研究，在对高校体育教学基本现状及其基本知识理论、体育教学设计相关理论进行系统阐述的基础上，对高校体育教学系统中的教学内容、教学方法、教学模式、教学评价等各个组成要素的具体设计进行分析，同时也对高校体育教学质量保障体系和高校体育教学创新进行了探索，对体育教师开展高校体育教学工作能够发挥重要的指导作用。

本书共九章。第一章至第三章，分别阐述了高校体育教学的发展现状、高校体育教学的基本理论以及高校体育教学设计的基本理论。第四章至第七章，分别对高校体育教学内容、教学方法、教学模式和教学评价的设计进行了探索性研究。第八章高校体育教学质量保障体系及管理探索，主要对高校体育教学质量保障体系的构建、体育课程教学管理、课外体育活动管理以及课余体育训练与竞赛管理等内容进行分析。第九章现代教育改革背景下高校体育教学的创新性探索，首先阐述了我国体育教育改革的背景与发展以及现代体育教育理念，同时也探索了人本主义和现代教育技术在高校体

育教学中的应用。值得注意的是，在本书的相应部分都结合了安徽省高校的发展实际，对安徽省高校的体育教学内容、教学方法、教学模式和教学评价的发展趋势和策略进行了有针对性的研究，并对安徽省高校体育教学创新的个案进行研究。另外还重点对淮北师范大学的体育课程教学改革创新做了深入研究与分析。

本书结构安排合理、层次清晰、内容丰富。注重理论与实践相结合，理论部分系统完整、逻辑性强、时代性突出；实践部分具有较强的教学指导性和实用性，能够很好地指导高校体育教师开展教学设计实践。同时，在本书的相关章节，结合安徽省高校的发展实际，对安徽省高校体育教学内容、教学方法、教学模式和教学评价的发展趋势与策略进行研究，并就安徽省高校的体育教学创新的个案进行分析，具有很强的针对性和实用性。从整体来看，本书是一本较为系统的科学读本。

在撰写本书的过程中，借鉴、引用了大量专家学者的观点和资料，在此衷心表示感谢。由于水平有限，本书难免存在错误和不足之处，敬请广大读者批评指正。

编者

2018年12月

目 录

第一章 高校体育教学的发展现状分析	1
第一节 国外高校体育教学分析	1
第二节 我国高校体育教学发展现状与趋势	3
第三节 安徽省高校体育教学的现状分析	11
第二章 高校体育教学的基本理论	20
第一节 体育教学的概念与要素	20
第二节 体育教学的特点及功能	25
第三节 体育教学的目标及原则	32
第三章 高校体育教学设计的基本理论与探索	47
第一节 体育教学设计的理论基础	47
第二节 高校体育教学目标的科学设计	54
第三节 高校体育教学策略的科学设计	60
第四节 高校体育教学过程的科学设计	65
第五节 安徽省高校体育教学设计的现状与发展探索	70
第四章 高校体育教学内容的设计与探索	77
第一节 体育教学内容概述	77
第二节 高校体育教学内容的科学选择	88
第三节 安徽省高校体育教学内容的改革与发展探索	95
第五章 高校体育教学方法的设计与探索	104
第一节 体育教学方法概述	104
第二节 常见的高校体育教学方法	112
第三节 高校体育教学方法的选用及优化组合	125
第四节 安徽省高校体育教学方法的改革与发展探索	130

第六章 高校体育教学模式的设计与探索·····	135
第一节 体育教学模式概述·····	135
第二节 高校常见的体育教学模式·····	139
第三节 高校创新体育教学模式的设计与应用·····	151
第四节 安徽省高校体育教学模式的现状与发展探索·····	158
第七章 高校体育教学评价的设计与探索·····	163
第一节 体育教学评价概述·····	163
第二节 高校体育教师教的评价·····	176
第三节 高校学生体育学习的评价·····	181
第四节 安徽省高校体育教学评价的发展趋势与策略·····	185
第八章 高校体育教学质量保障体系及管理探索·····	188
第一节 高校体育教学质量保障体系的构建·····	188
第二节 高校体育课堂教学的管理·····	191
第三节 高校课外体育活动的管理·····	201
第四节 高校课余体育训练与竞赛的管理·····	206
第九章 现代教育改革背景下高校体育教学的创新性探索·····	214
第一节 我国体育教育改革的背景及发展·····	214
第二节 现代体育教育理念阐述·····	222
第三节 高校体育教学的人文主义探索·····	229
第四节 高校体育教学中现代教育技术的应用·····	232
第五节 安徽省高校体育教学创新的个案研究·····	237
第六节 安徽省高校体育教学的发展对策·····	241
第七节 淮北师范大学体育教学课程改革创新研究·····	246
参考文献·····	253

第一章 高校体育教学的发展现状分析

现阶段,我国越发重视高校体育教学的发展情况,这是提升我国高校体育教学水平、体育教育管理能力和其相关工作的前提。“素质教育”理念的提出,为体育教学的进一步发展提供了良好的契机。为此,本章就对高校体育教学的现状与发展情况进行阐述,以期对日后研究体育教学的其他问题奠定坚实的基础。

第一节 国外高校体育教学分析

一、国外高校体育教育理念分析

通过对国外学校体育教育的研究可以看出,国外高校体育教学的基本理念是通过体育课教学活动培养学生喜爱体育运动,使学生拥有健康的身体,具有健康生活、安全生活的技能,成为身心健康的公民。

以德国为代表的欧洲大学学校体育教育理念是:生活中不能没有体育,运动中离不开体育,健康需要体育。德国的大学把体育作为自己生活中不可缺少的重要组成部分。

美国政府为了适应当今社会飞速发展,相继出台了“增加健康,预防疾病”的国家目标的十年规划,并建立了通过体育教育使学生成为一个完整的人,以借助健全的身体素质更好地进行生活和服务于社会的体育理念。

日本大学体育教育把“快乐体育”作为教育理念,这一教育理念,是指师生双方在教学过程中所体现出的充实感、成功感和

满足感等愉悦情感,这种愉悦感不仅指学生在从事各种体育运动过程中所带来的乐趣,而且还指教师在教学过程中感到的快乐。

加拿大大学体育教育理念是以人为本,满足学生的个人需求,尊重个体的价值、尊严及权利,学校提供合格的体育指导教师和优良的锻炼环境。

二、国外高校体育教学特点分析

在美国,美国各州的高校体育课程目标设置虽不尽相同,但一般都把体现“以人为本”,实现“终身体育”和“健康体育”的思想落实到教学的整个过程,将以往以传授“Sports”为主,改变为以传授“Fitness”为主,课程设置总体上围绕以下四个方面进行:提高运动技能,提高体质健康水平;培养终生体育意识,养成良好体育习惯;培养学生对体育的良好态度;学生由在教师的指导下向自觉学习的方向转化,注重学生的个性化发展和创新能力的培养。

澳大利亚高校不开设体育课程,大学体育教育主要是通过学生自愿参加体育锻炼的过程来实现的目的是促进生长发育,掌握体育知识和技能,提高学生对运动基本原理的认识和理解;增进健康及社会适应能力的理解;提高对疾病的预防认识;增加社会责任感;尊重个体的价值和权利。

加拿大高校体育依托高质量的日常体育活动计划。其核心是通过学校鼓励学生积极参与体育活动,促进学生健康成长。高质量的日常体育不仅包括日常的体育教学活动,还包括参加人数多、活动形式多样的校内外体育活动。计划中规定必须具有合格的、有能力的体育教师用来向学生传授提高体育运动水平和终身体育所需的体育知识与技能。要求学校具有完备的场地器材,保证每个学生有机会参加校内的娱乐活动和体育比赛。

日本大学体育教育把“快乐体育”作为教育理念,其体育课程目标强调学生参加体育运动的动机与体育运动的社会价值的内在统一;充分尊重学生的自主学习和个体差异,并重视学生对

运动乐趣的体验,理解体育的意义,为他们终身参加体育锻炼奠定基础。

第二节 我国高校体育教学发展现状与趋势

一、我国高校体育教学的现状

(一) 教学理念落后

教学理念对于教学行为的影响是巨大的,它的先进与否对于体育教学的发展起到导向作用。如果教学理念落后,则首先就会在思想上对体育教学的发展产生禁锢作用。然而我国的高校体育教学的教学理念的发展现状可以说是较为落后的。这里所说的教学理念的落后不仅仅是评判的一句口号和倡议,尽管我国已经提出了“素质教育”“健康第一”“以人为本”等教学理念,但许多仅是停留在口头上,真正落实到体育教学实践中的非常之少,行动较为迟缓和消极。因此我们说,没有落到实处的所谓的教学理念,仍旧是落后的。

我国高校体育教学理念的落后的决定因素是多方面的,其中一项主要问题就是过往长期坚持的教师主导课程的教学模式,使得学生在学习的全过程一直处于被动地位,只是单纯的接受知识的“灌输”即可,这种僵化的模式在很大程度上忽视了学生思维能力的培养。但即便如此,在模式形成已久后,也会逐渐被教学主体双方所接受,形成定性思维。如此,体育教学理念也就受此影响,难以发展前行。

(二) 教学内容与方法单一

体育教学的内容就是传授给学生体育知识或技能。而体育教学方法则是研究如何将这些知识或技能传授给他们的方式。

我国的体育教学长期保持的讲解、示范、练习、预防与纠正错误、巩固与提高等教学模式和方法。现在看来,特别是和欧美体育教育较为发达的国家相比,必须承认我们沿用的这套教学方法是落后的、单一的。在此过程中学习的学生只能被动接受,缺少思考的机会,更缺少遵循自我意愿参与体育教学的机会,从而不利于学生体育学习积极性的提高、个性的良好发展以及创造性的主观能动性的发挥,从而阻碍了体育教学整体效果和水平的提高。另外,教学内容的单一也使得学生在体育教学中的选择性较小,往往是学校教什么,学生就学什么,而这些内容通常是沿用了十余年的老内容,如田径、体操等。而在体育运动项目众多的现代,这些单调无趣的,在学生眼里被视作“古老”项目的教学内容已经没有了生存的空间。

(三) 教学质量下降

就目前的情况来看,我国体育教育管理部门对高校体育教学的达标标注的制定个性不够突出,不能充分体现体育教学的特殊性。“素质教育”理念的提出在实际落实中更多是空洞的口号,体育教师更多的还是沿用传统的教学方法,对传统的内容进行日复一日的教学。这种毫无进取心式的教学也注定不能得到学生在体育教学过程中的全情投入,教学主体双方的懈怠使得体育教学的质量连年下滑。这也就是体育课给人们的感觉越发“鸡肋”的原因。另一方面,许多高校对体育教学中出现的伤病问题非常忌惮,为此,他们默许了体育教学减小强度和选择较为安全的项目的行为。当然,如此考虑本无可厚非,但难免给人以因噎废食的感觉。这也是导致我国高校体育教学质量连年下降的原因之一。

(四) 部分教师专业素质不高

体育教学与其他学科的教学有很大的不同。体育教师需要掌握的知识包括理论知识和专业运动技能。因此可以说,体育教

师这个职业带有非常强烈的专业化特征。不过,现实中体现出来的现状则并没有展现出这种专业化。由于体育教师在学校中的地位普遍偏低,不管是从学历层次还是知识结构层次上来看,体育教师队伍的专业能力与其他学科的教师往往都存在着一定的差距,由此便形成了恶性循环,越是地位偏低,愿意从事体育教师职业的人就越少,越是体育教师数量稀少,其能力就越低。再加上,高校作为我国教育的前沿阵地,不仅需要体育教师拥有出色的教学能力,还要具备足够的科研能力。然而我国传统的体育教师培养方式培养出的教师大多数属于技术型和训练型,但其科研能力通常较弱,工作随意性较大,对自己专业以外的体育课程和项目没有给予足够的重视。这些问题凸显了体育教师整体上专业水平的不足,从而严重影响了体育教学工作的发展。

(五) 教学管理不足

高校体育教学管理是实现体育教学过程稳定有序,顺利实现教学目标的重要管理工作。它包括对体育教学人、财、物的全面管理。我们通过实地考察和访谈,了解到目前我国体育教学的管理工作尚有诸多不足,这些不足也会给体育教学工作带来阻碍和困扰。这些不足具体体现在如下几个方面。

(1) 体育教学管理与新提出的体育教学理念有相违背的地方。这方面重点表现在体育教学管理的思路依旧延续过往体育教学的理念,教学管理的行为没有与先进体育教学理念与时俱进,没有实现真正的同步发展,造成的体育组织建设与管理不足,严重影响了体育教学工作的顺利进展。

(2) 高校体育管理的直接领导者是学校教务部门。教学部门对各学科的管理会有一个通盘考虑和侧重考虑,因此,如果这一级别的管理者对体育教学的价值没有一个正确的认识的话,则很可能弱化体育教学在高校中的地位,各方面教学资源也会提供得较为苛刻,如此自然不利于体育教学质量的提升。

(3) 体育教学资源是体育教学必不可少的客观需求。我国是一个体育资源非常匮乏的国家,尽管是在大学中,也并非所有高校都拥有丰富的体育资源。其中,场地和器材的短缺是造成体育教学现状不利的首要问题。而在现代体育教学的快速发展时期,体育教学资源的短缺问题更是凸现了出来,它已经不再跟得上教学改革发展的步伐,从而严重阻碍了体育教学质量和水平的提高。

(4) 体育教学评价是教学管理的重要环节,它是评定体育教学目标是否达成的重要手段。因此,体育教学评价的设计与方式是否正确就成为获得学生体育学习成果的重要方式。然而,目前我国高校体育教学的评价内容主要是对运动技能的掌握的评价。一方面这会导致教师在课堂上过于专注对运动技能的教学,从而忽视学生对运动的兴趣的培养;另一方面,过于注重量化指标的达成不利于照顾每名学生的体育教学参与体验,如一些身体素质不佳的学生通过一段时期的练习实现了自身素质的增长。然而即便如此他的技能水平也许仍旧与标准相去甚远,如此一味按照指标来评定学生的学习情况的话,对客观情况的确有失公平。

二、我国高校体育教学的发展趋势

(一) 将提升学生身心素质水平作为核心目标

通过专业测评得出的结果显示,我国学生身心健康指数在逐年下滑,这注定会为我国构建和谐健康的社会及“中国梦”的实现造成阻碍。为此,《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》中指出:“健康体魄是青少年为祖国和人民服务的基本前提,是中华民族旺盛生命力的体现。学校教育要树立健康第一的指导思想,切实加强体育工作,使学生掌握基本的运动技能,养成坚持锻炼身体的习惯。”此后,全国各级各类学校都转变了体育教学工作的思路和重点工作,始终将“健康第一”

作为学校体育的指导思想,并以提高学生健康素质为根本目标。在今后学校体育的发展过程中,仍会继续围绕提高学生健康素质这个根本目标。为实现这个目标,各级各类学校,特别是其中起标杆作用的高校在体育教学中重点突出了以下两个方面。

1. 增强学生的身体健康水平

健康的身体是人一生的财富,它不仅是为祖国的建设奉献力量的首要基础,还是自我享受生活的保障。因此,高校体育首先就要实现增强学生身体健康的目标。为了达到这个目的,高校体育不论是在教学理念还是在教学实践中,都要秉承这一观点,选择的教学内容都要以能够实现这个目标为标准。要以提高学生的技能水平、发展学生的身体素质和基本活动能力、增强学生对外界环境的适应能力为主,在教学管理上,要运用科学的管理方法,保证教学活动的顺利开展。

2. 提高学生的心理发展水平

人的健康包括生理健康、心理健康和良好的社会适应能力。其中心理健康是非常容易被忽视的。然而,健康的心理对人的一生都会起到重要的作用。心理健康主要是指智力发展水平、情绪状态、行为反应与心理适应能力等;心理素质主要是指自尊心、自信心、意志品质、自我心理调节能力等。^①心理健康的人更容易形成良好人生观、价值观、世界观,具有稳定的情绪和自控能力。除此之外,心理健康的程度也会关系到生理健康的程度。如果一个人患有心理疾病,那么他的身体健康也会受此影响而下滑。相反的,患有同样症状的病人,通常是心态更乐观、自信心更强的那个恢复的时间更短。学生所处的年龄阶段,正是心理的形成阶段和稳定阶段的前期,这是使他们养成良好心理素质的关键时期。而学校,特别是高校刚好需要承担这一重要责任。

^① 杨贵仁. 中国学校体育改革的理论与实践[M]. 北京: 高等教育出版社, 2006.

(二) 越发看重学生“终身体育”意识的培养

在我国以往的体育教学意识中,体育教育的重要作用就在于提升学生的身体素质,掌握几项运动技能。这种学生身体的培养方式本身没有问题,但问题就在于随着时代的发展,对于学生综合素质的培养需要不断提升,这种需要赋予了体育教学更多的使命,使之不能仅仅是锻炼学生身体那么单纯和绝对。通过调查发现,我国高校学生在校期间接受体育教学,获得体育运动的机会,而当毕业后,在没有了校园这一运动的良好条件后,便逐渐远离了运动场。这一方面是客观条件的变化导致的,另一方面更是没有给学生在意识层面建立起一个体育运动的习惯,没有养成“终身体育”的意识。好在我国的教育部门已经意识到了这个严峻的问题,并从政策层面和实践层面为这种意识的培养提供保障与支持,如2002年颁发的《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》指出体育课程的目标是使学生“基本形成自学锻炼的习惯,基本形成终身体育的意识”,“熟练掌握两项以上健身运动的基本方法和技能,能科学地进行体育。”这些规定都表明,学校体育教学必须要以培养学生终身体育意识为重要目标。可喜的是,通过一系列体育教育改革后,大部分高校已经将体育教学的重点放在了培养学生“终身体育”意识方面,但这不应只是暂时的行为,而应该一直延续下去。

(三) 体育教学的内容日益丰富

随着时代的发展,新兴体育运动的传播速度飞快,再加上信息时代的助推作用,让这种传播变得更加迅捷。这些新兴体育项目中,有许多非常适合高校体育教学,与学生的全方位成长特点有着诸多吻合的地方。高校体育教学内容的丰富在近年来尤为快速,并且这种势头还会延续很长时间。从现在的实际情况来看,高校体育教学中已经出现了过往体育教学中不曾有过的内容,如

跆拳道、台球、体育舞蹈、攀岩、轮滑等。一方面在早年间,这些项目并不能被认为是适合成为体育教学内容的,体教管理人员认为许多项目更多包含的是游戏和休闲的成分,对学生的身心素质的培养成效不突出;另一方面,许多项目没有被采纳也与当时的相应的体育资源匮乏有关,随着社会经济的大幅度提升,许多高校有实力提供这些资源,自然也就有了开展这项运动教学的能力。总之,学校体育教学将向内容多样性的方向发展,特别是具有健身、健美和娱乐功能的体育项目,将会受到学校体育教学的青睐。

(四) 体育教学的组织形式日益多样

体育教学的特点,决定了其教学的组织形式是多样的,特别是在体育教学内容和教学手段不断丰富的今天更是如此。

具体来说,高校体育教学的组织形式日益多样化的发展趋势主要表现在以下几点。

(1) 高校中体育社团的成立将成为重要的组织形式。高校体育社团是单项或同类体育项目的群体性组织,通常由学生自发组成,有的还会有学校体育管理部门担任顾问。这种形式体育教学组织方式越发增多,它能够更加满足学生对参与自己喜欢的体育运动项目的需求。

(2) 非正式的学生体育群体建立。对于对某项运动有着特殊偏爱的学生,他们会自发组成运动专项小群体,然后自行决定活动的组织方式、时间和地点。目前,这种组织形式已经出现在学校中,并且愈发普遍。虽然是自发组织的群体,但高校不应完全对此放任自流,而应该与此类群体的组织人员充分沟通,了解群体的主要活动内容和方式,判断他们活动的可行性和安全性,以此达到建议性指导和避免运动风险出现的目的。

(3) 体育俱乐部将成为体育教学的重要组织形式。以往体育俱乐部的组织形式通常与高校无关,人们印象中的体育俱乐部都是社会层面的,如业余体育俱乐部或职业体育俱乐部。而现在,高校中也出现了体育俱乐部的组织形式,它与高校体育社团的不

同点在于,体育俱乐部有更加明确的管理制度和活动要求。目前,高校体育俱乐部有两种性质,一种为偏重追求更高运动竞技能力发展的竞技体育俱乐部,另一种为兴趣性的休闲体育俱乐部。这两种性质的俱乐部可以满足不同需求的高校学生的体育参与。而这种形式的组织方式在未来有着更为广阔的发展空间。

(五) 体育教学逐渐呈现出更多的地域性和层次性特点

我国是一个幅员辽阔的国家,不同地区之间有着属于地域差别的不同特点,这些特点会影射到该地域内的一切事物,其中就包括体育教学。目前,我国实行的是国家、地方和学校三级课程管理体制,在课程管理方面,国家只制定课程标准,提出了课程的整体目标,并没有对课程内容做出硬性的规定,这就给了地方和学校很大的选择自由,让他们可以根据自己所拥有的体育资源、气候特点及文化传统等,选择符合自己实际情况的、可以普遍被学生接受的体育运动内容,从而让学校体育教学的地域性特点更加显著。例如,我国东北地区可以因地制宜地开展滑冰、滑雪等冬季项目;南方地区可以更多地开展水上项目等。这种基于地域差异选择最恰当的体育教学内容的方法也是一种对有限的体育资源进行弥补的方法。

现如今,体育教学更加注重学生在教学中的地位,鼓励学生在学习期间的自主思考和创新,这也是新型体育教学理念所提倡的。然而,并非所有学生都具有这个能力,有些运动基础和身体素质较差的学生,并不能完全了解教学内容的重点,更不要提自我思考找寻学习的方法了。为此,高校体育教学就需要关注学生的个体差异与不同需求,确保每一个学生都能在体育教学中受益。不过,在现实中,要完全做到这点并不容易,如此一来必定降低教学效率。因此,实施因材施教,采用分层次教学是学校体育教学的发展趋势之一。只有根据学生的身体条件和运动技能,采用不同的教学策略、评价方法,才能够让学生不断地进步。