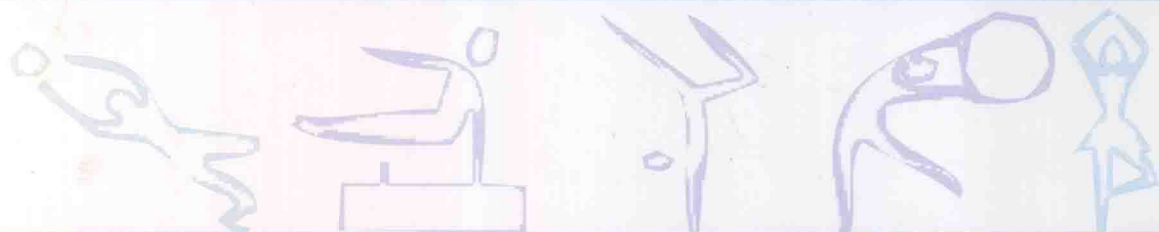




高等學校教材

学校体育学

杨文轩 张细谦 邓星华 主编



SPORTS

高等教育出版社

高等学校教材

源
管
育
以制千,校
编
法
法
教
加

学校体育学

XUEXIAO Tiyu Xue

杨文轩 张细谦 邓星华 主编



高等教育出版社·北京

内容提要

随着我国《体育与健康课程标准》的实施进入新常态,学校体育出现了许多新情况。本书作者本着体现新时期中国特色、时代特征、学科特质的初衷,力求直接面对、直接回应学校体育理论与实践中的问题。本教材旨在贯彻“立德树人”的指导思想,注重教材的教育性和思想性;精选教材理论知识与实践技能,着力打造教材特色;学理与学用相结合,理论与实践相融通,强化教材的实用性;学习借鉴世界发达国家的先进做法,体现信息化的时代特征。全书共13章,主要包括:绪论、学校体育的发展沿革、学校体育的功能与目标、体育教学目标、体育教学内容、体育教学原则与方法、体育教学评价、体育教学设计、课外体育锻炼、课外体育训练与竞赛等。本书可作为普通高等院校体育专业教材,也适用于中小学体育教师的培训用书和教学参考书。

图书在版编目(CIP)数据

学校体育学 / 杨文轩, 张细谦, 邓星华主编. --北京: 高等教育出版社, 2016.2

ISBN 978-7-04-044488-9

I. ①学… II. ①杨… ②张… ③邓… III. ①学校体育-高等学校-教材 IV. ①G807

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 307036 号

策划编辑 范 峰

责任编辑 廖倩雯

封面设计 张申申

版式设计 童 丹

责任校对 杨凤玲

责任印制 毛斯璐

出版发行 高等教育出版社

社 址 北京市西城区德外大街 4 号

邮政编码 100120

印 刷 北京北苑印刷有限责任公司

开 本 787 mm×960 mm 1/16

印 张 22

字 数 400 千字

购书热线 010-58581118

咨询电话 400-810-0598

网 址 <http://www.hep.edu.cn>

<http://www.hep.com.cn>

网上订购 <http://www.hepmall.com.cn>

<http://www.hepmall.com>

<http://www.hepmall.cn>

版 次 2016 年 2 月第 1 版

印 次 2016 年 2 月第 1 次印刷

定 价 32.80 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

物 料 号 44488-00

前言

学校体育是我国教育事业的重要组成部分，也是我国国民体育的基础。1988年11月，当时的国家教委颁布了《全国普通高校本科专业目录》，明确把“体育理论”分化为“体育概论”、“学校体育学”等课程，从此，正式开启了《学校体育学》建设发展的历程。经过历代学校体育工作者的不懈努力和不断积淀，如今，它已形成相对稳定，具有独立特质的学科体系。随着时代的发展，尤其是我国青少年体质健康状况，对学校体育提出了许多新问题；随着《体育与健康课程标准》的实施，学校体育出现了许多新情况。为了呼应时代对学校体育提出的新诉求，本教材编委会组织了长期从事学校体育学教学和研究的中青年学者以及从事基础教育的一线体育工作者，本着体现中国特色、时代特征、学科特质的初衷，编写了这本《学校体育学》。

在本书的编写过程中，我们进行了许多新的探索与尝试，力求直接面对、回应学校体育理论与实践中的问题，教材编写主要体现如下特点：

1. 贯彻“立德树人”的指导思想，注重教材的教育性和思想性

党的十八大报告指出：“把立德树人作为教育的根本任务，培养德智体美全面发展的社会主义建设者和接班人。”立德树人的核心在于：“德”字为先，入心为要，师德为范。《学校体育学》教材的编写，强调贯彻党和国家的教育方针，促进社会主义核心价值观体系的培育，强化教材的教育性和思想性，着力于培养学生优良的专业思想和职业道德。

2. 精选教材理论知识与实践技能，着力打造教材特色

《学校体育学》教材的相关理论知识与实践工作的操作技能十分丰富，在教材编写过程中力争做到学习借鉴与改革创新相结合，精选教材内容，将学科前沿知识、中小学体育改革与发展及研究的最新成果充实到教材内容中，注重及时吸收有助于体育教师职前培养的新成果，强化打造教材的特色。

3. 学理与学用相结合，理论与实践相融通，强化教材的实用性

学理，即学科的理论体系；学用，即学科知识的运用。《教育部关于大力推进教师教育课程改革的意见》（教师〔2011〕6号）指出：“改革课程教学内容……要将优秀中小学教学案例作为教师教育课程的重要内容。”在注重学校体育学科知识体系完整性的基础上，密切关注学校体育改革与发展

的实践前沿,通过鲜活案例的呈现与剖析,达到“以案说理、学以致用”的效果,加强教材的实用性。

4. 学习借鉴发达国家的先进做法,体现信息化的时代特征

中国学校体育的缘起与发展,与西方发达国家学校体育的改革与发展存在着密切的联系。“他山之石,可以攻玉”,参照借鉴世界发达国家学校体育理论与实践的先进经验,有助于拓展学生的国际视野,有助于我国学校体育更好、更快地发展。立足于教师“用教材教”和学生“用教材学”的教材观,适当利用现代信息技术作为教与学的工具,通过二维码技术的应用,充分拓展“微课”“微视频”“优秀案例”等内容资源。

5. 注重教材内容的科学性和表述方式的规范性,强化可读性

科学性要求教材的编写要尊重科学事实,概念、观点、引文、文字表述和数据等要准确无误,引用案例要实事求是,遵循学校体育学学科理论和实践工作的发展规律。本书在致力于呈现当前普遍公认的主流观点的同时,文字表述力争做到规范。充分考虑当前体育专业学生的阅读习惯,注重文笔顺畅,表述清晰,观点明确,具有较强的可读性。

本书由杨文轩、张细谦、邓星华任主编,参与编写的人员有(以章节为序):第一章,杨文轩(广州商学院),梁立启(广东第二师范学院);第二章,鲁长芬(华中师范大学);第三章,张细谦(广东第二师范学院);第四章,陆作生(华南师范大学),徐丹(南昌大学);第五章,李卫东(广州大学);第六章,蒋新国(惠州学院),温搏(吉林体育学院);第七章,邓星华(华南师范大学),冯伟华(东莞市教育局);第八章,刘晋(深圳市教育局),于素梅(中国教育科学研究院);第九章,刘晋(深圳市教育局),于素梅(中国教育科学研究院);第十章,杨明发(西华师范大学);第十一章,史兵(陕西师范大学);第十二章,张志勇(山东师范大学);第十三章,肖建忠(广东省教育研究院)。本书由杨文轩、张细谦、邓星华负责统稿。

在本书的编写过程中,得到了国内同行的关心,并听取了他们提出的许多意见和建议,得到了高等教育出版社体育分社范峰等的大力支持以及广州商学院的帮助,在此一并表示感谢。

学校体育学的学科建设还处于持续完善之中,基础教育体育与健康课程改革也在不断深化探索中,本书的作者团队可能囿于学识水平还需要进一步提升。书中的偏颇与不足之处,欢迎读者及同行们批评指正。

杨文轩

2015年10月

郑重声明

高等教育出版社依法对本书享有专有出版权。任何未经许可的复制、销售行为均违反《中华人民共和国著作权法》，其为人将承担相应的民事责任和行政责任；构成犯罪的，将被依法追究刑事责任。为了维护市场秩序，保护读者的合法权益，避免读者误用盗版书造成不良后果，我社将配合行政执法部门和司法机关对违法犯罪的单位和个人进行严厉打击。社会各界人士如发现上述侵权行为，希望及时举报，本社将奖励举报有功人员。

反盗版举报电话 (010) 58581897 58582371 58581879

反盗版举报传真 (010) 82086060

反盗版举报邮箱 dd@hep.com.cn

通信地址 北京市西城区德外大街4号 高等教育出版社法务部

邮政编码 100120

目 录

① 第一章 绪论 1

- 第一节 学校体育学的学科地位 2
- 第二节 学习学校体育学的意义与方法 6

11 第二章 学校体育的发展沿革 ②

- 第一节 国外学校体育的起源与发展 12
- 第二节 我国学校体育的起源与发展 21

③ 第三章 学校体育的功能与目标 33

- 第一节 学校体育的功能 34
- 第二节 学校体育的时代使命 41
- 第三节 学校体育的目标 47

55 第四章 体育教学目标 ④

- 第一节 体育教学概述 56
- 第二节 体育教学目标的结构 60
- 第三节 体育教学目标的制订 67

⑤ 第五章 体育教学内容 77

- 第一节 体育教学内容概述 78
- 第二节 体育教学内容的来源 81
- 第三节 体育教学内容的选用 89

105 第六章 体育教学原则与方法

6

- | | | |
|-----|--------|-----|
| 第一节 | 体育教学原则 | 106 |
| 第二节 | 体育教学方法 | 115 |

7 第七章 体育教学评价 141

- | | | |
|-----|-----------|-----|
| 第一节 | 体育教学评价概述 | 142 |
| 第二节 | 体育教师的教学评价 | 148 |
| 第三节 | 体育学习评价 | 159 |

171 第八章 体育教学设计

8

- | | | |
|-----|-----------|-----|
| 第一节 | 体育教学设计概述 | 172 |
| 第二节 | 体育教学计划的类型 | 176 |

9 第九章 体育课 201

- | | | |
|-----|-------------|-----|
| 第一节 | 体育课的类型 | 202 |
| 第二节 | 体育课的结构 | 203 |
| 第三节 | 体育教学组织 | 207 |
| 第四节 | 体育课学法指导 | 219 |
| 第五节 | 体育课的运动负荷与密度 | 222 |
| 第六节 | 说课与模拟上课 | 226 |

237 第十章 课外体育锻炼

10

- | | | |
|-----|-----------|-----|
| 第一节 | 课外体育锻炼概述 | 238 |
| 第二节 | 课外体育锻炼的形式 | 244 |
| 第三节 | 课外体育锻炼的实施 | 252 |

11 第十一章 课外体育训练与竞赛 261

- | | | |
|-----|--------|-----|
| 第一节 | 课外体育训练 | 262 |
| 第二节 | 课外体育竞赛 | 282 |

295 第十二章 体育教师



第一节	体育教师概述	296
第二节	体育教师专业化发展	299
第三节	体育教师教育	305
第四节	教师的专业标准与资格制度	311



第十三章 学校体育管理 323

第一节	学校体育的管理体制	324
第二节	学校体育的政策法规制度	328
第三节	学校体育工作管理	335



第一章 绪论

本章提要

- 在普通高等学校体育教育专业人才培养的课程体系中，学校体育学是培养各级体育教师组织与实施学校体育工作所必需开设的一门专业基础理论课程，它对各级各类学校体育工作者尤其是体育教育专业人才的成长与发展具有重大理论意义和实用价值。
- 通过本章学习，你将了解学校体育学的建立与发展历程，明确学校体育学的研究对象，掌握学校体育学的概念，理解学校体育学的学科地位与价值，领会学校体育学作为一门专业基础理论课程的意义。



第一节 学校体育学的学科地位

1983年10月,第一本全国体育院系试用的《学校体育学》教材出版,标志着我国学校体育学开始进入自我发展的新阶段。如今,学校体育学在知识结构、理论深度、学科建设等方面都获得了新的发展,逐渐发展成为一门相对独立、趋于成熟的学科。

一、学校体育学的概念

学校体育学是研究学校体育现象,揭示学校体育运行规律,阐明学校体育工作基本原理与方法的一门学科。该学科是教育科学与体育科学相互交叉的产物,目前在我国的学科体系中还属于一门相对年轻的学科,尚处在发展阶段。

学校体育学来源于具有规律性的学校体育实践活动,它是在深入总结学校体育实践经验的基础上建立和发展起来的。学校体育是指在以学校教育为核心的环境中,通过体育与健康课、课外体育活动等途径,以增进身心健康,习得运动技能,培养体育兴趣,提高运动能力为目的的一种教育活动。它以育“体”为根本任务,在学校范围内,通过一系列有计划、有组织的身體练习活动培养学生运动能力、健康行为、体育品德三大核心素养,促进学生身心全面健康。学校体育实践活动质的规定性是学校体育区别于智育、德育、美育等其他教育活动的根本标志,同时它也为学校体育学指明了研究方向,划定了明确的研究范围,是学校体育学的学科发展起点。

学校体育是教育的重要组成部分,它与德育、智育、美育等有机统一、相互配合,促进学生的健康成长和全面发展。同时,它又是国民体育的基础,是把我国建成世界体育强国的战略重点。发展教育、振兴体育,使学校体育走上科学化、规范化的轨道,充分发挥体育在学校教育中全方位、多功能塑造高素质人才的特殊功能,以适应社会发展的需要,是教育界和体育界不断探索的课题。随着社会的进步,现代科技的发展以及体育科学研究的不断深入,我国突破了体育观的单一生物观念,向着生物、心理和社会三维体育观转变,从而引起学校体育认识上的巨大变化,体育的功能被不断地认识与开发,学校体育已不仅仅局限于生物价值,而与教育、社会、心理、文化、竞技、娱乐、健康和现代生活有着密切联系,^①这使学校体育与德育、

^① 李祥. 学校体育学 [M]. 北京: 高等教育出版社, 2001: 17.

智育、美育等教育元素,乃至与政治、经济、文化等社会元素之间的关系表现得更加错综复杂,但它们之间复杂的关系在很大程度上又丰富了学校体育学的研究内容,推动着学校体育学内容的丰富和发展。

二、学校体育学的研究对象

任何一门学科的形成都是从它明确自己的研究对象为出发点的,学校体育学能否作为一门独立的学科,其根本条件之一就是有无明确的、区别于其他学科的特定的研究对象,解答其他学科不予解答的特有问题。^①

系统规范的学校体育实践活动有利于学生身心健康的全面发展。学生通过小学、初中、高中和大学等不同阶段的体育教学、课外体育锻炼、课余训练和运动竞赛,学习和掌握体育与健康的基本知识、技能和方法。发展体能,培养终身体育的意识和能力,养成健全人格,是一切学校体育活动的总目标。学校体育学围绕学校体育的总体目标,研究和分析与学校体育相关的因素,阐明体育教学、课外体育锻炼、课余训练和运动竞赛的特点、规律、原理、方法、组织与评价等有关理论知识和方法,揭示学校体育的运行规律及工作原理,以指导学校体育的各种实践活动。

当前,学校体育学需要面对的问题主要集中在4个领域。

体育教学:体育教学是学校体育的重要内容,是学校体育理论形成的基础。它从体育教学过程中教与学的规律和特点出发,运用辩证唯物主义的观点,确立“以学生为本”的理念,结合教育学、生理学、心理学、社会学等学科的理论 and 知识,主要阐述体育教学的目标、功能、过程、原则、方法、内容、组织、评价等有关问题的理论和方法。掌握学校体育教学理论,形成运用该理论知识解决学校体育教学实际问题的能力,是学校体育学课程的主要目标。^②

课外体育:从学校教育、体育的规律和特点出发,根据学生年龄特征和学校实际情况,主要阐述学校大众性体育活动、课余体育训练、课余体育竞赛等问题的理论和方法。学生课余体育训练和竞赛活动是学校体育的组成部分,对于提高学生的体质健康水平,活跃学生的课余文化生活,促进学校体育工作的开展,发展部分学生的特长,为国家培养体育人才具有积极意义。

学校体育教研:从提高体育教师素质,促进学校体育改革,全面提高学

① 潘绍伟.关于学校体育学研究对象的思考[J].体育与科学,1994(6):40-41.

② 宋会君.学校体育学课程内容的完善与优化研究[J].北京体育大学学报,2003,26(5):659-660.



校体育工作质量出发,根据学校体育工作需要与可能,开展体育教学研究。主要阐述学校体育教学研究和体育科学研究等有关问题的理论和方法,以及提升体育教师教学、科研技能的方法。鼓励学习者用研究者的眼光审视和分析教学理论和教学实践中的各种问题,并对出现的问题及时进行分析、研究,总结经验,以便形成规律性的认识。

学校体育管理:学校体育管理是提高学校体育工作质量与效率的保障,它从加强领导、健全运行机制、提高学校体育工作质量出发,根据现代管理理论,结合学校实际情况,主要阐述学校体育的组织体制、管理、评估等有关问题的理论和方法。

学校体育学的研究对象是体育教学、课外体育、体育教研、体育管理4个领域运行过程中的各种现象及规律。学校体育学要研究的学校体育现象很多,其中最主要的还是各级各类学校体育运行过程中对受教育者所产生的各种有形与无形、物质与精神、生理与心理的各种变化,即通过体育教学、课外体育锻炼、课余训练和运动竞赛等活动,激发学生的体育兴趣,引导学生掌握和运用体育与健康的基础知识、基本技能和方法,增强学生的体能,培养学生坚强的意志品质、合作精神和交往能力,为学生终身参加体育锻炼奠定基础,促进学生全面发展和形成健全人格。

三、学校体育学的独立与发展

学校体育学作为一门相对独立的学科,它的发展经历了一个曲折的过程,遵循着学科发展的一般性规律:从最初依附于体育理论到发展成为一门相对独立的学科并逐渐形成比较完整的体系。

1988年11月,国家教委颁布、执行的《全国普通高等学校本科体育专业目录》中,明确规定将体育理论课程分为体育概论和学校体育学等课程,并将学校体育学列为体育教育专业的一门主要课程,正式确定学校体育学课程在体育教育专业人才培养方案中的地位,并明确其目标。从原体育理论课程中分化出来的学校体育学课程,是学校体育学这门学科的现实载体和表现形式,是培养各级体育师资、组织与实施学校体育工作所必需开设的一门专业基础理论课程,它为培养社会主义现代化建设需要的体育专门人才而服务。

目前,学校体育学经过30多年的学科课程建设,在教材体系、知识结构、理论深度及引进相关最新理论、研究成果等方面都有新的发展。它作为高等院校体育教育专业的一门必修课程和主干课程,将为体育教育复合型人才培养发挥重要作用。



21 世纪的学校体育在“健康第一”思想的指导下实施了一系列重大改革,指导思想、体育教学理念、教学目标、教学内容、教学方法、教学模式、评价理念和体系都产生了重大变化,这些变化无疑对推动学校体育的科学理论与实践发展具有重要的历史性意义。作为一门体现学科发展特征的专业课程,学校体育学在理论与实践努力保持与基础教育体育与健康课程改革的目标和内容相适应、与体育教师专业化发展要求相适应、与学校体育学科相关理论的成熟与发展相适应,为培养社会需要的各级学校体育教师做出贡献。

21 世纪的学校体育学分化出一些新的研究领域,如体育教学方法论、体育教学技能论、体育教材论、体育学习理论、学生体质测量等,这些分支学科已经有了具体的研究对象和研究方法以及独立的学科理论框架和特有的研究角度,确立了学科的特质,拥有了一定规模的研究群体,积累了相当数量的研究成果,学科发展趋于成熟;学校体育学为了适应学科交叉的趋势,与其他学科领域融合发展,产生了一批新的分支学科,如学校体育管理学、学校体育文化学等。由此,学校体育学学科内部分化出很多分支学科,这些分支学科在逐渐走向成熟的过程中构筑了一个具有系统性、整体性、协同性的学校体育学科群。



► 扫一扫
关注拓展资源

四、学校体育学的学科定位

学校体育学是体育科学与教育科学交叉的一门新兴学科,在我国,目前还处在创建与发展阶段,^① 经过我国学校体育工作者长期实践,在辩证唯物主义和历史唯物主义理论的指导下,广泛地运用教育科学、体育科学相关学科的理论知识,并以这些学科知识与原理作为建设与发展学校体育学内容与方法论的依据,在实践中不断改革、不断总结,汲取其他国家学校体育的先进经验,充实和发展了该学科。

学校体育学是一门独立的学科。它具有专门的研究对象——学校体育,并且为相关学科提出“学校体育问题”。学校体育学以“人”为对象,以人的身体运动为逻辑起点,^② 针对“学校体育问题”形成了自身特有的学科知识和理论体系,包括学校体育的基本原理、本质特征、价值功能、目标任务以及与之相关的各种矛盾关系;学校体育发展的历史、现状及其内在规律;学校体育课程与教学的设计、实施与评价;体育教师的职业特征、要求及其

① 金钦昌. 学校体育学 [M]. 北京: 高等教育出版社, 1994: 3~4.

② 杨文轩. 体育学科体系重新构建刍议 [J]. 天津体育学院学报, 2009, 24 (4): 277~280.



职业素养等。它与运动竞技学、健身休闲学一样具有相对稳定的、并具有独立性和综合性的学科体系。

学校体育学的独立地位是相对的。学科即是一定知识范畴的逻辑体系,具有系统性和整体性。^①以学科标准衡量一门学科的独立地位,其关键更在于它是否形成了独特的概念系统,即该学科的术语体系是否形成。而学校体育学刚从体育理论中分化出来,短时间内还没有很好地解决当前学校体育学科中几个层面的概念及关系问题,还没有形成系统的、认可度高的学科语言,在很大程度上制约了学校体育学科的独立与成熟。此外,相对于庞大、成熟的教育学科和体育学科,学校体育学还较为年轻,尚处于快速发展阶段。因此,从当前的态势分析,只能承认学校体育学是一门相对独立的学科。但从学校体育发展的趋势看,这门学科终究会走向成熟。

第二节 学习学校体育学的意义与方法

学校体育学是培养各级体育教师组织与实施学校体育工作所必需开设的一门专业基础理论课程,它对各级各类学校体育工作者尤其是体育教育专业人才的成长与发展具有重大而深远的意义。

一、学习学校体育学的意义

(一) 有助于体育专业人才形成正确的教育价值观

通过学校体育学课程的学习,使学习者明确当前学校体育增强学生体质,促进学生身心健康发展这一根本任务,促进学生在运动能力、健康行为、体育品德三大核心素养方面的协调和全面发展的重要作用,认识到学校体育在社会主义合格人才培养中的战略地位,从而促使广大学校体育工作者明确自身肩负的使命和责任,自觉树立“立德树人”的理念,立志成为一名具有良好的职业道德,为人师表,忠诚于人民教育事业的学校体育工作者,为培养适应社会主义现代化建设需要的各类合格人才做出应有贡献。

(二) 有助于提高体育专业人才从事学校体育实践活动的理论水平

学校体育学是学校体育工作的经验总结、认识深化和理论升华,通过学习,有助于学校体育工作者提高认识,强化自我反思能力,从而积极探索并更好地把握学校体育理论知识,拓宽学校体育工作的新视野;有助于学校体育工作者在学校体育理论指导下,把握学校体育的规律,科学地指导体育实

① 宣勇,凌健.“学科”考辨[J].高等教育研究,2006,27(4):18~23.

践,提高对学校体育工作的前瞻性和宏观把握能力。

(三) 有助于培养体育专业人才开展学校体育工作的实践技能

学校体育学以先进的教育教学理论为指导,向学生传授体育教学的基本规律、教学原则、教学方法、教学设计、组织实施、教学评价等实践性较强的知识,引导学生密切关注学校体育改革与发展的实践前沿,通过分析、讨论、思考鲜活的教学案例,提高学生的语言表达能力、逻辑思维能力、驾驭教材能力,培养学生的问题意识、现实情怀、创新精神,培养学生运用相关理论和方法分析与解决体育运动中的问题,尤其是学校体育实践问题的实际能力,学以致用,做到学理与学用相结合。通过对学校体育学的学习,有助于培养学习者在体育教学、课外体育锻炼、训练与竞赛等方面的实践指导技能和组织管理能力。

二、学习学校体育学的目标

在学校体育学课程的学习中,要结合专业人才培养目标和规格要求,密切联系当前我国学校体育改革与发展的实际需要,全面掌握开展学校体育工作的基本知识、技能和方法,以及基本具备运用这些知识和技能从事学校体育工作的能力。

第一,从思想上正确认识学校体育在教育、体育中的地位和作用,具备体育教师的政治、业务素质,树立体育教师应该具备的职业操守与师德规范;遵循“立德树人”的理念,能贯彻党和国家的教育方针政策。

第二,全面、系统地学习并掌握学校体育教学、课外体育锻炼、课余体育训练和竞赛的基本理论与方法,初步具备编制与实施体育课教学、训练计划、竞赛方案的基本能力;初步掌握开展学校体育科学研究,进行学校体育管理及社会体育指导等工作的基本知识、方法,并能开展相关工作。

第三,理论联系实际,强化实践环节,重视自学、课堂讨论、课后作业、教学观摩、教育实习、实地调查等教学实践活动,在实践活动中锻炼运用理论指导学校体育工作的实践能力,提高独立思考、分析与解决问题的能力。

三、学习学校体育学的方法

“学校体育学”是一门理论性与实用性较强的学科,在教学过程中,应大力提倡在教师引导下的自主学习活动,培养学生的问题意识和操作能力。具体做法如下:(1)在教师引导下,认真学习学校体育基础理论,积极参加课堂讨论和实践作业,善于提问,善于独立思考,努力钻研业务,夯实专



► 扫一扫
关注拓展资源



业基础理论水平；(2) 提高辩证分析问题和解决问题的能力，善于用普遍联系的、发展变化的观点去学习研究和理解各个时期学校体育的现象与特征；(3) 主动学习其他学科的知识、原理和方法，主动学习国内外先进的学校体育理论和实践手段，不断优化自己的知识结构，提升专业理论水平；(4) 准确把握学校体育运行的基本规律，自觉运用理论指导学校体育实践工作。

在学习“学校体育学”这门课程时，学习者可以根据自身的学习能力和水平，依据各章学习目标的提示，借助丰富的网络学习资源，与同伴合作，应用自我导向学习法、网络在线学习法，理论结合实际，学习、循证学校体育基本知识和实践方法。

(一) 强调自我导向的学习方式

该方法是一种特殊的自主学习方式，它是指在学习者独立性、自觉性和批判性思维的指导下，自觉确立学习目标，拟订学习计划，寻找学习资源，从事学习活动，评价学习结果的过程。学习者可以在教师的引导下，根据各章导言的提示，确立明确的学习目标和学习任务，准确地把握各章节提及的重要知识点，运用自觉思维和发散思维，独立从事高效学习，提升学习品质；关注学校体育的现实状况，提高观察能力和思维能力，努力使自己成为“有责任感的学习者”。

(二) 利用网络在线学习

本书各章节设有二维码，内含丰富的学习资源，学习者只需以通过手机扫描二维码的方式，便能够结合课堂教学重点，自主查找学习资源，浏览相关知识。此外，学习者还可以利用“慕课”平台，根据自己的学习兴趣，搜索、浏览与本课程相关的视频资料，并利用系统平台随时与教师进行交流，接受教师反馈的学习建议、解答学习过程中出现的疑难问题等。也可利用互联网资源，进一步拓展有关学校体育学方面的知识。

(三) 拓展学习、体验空间

学校体育理论是在学校体育实践活动中反复探索形成的，学习本课程需要充分关注学校体育实践活动，从课堂教学内容出发，联系学校体育实践活动，积极回答和主动应对当前学校体育实践活动中出现的各种问题，并在实践活动中提升学校体育的工作技能。



尝试与体验

1. 通过本章的学习，掌握学校体育学的概念、研究对象及根本任务，