



XinKeBiao JiaoShi BiDu CongShu

新课标教师必读丛书

全日制义务教育 体育与健康 课程标准教师必读

北京未来新世纪教育科学研究所 主编

切入所有教师关心的话题，满足师生对新
课程全方位理解的需求。

符合新课程理念的教学设计、富有特色的
课堂教学、深刻的教学反思及专家评析。

远方出版社

新课标教师必读丛书

全日制义务教育
体育与健康课程标准教师必读

北京未来新世纪教育科学研究所/主编

远方出版社

责任编辑:胡丽娟

封面设计:阮林丽

新课标教师必读丛书

全日制义务教育

体育与健康课程标准教师必读

主 编 北京未来新世纪教育科学研究所
出版发行 远方出版社
社 址 呼和浩特市乌兰察布东路666号
邮 编 010010
经 销 新华书店
印 刷 北京市朝教印刷厂
开 本 850×1168 1/32
字 数 4500 千
印 张 880
版 次 2006 年 1 月第 1 版
印 次 2006 年 1 月第 1 次印刷
印 数 5000
标准书号 ISBN 7-80723-115-7/G·55
总 定 价 2240.00 元(共 80 册)

远方版图书,版权所有,侵权必究。

远方版图书,印装错误请与印刷厂退换。

前 言

新的课程改革,为改进教学,提高教学质量,提供了不可多得的机遇,同时也给广大教师提出了一系列亟待研究的课题。

进入新课程实验之后,教师们深入研究新的《课程标准》,转换思路,改革传统教学模式,使各科教学的局面耳目一新。但也有部分教师感觉新课标提出的一些理念,付诸实践难度较大。特别是有关转变学生学习和教师教学方式的理念,实践中缺乏足资借鉴的理论研究成果和实用资料。

本轮课程改革的重大变化之一,是教学目标的多元化与具体化。新课标用三个层次七项目标即“知识与能力、过程与方法、情感态度与价值观”,取代了传统的三个层次三项目标即“基础知识、基本能力与思想教育”。其中,“过程与方法”成为课程教学目标,还是第一次。制定这一目标的基本理念,在新课标里已有清晰的表述。

如何让学生积极主动地参与教学过程?如何组织丰富多彩的教学实践活动?如何以学生为主体?如何为学生营造一个兴趣盎然的良好环境等等,这些是广大参与新课程实验的

一线教师特别关心的问题。他们各显神通,为解决这些问题付出了艰辛的劳动和智慧,取得了可喜的成就。他们筛选出各种有用的教学资料读物,为学生的探究式学习、主动学习与合作学习,创造了极好的条件。我们从中挑选了很小的一部分,编成这套《新课标教师必读丛书》,供实验阶段的一线教师参考。

该丛书的问世,为教师教育教学提供了一份珍贵的教学参考书。愿每一位教育工作者通过本丛书的学习,提高教学理论素养,完善学科知识,积极推进素质教育,做一名成功的素质教育者,培养21世纪的高素质人才。前人的某些研究成果,为我们的编写提供了借鉴。虽然如此,本书的疏漏、谬误之处仍恐在所难免,祈望广大师生不吝赐教,以匡不逮。

编 者

二〇〇六年一月

目 录

第一篇 全日制义务教育体育与健康课程标准

第一部分 前言	3
第二部分 课程目标	9
第三部分 内容标准	10
第四部分 实施建议	36
附 录	60

第二篇 全日制义务教育体育与健康课程标准解读

第一章 体育与健康课程标准制订的背景	83
第一节 社会发展和学校体育与健康课程改革	83
第二节 国外体育与健康课程的改革与启示	88
第三节 我国基础教育体育课程的回顾与展望	96
第四节 体育与健康课程的理论基础	99
第二章 体育与健康课程的基本理念与设计思路	103
第一节 体育与健康课程的性质	103

第二节	体育与健康课程的基本理念·····	110
第三节	体育与健康课程标准的设计思路·····	115
第三章	体育与健康课程的目标体系·····	123
第一节	课程目标·····	123
第二节	学习领域和领域目标·····	128
第三节	学习水平和水平目标·····	133
第四章	体育与健康课程的内容标准·····	137
第一节	运动参与·····	138
第二节	运动技能·····	146
第三节	身体健康·····	152
第四节	心理健康·····	162
第五节	社会适应·····	176
第五章	体育与健康课程的实施方案·····	195
第一节	体育与健康课程的管理·····	195
第二节	地方和学校体育与健康课程实施 方案的制订·····	198
第三节	水平、学期、单元和课时等教学 计划的制订·····	200
第六章	体育与健康课程教学的组织与方法·····	207
第一节	教师教学方案的制订·····	208
第二节	体育教学组织形式的选择·····	220
第三节	教学方法的改革·····	230
第七章	体育与健康课程评价·····	239
第一节	体育学习评价·····	239
第二节	体育教师教学评价·····	246
第三节	体育与健康课程建设评价·····	249

第八章 开发和利用体育与健康课程资源·····	251
第一节 体育与健康课程资源开发的意义·····	252
第二节 开发体育与健康课程资源的途径和方法·····	257
第三节 开发和利用体育课程资源时应 注意的问题·····	275
第九章 体育与健康教材建设·····	277
第一节 体育与健康教材·····	277
第二节 体育与健康教科书的编写·····	280
第三节 体育与健康教科书的使用·····	286
第四节 教材的编写、发行与审定·····	288
第十章 问题讨论与展望·····	293
第一节 体育课程改革是一个长期的过程·····	293
第二节 关于实施体育与健康课程标准的 几个认识问题·····	306
第三节 课程标准实验过程中需要正视和 解决的问题·····	314
第四节 体育课程改革中的师生关系·····	323

第一篇

全日制义务教育体育 与健康课程标准

第一部分 前言

随着科学技术的迅猛发展和经济的全球化,人类社会的物质文化生活水平从整体上有了很大提高,人类的许多疾病得到了根治,健康状况大为改善。但是,现代生产和生活方式造成的体力活动减少和心理压力增大,对人类健康造成了日益严重的威胁。人们逐渐认识到,健不仅是没有疾病和不虚弱,而且是在身体、心理和社会发展方面都保持完美的状态。人类比以往任何时候都更加关注自己的健康状况和生活质量。由于国民的健康对国家的发展、社会的进步和个人的幸福都至关重要,而体育课程又是增进国民健康的重要途径因此,世界各国都高度重视体育课程的改革。

《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》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指导思想,切实加强体育工作。”《全日制义务教育普通高级中学体育(1~6年级)体育与健康(7~12年级)课程标准(实验稿)》(以下简称《标准》)正是在这一思想的指导下制订的。《标准》突出强调要尊重教师和学生对教学内容的选择性,注重教学评价的多样性,使课程有利于激发学生的运动兴趣,养成坚持体育锻炼的习惯,形成勇敢顽强和坚韧不拔的意志品质,促进学生在身体、心理和社会适应能力等方面健康、和谐

地发展,从而为提高国民的整日健康水平发挥重要作用。

一、课程性质

(一)课程性质

体育与健康课程是一门以身体练习为主要手段、以增进中小学生健康为主要目的的必修课程是学校课程体系的重要组成部分,是实施素质教育和培养德智体美全面发展人才不可缺少的重要途径。它是对原有的体育课程进行深化改革,突出健康目标的一门课程。

(二)课程价值

体育与健康课程对于提高学生的体质和健康水平,促进学生全面和谐发展,培养社会主义现代化建设需要的高素质劳动者,具有极为重要的作用。

1. 增进身体健康

通过本课程的学习,学生能够提高对身体和健康的认识,掌握有关身体健康的知识和科学

健身方法,提高自我保健意识;坚持锻炼,增强体能,促进身体健康;养成健康的行的生活方式。

2. 提高心理健康水平

通过本课程的学习,学生将在和谐、平等、友爱的运动环境中感受到集体的温暖和情感的愉悦;在经历挫折和克服困难的过程中,提高抗挫折能力和情绪调节能力,培养坚强的意志品质;在不断体验进步或成功的过程中,增强自尊心和自信

心,培养创新精神和创新能力,形成积极向上、乐观开朗的生活态度。

3. 增强社会适应能力

通过本课程的学习,学生将理解个人健康与群体健康的密切关系,建立起对自我、群体和社会的责任感;形成现代社会所必需的合作与竞争意识,学会尊重和关心他人,培养良好的体育道德和集体主义、社会主义、爱国主义精神学会获取现代社会中体育与健康知识的方法

4. 获得体育与健康知识和技能

通过本课程的学习,学生能够掌握体育与健康的基本知识和运动技能,学会学习体育的基本方法,形成终身锻炼的意识和习惯;学生可以根据自己的兴趣爱好和不同需求,选择个人喜爱的方法参与体育活动,挖掘运动潜能,提高运动欣赏能力,形成积极的余暇生活方式;学生可以提高体育运动中的安全防范能力,获得在野外环境中的基本生存技能。

二、课程基本理念

(一) 坚持“健康第一”的指导思想,促进学生健康成长

体育与健康课程以促进学生身体、心理和社会适应能力整体健康水平的提高为目标,构建了技能、认知、情感、行为等领域并行推进的课程结构,融合了体育、生理、心理、卫生保健环境、社会、安全、营养等诸多学科领域的有关知识,真正关注学生的健康意识、锻炼习惯和卫生习惯的养成,将增进学生健康贯穿于课程实施的全过程,确保“健康第?”思想落到

实处,使学生健康成长。

(二)激发运动兴趣,培养学生终身体育的意识

学校体育是终身体育的基础,运动兴趣和习惯是促进学生自主学习和终身坚持锻炼的前提。无论是教学内容的选择还是教学方法的更新,都应十分关注学生的运动兴趣,只有激发和保持学生的运动兴趣,才能使学生自觉、积极地进行体育锻炼。因此,在体育教学中,学生的运动兴趣是实现体育与健康课程目标和价值的有效保证。

(三)以学生发展为中心,重视学生的主体地位

体育与健康课程关注的核心是满足学生的需要和重视学生的情感体验,促进全面发展的社会主义新人的成长。从课程设计到评价的各个环节,始终把学生主动、全面的发展放在中心地位。在注意发挥教学活动中教师主导作用的同时,特别强调学生学习主体地位的体现,以充分发挥学生的学习积极性和学习潜能,提高学生的体育学习能力。

(四)关注个体差异与不同需求,确保每一个学生受益

体育与健康课程充分注意到学生在身体条件、兴趣爱好和运动技能等方面的个体差异,根据这种差异性确定学习目标和评价方法,并提出相应的教学建议,从而保证绝大多数学生能完成课程学习目标,使每个学生都能体验到学习和成功的乐趣,以满足自我发展的需要。

三、课程标准的设计思路

(一)根据课程目标与内容划分学习领域

体育与健康课程改变了传统的按运动项目划分课程内容和安排教学时数的框架,根据三维健康观、体育自身的特点以及国际课程发展的趋势,拓宽了课程学习的内容,将课程学习内容划分为运动参与、运动技能、身体健康、心理健康和社会适应五个学习领域,并根据领域目标构建课程的内容体系。

(二)根据学生身心发展的特征划分学习水平

《标准》根据学生身心发展的特征,将中小学的学习划分为六级水平,并在各学习领域按水平设置相应的水平目标。水平一至水平五分别相当于1~2年级、3~4年级、5~6年级、7~9年级和高中学段学生预期达到的学习结果。

考虑到学校和学生各方面的差异性,《标准》在各个领域设立水平六,作为高中学段学生学习体育与健康课程的发展性学习目标,其他学段的学生也可以将高一级水平目标作为本阶段学习的发展性学习目标。

(三)根据可操作性和可观察性要求确定具体的学习目标

为了确保学习目标的达成和学习评价的可行性,学习目标必须是具体的、可观察的。在心理健康和社会适应两个学习领域,要求学生在掌握有关知识、技能的同时,强调学生应

在运动实践中体验心理感受并形成良好的行为习惯,这使情感、意志方面的学习目标由隐性变为显性,由原则性的要求变为可以观测的行为表征。这既便于学生学习时自我认识和体验,也便于教师对学生的观察和评价。教师可以通过对学生情感、态度和行为表现的习惯的观察,判断教学活动的成效,从而有效地保证体育与健康课程目标的实现。

(四)根据三级课程管理的要求加大课程内容的选择性

按照三级课程管理的要求,本《标准》规定了各学习领域、各水平的学习目标,同时确定了依据学习目标选择教学内容的原则。各地、各校和教师在制订具体的课程实施方案时,可以依据课程的学习目标,从本地、本校的实际情况出发,选用适当的教学内容和教学方法。《标准》对教学内容的选取作了灵活的处理,在7~9年级,学校可以按照内容标准中水平四的规定,根据学校各方面的条件和多数学生的兴趣,在每一类运动项目(如球类、田径等)中选择若干动作技能作为教学内容;在高中学段,学生可以根据学校确定的内容范围,选择一两个项目作为学习的内容。

(五)根据课程发展性要求建立评价体系

课程评价是促进课程目标实现和课程建设的重要手段。《标准》力求突破注重终结性评价而忽视过程性评价的状况,强化评价的激励、发展功能而淡化其甄别、选拔功能,并根据这样的原则对教学评价提出了相应的建议。《标准》把学生的体能、知识与技能、学习态度、情意表现与合作精神纳入学习

成绩评定的范围,并让学生参与评价过程,以体现学生学习的主体地位,提高学生的学习兴趣。

第二部分 课程目标

一、课程目标

通过体育与健康课程的学习,学生将:

- (1)增强体能,掌握和应用基本的体育与健康知识和运动技能;
- (2)培养运动的兴趣和爱好,形成坚持锻炼的习惯;
- (3)具有良好的心理品质,表现出人际交往的能力与合作精神;
- (4)提高对个人健康和群体健康的责任感,形成健康的生活方式;
- (5)发扬体育精神,形成积极进取、乐观开朗的生活态度。

二、学习领域目标

运动参与目标

- (1)具有积极参与体育活动的态度和行为;
- (2)用科学的方法参与体育活动。

运动技能目标

- (1)获得运动基础知识;

全日制义务教育体育与健康课程标准教师必读