



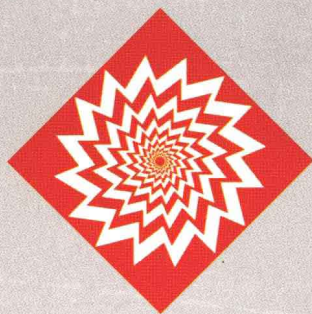
高等师范院校教师教育系列教材

教育部陕西师范大学基础教育课程研究中心组织编写

总主编 赵 彬 副总主编 党怀兴 张迎春 石 云

中学体育与健康 教材研究与教学设计

■史 兵 主编



陕西师范大学出版总社有限公司



高等师范院校教师教育系列教材

教育部陕西师范大学基础教育课程研究中心组织编写

总主编 赵 彬 副总主编 党怀兴 张迎春 石 云

中学体育与健康 教材研究与教学设计

主 编 史 兵

副主编 杨小帆 刘 峰

陕西师范大学出版总社有限公司

图书代号 JC11N0018

图书在版编目(CIP)数据

中学体育与健康教材研究与教学设计/史兵主编. —西安:陕西师范大学出版总社有限公司, 2011. 1

ISBN 978 - 7 - 5613 - 5435 - 3

I. ①中… II. ①史… III. ①体育课 - 教学研究 - 中学 - 师范大学 - 教材 ②体育课 - 课程设计 - 中学 - 师范大学 - 教材 ③健康教育 - 教学研究 - 中学 - 师范大学 - 教材 ④健康教育 - 课程设计 - 中学 - 师范大学 - 教材 IV. ①G633. 962

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 001402 号

中学体育与健康教材研究与教学设计

主 编 / 史 兵
责任编辑 / 王艳丽
责任校对 / 王 颖
封面设计 / 鼎新设计
出版发行 / 陕西师范大学出版总社有限公司
(西安市长安南路 199 号 邮编 710062)
网 址 / <http://www.snupg.com>
经 销 / 新华书店
印 刷 / 潼关县印刷厂
开 本 / 787mm × 1092mm 1/16
印 张 / 16.25
字 数 / 319 千
版 次 / 2011 年 2 月第 1 版
印 次 / 2011 年 2 月第 1 次印刷
书 号 / ISBN 978 - 7 - 5613 - 5435 - 3
定 价 / 29.00 元

读者购书、书店添货或发现印刷装订问题,请与本社高教出版分社联系、调换。

电 话:(029)85303622(传真) 85307864

序

教育承载着民族的未来,教师教育承载着教育的未来。为国家、为民族培养高水平、高素质的教师是教师教育工作者的神圣职责。近十年来,我国基础教育课程改革所倡导的教育新理念、教学新方式动摇了传统教育所习惯的以教师为中心,以分数为导向的局面,促使教育工作者重新思考教育的本质。新课程在力图改变学生学习方式的同时,对教师职业的专业化提出了更高的要求,不断提高教师的专业化水平,大幅度增加高水平、高素质教师的供给成为解决当今我国基础教育诸多问题的关键。与之相应,我国教师教育正在经历一场变革,教师培养的本科化、专业化和开放式格局正在形成。2007年启动的,以培养优秀教师和未来教育家为目标的部属师范大学师范生公费教育就是为了适应这一变革而做的一种尝试,一种示范,一种引领。

引领和服务基础教育是高水平师范大学肩负的社会责任。作为国家“211工程”重点建设、教育部直属师范大学,陕西师范大学多年来自觉投入基础教育课程改革,一批专家学者深入基层,走进中小学,研究课程、研究课堂,传播教育新理念,推行教学新方式,为基础教育课程改革作出了积极的贡献。在实践中,越来越认识到一个地区、一个学校新课程理念的贯彻和基础教育课程改革目标的实现,最终取决于是否拥有一支能够不断学习、不断自我发展的教师队伍。

基于这些考虑,我校基础教育课程中心组织校内16个院系的20余位关心课改、支持课改、研究课改,富有教师教育经验的专家学者,就基础教育课程改革背景下的当代教师教育进行专题研究,提出建立教师教育模块课程新体系。在此基础上编写一套适应教育发展,适应师范专业教育要求,适应基础教育课程改革的系列教材,以期切实提高教师教育的质量。在深入分析国内相关教材的基础上,专家们认为在新的教师教育模块体系中,《学科教材研究与教学设计》对学生从教能力的培养具有至关重要的作用。在这方面,尽管国内外有一些相关研究,但缺少系统性,教材建设至今也为空白。因此,在研究课程、创造课程的基础上,编写一套能够将创新教师教育与基础教育课程改革密切结合,将现代教育理论与教育实践密切结合,将教师教育最新研究成果与师范生从

教能力提高密切结合的系列教材,就成为我国高师院校教师教育发展的现实需要,也成为了我校教师教育课程建设的重要内容。

经过大家的共同努力,这套教材具备了以下几个鲜明的特点。

1. 突出教师教育的创新性。著名课程专家 John D. Mcneil 在《课程:教师的创新》一书中讲到:“社会的变革与时代的新的需求必然会导致对整个现行的教育、教学系统范式的反思以及由重点关注人才的选拔与分类的教育体制转变为重点关注学习,即关注如何帮助每一个人发掘自己的潜力。”针对新世纪以来我国基础教育实施新课程、关注学生素质提高、关注学生全面发展的实际,这套教材力求将现代教育理论、基础教育新理念、新课标、新方法融入到师范生培养和教师教育的教学实践。这套教材的共性就是通过帮助师范生学会研究教材、学会教学设计来树立他们的育人新理念,也力图通过课程内容的创新,促进师范生教学能力和基础教育教学质量的提高。

2. 突出教师教育的前瞻性。培养有较强学习能力、有宽广视野和丰富创造性的新型教师既是基础教育发展的需要,也是开展教师教育课程研究的目标。各学科教材研究和教学设计的编写,始终围绕基础教育新课程实施。通过探索,促使师范生在教学内容,教学方式等方面掌握教材研究、教学设计所需要的基本理论和实践能力,为在未来教学实践中创造课程奠定基础。

3. 突出开展微观层面的教育研究。《学科教材研究与教学设计》系列教材注意从微观层面解决教师教育质量提高中的具体问题。2009年9月4日,温家宝总理在北京35中深入课堂,连续听课5节,并进行现场评课成为当今关注课堂教学实践,进行微观层面教育教学研究的榜样。毋庸置疑,学校和课堂是教育发生的主要场所,课堂教学的效率直接关系到人才培养的质量。因此,研究教材、研究教学、关注课堂教育细节是进行高水平教育的关键。对此,我们确实需要有一批热爱教育、富有责任心的教育专家改变研究习惯,深入教学实际,从微观层面开展富有针对性的教育教学研究,本系列教材的编写出版正是我校学科教学论教师多年深入实际、坚持微观层面教育教学研究成果的结晶。

4. 突出教师教育的实践性。学会研究教材、学会教学设计是对教师专业能力要求的重要组成部分,也是提高教师教育质量必需关注的内容。通过课程实施和教材学习,可以促进把学科课程和教学问题放在更宽广的背景中加以思考和审视,还可以使学生在教学组织、教学研究的学习中提高教学实践能力。本系列教材的编写特别注意了教材研

究和具体教学设计案例的呈现和分析,并注意与基础教育新教材的密切结合,借以提高对课程教学的指导作用。

5. 突出优势教育资源的应用。本系列教材编写注意发挥了陕西师范大学教师教育学科相对齐全、师资力量比较雄厚的优势,特别强调了将长期投身基础教育课程改革、服务基础教育的校内专家学者的经验心得融入各学科的《教材研究与教学设计》中,将集体智慧与学科特点结合,努力使之成为教师教育的精品教材,以此促进优秀教师的培养,推进基础教育的改革与发展。

《学科教材研究与教学设计》的编写体现了现代教育教学理论对基础教育课程、教材研究的指导,密切了理论与实践的关系。这套教材的编写过程是编者们将现代教育理论应用于教师教育实践的探索过程,也是他们倾听学生呼声,回应教育变革,研究开发课程资源的过程。相信通过这门课程的开设和教材的运用,师范专业学生对现代教育理论的掌握,对教育教学实践的理解将会得到切实加强。不仅如此,这套教材的编写还促进了我校学科教学论教师的专业发展,促进了不同学科教学论教师的交流与合作。这些改变对于提高我校教师教育水平,彰显教师教育办学特色都具有重要的意义。

教育的功能在于对人潜能的发掘,教师的质量在于对教育功能的彰显,教师教育的目的就是要培养优秀的教师,保障高水准的基础教育。因此,教师教育责任重大。希望这套教材的出版有助于推动我国教师教育与基础教育的改革与发展,以此为国家发展、社会进步、民族复兴做出贡献。

出版之际,是为序。

房 喻

2010年10月30日于陕西师范大学长安校区

目录

CONTENTS

第一章 体育与健康教材分析

- 第一节 体育与健康教材分析的内容····· (1)
- 第二节 体育与健康教材分析····· (7)
- 第三节 体育与健康教材的处理····· (12)

第二章 体育与健康教学设计

- 第一节 体育与健康教学设计的基本理论····· (16)
- 第二节 体育教学设计的程序····· (20)
- 第三节 体育教学设计方案撰写····· (33)

第三章 健康教育

- 第一节 健康教育你我他····· (40)
- 第二节 身体健康····· (41)
- 第三节 心理健康····· (50)
- 第四节 社会适应····· (53)
- 第五节 奥林匹克运动····· (61)

第四章 田径类教材研究与教学设计

- 第一节 源远流长的田径运动····· (64)
- 第二节 跑 步····· (67)
- 第三节 跳 跃····· (79)
- 第四节 投 掷····· (84)
- 第五节 定向运动····· (89)

第五章 球类教材研究与教学设计

- 第一节 篮 球····· (94)
- 第二节 排 球····· (111)

第三节 足 球	(126)
---------	-------

第四节 乒乓球	(139)
---------	-------

第六章 体操类教材研究与教学设计

第一节 认识体操运动	(156)
------------	-------

第二节 竞技体操	(159)
----------	-------

第三节 健美操	(165)
---------	-------

第七章 民族传统体育教材研究与教学设计

第一节 武术套路	(176)
----------	-------

第二节 散 打	(183)
---------	-------

第三节 导引养生术	(187)
-----------	-------

第八章 游泳运动教材研究与教学设计

第一节 游泳运动概述	(195)
------------	-------

第二节 熟悉水性	(199)
----------	-------

第三节 蛙泳技术的学习	(201)
-------------	-------

第四节 自由泳技术的学习	(204)
--------------	-------

第五节 安全教育与救生	(208)
-------------	-------

第九章 新兴体育类教材分析与教学设计

第一节 新兴体育运动概述	(212)
--------------	-------

第二节 新兴体育项目教材分析与设计例举	(213)
---------------------	-------

第十章 乡土体育类教材的开发与教学设计

第一节 花样踢毽子	(234)
-----------	-------

第二节 竹竿舞	(237)
---------	-------

第三节 舞 狮	(237)
---------	-------

第四节 扭秧歌	(239)
---------	-------

第五节 打腰鼓	(241)
---------	-------

参考文献	(244)
------	-------

后 记	(249)
-----	-------

第一章

体育与健康教材分析

【本章导读】

《体育与健康》课程标准以目标统领内容,没有规定具体的教学内容以及教学方法,要求教师根据课程标准的理念和要求,自己选择适合学生发展的教学内容,这为基层教师留下了很大的空间。但在实践中出现了教师对课程标准误读,教育目标误判的现象。所以,能否准确理解、把握基础教育改革的精髓,将是《体育与健康》新课程实施的关键环节。新课程顺利实施的第一步就是要对教材进行有针对性的选择、科学系统地分析、深入细致地研究、正确实效地处理。关注体育教师教材分析能力的培养和优化,将是体育教师专业化发展的基本要求,是推进基础教育课程改革继续深化的重要保障。

体育与健康教材分析的概念、依据和原则
体育与健康教材分析的内容和方法
体育与健康教材分析步骤
体育与健康教材处理

【学习要求】

通过本章学习,理解《体育与健康》教材分析的概念、依据和原则,明确中学教材选择和分析的主要内容和方法、掌握教材分析的具体步骤,培养学生对教材的处理能力。

第一节 体育与健康教材分析的内容

一、体育与健康教材分析的含义

教材是课程的载体,是课程内容的物化形式,是学生学习中接受知识信息最主要最基本的源泉。教材必须体现和落实课程标准,必须为课程目的和任务的实现服务。在《体育与健康》课程实施过程中,要求体育教师根据课程标准和学生实际选择适当的教材,从课程的“忠实执行者”转变为课程的“参与者”、“设计者”,这对体育教师的教育教学能力提出了更

高的要求。要完成角色的转变,要求教师应具备扎实而又丰富的专业知识、技能,娴熟的传授技能,具备有针对性地选择教材、科学系统地分析教材、深入细致地研究教材、正确有效地处理教材的能力。教材分析和处理是备课的核心环节,是教学设计的前提和基础,是制订合理有效的教学方案的关键步骤,教材分析的深度和广度,对体育与健康教学质量和教学效果有着重要的影响。

分析教材是教师在教学中驾驭教材最关键的一步,所谓教材分析是指教师按照课程标准的要求,通过通读教材,熟悉教材的基本内容、知识的编排体系、领会教材编写内容的过程。教材分析遵循的是一条“整体——部分——整体”的思维路线,即从教材的整体出发,分解并分析它的各个部分,然后再回到整体上来,从而得到一个既洞悉本质又联结现象的完整认识。

《体育与健康》教材分析就是体育教师在课前依据体育与健康课程理念、课程标准和学生的实际对体育教材进行分类、整合,选择有针对性的学习内容,对课程的思路进行整理和剖析,将教材分成简单的不同的组成部分,发现彼此之间的联系,并进一步制定教材处理方案的过程。通过教材分析,要了解体育教学的基本要求,把握该教材的教学目的、技术特点、教学环节、教学重点、难点,纠错标准等。在此基础上,再根据学生的学习情况,选择恰当的教学方法与手段,做出可行的教学方案。因此,体育与健康教材分析不仅要明确各教材的重点、难点以及突出重点,克服难点的方法,还要找准教材中对教学质量和教学效果起重要作用的关键点。

二、体育与健康教材分析的依据

分析体育与健康教材应依据以下几个方面的条件:

1. 依据体育教育理念

“健康第一”已经成为教育的基本理念,应从健康的多维角度分析教材,力图构建技能、认知、情感、行为等有机结合的课程结构,融合与学生身心发展密切相关的体育与健康知识、技能和方法,关注学生健康意识和良好生活方式的形成,培养学生健康的意识和体魄。

2. 依据《体育与健康课程标准》

《体育与健康课程标准》是体育教育的根本性文件,教师应充分学习和领会,将其思想应用到教材分析之中。按照课标体系即:课程目标、领域目标和水平目标来研究教材(图1-1)。

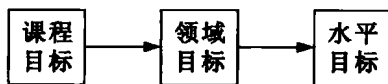


图 1-1

3. 依据教材的特性

高中体育与健康课程把整个课程内容分为健康教育系列、田径类系列、球类系列、民族传统类系列、冰上和水上系列、体操类系列、新兴项目 7 个系列(图 1-2),每一个系列中又有各自的内容体系,体育教材中每一类教学内容有其共同的特点,但也有各自独特的特性,所以在教材分析前首先要了解教材的本质,有针对性地进行分析,如田径类教材就可以根据项目分得很细致,而武术类教材就不用分析每个动作方法,而是将教学内容整体考虑,依照教学的整体要求进行具体动作的教学。

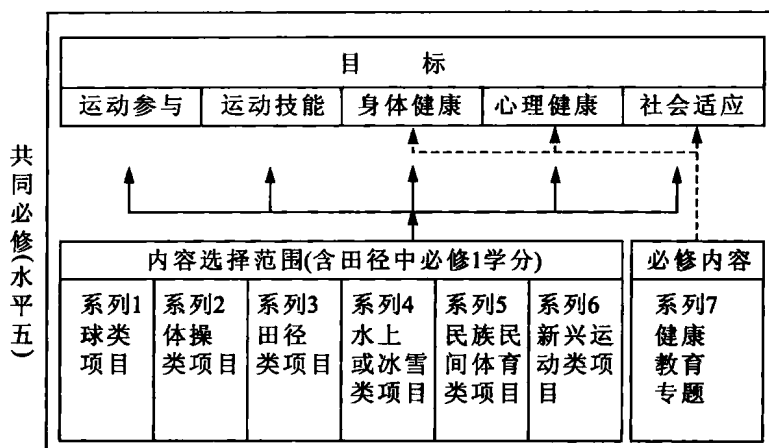


图 1-2 高中体育与健康课程内容标准的框架结构图

4. 依据学生的学情

建立“生本教育”基本思想,强调学生的主体性,充分“认知”学生,从分析学习者的起始状态出发。构建包括起点能力诊断、个人“生活概念”的分析以及认知方式的分析等方面。教材分析首先要根据学生身心发展和体育学习的特点,关注学生的个体差异和不同需求,爱护学生的好奇心、求知欲,充分激发学生的自主意识和进取精神,倡导自主、合作、探究的学习方式,努力提高学生的体育素养。此外,分析和处理教材必须密切联系学生的现实生活,并从中汲取丰富的教育养料,正如陶行知说的:“生活即教育”。同时,要把教材处理成有利于学生体验教育生活的生动活泼的内容。如何了解学生的学习需求,如何把不同层次学生的已有发展水平与教材结合,如何加强学年之间知识的连贯性,是教材分析要研究的问题。

5. 依据地方学校的人文、地理环境

在进行体育教学时,要重视在体育课程中进行体育文化与体育精神培养的教学思想与方法的应用。体育精神培养的教学策略是分析教材特点,充分挖掘教材的潜在价值,提炼出体育精神教育的细化内容,并依靠教师高超的教育智慧和精湛的教学技能,生动形象、灵活机智地因材施教。体育精神培养的关键因素一是体育教师的体育文化知识水平与教育能力;二是地方人文、地理环境资源的充分开发与应用。所以教师在教材分析过程中要充分

依托本地方的人文地理资源,来拓展教材的教育功能。

6. 依据教师的能力

教师教育教学能力又称为教师职业能力,是指从事教师职业所必须具备的特殊能力。在新课程条件下,教师必须做到与时俱进,不断进取。在实践中不断对自己的教育教学进行自省,对自己的知识和经验进行重组,不断提高教育教学能力。职业成熟期的体育教师除了传统的职业素质、技能外,还必须拥有:学习能力、教研能力、充分利用课程资源的能力等。但体育教师在现实教学中要明确自己的教育教学能力水平的高低,满足新内容、新方法、新手段、新过程的要求,不能不切合实际的一味图新,这样反而会影响教学效果。

三、体育与健康教材分析的基本原则

1. 目的性原则

目的性原则指在对体育教材的分析过程中,依据“健康第一”的体育教学指导思想,有目的的分析教材,为培养全面发展的人才提供保障。

教育的目的是促进人的全面发展,既注重知识技能的提高,也注重身体成长、情感教育价值观的形成。贯彻教材分析的目的性原则,就应当把教材分析的着眼点放在提高全体学生素质,既要分析教材中的基本知识、基本技能和有效的思想方法与研究方法等智力因素,也要分析教材中有利于培养学生思想品质、情感、意志、性格、理想等非智力因素。

2. 整体性原则

整体性原则是指在对体育教材分析的过程中不能孤立的、片面的理解每一个教材,而是要利用系统论的观点,将每一个教材放在整个教材体系中进行完整的分析,抓住教材之间的内在联系和教学的衔接点,从而得出全面、系统的分析结果。

体育教材是由处在一定相互联系中的基本概念、规律、知识、实践技能等按一定的结构组成的系统。体育教师要对每一个教材,甚至每一节体育课的教材有一个宏观性的认识和把握,把每节课当成教学的一个组成部分,从整体和局部两方面入手,分析该教材在整个教材体系中的地位与作用,以及各教材之间的衔接点,再进一步设计一系列教学活动。

3. 以人为本原则

体育教材分析过程中要以学生发展为中心,在全面分析学生的基础上,充分开发教材中能激发和调动学生的主动性、积极性、创造性的内容。

充分了解学生,尊重学生,建立平等、民主、和谐的课堂氛围,促进学生的全面发展。此外,要注重从学生的身心发展水平出发,丰富教材的内容、层次,提高教材选择的灵活性,让所有的学生能体会到积极参与体育活动的意义,自主地参与活动,体会体育活动中获得的快乐,从中尝试到锻炼的愉快,竞争的刺激,合作的欢乐,体验到勇敢与顽强、胜利与失败、挫折与勇气、拼搏与成功带来的兴奋和快乐,同时获得参与的满足感。并能根据自己的身体素质及能力,自主地参加学习和锻炼,各取所需,各尽所能,充分体现以人为本的原则。

4. 实用性原则

实用性原则是指体育教材分析中要结合学校实际、教学实际、学生实际,选择有针对性的教材内容和分析思路,最终选择切实可行的实施路径。

每一个学校都有自己的教学资源实际,地方人文、地理环境实际,体育教师自身的教学能力和学生的体育学习能力也存在很大差异。在进行教材的分析时要贯彻实用性原则,充分考虑这些客观因素的影响,既要了解教师对学生的适应,还要了解学生对教师的适应和对场地器材以及天气条件的适应,做到教师与学生,人与自然的和谐发展。

5. 创新性原则

创新性原则是指在体育教材分析过程中不光要发掘体育教材故有的知识体系,还要挖掘教材的深层内涵与相互联系,并依据现实条件进行有效革新,形成具有特色的分析体系。

在进行教材分析时,既要做到巩固即有分析体系,又要大胆创新,对不同类型和不同特点的教材,要采用不同的分析与选择方法,不能教条地采用一种固定的模式。但创新不是盲目的创新,还要考虑不同场地器材条件和天气、气候因素对体育教学内容的影响,在结合当地的条件的同时大胆进行创新,做到与时俱进。

四、体育与健康教材内容的选择

中学体育教学是将为了实现体育教学目标而把一些必要的体育项目的各种运动动作和有关体育的基础知识、卫生保健知识等作为主要内容的。是体育教学的指导性文件和体育教学的依据。

1. 中学体育与健康教材内容的构成

体育与健康教材内容主要分为体育与健康理论知识内容和体育与健康实践内容。

(1) 体育与健康理论知识内容

体育与健康理论内容主要包括对健康知识教育和对健康行为的教育。

健康知识教育主要有中学体育与健康课程的教学目标;身体健康、心理健康、社会适应良好的基本理念等内容。使学生掌握健康的基础知识,重在培养学生的体育文化素质,提高其积极、主动参加体育锻炼的自觉性,学会科学地指导身体锻炼,养成锻炼身体的习惯,从而提高锻炼效果并为学生终身从事体育锻炼打下基础。

健康行为的教育主要有中学生身体健康、心理健康、社会适应良好的形成方法;中学生的自我健身与监督评价;终身体育锻炼的方法、技能等。通过对学生进行健康行为的教育,使学生建立整体健康观念,确立顽强向上的人生态度,提高人的生命和生命质量,使生命的存在向着健康、和谐、乐观、完美的境界发展。

(2) 体育与健康实践内容

中学体育与健康实践内容主要包括田径运动、体操运动、球类运动、民族民间体育运动、冰上或水上运动、新兴体育运动。学校体育实践教学内容应以生动活泼、丰富多彩的形式开

展,以激发学生的学习动机为前提,通过教学,培养学生体育锻炼的兴趣、能力和锻炼习惯。本教材依据人民教育出版社出版的全日制普通高级中学教科书《体育与健康》全一册来选择教材分析的内容,整个教材内容安排如下:

①田径类教材主要内容有:快速跑、耐久跑、跨栏跑、接力跑;跳高、跳远(女)、三级跳(男)、提高弹跳力的各种跳跃运动;推铅球、掷实心球、掷物品增加上下肢力量的辅助练习等,还有定向越野教学内容。

②体操类教材主要内容有:

a. 基本体操教材:队列和体操队形、成套徒手操、广播体操、持轻器械体操、负重搬运和角力等内容。

b. 技巧:滚动、滚翻、倒立、平衡等动作。

c. 支撑跳跃:一般跳跃、分腿腾跃(男)、侧腾越(女)等。

d. 单杠教材:单杠的基本握法、悬垂、摆动和支撑为重点的基本技术和基本姿势教育为主要内容,并发展学生身体素质。

e. 双杠教材:基本握法,各种支撑、移行和屈伸为重点的基本技术和基本姿势教育为主要内容,简单的上法、套路和安全落地的下法。

f. 游戏教材:智力游戏、活动性游戏、竞技性游戏、一定的情节动作、比赛规则和结果等部分组成的综合性体育活动等。Ⅶ韵律操和舞蹈教材:韵律操主要有各种有氧健身操,还有集体舞、民族舞等舞蹈内容。

③民族民间体育教材主要内容有:武术、养身术以及各民族人民喜闻乐见的各种形式的体育活动。武术的各种功法、套路及技击方法;各种手型、手法、步型、步法,蹿蹦跳跃等动作;对练及器械。保健功法主要教材内容有健身拳、对练、八段锦。

④球类教材内容主要有:

a. 篮球教材:主要由基本技术、简单战术和教学比赛三部分组成。

b. 排球教材:基本内容有传球、垫球、发球、扣球和“中一二”、“边一二”、“心跟进”等简单战术。

c. 足球教材:主要掌握踢、停、顶、运球的方法,简单的战术。

乒乓球、羽毛球都是选修内容。

⑤冰上或水上运动教材内容:主要以游泳(蛙泳)为教学内容。

⑥新兴运动教材内容:主要了解轮滑、攀岩、瑜伽、啦啦操等新兴项目的教学。

⑦乡土体育教材内容:本教材主要介绍了花样踢毽子、竹竿舞、舞狮、扭秧歌、打腰鼓等内容。

⑧发展身体素质教材。与运动项目配合,也可单独用以锻炼学生身体。结合场地、器材设施,合理安排。

2. 中学体育与健康教材选择的流程

教材是教学的材料,是学生在学习中接受知识信息的最主要最基本的源泉。但是,教材往往不是唯一的材料,也不一定是最好、最先进、最适合学生的材料。因此,面对具体的教学任务,教师有责任、有必要通过对教材分析进行重新选择、调整和加工、处理,使之变成

易于被学生接受、理解和贮存的东西。并进一步为实现高于教材的教学目标做到用教材教而不是教教材。

具体选择的步骤可以从以下几方面来执行:

第一步:钻研教学目标。在广泛阅读资料、系统分析体育与健康课程标准、学生情况、教学资源等情况下建立体育教材整体框架,并不断讨论与反思修改。

第二步:建立学年、学期目标,并进一步制定相应的计划,同时反思与讨论,修改计划。

第三步:选择课堂教学教材。依据互相补充或互相促进的原则,配合主教材内容安排相应的辅教材。

第四步:进入课堂教学实践,对选择的教材内容进行实践检验。

第五步:建立反馈系统。建立由学生到教师,再由教师到学生的反馈机制。

第六步:通过反馈机制对教材的选择进行及时修改(修正),同时注意条件的变化。

然后进入下一个环节,形成一个循环过程。

第二节 体育与健康教材分析

一、分析的要素

分析体育教材主要从以下几个要素来进行。

1. 教材的基本知识与技能

首先,明确该教材是理论知识内容还是实践教学内容,如果是理论知识内容,就要明确其基本概念、重点理论、基础知识等。如果是实践技术教学内容,就要明确该技术的特点、动作要领、技术动作特点(纠错的标准)、技术环节等内容,为明确教学的目标、层次和顺序奠定基础。

2. 教材的相互联系

分析教材内容的层级性、递进性和制约性。明确所学技术在整个技术体系中的位置,与前后内容之间的关系。其次,分析教材内容与其他学科内容间的联系,体现学科间的交叉融合。

3. 教材的重点和难点

“重点”是指教材中的核心部分,是起关键作用的技术或知识点,是学习后继内容的基础,具有常用性和应用性。在体育教学中是指某一个身体练习的技术关键或技术环节的重要连接部分。教材的重点是客观的,它不以学习对象的不同而改变。所谓“难点”,一是难以理解和掌握的内容;二是容易出错或混淆的内容,教材的难点具有主观性。它不仅与教材有关,更与教学对象的学习能力、身体素质等有关。例如,跳远教材从难点的角度出发,有些人可能是起跳与助跑的结合(从这一点上看,教材的重点和难点是一致的)掌握不好,从而影响

了整体技术的提高,也有些人可能是助跑步点不准确,腾空步难以掌握,腾空不平衡甚至前倾,落地时小腿不能前伸等原因影响动作的完成。

准确分析和把握教材内容的重点、难点是决定教学成效的关键。要在对教材内容进行深入分析、统观全局的基础上,确定教学重点、难点。确定重点要联系教学目标,确定难点要符合教材内容和学生的实际。但要注意:第一,重点不一定是难点,难点也不一定是重点,有时两者是一致的,任何一节教材内容都有其重点,但却不一定有难点。第二,要紧紧围绕重点内容设计教学,运用各种教学手段和方法,通过各个教学环节的实施来突出教学重点、突破教学难点。

表1-1是部分田径和球类技术教学内容的重点和难点,确定依据和方法不一定完善,以期与大家一起商榷。

表1-1 田径部分技术教学内容的重点与难点

技术内容	重点	难点
快速跑	途中跑	摆腿和扒地积极、协调、有力
耐久跑	途中跑	重心平稳、协调放松,体力分配和呼吸节奏
接力跑	传、接棒技术	起动的时机和接力区内高速跑动中完成传接棒
障碍跑	跑动节奏和跨越障碍技术	适宜的跨越障碍的加速距离及时机的把握(目测判断),保持跑的节奏、合理分配体力
跨栏跑	栏间跑和跨栏步技术	跨栏步与栏间跑技术的相互衔接,适宜的起跨点和落地点
跨越式跳高	助跑和起跳技术	助跑与起跳的结合
俯卧式跳高	助跑和起跳技术	摆动腿,直腿积极向上摆动和髋关节内旋翻转的结合时机
背越式跳高	助跑、起跳、过杆技术	助跑与起跳的衔接、甩头压肩和顶髋的时机
挺身式跳远	助跑和起跳技术	助跑与起跳的衔接及起跳腾空后放下摆动腿与展髋收腹动作配合
三级跳远	助跑、起跳及三跳间的技术衔接	减少水平速度的损失和获得较大的垂直速度
推铅球	滑步和最后用力技术	滑步和最后用力的衔接
铁饼	旋转和最后用力技术	旋转和最后用力的衔接
标枪	投掷步、引枪和最后用力技术	投掷步与最后用力的衔接及最后用力的顺序

4. 教材的知识价值

任何知识都具有多重价值:如智力价值、情感价值、文化价值、实践价值等,在教学分析中,要充分挖掘教材的这些价值。

首先,挖掘教材的智力价值和情感价值。在体育教学活动中,要使学生不是单纯地接受现成体育知识和技能,而是让学生通过学习学会进行科学探究、与人交往与合作,最终形成正确的价值观,从而达到全面提高学生素质的目的。

其次,拓展教材的文化价值。要进行教材内容的拓展分析,增加与教材的文化教育有关的理论知识。体育是一种文化现象,任何一个体育运动项目都体现了一定的文化背景,许多体育项目都带着深刻的民族文化烙印。让学生认识体育运动的文化性,更容易让他们理解、体会世界各国的文化特征,也进一步增强了体育的多重教育功能。

教师首先要引导学生认识体育运动项目产生的历史背景,最初创立的民族以及项目的寓意,以便充分理解运动项目的文化内涵。其次要重视通过体育项目教学、训练、锻炼感知文化的差异,理解体育国际化过程中的文化交融与文化吸收,认识体育在缩短文化距离方面所表现的巨大作用。再次要挖掘运动项目的民族性,学习体育项目的同时充分认识世界各民族丰富多彩的文化内涵,认识各民族的思维方式,精神道德追求,礼仪形式,从而拓宽学生的视野,感知民族文化差异。最后,体育运动的传播往往与一个国家的荣辱兴衰相适应,通过让学生了解体育文化传播与国家命运的关系来激发他们学习、推广中华民族传统体育的热情。

最后,要重视分析知识与社会生活实际以及生产实践的联系。体现科学、技术与社会的密切联系,引导学生从多个角度分析和解决实际问题,获得尽可能全面的认识。

二、分析的方法

1. 文献资料综述法

广泛获取资料是文献资料法应用的关键,教师要多方面收集资料,最常用、最有效的资源就是网络资源的整合。教师可以根据教学分析实际选择信息,合理地利用课程软件、多媒体教学资料库、资料呈现方式库、教与学策略库、网上环境资源库等来丰富教材分析内容,去粗取精,选择适合的内容。另外,教师要充分注意学生的生活经验对学生学习的影响,在教材分析中也应当着重考虑这一问题。只有当学生把课程内容与他们自己的认知结构联系起来时,才会发生有意义的学习,学生的内心世界也是教师必须认真研究的课程资源。

2. 要素分析法

教材内容分析的实质是知识及其相关因素的分析。通过内容要素分析来把握知识要点。要素分析中主要包括对要素主次的分析、联系比较的分析、针对设想的分析、教材底蕴的分析等。

要素主次的分析主要是明确知识重点。教材内容要素并非是并列关系或半斤八两,总是有主次轻重之分。通过分析加以区别,就能够抓住重点,找到关键。

通过联系比较分析,明确知识特点。体育课程的教材内容常常是按照螺旋上升式加以排列的,因此不同教学阶段会感觉有许多相近之处。如不加以区别,不仅易给学生带来认识上的混淆,也容易造成雷同感而降低兴趣。

3. 结构分析法

结构分析法是侧重于对教材内容的构成关系、逻辑顺序和组织形式等方面进行分析的方法。这种分析不仅有助于深入理解教材,而且有助于对教材的重新组织、加工和展开。结