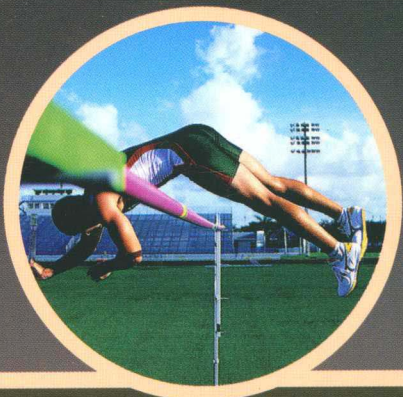


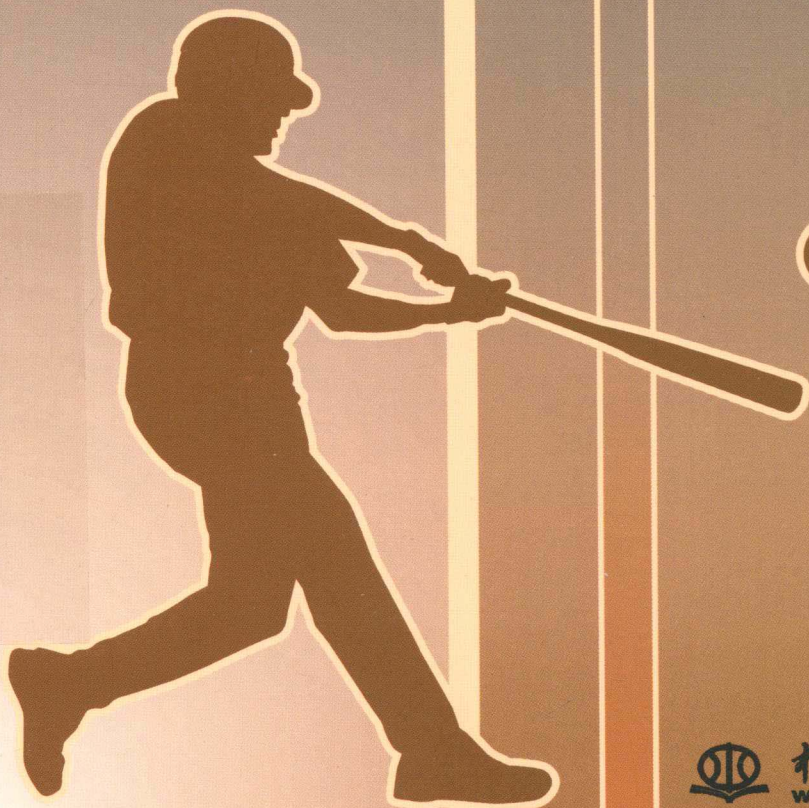


TIYU JIAOXUE
GAIGE CHUANGXIN YU FAZHAN YANJIU

体育教学

改革创新与发展研究

宋海圣 赵庆彬 冯海涛 著



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn

TIYU JIAOXUE

GAIGE CHUANGXIN YU FAZHAN YANJIU

体育教学

改革创新与发展研究

宋海圣 赵庆彬 冯海涛 著



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn

内 容 提 要

本书以体育教学为对象,通过多方面、全方位的角度对体育教学改革创新与发展进行了详细的研究,涉及体育教学思想、体育教学内容、体育教学方法、体育教学手段、体育教学模式、体育教学设计、体育教学管理、体育教学评价等内容,并对体育教学的基本知识以及改革创新成果进行了阐述,能够对体育教学的改革和发展起到一定的推动作用。

图书在版编目（C I P）数据

体育教学改革创新与发展研究 / 宋海圣, 赵庆彬,
冯海涛著. -- 北京 : 中国水利水电出版社, 2015. 5
ISBN 978-7-5170-3225-0

I. ①体… II. ①宋… ②赵… ③冯… III. ①体育教
学—教学改革—教学研究 IV. ①G807.01

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第118612号

策划编辑:杨庆川 责任编辑:陈 洁 封面设计:马静静

书 名	体育教学改革创新与发展研究
作 者	宋海圣 赵庆彬 冯海涛 著
出版发行	中国水利水电出版社 (北京市海淀区玉渊潭南路1号D座100038) 网址:www.waterpub.com.cn E-mail:mchannel@263.net(万水) sales@waterpub.com.cn 电话:(010)68367658(发行部)、82562819(万水)
经 售	北京科水图书销售中心(零售) 电话:(010)88383994、63202643、68545874 全国各地新华书店和相关出版物销售网点
排 版	北京鑫海胜蓝数码科技有限公司
印 刷	三河市天润建兴印务有限公司
规 格	170mm×240mm 16开本 15.25印张 273千字
版 次	2015年8月第1版 2015年8月第1次印刷
印 数	0001—3000册
定 价	46.00元

凡购买我社图书,如有缺页、倒页、脱页的,本社发行部负责调换

版权所有·侵权必究

前 言

体育教学是推动体育事业可持续发展的重要和有效途径。随着社会经济的发展、科学技术的创新以及体育全球化趋势的进一步形成,培养符合时代和社会需要的新型优秀体育人才是现阶段体育教学的重要任务之一。新的历史形势下,改革与创新成为体育教学发展的重要课题。基于此,特撰写《体育教学改革创新与发展研究》一书,旨在为新时期推动和促进我国体育教学的改革、创新与发展贡献绵薄之力。

本书以体育教学为研究对象,以体育教学的基本知识为基础,以体育教学思想为切入点,重点对体育教学所包括和涉及的诸多要素的改革创新与发展进行了深入地分析和探讨,这些要素分别为体育教学内容、体育教学方法、体育教学手段、体育教学模式、体育教学设计、体育教学管理以及体育教学评价。各类体育教学要素的研究均以理论分析为指导,突出了科学性。此外,本书还对现阶段的体育教学改革创新与发展成果进行了归纳、总结与分析。

全书共十章,章节内容选择和结构设计全面完整。其中第一章为体育教学概述,简要阐述了体育教学的概念与性质、特点与功能、原则与规律,并对现代体育教学的发展现状及趋势进行了分析;第二章为体育教学思想的革新与发展,在论述现代体育教学改革的教育思想的基础上,对我国体育教学思想的影响因素进行了分析,为当下体育教学思想的整合及发展指出了方向;第三章为体育教学内容的革新与发展,分别对体育教学内容的基本理论、层次与分类、编排与选择以及发展进行了研究;第四章为体育教学方法的革新与发展,本章从理论、选用、发展三个角度重点对体育教学方法进行了研究;第五章为体育教学手段的革新与发展,内容主要包括体育教学手段的理论阐述、具体运用及创新;第六章为体育教学模式的革新与发展,在分析我国体育教学模式基本理论与典型模式的基础上,对新时期新型体育教学模式的构建与运用、改革与发展进行了分析;第七章为体育教学设计的革新与发展,从基本理论入手,对体育教学设计的评价与策略构想、现状、改革、发展进行了详细地研究;第八章为体育教学管理的革新与发展,详细探究了体育教学管理的基本理论知识、内容与方法、发展与完善;第九章为体

育教学评价的革新与发展,以体育教学评价的基本理论为指导,分析了体育教学评价的改革与发展情况,对体育教学评价的规范与落实提出了合理化建议;第十章为体育教学改革的成果研究,主要内容涉及体育有效教学、体育正当教学以及体育教学的有效性和正当性,是对现阶段我国体育教学改革所取得的系列成果进行的较为深入地分析。整本书理论性强、逻辑清晰、结构完整,内容丰富,包含了体育教学改革创新与发展的方方面面内容,可以说是一本系统的、时代性较强的科学读本。

本书由石家庄经济学院宋海圣、赵庆彬,河北科技大学冯海涛撰写完成,并由三人共同统稿。具体分工如下。

第二章,第三章,第五章,第九章:宋海圣;

第一章,第四章,第七章:赵庆彬;

第六章,第八章,第十章:冯海涛。

本书在撰写过程中,参考和采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。

作者

2015年3月

目 录

前言

第一章 体育教学概述.....	1
第一节 体育教学的概念与性质.....	1
第二节 体育教学的特点与功能.....	3
第三节 体育教学的原则与规律	12
第四节 现代体育教学的发展分析	20
第二章 体育教学思想的革新与发展	25
第一节 现代体育教学改革的教育思想	25
第二节 我国体育教学思想的影响因素	32
第三节 体育教学思想的整合与引领	45
第三章 体育教学内容的革新与发展	48
第一节 体育教学内容的基本理论	48
第二节 体育教学内容的层次与分类	54
第三节 体育教学内容的编排与选择	60
第四节 体育教学内容的发展研究	66
第四章 体育教学方法的革新与发展	70
第一节 体育教学方法的基本理论	70
第二节 常见的体育教学方法	75
第三节 体育教学方法的选择与运用	84
第四节 体育教学方法的发展研究	90
第五章 体育教学手段的革新与发展	94
第一节 体育教学手段的基本理论	94
第二节 体育教学手段的运用.....	100

第三节 体育教学手段的创新·····	106
第六章 体育教学模式的革新与发展·····	114
第一节 体育教学模式的基本理论·····	114
第二节 体育教学中典型的教学模式·····	121
第三节 新型体育教学模式的构建与运用·····	128
第四节 体育教学模式的改革与发展·····	134
第七章 体育教学设计的革新与发展·····	138
第一节 体育教学设计的基本理论·····	138
第二节 体育教学设计的评价与策略构想·····	145
第三节 体育教学设计改革研究·····	151
第四节 体育教学设计的现状及发展·····	159
第八章 体育教学管理的革新与发展·····	164
第一节 体育教学管理的基本理论·····	164
第二节 体育教学管理的内容·····	173
第三节 体育教学管理的方法·····	182
第四节 体育教学管理的发展与完善·····	186
第九章 体育教学评价的革新与发展·····	189
第一节 体育教学评价的基本理论·····	189
第二节 体育教学评价的改革与发展·····	201
第三节 体育教学评价的规范与落实·····	208
第十章 体育教学改革创新成果研究·····	212
第一节 体育有效教学·····	212
第二节 体育正当教学·····	227
第三节 体育教学的有效性与正当性·····	232
参考文献·····	236

第一章 体育教学概述

现阶段,针对体育教学的研究具有重要的理论和现实意义,体育教学的科学化操作和实施是促进学生健康成长、提高国民身体素质的重要和有效途径。本章主要就体育教学的基本知识进行详细地阐述和分析,主要包括体育教学的概念与性质、特点与功能、原则与规律以及体育教学的发展状况,旨在为全面认识体育教学、理解体育教学的重要性、切实推进体育教学的研究和科学化实施奠定基础。

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,它是指教学者就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,这种活动需要教师和学生共同参与,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、随心所欲的教学活动,更不能将其等同于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,将体育教学的概念与体育相关知识相结合,从而形成了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学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。

(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 体育教学的特点与功能

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的各种形式的交流频繁,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,主要表现如下。

(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、周边设施与噪音等,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,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,这些演示都是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,使之与思维结合起来,从而掌握体育知识、体育技术和体育技能,改善身体素质,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,这对学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是在单人、双人、小群体以及全班之间不断转换的,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则是使学生掌握运动技能,而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:练习分解动作阶段、练习连贯动作阶段、独立完成连贯动作阶段和熟练完成连贯动作阶段。学生要想熟练掌握运动技能,需要经过长期的反复练习。学生无论是掌握篮球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,这种几乎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,体育教学却刚好与之相反,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,不仅是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,现在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,要求教师应做好以下教学工作。

(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。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。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,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,还包括如体育舞蹈、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,学生通过不同运动,可以认识到人体不同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,可以促进学生提高审美能力。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,也就使得体育教学会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如学生运动基础、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地顺利,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,否则就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,会面临的是严重的空气污染,或邻近马路带来的噪音污染等问题,这些问题则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,体育教学不得不停止,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,尽量将制约因素的影响程度降至最低。

二、体育教学的功能

与其他课程一样,体育教学不仅要向学生传授生物、生理、心理、医学等自然科学和体育基本知识,还要将科学的身体锻炼方法与手段传授给学生,使学生正确掌握运动技能,同时达到学习、健身与锻炼的目的。此外,体育教学对培养学生爱国主义情感、集体主义价值观、互帮友爱和顽强拼搏、积极进取的精神也发挥着极大的促进作用。具体来说,体育教学主要具有以下功能。

(一)传播体育知识

体育教师承担着传播体育知识的重要责任,因此,体育教学具有传播体育知识的重要功能,体育教学主要是通过改造学生身体的手段来实施教学的,从教与学的角度来说,可以将体育知识形容成一种“身体的知识”。这种知识最初伴随着人类的发展而发展,每个人类社会时期都有相应的“身体的知识”的传承,如在原始社会,身体的知识就是人类通过走、跑、跳、投、打等动作捕获猎物或逃避猛兽的追捕等行为。而在现代社会中,体育知识的传承内容变成了某项体育运动(如篮球、体操)的基本知识或某些体育技能。

现代教育强调以人为本,人们对以人为本的教育教学理念的追求使得人类自我知识的回归不仅代表了体育教学的特殊性,还给予了体育教学知识传承的特殊意义。具体到体育教学中,要求教师在体育教学的开展和实施中重视学生的主体性作用,因为学生才是体育文化的继承者和传承人,体育教学就是要发挥体育文化的传承功能,使体育文化能通过体育教学获得长久的传承。

应该认识到,体育教学中对体育知识的传承不是简单的“身体的知识”的模仿,更多的是通过体育教学,来向教学对象(学生)传承体育文化,即体育教师通过体育教学内容向学生展现、传授和体育教学内容的相关文化。

(二)传授运动技能

传统的运动技能等同于生存技能。那时的人类通过走、跑、跳、投、打等行为捕猎和采摘,已获得生存的能量。

体育教学中所涉及的体育运动技能对于人体的要求就不再像过去那样严格,主要是指如球类、武术、田径和游泳等运动技巧和方法。科学研究表明,适当参加体育运动对人的身体素质的发展非常有益,而体育教学就成为传授这些运动技术的最好方式。

当前,体育教学中,体育教学活动的组织过程就是体育教师以体育教学内容为依据对学生传授体育知识与相关技能的双向信息传送的过程。因此,运动技术就成为体育教学的主要内容,也是重要内容。具体来说,教师在体育课中传习的是各项具体运动技术,如足球运动中的传球技术,甚至可以细分到内脚背传球技术。运动技术不同于其他学科的学习,它不仅需要学生对运动理论有深刻的了解,还要身体力行地参与技术练习,在无数次的重复中逐渐在脑中和身体上建立起对技术的表象反应,最终到熟悉动作以及可以在下意识的情况下做出正确的动作。因此,对于运动技能的训练,没有实践就无法学会。

作为运动技术的掌握者和传播者,体育教师在向学生传授运动技术的过程中发挥着十分重要的作用。体育教师对运动技术的传授应会从简单的、入门的、基础的入手,在此之后逐渐积累,由简到繁,循序渐进。

(三) 传承体育文化

体育知识、运动技能的传授都是为体育文化的传承而服务的,从某种意义上讲,体育教学真正的目的在于教会学生正确的体育运动方法,使其能在未来一生的生活中对其身心产生持续的良好影响,更在于一种体育文化的传承。

传承体育文化是一个长期的、系统的过程,要想真正实现体育教学传承体育文化的功能。就必须使得学生通过不同阶段的体育教学,学习到较为完整的运动知识、运动文化。具体应从以下两个方面着手。

首先,保证单次体育课内容之间教学的连贯。可以把体育课中传习的各种小的运动技术累加起来,学生学到的是某个运动项目的完整技术,继续累加,就学到了各种运动技能。

其次,保证不同阶段体育教学的可持续发展。体育教学是由每周两至三次的体育课组合而生的一种贯穿全年的教学计划。其中根据不同的教学周期可以分为课程教学、周教学、学期教学以及学年教学。比学年教学周期更长的就是多年教学,小学体育教学、初中体育教学、高中体育教学和高校体育教学,因此,应将这几个不同阶段的体育教学有机统一起来,以促进学生对体育文化的系统、全面掌握和传承。

(四) 健身功能

增强人民体质是发展体育运动的本质属性。经过长期的改革与实践,现代高校体育课程在规划设计教学大纲、选择教材内容、安排课时、实施教学组织等方面已逐渐合理化与科学化。

促进学生身体发展,实现体育教学的健身功能是体育教学的本质意义,这要求体育教师应做到以下几点。

(1) 始终将健康教育放在重要位置,根据体育教学的规律特点,将各种行之有效的健身内容、方法与手段(健身的、竞技的、娱乐的、保健的等)应用到体育教学中去,有机协调并统一体育教学的教育性、健身性、竞技性和娱乐性等特征,从而提高体育教学质量,促进学生积极参与体育运动,科学地进行体育锻炼,进而实现强身健体的效果。

(2) 为保证学生身体的健康,体育教师应酌情掌控运动负荷强度。学生亲身参与体育运动实践在体育教学活动中是必不可少的。而既然参与运动