



全国教师教育课程资源专家委员会 审定

普通高中新课程教师研修手册 体育与健康课程标准研修

教育部基础教育司
教育部师范教育司

组织

育与健康
体育与
体育与健



高等教育出版社



全国教师教育课程资源专家委员会 审定

普通高中新课程教师研修手册 体育与健康课程标准研修

教育部基础教育司
教育部师范教育司

组织

 高等教育出版社

内容简介

本书是教育部基础教育司、师范教育司共同组织编写的《普通高中新课程研修手册》学科研修中的一册,全书从体育与健康新课程的理念、学校体育与健康课程的编排、对必修必选内容的理解、学习方式、课程资源的开发、学习评价、教学实施等方面,为教师理解《普通高中体育与健康课程标准(实验)》提供帮助。书中提供了大量的案例,设计了研修活动、阅读材料、学习要点、研修建议等板块,强调研修者的活动、参与和对话,充分体现了新的课程理念。该书经全国教师教育课程资源专家委员会审定通过,可供所有参与新课程、关心新课程的人士学习、参考。

图书在版编目(CIP)数据

体育与健康课程标准研修/教育部基础教育司,教育部师范教育司组织. —北京:高等教育出版社,2004.5

(普通高中新课程研修手册)

ISBN 7-04-015426-9

I. 体... II. ①教...②教... III. ①体育课-课程标准-高中-教学参考资料②健康教育-课程标准-高中-教学参考资料 IV. G633.963

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第034532号

策划编辑 苏伶俐 责任编辑 苏伶俐 封面设计 张申申
版式设计 王艳红 责任校对 杨凤玲 责任印制 韩刚

出版发行	高等教育出版社	购书热线	010-64054588
社 址	北京市西城区德外大街4号	免费咨询	800-810-0598
邮政编码	100011	网 址	http://www.hep.edu.cn
总 机	010-82028899		http://www.hep.com.cn
经 销	新华书店北京发行所		
印 刷	北京市鑫霸印务有限公司		
开 本	787×960 1/16	版 次	2004年6月第1版
印 张	13.25	印 次	2004年6月第1次印刷
字 数	200 000	定 价	15.70元

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题,请到所购图书销售部门联系调换。

版权所有 侵权必究

前言

《普通高中新课程方案（实验）》及15个学科的课程标准已于2003年正式颁布。在充分论证和调研的基础上，山东、广东、宁夏、海南等四个省（区）将于2004年9月进行高中新课程的实验。这次新课程实验比以往其他任何一次课程改革的实验都将面临更为严峻的挑战。因此各级教育行政部门管理者、校长、教研员、教师进行全面而有针对性的研修，是整个实验准备工作中的重中之重。为便于各级各类研修工作顺利、高质量地开展，教育部基础教育司与师范教育司针对高中新课程改革的重点、难点问题，共同组织，编写了《普通高中新课程研修手册》。

内容及其框架：

《普通高中新课程研修手册》包括两大部分：

第一部分是通识性研修内容，面向所有参与高中新课程实验的各级教育行政人员、教研员、校长、教师及各类师训机构的培训者，为他们提供共同研修的基本内容。教育部就高中新课程实施的组织与领导、高中新课程的选课指导与教学管理、高中新课程的教学实施、高中新课程的资源开发与利用、高中新课程的评价改革，综合实践活动的实施与管理与高中新课程的传播与社会理解成立了7个专题研究项目组，并与山东、广东、宁夏、海南四省（区）相关的项目组进行联合攻关，开发了以下8个研修单元：

- 新课程的理念与创新
- 新课程的领导、组织与推进
- 学校课程方案的形成与学生选课指导
- 校本教研与教师专业发展
- 新课程的教学实施
- 课程资源的开发与利用

- 新课程与学生评价改革
- 综合实践活动的实施与管理

对这些单元进行研修的目的是：使所有参与高中新课程实验的教育工作者了解、认同高中课程改革方案的基本理念，在思想和行动上做好准备，为进一步研修学科课程标准做好铺垫。

第二部分是学科教学研修手册。主要面向各学科教师、教研员、培训者，由各学科课程标准组编写。

每个研修单元或学科各具特点，研修手册的编写方式略有差异，但基本上都包括以下几个部分：

- 专题：研修单元或学科中需要突出阐述和学习的主要观点。
- 小节：专题下需要着重思考的问题，在手册中以“1.1”、“1.2”的方式呈现。

● 活动：小节中为研修者设计的各种活动。目的是使研修者在群体合作中找到参与、对话、研究、反思的平台。活动卡中的活动包括案例分析、思考与辩论、行动规划、经验反思、相互访谈、头脑风暴（即快速发散性思考）等形式。

● 学习要点：每个小节学习重点的参考性建议。

● 阅读材料：围绕小节研修内容提供的相关阅读材料，为研修者的深入学习、开阔视野提供资料。

● 研修建议：针对相关的研修内容，为组织、开展参与式研修活动提供的活动方案设计，供组织者借鉴、参考。在有些研修单元中，它隐含在活动的介绍中。

应该强调的是，在实际组织研修活动时，组织者不必过于拘泥手册内容，而应根据研修者的需求、年龄结构、时间、场地等具体条件灵活安排，创造性地组织各种研修。通过创设情境，促进研修者就相关话题主动与他人、与自己进行对话，创造一种合作、反思的学习、研究、提高的氛围，推进研修者从观念到行动积极实践高中新课程。

研修活动及其方式：

研修活动的开展，应注意把握以下几个基本的原则。

● 平等性：强调研修活动的组织者、主持者与研修者之间相互尊重，合作学习，共同成长。

- 发展性：强调研修过程是一个动态发展、建构的过程。要重视研修内容的生成性，为研修提供情境化的、开放性的研修平台；关注研修者在研修过程中的主动建构、经验分享与理论提升。

- 针对性：强调问题意识，以各类研修者面临的真实问题和困难作为研修的出发点与落脚点。充分调动每一位研修者的积极性和主动性，在提出问题、解决问题的过程中开展研修活动，提高研修的质量与效益。

参与式研修是一种体现上述原则的研修方式，也是新课程实验过程中广大教育工作者进行学习、交流活动的主要方法之一，在义务教育新课程的培训过程中发挥了重要的作用，受到了研修者的好评。在高中新课程的研修过程中也要把它作为一种重要的活动方式，《普通高中新课程研修手册》对它也予以特别的强调。

参与式研修主要是让研修者分成不同小组，在小组成员的共同努力下进行研讨。分组时可以按同质分组，即让条件、水平或工作相近的人员组成一个小组；或者按异质分组，即让研修者进行完全随机分组，不考虑其相似性或有意让不同性别、年龄、社会地位、工作性质的人分在一组。在研修过程中，如果有必要，可以对研修者重新进行分组。

小组的规模要根据参加研修的总人数、活动任务的性质和研修现场条件等综合考虑，建议每个小组的人数控制在6~8人，每个参与式研修现场的人数控制在40~60人为宜。为保障小组活动的有效性，在形成小组后要对小组成员进行分工。一般小组内应有以下角色：

- 召集人——调动小组的每个成员都参与活动。
- 记录人——将小组人员的活动过程、“思想火花”记录下来。
- 发言人——负责将小组活动的主要观点、成果展示给其他小组。
- 时间控制人——负责分配、把握小组活动的时间进程，使小组成员都有机会在规定的时间内参与活动。
- 噪声控制人——及时对本组活动过程中的声音进行监控，防止本小组的活动对同一活动场地中其他小组造成过分的干扰。

在不同的活动之间，可以对小组成员进行重新分工。

高中新课程的研修过程也是体验高中新课程新的学习方式与教学方式的过程，因此研修方式、研修活动的组织本身对研修者理解、

感受高中新课程的基本理念具有一定的示范作用。在参与式研修过程中,活动的主持人、组织者不能单纯地讲授知识,或居高临下指手画脚地说教;活动的参与者、学习者也不是被动的接受者。所有参与研修的人员都应成为自觉的投入者,主动建构知识,改进学习策略,在自我与他人、个体与群体的互动、交流、对话中提高对高中新课程实验的信心,在贡献每个人的经验与智慧中获得和谐、全面的发展。

《普通高中新课程研修手册》是国家基础教育课程改革高中新课程实验研究的重大成果。从手册的策划、设计到开发,教育部基础教育司、师范教育司的领导给予了高度关注与大力支持。在编写过程中,所有研修手册都经过了相关项目组的多次讨论和修改,可以说,这套研修手册的开发过程就是研究、理解、领会、探讨高中新课程的过程。教育部基础教育司、师范教育司对手册进行了审查和相应的修改,并组织全国教师教育课程资源专家委员会进行了审定。

在本套手册的编写过程中,高中新课程各相关研究项目组和课程标准研制组的成员、基础教育司的领导多次参与内容框架的讨论和修订工作,地方各级教育行政部门和学校在案例的编写上给予了很大的支持,在编写过程中,我们还参考了专家、同行的大量研究成果,在此一并表示感谢。

高中新课程的实验还处于启动的初期,对许多核心问题的深入思考 and 实践探索还有待于所有投身高中新课程实验的人们在共同合作、相互支持中继续努力,本套研修手册也有待在研修的开展与实践进一步修改、完善。参与研修人员的经验和参与也能进一步丰富本册内容,加深对有关问题的理解。

高中新课程实验需要在教育工作者的积极参与、共同合作、探索交流中积极实践,在此,向所有关注中国基础教育课程改革的人们、参与高中课程改革的人们——学生、家长、教师、各级教育行政人员和社会人士致敬并致以深深的谢意!

编委会

2004年3月

经过几代人的努力探索与实践,我国高中体育课程基本上形成了比较稳定、成熟的模式。虽说近些年来,一些学校吸收新的教育教学思想、探索新的教学方法,并取得了一定的成果,但由于传统教育教学思想的影响很广,这些力求创新的学校往往被说成不务正业,新的教育教学思想也多是昙花一现,很难持续发展。随着《基础教育课程改革纲要(试行)》和《普通高中体育与健康课程标准(实验)》(以下简称《课程标准》)的颁布,新一轮的高中体育课程改革将拉开帷幕。《课程标准》以先进的教育思想、全新的课程理念展现在人们的面前,这昭示着我国高中体育课程将产生新的变化,在这个过程中,体育教师将面临巨大的挑战。

挑战一:如何真正转变观念。《课程标准》提出了“坚持‘健康第一’的指导思想,培养学生健康的意识和体魄”、“改革课程内容和教学方式,努力体现课程的时代性”、“强调以学生发展为中心,帮助学生学会学习”、“注重学生运动爱好和专长的形成,奠定学生终身体育的基础”等基本理念。然而,多少年来,传统的教育教学思想已深深地扎根在许多体育教育工作者的脑海里,要想完全转变他们的观念很难,要想让他们将新的教育教学思想和课程理念真正落实到体育教学实践中则更难。因此,转变观念就显得尤为重要和必要,只有这样,才能保证高中体育课程改革取得成功。

为此,我们设置了“如何正确理解和把握高中体育与健康课程的基本理念”专题,帮助体育教师正确理解和把握体育与健康课程的基本理念,明确高中体育课程改革的方向,转变自己的教育教学思想,坚定体育课程改革的信心和决心。

挑战二:如何根据课程目标选择学习内容和方法。《课程标准》只提出了课程总目标和具体目标,并根据课程目标体系构建了课程的内容标准,但未规定具体的学习内容和方法,把选择具体学习内容和方法的权利留给了学校、教师和学生,这有助于学校和教师根据本校

和学生的实际情况有特色地开展教学活动。然而，由于传统的体育教学大纲规定了全国所有学校学生应该学习的具体内容，使得很多体育教师已经习惯按照体育教学大纲规定的具体内容进行教学。现在，让他们自己选择教学内容和方法，并要指导学生选择学习内容，无疑也是一个新的挑战。

为此，我们设置了“如何根据学习目标选择与设计高中体育与健康课程学习内容”专题，帮助体育教师理解根据课程目标选择学习内容和方法的益处，并学会如何根据课程目标选择学习内容和方法。

挑战三：如何理解把田径和健康教育作为必修必选内容。《课程标准》规定健康教育专题系列为所有高中学生必须学习的内容，而且高中学生在田径类运动系列中也必修1学分，而将球类等其他运动系列（包括田径类运动系列）作为学生的选项学习内容。有人提出质疑：田径运动枯燥无味，大多数学生都不喜欢学习，甚至害怕这种项目，为什么《课程标准》规定所有高中学生都要学习这一项目？田径项目那么多，在这短短18学时的必修单元中，究竟应该学习哪些项目？……

为此，我们设置了“如何理解高中体育与健康课程的必修必选内容”专题，帮助体育教师理解让田径项目必修必选学分的意义和价值所在，学习如何有效地开展田径运动的教学。

挑战四：如何实施选项教学。实施选项教学既是高中体育课程改革的一个亮点，也是高中体育课程改革的一个难点。说它是亮点，是因为选项学习有助于学生提高学习兴趣，培养运动爱好和专长，树立终身体育的意识；说它是难点，是因为传统的高中体育课程是按行政班开展教学，且所有的学生都学习同样的内容，因而教学的管理和组织相对容易，而实施选项教学，操作起来会碰到一些具体的问题和困难。

为此，我们设置了“如何实施高中体育与健康课程的选项教学”专题，帮助学校和体育教师解决选项教学中可能遇到的问题和困难，更好地指导学生进行选项，并有效地组织和实施选项教学等。

挑战五：如何指导学生采用有效的学习方式。《课程标准》要求高中体育与健康课程要改变单一的灌输—接受教学模式，倡导“自主、探究、合作”的学习方式，实现学习方式的多样化，以提高学

生的体育学习能力,培养学生的创新精神和能力,促进学生运动知识、情感、态度和价值观的整体发展。然而,多少年来,体育教师已经习惯了自己讲解、示范,学生模仿、练习的教学方式,形成了教师讲得多、学生练得少的局面。对于《课程标准》提倡的“自主、探究、合作”的新型教与学的方式,教师感到压力很大,不知所措。

为此,我们设置了“如何指导高中学生采用有效的方式学习体育与健康课程”专题,帮助体育教师认识到让学生采用有效学习方式的重要意义,并能在教学中指导学生灵活采用多种学习方式。

挑战六:如何制订高中单元教学计划。单元教学计划是高中体育与健康课程的一个新概念,对于教师制订学时计划(即教案)具有直接的指导作用,对于学生较为系统地学习和掌握运动知识和技能具有重要的意义。然而,体育教师已经习惯于制订学年和学期教学计划,如何划分教学单元、如何制订单元教学计划对他们而言是一个新的课题。

为此,我们设置了“如何制订高中体育与健康课程单元教学计划”专题,帮助体育教师理解单元教学计划与学期、学年教学计划的区别,单元教学计划与水平教学计划的关系,并掌握有效制订单元教学计划的方法等。

挑战七:如何关注学生的个体差异。在体育教学中,关注学生的个体差异并不是什么新鲜话题,传统的体育教学中也常提这一问题。但新的高中体育课程所关注的个体差异包含两层含义,一是传统意义上所指的同一个班级中学生之间的个体差异;二是选项教学所带来的个体差异。因此,体育教师在教学中比以往更应该关注学生的个体差异。

为此,我们设置了“在高中体育与健康课程教学中如何关注学生的差异”专题,帮助体育教师探讨在选项教学的情况下如何根据学生的个体差异进行有效的教学,真正做到因材施教、区别对待。

挑战八:如何利用和开发体育与健康课程资源。《课程标准》倡导发挥课程资源应有的教育优势,充实和更新体育与健康课程内容,体现课程内容的时代性、选择性和民族性,提高课程的适应性和教学质量,为学校、教师创造性地实施体育与健康课程提供条件。然而,传统的体育课程是以课堂为中心、以教师为中心、以竞技运动项目内容为中心,很少关注体育课程资源的利用和开发,从而导致学习内容

单调、学习空间有限、学习积极性不高。新体育课程要求教师注意利用和开发课程资源,教师需要动一番脑筋,下一番工夫。

为此,我们设置了“如何利用与开发高中体育与健康课程资源”专题,帮助体育教师真正理解利用和开发课程资源的重要性,并学习如何利用和开发课程资源。

挑战九:如何提高评价的可操作性。《课程标准》要求建立评价内容多元、评价方法多样的评价体系,强化评价的激励、发展功能,淡化评价的甄别、选拔功能。高中体育与健康课程不但重视对体能和运动技能的评价,而且重视对学习态度、情意表现、合作精神的评价;不但强调定量、终结性和绝对性的评价,而且强调定性、过程性和相对性的评价;不只教师进行评价,而且关注让学生参与评价。对于习惯了用单一内容、单一方法评价学生的体育教师来说,让他们采用新的评价方法确实是一件棘手的事情。教师们非常认可新的评价思想和方法,但如何提高评价的可操作性是他们很关心的事情。

为此,我们设置了“如何解决高中体育与健康课程学习评价的可操作性问题”专题,帮助体育教师转变传统的评价思想,学习使用新的评价方法。

挑战十:如何根据《课程标准》的精神实施体育与健康课堂教学。《课程标准》提出了全新课程理念,设置了课程总目标和运动参与、运动技能、身体健康、心理健康、社会适应五个方面的具体目标,倡导采用自主、探究、合作的新型学习方式,重视利用和开发课程资源等。如何将这些新的精神贯穿于体育课堂教学当中,需要体育教师认真思考、积极探索、不断总结。从义务教育体育与健康课程的实验情况来看,刚开始实验时,一些教师感叹自己不会上课了,但通过一段时间的探索和实践,这些教师感到不但会上课,而且上得更精彩了。由此可见,对于刚进入实验的高中体育教师来说,很好地按照《课程标准》精神来实施课堂教学还需要一个过程。

为此,我们设置了“如何根据《课程标准》的精神实施高中体育与健康课堂教学”专题,帮助体育教师了解新的体育课堂教学与传统体育课堂教学的区别,并能按照《课程标准》精神创造性地实施体育与健康课堂教学,形成自己的教学风格和特色。

上述十个方面的改革反映了新的教育思想和理念,反映了当今体育课程发展的潮流,对传统的高中体育课程形成了一定的冲击,将会

在一段时间内面临一些阻力，体育教师在教学实践中也会碰到许多实际困难。

要解决这些问题，首先需要我们进行研修，通过研修提高认识、转变观念、达成共识，并将对体育与健康课程的认识和理解转化为实践行动，在实践行动中体现新的教育思想和《课程标准》的精神。研修的方式应该多种多样，将合作学习、小讲座、经验分享、案例分析、资料学习、现场观摩等结合起来进行，以提高研修的效果。

由于高中体育与健康课程的实验尚未真正进入实践的层面，这里列出这些问题可能会挂一漏万，在实践时教师还会遇到新问题，碰到新困难，这些新问题和新困难只有通过不断地研修和实践来解决。实际上，体育课程改革的过程就是不断发现问题、解决问题的过程，也是我们共同成长的过程。

研究内容设置一览表

名 称	高中体育与健康课程标准研修手册		
参与者	体育教研员、一线体育教师等参与高中体育与健康课程改革的各类人员		
研修专题	研修目标	研修内容	研修方式
专题一 如何正确理解和把握高中体育与健康课程的基本理念	帮助体育教师正确理解和把握体育与健康课程的基本理念,明确高中体育课程改革的方向,为转变自己的教育教学思想、坚定体育课程改革的信心和决心奠定基础	1.1 坚持“健康第一”的指导思想,培养学生健康的意识和体魄 1.2 改革课程内容与教学方式,努力体现课程的时代性 1.3 强调以学生发展为中心,帮助学生学会学习 1.4 注重学生运动爱好和专长的形成,奠定学生终身体育的基础	自我反思 合作学习 小组交流 阅读资料
专题二 如何根据学习目标选择与设计高中体育与健康课程学习内容	帮助体育教师理解根据课程目标选择学习内容和方法的益处,并学会如何根据课程目标选择学习内容和方法	2.1 如何正确认识学习目标与内容标准的关系 2.2 如何正确认识内容标准与学习内容的关系	自我反思 合作学习 交流分享 阅读资料
专题三 如何理解高中体育与健康课程中的必修必选内容	帮助体育教师理解将健康教育专题和一个田径运动系列的模块作为必修必选的意义和价值所在,并知道如何有效地开展田径运动的教学	3.1 为什么要将健康教育作为高中学生的必修必选内容 3.2 为什么要将田径运动作为高中学生的必修必选内容	案例分析 合作学习 小组交流 阅读资料
专题四 如何实施高中体育与健康课程的选项教学	帮助学校和体育教师解决选项教学中可能遇到的问题和困难,为教师指导学生进行选项,并有效地组织和实施选项教学奠定基础	4.1 如何做好选项工作 4.2 教师如何进行选项教学 4.3 学生如何参加选项学习	案例分析 合作学习 小组交流 大家分享

续表

研修专题	研修目标	研修内容	研修方式
专题五 如何指导 高中学生采 用有效的方 式学习体育 与健康课程	帮助体育教师认识 让学生采用有效学习 方式的重要意义、并 能在教学中指导学生 灵活采用多种学习方 式	5.1 自主学习 5.2 合作学习 5.3 探究学习	案例分析 合作学习 小组交流 观摩录像
专题六 如何制订 高中体育与 健康课程单 元教学计划	帮助体育教师理解 单元教学计划与学期、 学年教学计划的区别, 单元教学计划与水平 教学计划的关系,并 掌握有效制订单元教 学计划的方法等	6.1 单元教学计划的定 位 6.2 单元教学计划的制 订	案例分析 合作学习 小组交流 阅读资料
专题七 在高中体 育与健康课 程教学中如 何关注学生 的差异	帮助体育教师探讨 在选项教学的情况下 如何根据学生的个体 差异进行有效的教学, 真正做到因材施教、 区别对待	7.1 高中体育与健康课 教学中学生存在哪些差异 7.2 体育与健康课教学 应如何满足学生的个体差 异	案例分析 合作学习 小组交流 观摩录像
专题八 如何利用 与开发高中 体育与健康 课程资源	帮助体育教师真正 理解利用和开发课程 资源的重要性,并知 道如何利用和开发课 程资源	8.1 体育与健康课程资 源知多少 8.2 如何创造性地利用 与开发体育与健康课程资源 8.3 利用与开发体育与 健康课程资源的途径	案例分析 合作学习 小组交流 大家分享
专题九 如何解决 高中体育与 健康课程学 习评价的可 操作性问题	帮助体育教师转变 传统的评价思想,学 会使用新的评价方法	9.1 高中体育与健康课 程呼唤新的学习评价 9.2 高中体育与健康课 程学习评价的操作性问题	案例分析 自我反思 合作学习 小组交流

续表

研修专题	研修目标	研修内容	研修方式
专题十 如何根据《课程标准》的精神实施高中体育与健康课堂教学	帮助体育教师了解新的体育课堂教学与传统体育课堂教学的区别,并能按照《课程标准》精神创造性地实施体育与健康课堂教学,形成自己的教学风格和特色	10.1 新的体育课堂教学与传统体育课堂教学的主要区别 10.2 如何实施体育与健康课堂教学	案例分析 合作学习 小组交流 观摩录像

目 录

前言	I
研修指南	V
专题一 如何正确理解和把握高中体育与健康课程的基本理念	1
1.1 坚持“健康第一”的指导思想,培养学生健康的意识和体魄	1
1.2 改革课程内容与教学方式,努力体现课程的时代性	8
1.3 强调以学生发展为中心,帮助学生学会学习	14
1.4 注重学生运动爱好和专长的形成,奠定学生终身体育的基础	18
专题二 如何根据学习目标选择与设计高中体育与健康课程学习内容	27
2.1 如何正确认识学习目标与内容标准的关系	28
2.2 如何正确认识内容标准与学习内容的关系	34
专题三 如何理解高中体育与健康课程的必修必选内容	38
3.1 为什么要将健康教育作为高中学生的必修必选内容	38
3.2 为什么要将田径运动作为高中学生的必修必选内容	45
专题四 如何实施高中体育与健康课程的选项教学	53
4.1 如何做好选项工作	53
4.2 教师如何进行选项教学	61
4.3 学生如何参加选项学习	68

专题五	如何指导高中学生采用有效的方式学习体育与健康课程	75
5.1	自主学习	75
5.2	合作学习	82
5.3	探究学习	87

专题六	如何制订高中体育与健康课程的单元教学计划	95
6.1	单元教学计划的定位	95
6.2	单元教学计划的制订	106

专题七	在高中体育与健康课程教学中如何关注学生的差异	115
7.1	高中体育与健康课教学中学生存在哪些差异	115
7.2	体育与健康课教学应如何满足学生的个体差异	121

专题八	如何利用与开发高中体育与健康课程资源 ...	129
8.1	体育与健康课程资源知多少	129
8.2	如何创造性地利用与开发体育与健康课程资源	133
8.3	利用与开发体育与健康课程资源的途径	137

专题九	如何解决高中体育与健康课程学习评价的操作性问题	146
9.1	高中体育与健康课程呼唤新的学习评价	146
9.2	高中体育与健康课程学习评价的操作性问题	151

专题十	如何根据《课程标准》的精神实施高中体育与健康课堂教学	170
10.1	新的体育课堂教学与传统体育课堂教学的主要区别	170
10.2	如何实施体育与健康课堂教学	176