

新课程理念 与体育说课

周志雄 周云 李海燕 著

XINKECHENG
LINIANYU
TIYUSHUOKE

人民体育出版社

新课程理念与体育说课

周志雄 周 云 李海燕 著

人民体育出版社

图书在版编目(CIP)数据

新课程理念与体育说课/周志雄著. -北京:人民体育出版社, 2009

ISBN 978-7-5009-3642-8

I. 新… II. 周… III. 体育课-课堂教学-教学研究-中小学 IV. G633.962

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 066014 号

人民体育出版社出版发行

三河兴达印务有限公司印刷

新华书店经销

*

787×960 16 开本 21 印张 385 千字

2009 年 11 月第 1 版 2009 年 11 月第 1 次印刷

印数:1—5,000 册

*

ISBN 978-7-5009-3642-8

定价:32.00 元

社址:北京市崇文区体育馆路 8 号(天坛公园东门)

电话:67151482(发行部)

邮编:100061

传真:67151483

邮购:67118491

(购买本社图书,如遇有缺损页可与发行部联系)

前言

说课是通过口头语言来阐释课的教学过程设计及理论依据的教学研究活动。说课能较好地展示教师的教育理念、教育教学理论素养、对课程标准和教材的熟悉与理解程度,反映教师课堂教学设计的能力。在教学科研活动中引入说课,旨在对教师进行“专业引领”,增进教师之间的教学经验交流,促进教师对教学过程设计的创新和教育理论知识的学习,进而不断提高教师在教学实践中的教育教学水平。随着说课活动在全国的推广和开展,现已成为中小学教学研究中一种非常活跃的教研形式,深受各地教育管理部门及基层学校的关注和推崇,并作为评价教师教学业务水平的考核项目。说课在评选教坛新秀、教学骨干、学科带头人及职称评定等工作中发挥着重要的作用。

近年来,随着我国体育课程改革的不断深化,说课教研活动的形式日益活跃,正逐渐成为我国中小学课堂教学研究活动中的有机组成部分。然而,说课中如何呈现新课程的理念,怎样才能说得好?目前,有关说课的内容、方法、要求和评价等方面尚没有形成较为系统的理论框架,也缺乏相关的理论指导。为此,我们编写了《新课程理念与体育说课》一书,系统地介绍新课程理念与体育说课的基本理论和方法。本书的主要内容和特色主要体现在以下几个方面:

第一,注重新课程理念的诠释。新课程改革是一个不断探索的过程,许多体育教师对于新课程理念的认识还不够深入,未能正确理解和解读新教育理念和体育新课标,在体育与健康课教学中感到无所适从,往往不知道应该教什么,也不知如何把课程的理念渗透到说课的内容中去。本书主要从理论和学科层面阐述了新课程的教学理念。在分析国家新课程目标和理念的基础上,解读了体育课程和体育课标的内涵,并提出了新课程理念下体育课程教学的指导思想,新课标下体育课程资源的开发和利用,体育新课程实施中存在的问题,以及文化视野中学校体育发展的方向等。

第二,初步构建体育说课的框架和方法体系。虽然体育说课教研活动开展得相当普遍,但是,从体育教师的说课实践来看,还缺乏系统的理论指导。本书初步构建了体育说课的理论框架和方法体系,不仅全面地论述了说课的过程和内容,还系统地介绍了说课的方法和技巧,使说课内容和方法更能深刻地反映

新课改所提出的要求。在说课内容中，系统地阐述了说课中的教材分析、教学目标、教学方法、体育课程资源开发和利用、教学过程设计等；在说课方法和技巧中，阐述了说课的准备、说课提纲拟定、说课稿撰写、说课的表达和板书媒传技巧等。使读者清晰地把握说课活动的基本脉络，便于更好地把握和理解说课的精髓。

第三，努力渗透最新教学设计理念。本书第五章系统地阐述了基于最新教学设计理念的说课内容。从体育教学内容选择、教学目标编写的方法和要求、“以学为主”教学设计理论的主要内容，“主导-主体”教学设计理论、现代体育教学方法的选择与应用，以及体育课程资源如何开发和利用等方面进行了阐述。在教学过程设计中，重点阐述了现代教学设计理论与方法，以便于体育教师把最新的教学设计理念运用到教学和说课中。针对当前教学一线体育教师在教学目标编写方面普遍存在的问题，我们还详细阐述了教学目标的编写方法。

第四，注重将说课理论与实践相结合。本书不仅系统阐述了说课理论与方法，而且非常重视说课理论和方法的具体应用及实践。在阐述说课内容和方法时，密切结合说课中的“说什么”和“如何说”进行分析。在第五章中，每一节内容都首先分析说什么。为了进一步加强体育说课理论与实践的紧密结合，不仅在第五章和第六章分别给出了相关的案例，而且附录中精选了全国各地、不同学习水平和不同运动项目的优秀新课程说课案例，使读者通过案例的学习能在说课实践中有所发展和创新。

本书由周志雄总体设计和统稿。第一章由周云撰写，第二、三、五、六章由周志雄撰写，第四章由李海燕撰写，第七章由吴敏撰写。周志雄、周云和李海燕对第八章说课案例的内容做了修改和补充。

书中参考和引用了一些文献资料与优秀说课案例，在此向这些作者表示谢意。由于我们的能力和水平有限，书中难免存在一些值得进一步商榷、探讨的内容，诚恳地希望各位读者提出批评和建议。

周志雄

目 录

第一章 新课程改革与体育教学	(1)
第一节 课程与新课程目标	(1)
一、课程内涵的理解	(1)
二、体育课程	(6)
三、国家新课程目标	(10)
四、体育与健康课程的价值取向与目标	(13)
第二节 新课标内涵解读	(14)
一、课程标准的地位	(14)
二、课程标准的概念	(15)
第三节 新课程与体育教学	(26)
一、新课程理念下体育课程教学指导思想的转变	(26)
二、正确理解体育新课程的教学目标	(32)
三、新课程中体育教学评价的发展趋势	(35)
四、体育新课程实施中存在的几个问题	(36)
五、新课改下学校体育发展的文化审视	(41)
第二章 说课的概念与发展	(48)
第一节 说课的概念和形成过程	(48)
一、说课的概念	(48)
二、说课的形成过程	(50)
三、说课的发展	(54)
四、体育说课的作用	(59)
第二节 体育说课的基本特征和类型	(63)
一、体育说课的基本特征	(63)
二、体育说课的类型	(64)

第三节 说课与教学的关系	(68)
一、体育说课与备课的关系	(68)
二、体育说课与上课的关系	(69)
第三章 新课程对说课的要求	(72)
第一节 体现新课程教学理念	(73)
一、以学生发展为中心的教育观	(73)
二、主体性教育观念	(78)
三、课堂教学的动态生成性	(82)
第二节 注重体育课程资源的有效开发与利用	(88)
一、课程资源的内涵和分类	(89)
二、体育课程资源的特性	(90)
三、体育教学中的素材性课程资源	(91)
四、隐性体育课程资源的开发和利用	(92)
五、学生资源的利用和开发	(94)
第三节 体现体育课堂教学的有效性	(96)
一、有效教学的内涵	(96)
二、有效教学的要求和标准	(98)
三、体育课堂有效教学的策略	(103)
四、有效的体育课堂管理	(104)
第四章 说课的原则和要求	(110)
第一节 体育说课的原则	(110)
一、科学性原则	(110)
二、理论联系实际原则	(111)
三、实效性原则	(112)
四、创新性原则	(113)
第二节 体育说课的基本要求	(114)
一、体育说课的总体要求	(114)
二、说具体内容的要求	(116)
三、说课中应注意的问题	(119)

第五章 说课的过程和内容	(122)
第一节 说课的基本过程	(122)
一、点名课题	(123)
二、教学目标分析与定位	(123)
三、教学实施的思路	(124)
四、教学过程安排和意图	(125)
五、教学效果预测和反思	(125)
第二节 说教材的教学内容	(126)
一、说教材分析	(126)
二、分析教材的步骤	(126)
三、体育教学内容	(128)
四、说课中体育教学内容的分析	(133)
第三节 说教学目标	(140)
一、说课中的教学目标分析	(140)
二、教学目标的含义和分类	(141)
三、课时教学目标编写的要求和方法	(145)
第四节 说教学方法	(161)
一、说课中的教学方法分析	(161)
二、体育教学方法的含义和分类	(161)
三、中学常用的体育教学方法与基本要求	(168)
四、体育教学中的学法指导	(178)
第五节 说课课程资源的开发与利用	(181)
一、说课中课程资源的开发与利用	(181)
二、教育资源、课程资源的内涵及分类	(182)
三、体育教学中课程资源的开发和利用	(185)
第六节 说教学过程设计	(191)
一、说课中的教学过程分析	(191)
二、教学设计基本理论	(192)
三、教学过程的内涵	(199)
四、体育教学过程的组织和设计	(201)

第六章 说课的方法与技巧	(211)
第一节 说课的准备	(211)
一、说课前的准备	(211)
二、说课的表达方式	(214)
三、说课的思路和提纲	(215)
第二节 说课稿的撰写	(217)
一、说课稿的基本特点	(217)
二、说课稿的基本内容	(217)
三、说课稿的撰写	(218)
四、撰写说课稿应注意的问题	(225)
第三节 语言表达技巧	(227)
一、说课语言的表达方式	(227)
二、说课语言表达的特点和技巧	(228)
三、教师说课语言行为艺术的要求	(231)
第四节 体态语表达技巧	(233)
一、体态语言的内涵和类型	(234)
二、体态语言表达的特点	(236)
三、体态语的作用	(238)
四、体态语表达的要求和技巧	(239)
第五节 说课板书和媒传技巧	(241)
一、教学板书	(241)
二、说课媒传与运用方法	(244)
第七章 说课的评价	(254)
第一节 说课评价的基本原则和重点	(254)
一、说课评价的基本原则	(254)
二、新课标理念下说课评价的重点	(256)
第二节 说课评价的形式和方法	(258)
一、说课评价的基本形式	(258)
二、说课评价的基本方法	(259)

第三节 说课评价的基本内容和评价体系	(262)
一、说课评价的基本内容	(262)
二、说课活动的评价体系	(267)
附录：体育说课案例	(277)
小学五年级《跳上成蹲撑—向前跳下接前滚翻和 跳跃游戏》说课稿	(277)
初一《篮球运球和接力跑游戏》说课稿	(279)
初二《快乐的投掷课》说课稿	(282)
初二《鱼跃前滚翻和变向跑》说课稿	(286)
初三《体操前滚翻和两人正面垫排球》说课稿	(290)
初三《俯卧式跳高》说课稿	(294)
高一《武术形神拳》说课稿	(297)
高一《原地双手胸前接球和行进间运球》说课稿	(300)
高一《排球正面双手垫球》说课稿	(303)
高二《篮球侧掩护战术和运球接力游戏》说课稿	(307)
高二《篮球二攻一战术配合和快传快跑游戏》说课稿	(310)
高二《篮球急停投篮和田径耐久跑》说课稿	(314)
高二《定向运动》说课稿	(316)
高二《篮球变向运球和运球过障碍游戏》说课稿	(319)
高一《形成健康的生活方式》说课稿	(322)

第一章 新课程改革与体育教学

第一节 课程与新课程目标

一、课程内涵的理解

教育改革的核心是课程，课程的实施者是教师，教师实施课程教学的参考依据是课程标准。我国广大教师对课程的理解一般有两种，课程就是学科（这里的学科主要是指学校课表中的语文、数学、物理、体育与健康等）；课程就是教材（狭义的教材概念，即指教科书）。那么基础教育课程改革要求我们在新的时代背景下，怎样认识、审视和把握课程概念，形成对课程的新理解和认识呢？只要正确认识新课程教育改革理念，明确我国基础教育新课程的培养目标，就可以在教育教学灵活运用“课程”这个载体，从而达成对学生的培养目标。因此，理清什么是课程、什么是课程标准对于每个教师来说都是至关重要的。

1. 什么是课程

在教育领域中，课程是涵义最复杂、歧义最多的概念之一。

我国著名课程论与教学论专家施良方先生在《课程理论——课程的基础、原理与问题》一书中列举了六种不同的课程定义：

①课程即教学科目。指学生学习的全部学科（广义的课程），或者指学生学习的某一门学科（狭义的课程）。

②课程即有计划的教学活动。把教学的范围、序列和进程甚至教学方法等有计划的教学活动组合在一起谓之“课程”。

③课程即预期的学习结果。直接关注预期的学习结果或目标，而所有的教学活动都是为这些目标服务的。

④课程即学习经验。美国教育家杜威根据实用主义的经验论将课程定义为经验，指内化为学生经验的东西。

⑤课程即文化再生产。任何社会文化中的课程，事实上都是（也应该是）这

种社会文化的反映，现实社会中存在着大量偏见、不公正，为有效地防止现存偏见永久化，课程要关注社会文化的变革。

⑥课程即社会改造的过程。课程不应使学生适应或顺从于社会文化，而应使学生摆脱盲目依从外部强加给他们的世界观，学生应在规划和实施课程的过程中发挥主要作用。

由于不同的教育主张和对课程的不同理解，对课程的定义也有所不同。概括起来，课程定义大致可以归纳为以下三类^[1]：

(1) 课程作为学科

这是使用最普遍也是最常识化的课程定义。如《中国大百科全书·教育》中的课程是这样定义的：课程是指所有学科（教学科目）的总和，或学生在教师指导下进行各种活动的总和，这通常被称为广义的课程；狭义的课程则是指一门学科或一类活动。

这种课程定义把课程内容与课程过程割裂开来，并片面强调内容，而且把课程内容仅限于源自文化遗产的学科知识，其最大缺陷是把课程视为外在的静态的东西，对学习者的经验重视不够。

(2) 课程作为目标或计划

这种课程定义把课程视为教学过程要达到的目标、教学的预期结果或教学的预先计划。如课程理论专家塔巴（H.Taba）认为课程是“学习的计划”，约翰逊（M.Johnson）认为课程是“一系列有组织的、有意识的学习结果”等。

这种课程定义把课程视为教学过程之前或教育情境之外的东西，把课程目标、计划与课程过程、手段割裂开来，并片面强调前者，其缺陷也是忽视了学习者的现实经验。

(3) 课程作为学习者的经验或体验

这种课程定义把课程视为学生在教师指导下所获得的经验或体验，以及学生自发获得的经验或体验。杜威就把课程视为学生在教师指导下所获得的经验。受杜威的影响，许多人持同样的观点。如美国著名课程理论专家卡斯威尔（H.L.Caswell）和坎贝尔（D.S.Canpbell）认为，“课程是儿童在教师指导下所获得的一切经验”。把学生的直接经验置于课程的中心位置，从而消除了课程中“见物不见人”的倾向，消除了内容与过程、目标与手段的二元对立。应当指出，有些持这种观点的学者有忽略系统知识在儿童发展中的意义的倾向。

可能因为课程专家在过去确实更多地接触学校，因此，他们的关切更多地集中在学校中和为了学校的课程开发。因此，传统课程领域的范式是课程开发，当代课程领域的概念是理解课程。把课程理解为一种符号表征是指那些制度性和推

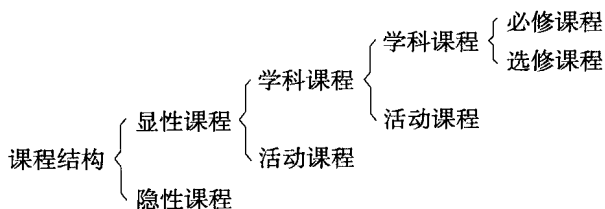
论性实践、结构、形象和体验能够以不同的方式被确认和分析，这些方式包括：政治的、种族的、自传的、现象学的、神学的、国际的、性别的和结构的。我们可以把课程理解为一种符号，在相当程度上确定了当代课程领域^[2]。

随着社会的变化，课程的内涵也在不断的变化，现代课程的内涵发展趋势主要表现在：

- ①从强调学科内容到强调学生经验和体验；
- ②从强调目标、计划到强调过程本身的价值；
- ③从强调教材这一单一因素到强调教师、学生、教材、环境等教学要素的整合；
- ④从只强调显性课程到强调显性课程和隐性课程并重；
- ⑤从只强调学校课程到强调学校课程与校外课程的整合。

2. 现代课程结构中的隐性课程

广义的课程是学校教育内容的总和。简而言之，课程解决的是“教师教什么，学生学什么”的问题。它并不等同于教材，而是由课程计划（课程方案）、课程标准（教学大纲）、课本（教科书）和校园人文环境等构成。课程结构的组成如下：



学校教育在课程具体落实中往往容易忽视隐性课程、活动课程、选修课程。隐性课程通常体现在教师的人格上。教师的情绪、态度、风格、手势、仪表，以及教学内容中所隐含的理想、信念、价值观、世界观等非学术性教育经验均是隐性课程的重要内容。此外，还有学校的物质环境（校舍建筑、教学设备、校园环境），文化环境（师生仪表、仪式活动、宣传卫生、教室布置、校园文化、传统习俗），人际环境（领导与教师的关系、教师之间的关系、师生关系、校风、班风、教风、学风），制度环境（教育管理制度、办学体制、生活制度）等。

隐性课程也称潜在课程、隐蔽课程、无形课程、自发课程等,杰克逊在他的《教室中的生活》中首先使用了潜在课程一词。布卢姆(B. Bloom)在《教育的无知》一书中使用了显性课程和隐性课程这对概念,并说历来的课程研究忽视了隐性课程。布卢姆认为,隐性课程的主要目标与学生的学习有关,学校的组织方式、人际关系等社会学、文化人类学、社会心理学的因素对于学生的态度和价值观的形成具有强有力的持续影响。这一概念提出后引起了课程研究者的极大兴趣,并迅速为人们所接受。就隐性课程这一术语所包含的意蕴及发挥作用的机制来看,显性课程与隐性课程之间的区别是以课程的表现形式或者说影响学生的方式为依据的。隐性课程是在学校情境中以间接的、内隐的方式呈现的课程;显性课程是在学校情境中以直接的、明显的方式呈现的课程。在这一界定中,把学生在学校情境中所获取的经验分成了两部分,一部分经验是教育者直接表现出来的,如课程表中的学科;另一部分经验则是间接的,如学生团体交往、校园文化等,这些活动并不直接传授经验,经验只是隐于其中。这样的区分使得两者的外延之和等于课程概念(学生在学校情境中获得的全部经验)的外延。

布卢姆指出,隐性课程与显性课程同样重要,隐性课程能很好地实现某些教学目标(特别是习惯、态度方面),并比显性课程的目标保持得长久。隐性课程对学生的身心发展有着重大的影响,从它所涉及的范围上就可看出这点。不少学者认为,不重视隐性课程的教育是不成功的教育,甚至是无效或负效的教育。在日趋多元的社会中,隐性课程对于引导学生在校园文化中追求一致性的价值观具有一定的积极意义。

体育隐性课程是在学校范围内,按照教育目的和学校体育目标,以间接的、内隐的方式呈现经过规范设计的体育文化要素的总和。它主要以隐蔽性、多样性、依附性、易接受性、持久性和愉悦性为特征^[3]。

体育隐性课程的内容构成主要有两大类。一类是物质文化要素,主要有学校体育场地、器材等。一类是精神文化要素,包括在学校体育活动中所形成的各种人际关系、在学校中所形成的制度与非制度的体育文化、教师人格等。体育隐性课程有助于进一步完善体育教育,提高体育教育的完整性和系统性,有助于调动学生的各种心理因素介入到体育显性课程的学习,促进学生对显性课程的顺利吸收,激发学生学习的积极性,提高体育课程目标的达成度,促进学生个性和思想品质的发展。

3. 课程的编制过程

在新课改下,校本课程开发是广大教师非常关注的问题。因此,我们要了解

课程编制中的几个基本概念和层次。由于过去我们一直采用前苏联的教育经验，课程编制采取了“教学计划”和“教学大纲”的形式，而“教科书”只是这个纲领文件的具体化。课程的目的、任务和内容范围从“教学计划”“教学大纲”“教科书”三个层次上确定下来，教学工作就变成了借助“教科书”来落实“教学计划”和“教学大纲”的活动了。现代教学论主张用“学校课程方案”和“学科课程标准”这两个名称分别取代“教学计划”和“教学大纲”。目前，我们使用的《体育与健康课程标准》就相当于以前的“体育教学大纲”。“教科书”是指称教学用书（学生用的课本、教师用的教学参考书和学生自学指导书）。随着教学理论和教学技术的发展，传递教学内容的媒体不断涌现，我们一般用“教材”来取代“教科书”。

在课程编制中，课程方案是第一层次，它从整体上规定了学校的性质、培养目标、教学目标和任务、教学内容的范围和学科设置、各阶段教学进度、课时安排以及教学效果的评价标准。

学科课程标准是课程编制中的第二层次，即某学科课程的总体设计。学科课程标准必须以学校课程方案为依据，它从整体上规定本学科的性质及其在学校课程体系中的地位、教学目标和任务、内容范围以及选择内容的主要依据、编排学科内容的顺序等。课程标准是教师教学工作的指南，也是编订教材、测量和评价学科教学质量的基本标准。

教材的编订是课程编制的第三个层次，是根据学校课程方案和学科课程标准的要求，选择和组织课程内容的最后一步。教材的载体可以是印刷品，也可以是电影片、录音录像带、计算机等媒介。

相关链接：

我国基础教育的课程管理与校本课程开发

为了更好地发挥国家、地方和学校在课程开发方面的作用，新一轮基础教育课程改革确立了三级课程管理体制，出现了国家课程、地方课程和校本课程的新概念。三级课程的管理政策，一方面强调了国家课程计划的严肃性，采用自上而下的方式确保国家课程的有效落实；另一方面，发挥地方和学校的积极性，采用自下而上的方式自主开发地方课程和校本课程。同时，也明确划分了各管理主体的职责：教育部总体规划基础教育课程，制订课程管理政策，确定国家课程的门类和课时，制订国家课程标准；省级教育行政部门依据国家课程管理政策和本地实际情况，制订实施

国家课程的计划,规划地方课程,报教育部备案并组织实施;学校在执行国家课程和地方课程的同时,开发或选用适合本校的课程。在新的课程方案中,明确了国家课程和地方课程各自的课时比例,地方课程(含校本课程)在九年义务教育阶段总的课时计划中的比例控制在16%~20%,校本课程的课时包括在地方课程的课时比例之中,一般为5%~8%。

校本课程是学校在具体实施国家课程和地方课程的前提下,以学校的教师为主体,依据国家和地方课程计划、学生的需求、学校可资利用的课程资源而开发的多样性的、可供学生选择的课程。校本课程在尊重、满足学校师生的差异性、独特性方面具有特殊的作用。

由于体育课程主要在室外进行教学并以身体练习为主要手段的本质特点,对地方和学校来说,各自的地域特征、气候条件、经济发展水平、体育传统等等具有极大的差异性,因此,在积极施行国家制订的体育课程标准的基础上,充分利用当地和学校的课程资源,因地制宜开发体育类的校本课程,是最有条件的,值得提倡。

为了完善基础教育教材管理制度,实现教材的高质量 and 多样化,实行国家基本要求指导下的教材多样化政策。教材编写者应根据教育部《关于中小学教材编写审定管理暂行办法》向教育部申报,经审查通过后,方可编写。按照国家课程标准编写的教材和跨省使用的地方课程教材须经全国中小学教材审查委员会审查。地方教材须经省级教材审查委员会审查。校本课程的开发,主要是为教师和广大学生提供多样化的课程资源,教育部不鼓励编写校本课程的学生用书。

(摘编自:人民教育出版社网站 <http://www.pep.com.cn>,作者:教育部体育卫生与艺术教育司 季克异)

二、体育课程

体育课程是大课程观下的一个下位概念,目前对体育课程的定义,有的从体育课程性质与功能给予界定,有的从体育课程的教育目标或教育的活动形式加以界定。

1. 体育课程的内涵

顾渊彦教授认为体育课程是一种“技艺性”课程。基础教育中的体育课程区别于其他课程的特殊本质是它的技艺性，基础教育体育实践课程的学科性质是以“技艺性”为主，“情意性”“自然性”“人文性”四性兼备的一门以实践为主的课程。

吴志超等认为，体育课程是以发展学生体能，增进学生身心健康为主要目的的一种特殊的教学课程，它与德育课程、智育课程、美育课程、劳动教育课程相配合，共同促进学生身心的全面发展，是整个学校教育中的一个方面的课程。

周登嵩教授等指出，体育课程是为实现教育目标，配合德、智、美全面发展，并以发展学生体能，增进学生身心健康为主的特殊课程。

毛振明教授认为，体育课程是在学校指导下，为了使学生能在身体、运动认知、运动技能、情感和社会方面和谐发展的有计划、有组织的活动。

2. 体育课程的特点

体育课程是整个学校教育课程的一部分，体育课程与其他学科课程相比具有其自身的特点。

①体育课程是知识和运动教育的课程。体育课程具有双重性，既要承担对学生健康知识、运动知识的培养，又要担负起通过各种运动发展学生体魄的任务。有的学者认为体育课程仅仅是运动认知或操作性课程，由此推导出只要学生运动就能增进健康，忽视了对学生运动价值观念的培养。健康行为的有效形成是建立在个体对健康知识了解或掌握上，没有知识概念的积淀，即使学生在运动中获取健康，也是一种盲目的运动。学校体育对学生知、信、行的培养，才是终身体育教育的有效策略。

②体育课程是个体身心培育课程。体育课程不同于其他课程的知识结构，其他课程的知识、技能习得主要是为将来服务于社会，而体育健康知识的习得、运动技能的形成主要是为个体身心的发展。个体通过体育课程的学习，不断掌握或了解更多有益于发展的方法与技能，为增进身心健康服务。

③体育课程是体验性课程。体育课程教学更多的是学生身体体验性活动。学生在各种有组织、有计划的运动中，通过身体运动的形式来实现体育课程的目标。学生在运动中不断发现体能与运动能力的关系，发现运动性生理反应与意志的关系，发现与同伴合作中的人际关系等。在这众多的“关系”中，不同