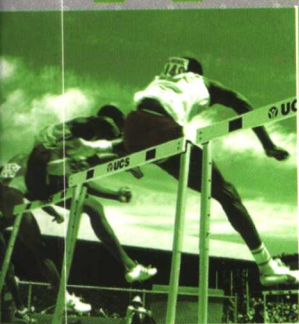


新世纪教师教育系列教材

TIYU  
KECHENG YU JIAOXUELUN

# 体育课程 与教学论

● 吴海宽 刘 笪 / 主编 ●



Northeast Normal University Press  
东北师范大学出版社

新世纪教师教育系列教材

# TIYU

# YU

# JIAOXUELUN

## KECHENG

国家(911)计划重点书

# 体育课程

# 与教学论

● 吴海宽 刘 笪 / 主编 ●

江苏工业学院图书馆  
藏书章



Northeast Normal University Press

东北师范大学出版社

长春

- 责任编辑:韩 洪
- 责任校对:王 杰
- 封面设计:宋 超
- 责任印制:张允豪

---

**图书在版编目(CIP)数据**

体育课程与教学论/吴海宽,刘笙主编. —长春:东北  
师范大学出版社,2005.12  
ISBN 7 - 5602 - 4358 -4

I. 体... II. 吴...刘... III. 体育—课程—教学研究  
IV. G807.01

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 141977 号

---

---

东北师范大学出版社出版发行  
长春市人民大街 5268 号(130024)  
电话:0431—5687213  
传真:0431—5691969  
网址:<http://www.nenup.com>  
电子函件:[sdcbs@mail.jl.cn](mailto:sdcbs@mail.jl.cn)

---

东北师范大学出版社激光照排中心制版  
吉林省吉青印业有限公司印装  
长春市经济技术开发区深圳街 935 号(130033)  
2005 年 12 月第 1 版 2005 年 12 月第 1 次印刷

---

幅面尺寸:170 mm×227 mm 印张:17 字数:320 千  
印数:0 001—5 000 册

---

定价:25.00 元

如发现印装质量问题,影响阅读,可直接与承印厂联系调换

## 作者名单

主 编:	吴海宽	刘 笙	
作 者:	李晓婵	杨 义	李 楠
	郭艳红	肖尔盾	宋丽华
	周雁林	魏 军	刘 训
	李福祥	陈晓冬	刘宏玉
	蒋晓培	杨传彬	马衍福

# 前 言

面对现代社会经济、文化和科学技术迅速发展所带来的不断增强国民体质的需求，面对我国教学改革与发展的新形势，体育教学改革实验和教学理论研究的也进入了一个新阶段。体育课程与教学理论既需要归纳、整理，也需要升华、补充与提高。作为课程与教学论的学习者和研究者，我们有责任、有义务为推进我国体育课程与教学理论的研究深入发展尽一份力。这本体育课程与教学论，就是在前人研究的基础上，笔者进行了较为深入的研究和探讨编写而成的。

本书在继承和宏扬我国体育文化的遗产，吸收国外体育课程与教学理论的经验，尽量反映体育课程与教学理论新成果的基础上，力求突出实用性、科学性、新颖性、时代性，力求在现代体育课程与教学论的体系和内容上有一个新的突破，力图使广大体育教育工作者在教学理论研究和体育教学实践中能够得以借鉴与应用。

本书在撰写过程中，参阅和引用了国内外许多学者的研究成果，同时得到了东北师范大学出版社的大力支持和帮助，在此一并表示诚挚的谢意。

编者

2005年10月15日

## 目 录

<b>第一章 体育课程与教学论的产生与发展</b> .....	1
第一节 体育课程的产生与发展.....	1
第二节 体育教学论的产生与发展.....	5
第三节 体育课程与教学的关系.....	14
第四节 体育课程与教学论的定义.....	18
<b>第二章 体育课程与教学论的学科基础</b> .....	22
第一节 体育课程的学科基础.....	22
第二节 体育教学论的学科基础.....	27
<b>第三章 体育课程与教学论的功能</b> .....	31
第一节 体育课程的功能.....	31
第二节 体育教学论的功能.....	34
<b>第四章 体育课程与教学目标</b> .....	37
第一节 课程与教学目标.....	37
第二节 体育课程与教学目标的功能.....	41
第三节 我国体育课程与教学目标演进的历程.....	43
第四节 体育课程与教学目标的制定原则.....	45
<b>第五章 体育教学系统</b> .....	49
第一节 体育教学系统概述.....	49
第二节 体育教学系统解析.....	52
第三节 教学环境与体育教学系统.....	55
第四节 体育教学系统的功能.....	59
<b>第六章 体育教学原则</b> .....	63
第一节 体育教学原则的概念及意义.....	63
第二节 体育教学原则的演变与发展.....	65
第三节 体育教学原则的构建与体系.....	70
<b>第七章 体育教学过程</b> .....	79
第一节 体育教学过程的发展和概念.....	79
第二节 体育教学过程的特点.....	84
第三节 体育教学过程的规律.....	86
<b>第八章 体育教学方法</b> .....	93
第一节 体育教学方法概述.....	93
第二节 体育教学方法的分类、选择与应用.....	98
第三节 体育教学方法简介.....	103
第四节 现代体育教学方法研究发展趋势.....	114
<b>第九章 体育教学模式</b> .....	118
第一节 体育教学模式的一般理论.....	118

第二节	体育教学模式分类和选择·····	126
第三节	当代教学模式的发展趋势·····	130
第四节	当代体育教学模式示例·····	132
<b>第十章</b>	<b>体育教学环境</b> ·····	141
第一节	体育教学环境的概述·····	141
第二节	体育教学环境的创设·····	144
第三节	体育教学环境的调控·····	146
第四节	体育教学环境的功能·····	148
第五节	营造促进个性发展的体育教学环境·····	150
<b>第十一章</b>	<b>体育教学媒体</b> ·····	153
第一节	体育教学媒体的概述·····	153
第二节	体育教学媒体的应用·····	156
第三节	运用教学媒体的优点及应注意的问题·····	158
<b>第十二章</b>	<b>体育教学组织形式</b> ·····	165
第一节	体育教学组织形式概述·····	165
第二节	体育教学组织形式的分类·····	168
第三节	体育课的类型与结构·····	177
第四节	体育教学组织形式发展趋势·····	191
<b>第十三章</b>	<b>体育教学设计</b> ·····	197
第一节	教学设计理论概述·····	197
第二节	体育教学设计概述·····	200
第三节	基于建构主义的体育教学设计·····	213
<b>第十四章</b>	<b>体育教学艺术</b> ·····	221
第一节	体育教学艺术概述·····	221
第二节	体育教学艺术的发展·····	227
第三节	常用的体育课堂教学艺术·····	230
第四节	体育教学艺术风格·····	241
<b>第十五章</b>	<b>体育教学评价</b> ·····	245
第一节	体育教学评价概述·····	246
第二节	体育教学评价的历史发展与现状·····	248
第三节	体育教学评价的内容与功能·····	251
第四节	体育教学评价的原则与方法应用·····	256
第五节	体育教学评价实施·····	259
<b>参考书目</b>	·····	263

# 第一章

## 体育课程与教学论的产生与发展

### 学习目标

识记：课程与体育课程的定义、教学与体育教学的定义。

理解：国内外有关课程的定义及其内涵。

1. 了解国内外关于体育课程与教学关系的不同主张。
2. 初步养成体育课程与教学的学科意识和态度。
3. 通过对体育课程与教学论产生与发展的学习，能够对体育课程的发展过程有总体了解。
4. 通过对课程发展历程中不同时期代表人物主要课程思想的学习，对课程发展有较深刻的了解。
5. 通过本章节的学习，提高体育教师的基础理论水平。



### 第一节 体育课程的产生与发展

课程是教育活动的基础和核心，课程的形式和内容随着社会的发展而发展。现代体育课程自形成以来，经历了漫长的历史进程。社会发展，特别是教育和体育的发展，都会对体育课程的形成和发展产生深刻的影响。作为教育的体育在原始社会的教育活动中就已经出现，但体育成为一门课程的历史却并不长。直到18世纪后期，在文艺复兴运动时期教育发展的基础上，体育课程才正式形成。

使学校体育形成为课程的最重要的教育家是德国教育家古茨穆斯、瑞士教育家裴斯泰洛齐，美国教育家杜威、泰勒则对体育课程的定型和发展产生了至关重要的影响。

#### 一、15~17世纪体育课程的产生与发展

现代学校体育课程是在文艺复兴运动后期体育活动教育化的基础上逐渐形成的。在文艺复兴运动张扬古希腊教育和体育理想的推动下，15世纪意大利、法国等国家的一些宫廷学校，逐渐把从中世纪骑士七技中提炼出来的一些军事体育活动，如骑马、击剑以及跳舞等作为培养绅士的手段，并最终被英国教育家洛克



(J. Locke, 1632~1704) 概括为绅士教育的构成要素。法国教育家卢梭 (J. J. Rousseau, 1712~1778) 则主张在非自然中效法自然的法则, 采用自然的方法对儿童进行包括体育在内的全面教育。把洛克和卢梭的体育思想变为教育现实的, 是以普鲁士教育家巴塞多 (J. Basedow, 1723~1790) 等人为代表的博爱派教育家。巴塞多于 1774 年在德意志的德绍创建了一所博爱学校, 每年用暑假两个月的野营时间进行体育活动。最初采用的是传统的骑士项目, 如击剑、舞蹈、骑马、腾跃等, 后来陆续补充了跑、跳、投掷等“希腊体操”和德国的民间游戏内容, 终于形成了以德绍五项 (跑步、跳高、攀登、平衡、负重) 闻名于世的学校体育活动的雏形。

使学校体育初步具有课程形式的是德意志教育家古茨穆斯 (J. F. Guts Muths, 1759~1839)。古茨穆斯是 1784 年创办的雪尼芬撒尔学校的教师, 从 1786 年起负责该校的体育课。该校摆脱了博爱学校体育课课外活动和游戏的模式, 将体操作为正课, 通常安排在上午 11~12 点进行, 在教育活动中采取了按照学生年龄和能力分组的教学组织形式和小团体循环联系的教学方式, 将课分为导入、观察、矫正、助成、测定、评价几个部分。

古茨穆斯的另一项贡献是使体育方法体系化。他对博爱学校中采用的各种体育方法进行了分类, 使之更易于教学。他按 4 个分类原则, 即运动目的、运动性质、运动解剖学和运动类型对所选择的教材进行了分类。在 1793 年出版的《青年体操》一书中, 古茨穆斯把体操分为固有的体操运动、手工劳动和游戏三大类。固有体操被作为基本运动, 包括跑、跳跃、投掷、角力 (摔跤)、悬垂、平衡、游戏性运动 (举物、搬运、倒立、拔河、跳绳和翻滚等)、有秩序运动 (舞蹈、步行和兵式体操) 8 项, 1804 年的第 2 版中又增加了剑术和射击等。

## 二、19~20 世纪体育课程的产生与发展

19 世纪被称为“裴斯泰洛齐的世纪”。瑞士教育家裴斯泰洛齐 (J. H. Pestalozzi, 1746~1828) 的教育理论是从他的教育实践中产生的。他的学校体育实践受到古茨穆斯的强烈影响, 但他在体育课程理论的形成方面作出了更大的贡献。裴斯泰洛齐提出了“教育心理学化”的思想, 创立了和谐发展教育和要素教育理论<sup>①</sup>。他明确指出自己的教育思想是“按照自然的法则发展儿童的道德、智慧和身体各方面的能力, 而这些能力的发展, 又必须顾及他们的完全平衡”。他第一个提出用要素的观点来分析人体运动。在他的和谐发展教育课程理论体系中, 各门课程被分为体育与劳动、道德教育和智育三类。体育的任务, 是要把所有潜伏在人身体内天赋的生理力量全部发展出来。没有各种体力的发展, 劳动教

<sup>①</sup> 钟启泉, 季浏著. 体育与健康课程与教学论. 杭州: 浙江教育出版社, 2003

育、劳动习惯、技能的培训就无从谈起。裴斯泰洛齐认为，人体运动的基本要素是关节活动。它表现为简单的搬、推、拉、摇等基本动作，并可以互相结合，构成各种复杂的动作。自然赋予儿童的这种能力是体力发展的基础，也是进行体育练习和体力活动（包括活动）的要素。他主张按照关节活动的难易程度安排体育活动的教学顺序。

裴斯泰洛齐的课程和教学理论被认为是近代教学论的集大成者，但他的体育课程理论与实践之间存在着明显的矛盾：他的要素主义课程思想可以认为是科学主义课程论的先驱，而他的体育教学实践却基本上恪守着卢梭以来的自然体育传统。

裴斯泰洛齐、赫尔巴特和斯宾塞被认为是主智主义课程理论的奠基人，“科学管理之父”泰勒的理论影响所及，则促使课程理论形成了独立的专门学科。美国课程理论家 R. 泰勒被誉为课程理论发展中一位“里程碑式”的人物。泰勒通过 8 年实验研究提出的课程理论被称为“泰勒原理”。“泰勒原理”的实质是技术理性即技术价值取向，是通过合乎规律的行为指向对环境的控制和管理，以求行为的最大效益，因此又被称为科学主义课程理论<sup>①</sup>。科学主义课程理论的发展对体育课程理论的发展产生了广泛的影响。在第二次世界大战之前，体育课程理论得以逐渐建立和完善，但在价值取向方面，体育课程领域似乎更倾向于保持自然主义的传统。造成这种情况的原因是由于受到美国“新体育”运动和奥地利高尔霍夫尔自然体育课程实践的影响。在美国教育家杜威（J. Dewey, 1859~1952）看来，“任何时代任何人，对于儿童的教育，尤其是对于年幼儿童的教育，无不在很大程度上依赖于游戏和娱乐”。受杜威教育思想影响很深的 T. 伍德和 C. 赫塞林顿提出了“新体育”理论。这一理论成为美国新教育运动中体育课程改革的主要理论。“新体育”理论认为：体育课程的目标应指向健康教育、神经肌肉活动教育、品行教育和智力教育。赫塞林顿 1922 年为全美小学课程修订委员会撰写的《学校体育内容》，全面体现了“新体育”课程体系的内容和特点。

高尔霍夫尔（K. Gaulhofer, 1885~1941）是 20 世纪前期奥地利体育课程改革的主要设计者和推动者。作为奥地利教育部体育局长，他推动了奥地利的体育课程和学校体育理论的研究。他的思想主要体现在他主编的《奥地利学校体育概要》和《自然体育》两本论文集中，书中收集了他从 1920 年到 1930 年期间关于学校体育理论的论文。

自然体育和以美国“新体育”课程体系为代表的体育课程是 20 世纪世界学校体育的主流。在新文化运动时期，“新体育”通过麦克乐介绍到了中国，被称为“自然体育思想”。中国 1923 年公布的《新学制体育课程标准纲要》就基本上

<sup>①</sup> 钟启泉，张华．课程与教学论．广州：广东高等教育出版社，1999．1~20

照搬了美国的体育课程体系。自然体育课程理论成为 20 世纪 20~40 年代影响我国体育的主要课程理论。

### 三、现代体育课程的产生与发展

现代体育课程的人文主义传统主要产生于贵族学校的绅士教育中，而体育课程中的科学主义传统则主要产生与平民学校中。

在绅士教育中，通过体育获得健康的身体被认为是非常重要的，因为“健康之精神寓于健康之身体，这是对于人世幸福的一种简短而充分的描绘”<sup>①</sup>，健康的身体是事业的保证，“我们要能工作，要有幸福，必须先有健康；我们要能劳苦，要能出人头地，也必须先有健康的身体”。虽然身体健康非常重要，但绅士教育的代表人物洛克似乎更重视体育活动的人文教化作用。例如，他认为跳舞“使儿童在思想上和姿态上具有丈夫气概的作用比什么都强”；“击剑与骑马既然被认为是一个有教养的绅士所必备的，要使任何绅士完全不去具备这种特色当然是很困难的”。这种人文主义传统通过自然体育和“新体育”课程思想而得到延续和发展。

科学主义课程传统与工业革命有直接关系。工业的迅速扩张很快使教育与培养工业劳动者的需要发生了联系，原有的一些简单的读、写、算和以宗教教育为主的教区学校，转变成了以传授科学知识为主的真正的国民学校。在浓厚的科学主义课程体系氛围中，以普及国民教育和体育为宗旨的体育课程很自然地继承了科学主义的课程传统。在这方面，我们可以看到从赫尔巴特到泰勒的课程理论对体育课程的长久影响。

赫尔巴特理论是 20 世纪初最早系统介绍到我国的西方课程理论。虽然它也重视儿童智力的开发和多方面兴趣的培养，但更强调智育是全部教育的中心，强调通过知识教学进行道德教育。赫尔巴特的课程与教学论被概括为教师中心、书本知识中心和课堂中心。苏联教育学家凯洛夫（N. A. Kanpob, 1893~1978）在赫尔巴特理论和泰勒理论的基础上，进一步发展了主智主义的教育思想，并对体育课程理论产生了巨大的影响。苏联体育课程与教学理论在 20 世纪 50 年代初经凯里舍夫传到我国，对我国近 50 年的体育课程产生了深远的影响。在此基础上，逐步形成了具有中国特色的双基（基础知识、基本技能）课程理论和以三基（基础知识、基本技能和基本技术）为核心的体育课程理论。

随着 1957 年第一颗人造地球卫星的上天，全球掀起了新的科学革命和教育革命浪潮。这大大加强了课程理论的科学主义倾向。要素主义和结构主义课程理论成为 20 世纪后半期课程改革和课程建设的主流，并对学校体育产生了巨大的

① [美] 约翰·洛克著，教育漫话，北京：教育科学出版社，2004

影响。但从上世纪 70 年代末起,随着大众体育和终身体育的发展,一些国家教育界也对科学主义的体育课程理论进行了反思,日本“快乐体育”的推行就是这种反思的结果。从上世纪 80 年代中期开始,在我国学校体育教学中广泛传播的各种体育课程和教学理论,例如结构教学法、快乐体育法、成功教学法、探索教学法等,都是上述两种体育课程理论的反映。



## 第二节 体育教学论的产生与发展

### 一、国外体育教学理论的产生与发展

#### (一) 国外体育教学理论的产生

在体育教学理论的萌芽时期,国外教学思想的源头可追溯到古希腊。当时人们对教学的研究仅局限于经验的积累和现象的描述上,如当时的古希腊就有“gymnastics”的术语,中文翻译为“体操”。古希腊著名哲学家柏拉图(Platon, 前 427~前 347)曾在《理想国》中把“体操”称为“身体训练的理论和方法体系”。古希腊的“体操”是当时教学的重要组成部分,在这方面,亚里士多德(B. C. Aristoteles, 前 384~前 322)在其著作《政治学》中指出,希腊初级学校的“基础课通常是四门,即读、写、体操和音乐”,“体操通常是借以培养勇敢的品德”,“体操有助于健康并能增强战斗力量”。这里须要指出的是,古希腊“体操”同后来所说的体育教育是同类概念,两者的主要部分是相同的,就是说,它们都含有身、心两方面教育的意思。

在古希腊,体操和音乐是陶冶人的两大学科,接受教育的儿童在 17 或 18 岁前,都致力于体操和音乐的学习。柏拉图在《法律篇》中写道:“教育两件事:一件是体育,是为身体的;另一件是音乐,是求心灵美善的。体育又分为舞蹈和角斗两部分。”对待教育,亚里士多德认为:人的理性和理智是本性力求达到的目的。身体和灵魂是两种不同的东西,灵魂由理性部分和非理性部分组成,与此相对应有理智和欲望两种状态。身体又比灵魂先产生,所以非理性部分也比理性部分先产生。基于这种理论,人们对身体的关心应先于对灵魂的关心。接着训练人们欲望,对身体的关心还是为了灵魂,对欲望的训练最终是培养理性。与此相适应,教育应当具有三种内容,即身体训练、品格教育、智力教育。亚里士多德主张身体训练适量,避免过度操练,身体训练是达到目的的手段。他的名言是:“优美而非兽力才应视为最有价值的,因为我们既不是狼也不是任何低等动物,而是强健的人。”在体育锻炼方法上,他主张“实践必须先于理论,身体的训练须在智力训练之先”。

## (二) 国外近代体育教学理论的发展

近代是国外教学理论的形成时期。从14世纪开始到17世纪初期的文艺复兴时期,资产阶级革命和工业革命的发生是这一时期教学理论发展的社会背景。17世纪欧洲从封建社会向资本主义社会过渡过程中,捷克著名教育家夸美纽斯(J. A. Comenius, 1592~1670)出版了教学论史上划时代的著作《大教学论》,它是近代西方第一部独立的的教学理论著作。夸美纽斯认为,身体是灵魂的住所,一旦住所坏了,灵魂便立刻离开了这个世界。身体患病了,精神也会患病,所以,身体要免于疾病和死亡,就得尽量注意,以便使健全的精神寓于健全的身体。他提出了养生之道的若干原则:有规律地节制生活,尤其是适度的饮食,体育运动,必要的睡眠与休息。英国著名的哲学家、教育家洛克(J. Locke, 1632~1704)在《教育漫话》中说:“健全的精神寓于健康之身体,这是对于幸福人生的一个简短而充分的描绘。”洛克认为,健康是我们人类的工作与幸福所必不可少的,抑制恣意与欲望,顺从地服从本源的自然——理性的命令,锻炼强壮的体魄,是教育的主要任务。他强调体育是一切教育的基础。洛克在体育锻炼和卫生保健方面主张自觉锻炼身体,多进行户外运动,还制定了锻炼身体的规则,诸如无论冬夏,儿童的衣着不宜过暖,每天用冷水洗浴,饮食应该清淡,衣着宽大等等。

法国著名启蒙思想家、教育家卢梭(J. J. Rousseau, 1712~1778)继承了洛克的思想,强调身体锻炼,对以后的体育教学理论与实践的发展产生了巨大影响。他在1762年所著的《爱弥尔》一书中,揭开了西方教学思想中个人主义价值取向的序幕。卢梭之所以强调锻炼身体,第一,他认为锻炼身体,强健体魄是他的教育目标——“自由、独立的人格”所不可缺少的素质;第二,他认为身体是精神陶冶的基础,身体愈壮,精神也愈强。卢梭主张教育应“回归自然”,顺应儿童本性,按客观自然规律进行教育,按儿童的兴趣爱好组织运动,使儿童身心得到自由发展。他重视利用自然条件来锻炼儿童的肢体和感觉,培养其意志,使之学会各种生活技能,并适应各种变化<sup>①</sup>。

普鲁士教育家巴塞多(J. Basedow 1723~1790)继承了卢梭的自然主义教育学说,于1774年在德国开设德绍博爱学校。巴塞多认为:“教育的主要目的在于使儿童为公益的、爱国的幸福生活作准备。”为此,身体要强健,而锻炼身体技能是必不可少的条件。因此,儿童从小就要锻炼身体,要培养克服困难的习惯。同时,要学会登山、爬绳、投球、走独木桥、游泳、划船、骑马、打猎等体育活动。

瑞士教育家裴斯泰洛齐(J. H. Pestakozzi, 1746~1828)进一步发展了前代教学论思想。他主张教育的目标是要造就具体化的有自力更生能力的人,具有

<sup>①</sup> [法] 卢梭, 爱弥尔. 北京: 教育科学出版社, 1962

独立自主能力的人<sup>①</sup>。他主张根据自然的法则去开发这种人类本性的力量，提出通过体育手段的多样化以达到使青少年身体全面发展的目标。他指出：“有人主张单独教授单项技术，也有人充任舞蹈、击剑和骑术的教师。可见，就连体操专家也竟然多半在教授单一动作，而不改善人的整个身体发展状况。由于这个原因，这些人的活动不能认为是真正的体育，而只是舞蹈、击剑或骑马的传授……”德国教育家古茨穆斯（J. F. Guts Muths, 1759~1839）一生的职业是教师，他为人类体育教育的形成与发展作出了很大的贡献。当时在德国只是把体育当作维持健康的一种措施，在人体发展上的教育作用常常被忽视。当时的体育主要是从卫生的角度来考虑饮食、衣着、空气、日光、散步和旅行等养生之道，不包括现在这些多种体育运动技术的内容。古茨穆斯认为，体育以保养为目标是不充分的，更重要的是增强体力，提高运动技能，培养良好的性格，这与我们现在通常所说的体育教学的三项任务是一致的。这个思想体系大概是古茨穆斯在18世纪后期提出的。古茨穆斯主要的贡献是对身体教育提出了一系列运动教学的内容和方法。他在《少年体操》中系统地阐述了体操理论与方法，论述了身体训练和体操的意义、重要性、目的、效果等，并试图将体育教学理论及其实际问题同生理学、解剖学理论结合起来。把体操列入学校正规课程的一部分，获得社会承认的是施皮斯（A. Spiess, 1810~1858）。其终身职业是体育教师，因为他的主要贡献是在学校体育方面，所以被称为“德意志学校体育之父”。施皮斯继承和发扬了古茨穆斯的运动教育思想，他将多年的中小学体育实践经验进行了理论加工，形成了一整套体育教师必备的教材。施皮斯的体育著作《体育论》共分四卷：即徒手体操、引体向上运动体操、支撑运动体操、集体运动体操。他最重要的贡献是根据男女性别和年龄造成的能力差异，选择和安排适当的运动，并把体操列入所有年级的体育课。施皮斯从1833年开始确立了运动规格和运动体系，即把身体运动动作规格化和系统化。施皮斯的体育教育理论在西方应用了一个世纪，即从19世纪30年代到20世纪30年代。

到19世纪中期，近代体育教育有了较大的发展，丹麦政府于1809年规定中等学校设置体操学科，对各国体育教育都有很大影响。这一时期体育教学理论迅猛发展，但尚不完备，开始逐渐从其他学科吸取新的研究成果，为体育教学理论研究开辟了新的道路。

### （三）国外现代体育教学理论的发展

随着科学技术的发展，心理学、生理学、社会学、法律学、伦理学等经验学科逐渐兴起，这些学科的知识和研究方法对体育教学理论的发展起了巨大的作用。俄国的彼得·列斯加福特（1837~1909）从体育的社会作用角度对体育进行

<sup>①</sup> 钟启泉，张华，课程设计，上海：上海教育出版社，2004

了研究,在其《学龄儿童体育教学指南》中对体育教学理论作了阐述。他的主要论点:第一,体育体系应为生理规律所制约,随着生理学的发展,应不断对身体练习重新检查和加以发展。第二,体育是早期协调人的发展的重要手段,只有协调发展的人才能以最少的经历并在最短的时间内达到最高的生产率。第三,协调发展的基础是人的体力和智力的统一,这种发展是受意识的主导作用而实现的。第四,体育教学的实质是部分地传授历史过程中积累的教育素材。第五,只有在科学的“体育教养”制度基础条件下,身体才能获得正常发展。第六,从“体育教养”科学制度中吸取的教学素材并不包括知识宝库的全部内容,而仅仅指包括易于在学龄期掌握的动作形式及适合于学生运动与发展的项目,诸如步行、跑步、跳跃、投掷、摔跤、自由体操、游泳和旅行活动。第七,体育发挥的是教育规律的功能,在教学过程中应当极其注意循序渐进,持之以恒,注意年龄特点和顺序原则。

高尔霍夫尔(K. Gaulhofer, 1885~1941),奥地利人。他的主要著作是《奥地利学校体育概要》、《自然体育》、《新学校体育》、《少年体育》等。他主张体育活动应注意儿童的生理、性别特征及儿童锻炼的限度,强调儿童要进行自然的运动。此外,还要注意儿童、少年在心理和审美方面的要求。他将身体锻炼、卫生教育、娱乐教育都容纳在自己的身体教育体系之内,成为当时最为完善的身体教育体系。

进入20世纪以来,由于世界范围内生产力水平的提高,文化教育科学技术的发展向传统教育提出了挑战,促使教育家去探索新的教育教学理论,开展新的教育与教学变革。于是,欧美等国开始创办了新型的学校,改变传统的教育与教学模式和方法,重视知识的传授和实际技能的训练,在教育与教学领域进行了改革。最早提出体育教学法的是瑞典体育教师斯卡斯特罗姆,他在1914年出版了《体育教学法》。美国哥伦比亚大学的威廉姆斯博士1927年所著《体育原理》,也是这一时期体育教学理论的代表,其主要论点是基于当时美国杜威(J. Dewey, 1859~1952)的实用主义教育哲学的“自然体育”的思想和方法,特别强调体育即生活,体育即教育,体育要适应人的生理及心理本性等,使学生的现实生活丰富、愉快、满足。自然体育所形成的一整套概念、理论和方法,成为19世纪20~40年代体育教学理论的主导思想。

20世纪40年代,马克思主义教学论诞生,这是教学论发展史上一次革命性的飞跃,是在俄国十月革命后社会主义条件下形成的。教育学家凯洛夫(N. A. Kanpob, 1893~1978)1939年出版了《教育学》,其理论建立在马克思主义哲学的基础上,以培养全面发展的信任学说为基本原理,逐步形成了苏联教育教学理论体系。凯洛夫在《教育学》中对教学的基本理论进行了全面阐述,从对教学指导思想的阐述到对教学原则、教学过程的剖析都极大地影响着体育教学体系

的构成。其中比较有代表性的是依·格·凯利舍夫主编的《苏联体育教育理论》和格·依·库库什金主编的《体育教育理论》。

## 二、中国体育教学理论的产生与发展

### (一) 中国古代体育教学理论的产生

知识的增长和研究方法的更新使当代每一门学科的研究都逐步深化,出现了新的研究领域,从而诞生了新的学科。在我国,体育教学论研究的肇始可追溯到20世纪初期,而我国的体育教学论真正以一门学科的形式出现,并对其进行系统化的研究,则发端于20世纪70年代。科学技术的迅速发展,对培养人才提出了新的要求,体育教学理论的研究也随之活跃,从研究方法到研究内容都有了诸多创新。在国外,教学流派林立,体育教学论的研究已达到了一个新的水平。我国改革开放以来,体育教学改革试验和教学理论的研究也非常活跃,开始形成了具有中国特色的体育教学理论。

根据历史学家与考古学家的研究,人类最少有二三百万年以上的历史。体育作为获取生存所必需的物质财富活动之外的一个社会活动特殊范畴,产生于原始社会的晚期(公元前八万~公元前八千年),其训练的内容是多方面的,其中包括许多身体运动能力的训练。例如骑马围猎是从事畜牧业的民族主要的谋生本领,因此青年们必须接受这方面的训练;在农业村庄,人们感兴趣的是摔跤、举重、舞蹈和养生术等,青少年则以学习这些内容为主。当时体育教育的最初内容就是通过成人接纳仪式而进行学习和训练。当然,不同的地域、不同的历史时代,体育教学的内容、形式均有差异。

孔子的教育过程理论是中国古代传统的教学过程理论之源。他的有些教育思想对体育教学也有着深刻的影响和指导作用。在孔子的教育理论体系中,教学过程是博与约的结合,学与思的结合,学与习的结合,学与行的结合,循循善诱,因材施教,在体育教学中充分体现出了这些特点。《论语》开卷的一句话:“学而时习之,不亦乐乎?”这段话从学习方法上指出,学必须“时习”,学而时习,才能对所学的东西心领神会,感到无穷乐趣。他所推崇的“六艺”也非常重视人的身体发展,为中国的体育教学作出了应有的贡献。

### (二) 中国近代体育教学理论的发展

近代中国体育教学理论是指1840年到1949年在中国流行和实施的体育教学理论。1840年鸦片战争以后,中国逐渐由独立自主、封建专制的国家演变为半封建半殖民地的国家,中国的教育也进入了近现代时期。在体育教学思想领域中,各种教学思想、理论经过冲突、融合,出现了新的特点。

#### 1. 资产阶级改良派的体育教学思想

康有为(1858~1927),近代资产阶级改良主义教育家,他的体育教学思想



集中反映在其著作《大同书》中。他主张：第一，各级学校都应注意卫生、体育设备及环境布置，即在各级学校都应当实施近代体育教育并为其创造物质条件。第二，要特别重视少年儿童的体育。他认为少年儿童的身体强弱关系到终身健康，儿童阶段应把体育放在第一位。在实施儿童教育的过程中，他主张对儿童不要完全放纵<sup>①</sup>。

梁启超（1873~1927）由于接受了西方的学术思想和教育思想，提出“德育、智育、体育三者，为教育上缺一不可之物”。他特别赞赏古希腊斯巴达人的军国民体育，在其《论教育当定宗旨》中指出：“其宗旨在使斯巴达为全希腊最强之国，故先使全国人为军国民，……惟其以尚武为精神也，故专务操练躯体，使之强壮。”（谷世权《中国体育史》1989年）这可能是最先向中国介绍西方的军国民体育思想的著作。严复（1853~1921），近代资产阶级启蒙思想家，在1895年所写的《原强》中根据进化论原理，以及“体”“用”统一的思想，积极主张运动强身，强调力、智、德三育为强国之本。在这一时期，资产阶级启蒙思想家比较系统地介绍西方文明到中国来，因而第一次从全国教育角度把西方体育教育引入中国，并且有了初步的实践。

## 2. 新文化运动中先进人物的体育教育思想

“五四”运动期间，中国兴起了反对封建主义，宣传民主与科学，提倡文学革命的新文化运动。一些进步的体育思想理论对我国体育教育产生了深刻的影响。

蔡元培（1868~1940）在1912年发表了《对教育方针的意见》一文，提出应实行五种教育，即军国教育、实利主义教育、道德教育、世界观教育和美感教育。1920年12月，在新加坡南洋华侨中学的演说中，他强调：“所谓健全的人格，内分四育，即体育、智育、德育、美育。四育同样重要，不可放松一项。先讲体育，在西洋有一句成语，叫做健全的精神，宿于健全的身体，足见体育的不可轻视。”他强调了体育的重要，并精辟分析了运动竞赛和体育健身二者的关系，指出“体育要发达学生的身体，振作学生的精神。其实体育最重要紧的是合乎生理”。从蔡元培教育思想可以看出，蔡元培接受了西方全面教育思想，把体育作为其中一个重要内容，并针对中国当时的形势，提倡军民教育，试图用教育救国，用体育强国。

1917年4月，毛泽东以“二十八画生”的笔名发表了《体育之研究》，针对当时中华民族体质衰弱，而提倡体育者多不知“体育之真意”的情况，运用近代科学知识，对体育的各项基本问题进行了精辟的分析和研究。文章强调指出：体育的目的，不仅在于养生，还在于卫国。体育的效用在于强筋骨、增知识、调感

<sup>①</sup> 体育学院通用教材编写组. 体育史. 北京：人民体育出版社，1989