

ZHONGXIAOXUE LANQIU
SHIYI JIAOXUE TIXI YANJIU



中小学篮球

适宜教学体系研究

张元文 著



学林出版社
www.xuelinpress.com

ZHONGXIAOXUE LANQIU
SHIYI JIAOXUE TIXI YANJIU



中小学篮球

适宜教学体系研究

张元文 著



学林出版社
www.xuelinpress.com

图书在版编目(CIP)数据

中小学篮球适宜教学体系研究/张元文著. —上海:
学林出版社, 2015. 8

ISBN 978-7-5486-0934-6

I. ①中… II. ①张… III. ①篮球运动—教学研究—
中小学 IV. ①G633.962

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 176360 号

中小学篮球适宜教学体系研究



著 者——张元文

责任编辑——吴耀根

封面设计——周剑峰

出 版——上海世纪出版股份有限公司 **学林出版社**

地 址: 上海钦州南路 81 号 电话/传真: 64515005

网址: www.xuelinpress.com

发 行——上海世纪出版股份有限公司发行中心

地 址: 上海福建中路 193 号 网址: www.ewen.co

排 版——南京展望文化发展有限公司

印 刷——上海叶大印务发展有限公司

开 本——710×1092 1/16

印 张——12

字 数——23 万

版 次——2015 年 8 月第 1 版

2015 年 8 月第 1 次印刷

书 号——ISBN 978-7-5486-0934-6/G·345

定 价——38.00 元

(如发生印刷、装订质量问题,读者可向工厂调换。)

上海师范大学 2015 年综合改革项目专业建设经费资助

[编号：A - 6001 - 15 - 001002(14)]

2012 年上海市高校市级体育和健康教育

精品课程《篮球》资助

前 言

近年来,学校体育与学生健康问题越来越受到党和国家的重视。2006年12月在北京召开了建国以来的第一次全国学校体育工作会议,2007年党中央国务院下发了《中共中央国务院关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》(中发[2007]7号)。但直到现在,学生的体质健康仍未根本好转,仍然不容乐观。2010年第六次全国学生体质健康调研结果显示:“青少年体质与健康的部分指标依然在持续下降状态,城乡学生肥胖率超过了世界卫生组织公布的10%‘安全临界点’,青少年学生视力不良检出率居高不下。”这些数据给我们以强烈的警示,青少年的身体素质和健康面临严峻的挑战,大力增进青少年体质与健康已刻不容缓。

我国中小学传统体育教学中存在着场地器材的成人化、教学内容的竞技化、教学方法的传授式、教学评价的单一化等老问题,基础教育课程改革中体育教学还存在着场地器材不配套、用目标体系代替内容框架、教学方法上放任自主与合作学习、教学评价上难操作及形式化等新问题。如何针对传统与新课程体育教学中存在的双重弊端,对成人化的场地器材进行改造,对传授式的教学方法进行改造,对单一化的教学评价进行改造;同时要防止过分淡化篮球技术,防止过度的自主与合作学习,选用既让学生快乐又具运动负荷的教学方法,建立可操作性强、既重过程又重结果的教学评价;在传统教学与新课程理念之间寻找一个恰当的结合点,构建符合中小学生身心特点的教学体系,为增进学生的体质健康服务,是一个颇具意义的课题。

篮球运动具有较强的竞争性、对抗性、集体性,可强身健体,更能培养集体主义精神、坚强意志品质、良好社会道德,深受中小学生的喜爱。篮球作为学校体育的一个重要项目,在传统与新课程教学中同样存在着上述问题。本书在厘清中小学篮球适宜教学体系基本概念的基础上,综合运用文献资料法、测量法、实验法、问卷调查法、观察法、数理统计法等多种研究方法,以教育学、儿童心理学、生理学等学科为支撑,从器材场地、教学内容、教学方法、学习评价四个方面及小学、初中两个

学段纵横立体构建出中小学篮球适宜的教学体系。同时又在此基础上,结合上海市高中体育专项化篮球项目改革试点的最新成果,构建出高中篮球专项化适宜的教学内容、方法与评价体系。前者(义务教育阶段)更注重理论性与学术性,后者(高中学段)则更注重实用性与操作性。

本书是本人近十五年来研究中小学篮球的心血结晶,但仍不免有颇多不足之处,期待大家多多批评指正。

张元文

于 2015 年 8 月

目 录

第一章 导论	1
1 研究的必要性	1
1.1 中小学篮球适宜教学体系研究的背景	1
1.2 中小学篮球适宜教学体系研究的目的意义	12
2 研究对象和方法	15
2.1 文献资料法	15
2.2 测量法	15
2.3 实验法	16
2.4 观察法	16
2.5 问卷调查法	16
2.6 数理统计法	17
第二章 中小学篮球适宜教学体系概述	18
1 教学体系及构成要素	18
1.1 教学体系	18
1.2 教学的构成要素	19
2 教学环境、内容、方法、评价概述	21
2.1 教学环境	21
2.2 教学内容	22
2.3 教学方法	22
2.4 教学评价	25
3 中小学篮球适宜教学体系	25
4 本章小结	26
第三章 初中、小学篮球适宜的器材场地、教学内容	28
1 一般理论依据	29
1.1 教育学	29

1.2 儿童心理学	33
2 初中、小学篮球适宜的器材、场地	37
2.1 初中、小学篮球适宜的器材	37
2.2 初中、小学篮球适宜的场地	44
3 初中、小学篮球适宜的教学内容	53
3.1 选择与安排的依据分析	53
3.2 初中、小学篮球适宜的教学内容体系	59
4 实证分析	59
4.1 实验设计	59
4.2 实验一结果与分析	64
4.3 实验二结果与分析	83
4.4 实验一、二正式比赛结果与分析	90
5 本章小结	93
第四章 初中、小学篮球适宜的教学方法、学习评价	96
1 初中、小学篮球适宜的教学方法	96
1.1 理论依据	96
1.2 初中、小学篮球适宜的教学方法体系	103
2 初中、小学篮球适宜的学习评价	105
2.1 理论依据	105
2.2 初中、小学篮球适宜的学习评价体系	114
3 实证分析	117
3.1 实验设计(实验三)	117
3.2 实验结果与分析	119
4 本章小结	126
第五章 高中篮球专项化适宜教学内容、方法与评价	128
1 高中篮球专项化适宜的教学内容	128
1.1 主要教学内容	128
1.2 教学时数分配	132
1.3 教学内容安排	132
2 高中篮球专项化主要内容的教法	135
2.1 高一年级	135
2.2 高二年级	147
2.3 高三年级	152

3 高中篮球专项化适宜的教学评价	155
3.1 考核内容与比例	156
3.2 考核方法与标准	156
参考文献	168
附件	171

第一章 导 论

1 研究的必要性

1.1 中小学篮球适宜教学体系研究的背景

1.1.1 学生健康存在问题,学校体育与学生健康倍受重视

《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》(1999年6月13日)(中发[1999]9号)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的指导思想,切实加强体育工作。”《国务院关于基础教育改革与发展的决定》(2001年5月29日)(国发[2001]21号)指出:“贯彻‘健康第一’的思想,切实提高学生体质和健康水平。增加体育课时,并保证学生每天一小时体育活动时间。”党和国家一贯高度重视青少年学生的健康问题,但学生的体质和健康仍存在一些问题。2005年开展的第五次全国学生体质健康调研结果表明,尽管青少年的营养水平和形态发育水平(身高、体重、胸围等)不断提高,但学生肺活量水平,体能素质持续下降,体能素质中的速度素质和力量素质连续十年下降,其中耐力素质则连续二十年下降。超重和肥胖学生的比例迅速增加,学生肥胖率与5年前相比翻了2—3倍,城市超重和肥胖的男生已接近了四分之一(达24%)。视力不良率仍居高不下,小学生为31%、初中生为58%、高中生为67%、大学生为82%。在2005年的高校招生中,有85%的考生专业受限;在近两年的征兵工作中,有63.7%的高中毕业生因体检不合格被淘汰。2010年第六次全国学生体质健康调研结果显示:“青少年体质与健康的部分指标依然处在持续下降状态,城乡学生肥胖率超过了世界卫生组织公布的10%‘安全临界点’,青少年学生视力不良检出率居高不下。”青少年的体质健康仍未根本好转、依旧不容乐观。这些数据给我们以强烈的警示,青少年的身体素质和健康面临严峻的挑战。学生体质健康方面存在的问题,已经严重影响到我国人才培养质量;直接影响青少年的健康成长和全民健身素质的提高,也不利于群众体育和竞技体育的可持续发展。学生的健康成长事关中华民族的兴衰,事关广大人民群众的利益,大力增进青少年体质与健康已刻不容缓。

2006年12月23日,建国以来的第一次全国学校体育工作会议在北京召开。时任国务委员陈至立、教育部部长周济、国家体育总局局长刘鹏出席会议并作重要

讲话。陈至立发表了《切实加强学校体育工作,促进广大青少年全面健康成长》的重要讲话,指出:青少年的健康是国家的财富,更是每一个人健康成长和实现幸福生活的根基。学校体育工作是教育工作的大事,也是体育工作的大事。胡锦涛总书记明确指出,“全面实施素质教育,核心是要解决好培养什么人、怎样培养人的重大问题,这应该成为教育工作的主题”。培养具有强健的体魄、健康的心理、坚强的意志和昂扬的精神的青少年一代,是素质教育的应有之意,切实加强学校体育工作是实施素质教育的重要切入口。并提出几点要求:(一)从战略高度认识加强学校体育工作的重要性、紧迫性。把提高青少年健康素质纳入全面建设小康社会的总体目标,纳入教育工作和体育工作规划,并把青少年的体质健康状况作为评价教育工作和体育工作的重要指标。(二)改革体育教学和学校体育工作,增强学校体育工作的生机活力和吸引力。要保证上好体育课,体育课程是学校体育的关键,对帮助学生养成锻炼习惯、掌握体育知识、发展运动技能具有重要作用。

周济在讲话中指出:要把学校体育工作作为全面推进素质教育的重要切入口和主要工作方面。并对近几年学校体育工作进行了总结:(一)指导思想更加明确,工作重点更加突出。在学校体育工作中,坚持健康第一的指导思想,始终把面向全体学生,全面提高学生体质健康水平,作为工作的出发点和落脚点;坚持充分发挥学校体育的育人功能,在重点增强学生体质的同时,使学生掌握体育的基础知识、基本技能,养成良好的锻炼习惯,培养学生爱国主义精神,集体主义观念和良好的意志品质。(二)加强体育课程建设,不断深化改革。体育课是学校体育的中心环节,在学校教育中占有重要位置。(三)落实体育活动时间,丰富体育活动和内容。教育部提出了保证中小学生每天一小时体育活动时间的意见。教育部同国家体育总局、共青团中央、全国少工委共同组织实施了“全国中小学生课外文体活动工程”。其中突出的二个项目是“体育、艺术 2+1 项目”,努力使学生在九年义务教育阶段,掌握两项体育技能,具有一项艺术特长;开发、推广一批符合青少年身心发展特点、深受学生喜爱的集体竞赛项目,以此推动群体活动的广泛开展。

刘鹏在讲话中指出:青少年儿童是实施全民健身计划的重点。青少年体育要以学校为重点。青少年儿童的体质健康是提高中华民族健康素质的重要基础。青少年体育和青少年学生的体质健康水平是各级体育行政部门落实《全民健身计划纲要》,构建完善的全民健身的基础和根本。学校体育做好了,群众体育的社会化、科学化和可持续发展就有了基础,终生体育的理念才能得到更广泛的普及,经常参加体育锻炼的人数才能得到保障,提高全民族的健康素质才能得到切实的落实。

本次会议另外一项重要的决定是,由陈至立宣布“全国亿万学生阳光体育运动”正式启动。为全面贯彻党的方针,认真落实“健康第一”的指导思想,教育部、国家体育总局和共青团中央共同作出决定,在全国大、中、小学开展“全国亿万学生阳光体育运动”,在各级各类学校中掀起全员参与的体育锻炼热潮。广泛深入地开展

“阳光体育运动”，是全面推进素质教育的重要切入口和主要工作，是加强学校体育工作的战略举措，必将在全国各级各类学校形成浓郁的校园体育锻炼氛围和全员参与的群众性体育锻炼风气，有效地促进广大青少年学生参加体育锻炼，切实提高学生体质健康水平。开展“阳光体育运动”，要以“达标优先，强健体魄”为目标。用三年时间，全国有85%以上的学校能够全面实施《学生体质健康标准》，85%以上的学生达到《学生体质健康标准》及格以上等级，相当部分学生应该达到优秀等级，全体学生都要做到每天锻炼一小时，至少掌握两项日常锻炼的运动技能，形成良好的体育锻炼习惯，体质健康水平得到明显提高。开展“阳光体育运动”，要和体育课堂教学紧密结合。要深化教学改革，不断提高教学质量，通过体育教育、教学，引导学生积极参加“阳光体育运动”。

本次会议向全社会发出了在新世纪新阶段全面加强学校体育工作的动员令，提出要把学校体育工作作为全面推进素质教育的重要突破口和主要工作，这充分体现党中央、国务院对广大青少年学生身心健康和学校体育工作的高度重视，对于全面贯彻党的教育方针，增强全民族体质、全面建设小康社会有着重要而深远的意义。

1.1.2 体育(篮球)教学存在问题，基础教育课程改革

1.1.2.1 传统体育(篮球)教学存在的主要问题与原因探悉

(一) 我国传统体育(篮球)教学中存在的突出问题是器材场地的“成人化”

2003年3月时任教育部体卫艺司体育处领导在华东师范大学举行的一次研讨会上说，目前中小学的体育器材和设施多数是成人的标准，竞技色彩太浓。比如篮球架太高，孩子们够不着，球的分量太重，孩子们拿着累，这大大影响了学生们参加体育运动的积极性，有的学生甚至对体育课望而生畏。更重要的是，小身材的孩子们使用成人化的体育器材和设施，不符合学生身心发展规律和体育运动规律。2005年1月时任教育部体卫艺司杨贵仁司长在《体育教学》100期庆典开幕式上作了题为“现阶段学校体育工作的展望”的讲话，谈到我们的中小学校一直沿用成人器材，使孩子们不能得到真正的锻炼和身心愉悦。^①不少学者也批评了这种“成人化”现象。如李小伟指出：长期以来，我国中小学校使用的体育器材、设施、场地，都是根据现行成人体育竞赛项目制定的标准而生产的，这些成人化体育器材、设施并不符合中小学生的生理、心理发展的规律和特点。器材的一统性和成人化不能有效吸引学生积极参加体育锻炼活动。使得体育运动这一深受青少年追捧的项目，不能成为学生们的最爱，喜爱体育的孩子们却不喜欢上体育课。^②石永军指出：体育教学器材的不科学、不合理影响制约着体育教学。“成人化”的器材、场地对体育教学的不利影响有：(1)不利于学生的身体发育。初中生、小学生正处于生长发育

^① 杨贵仁. 现阶段学校体育工作的展望[J]. 体育教学, 2005(2): 4.

^② 李小伟. 体育场地器材设施从“小”抓起[J]. 中国学校体育, 2006(3): 30.

阶段,身体素质比较差,使用成年人用的体育器材,长期下去,不仅会影响学生的身体发育,也会影响学生的心理素质的发展。(2)不利于提高学生学习的积极性。枯燥乏味和难度过大的练习,往往会影响学生练习的兴趣和积极性,从而影响了体育锻炼的效果。(3)不利于学生掌握技术动作。^①

以普及较广的篮球为例,在中小学有 97% 的学校的篮球器具是不适宜的,其中 53% 的学校使用成人球,99% 的学校使用成人篮球架和球场;在中学全部使用成人器具。^②即使是所谓的少年篮球、儿童篮球,其成人化依然非常严重(见表 1-1)。

表 1-1 成人、少年、儿童篮球器材、场地规格

	成人 篮 球	少 年 篮 球	儿 童 篮 球
篮圈高度(cm)	305	305	280(执行为 305)
球周长(mm)	749~780	720~740	680~700
球重量(g)	567~650	560~580	480~500
球场大小(m)	28×15	28×15	28×15

从表 1-1 可以看出:我国少年、儿童篮球的篮圈高度、球周长、球重量、球场大小分别为成人规格的 100%、97%、93%、100% 和 100%、87%、80%、100%,少儿打的实质上是成人篮球,“成人化”是我国少儿篮球的最大误区!中小學生正值生长发育过程中,有着与成人不同的身心特征。如果不符合其特点的篮球器材场地长期作用于他们身上,是不利于其健康成长的。据江苏“小学篮球适宜形式研究组”的研究,成人球对于成人和对小学五年级儿童的负荷对比约差 3 倍。如果按比例转换,相当于成人用 3 公斤重、3.5 尺半周长的篮球,在 78 米长的球场上,投 4 米高的篮圈。可以肯定地说,这样的负荷成人也是难以承受的。这样不符合学生特点的篮球器材场地是难以发展学生的身体、增强学生体质的。相反,如果球的大小和重量、篮圈高度与少儿支撑运动器官的发育水平不相适应,就有可能导致运动损伤;有时甚至由于球的重量过大会拉伤肌肉,运动强度过大会损伤内脏对学生肌体造成显性和隐性的损伤。从掌握“三基”角度来看,篮球场地和器材是起着很重要作用的。例如,小学从一年级就有各种球类游戏,四年级开始就有正式的基本技术教材,如篮球的传接球、运球、投篮等。如果使用不适宜的篮球器具,就难以掌握诸如传球的腕指发力、正确的投篮姿势,同时在过大的场地上传接球也容易出现错误动作。心理学的研究表明,越是在年龄小和最初学习时掌握的运动技术越是难以改变。成人化的器材场地会使少儿从小形成错误的动力定型、导致不正确的运动技能,从而不利于其终身体育的发展。球场过大、篮圈过高、篮球过重还会使少儿

① 石永军.亟待改进的中小学体育器材[J].宁夏教育,1999(5):33.

② 路春雷.关于学校体育器材设施建设中的问题[J].山东体育学院学报,1990(2):27.

在球场盲目奔跑后投球不中甚至碰不到篮圈而身体疲惫、情绪低落,从而对篮球运动丧失信心和兴趣。

造成中小学体育(篮球)器材和场地成人化的主要原因是:竞技体育的教学观和小大人的儿童观。

竞技体育的指导思想,是以提高运动技术的竞技能力为中心的思想。竞技体育教学观的主要理论依据是,学校体育是竞技体育的基础,学校体育应为建立竞技体育强国服务。在这一观念的引导下,自觉不自觉地把学校体育作为竞技体育发展的基地和优秀运动员培养的摇篮,过分追求身体素质的强化和运动能力的提高,过分强调运动负荷和意志支撑,把高度、远度、力度、速度等运动成绩,作为学校体育评价的通用尺度,无视体育器材设施与中小学生的个体差异、身心发展规律、学生学习兴趣,在这样的宏观背景下,学校体育器材、场地标准也不可避免地出现定位错误,中小学校体育器材、场地标准趋于成人化。

皮亚杰明确指出,传统教育方法是“要把儿童看作小大人,对他进行道德教育,使他尽可能快地变得和成人一模一样”。^① 在中国,传统文化是以成人为本位的,儿童非但得不到应有的尊重,而且还受到传统文化的蔑视——是小大人,是比成人小一号的成人,这便是中国传统的儿童观。^② 鲁迅指出,以孩子为“成人的预备”或“缩小的成人”,都是“误解”,因为孩子的世界与成人“截然不同”,不先行理解,一味妄做,不利于儿童的“发达”。蔡元培先生提出,简单地把成人世界中现成的标准强加给儿童,让“儿童受教于成人”,这是旧教育的作法,新的教育应该是“成人受教于儿童”。陶行知认为,了解儿童和理解儿童是教育的前提条件。儿童有自己的特点,也有自己的需要,因此,教师不能像大人一样对待儿童。陈鹤琴说:“儿童不是‘小人’,儿童的心理与成人的心理不同,儿童时期不仅作为成人之预备,也具有他的本身价值,我们应当尊敬儿童的人格,爱护他的烂漫天真。”^③ 刘铁芳指出,我们不就是在时刻打着为了儿童未来的名义而使对儿童施加的各种成人化设计与训练合理化、正当化吗?这使得我们的儿童没有属于他们的世界,儿童成人化倾向明显。不仅如此,在我们的传统观念中,儿童原本就没有独立的人格与价值,他们只是成人的附属,换言之,我们的社会一直就没有属于儿童的具有独立价值的世界。^④

(二) 我国传统体育(篮球)教学中存在的主要问题还有教学方法的传授式、教学评价的单一化等

由于受到竞技运动教学观念的影响,体育教师习惯传授式的教学方法。在传授式教学中,教师强调的是“教”,重视的是“跟我做”,如果说教师的动作欠规范,那

① 单中惠,杨汉麟.西方教育学名著提要[M].南昌:江西教育出版,2000:731.

② 刘晓东.儿童文化与儿童教育[M].北京:教育科学出版社,2006:5.

③ 单中惠.现代教育探索—杜威与实用主义教育思想[M].北京:人民教育出版社,2001:506.

④ 刘铁芳.守望教育[M].上海:华东师范大学出版社,2004:6.

么,就容易出现整个班所有学生的动作都可能不规范。这种传授式教学方法助长了学生学习的依赖性,泯灭了学生的创造性。

我国以往对学生体育学习的评价内容基本上局限于体能和运动技能的评定,忽视了对学生的学习态度、习惯养成、情感、合作等方面的评定,这实际上对学生来说是不公平的。学生无论在体能、技能、兴趣、个性等方面是存在很大差异的,有些学生不用怎么努力,体能和运动技能成绩也达到优秀;有些学生“天分”较差,虽十分努力,成绩依然达不到优秀。这严重挫伤了这部分学生的自信心和自尊心,削弱了他们体育学习的积极性,甚至使他们远离体育活动。我国以往对学生体育学习的评价,无论是评价方法还是评价工具,都比较单调贫乏,目前所采用的依然是一般标准评价、教师评价、终结性评价等传统评价方法,评价工具也仅是纸笔考试、体能和运动技能测验等。一般标准评价是以统一的标准衡量所有的学生,这是不公平的,这忽视了学生的个体差异,忽视了“平等享受教育”的新理念。在过去的几十年中,学生的学习评价绝对是以教师为主的,我们却忽视了这样一个事实,即最能了解学生学习情况的是学生本人。终结性评价是我国体育课程和教学中普遍采用的方法,它是对学生的体育学习成绩进行等级评定。由于这种方法往往是在阶段学习或学期结束时进行,因而失去了评价的有效反馈功能,对激励学生学习,提高教学效果以及帮助改进教学作用不大。由于它更多体现的是甄别的作用,结果往往导致了考试成绩好的学生沾沾自喜、盲目自大,不追求进步和发展;考试成绩差的学生则可能灰心丧气、动摇意志,失去体育学习的信心。纸笔考试、体能和运动技能测验是体育课程中的传统评价工具,而这些工具是不能完全反映学生的学习态度和学习行为的。^①

1.1.2.2 基础教育课程改革与新课程体育教学中存在的主要问题

(一) 基础教育课程改革及《体育与健康课程标准》

《国务院关于基础教育改革与发展的决定》指出:“加快构建符合素质教育要求的新的基础教育课程体系。”《基础教育课程改革纲要(试行)》(2001年6月7日)(教基[2001]17号)提出基础教育课程改革的具体目标:“(1) 改变课程过于注重知识传授的倾向,强调形成积极主动的学习态度,使获得基础知识与基本技能的过程同时成为学会学习和形成正确价值观的过程。(2) 改变课程结构过于强调学科本位、科目过多和缺乏整合的现状,整体设置九年一贯的课程门类和课时比例。(3) 改变课程内容“难、繁、偏、旧”和过于注重书本知识的现状,加强课程内容与学生生活以及现代社会和科技发展的联系,关注学生的学习兴趣和经验,精选终身学习必备的基础知识和技能。(4) 改变课程实施过于强调接受学习、死记硬背、机械训练的现状,倡导学生主动参与、乐于探究、勤于动手,培养学生搜集和处理信息的

^① 季浏,胡增萃. 体育教育展望[M]. 上海: 华东师范大学出版社, 2001: 204-206.

能力、获取新知识的能力、分析和解决问题的能力以及交流与合作的能力。(5) 改变课程评价过分强调甄别与选拔的功能,发挥评价促进学生发展、教师提高和改进教学实践的功能。

《体育与健康课程标准》于2001年9月在全国38个实验区展开实验,并从2005年秋季开始在全国中小学实施。其课程性质为:“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。”其课程基本理念为:(1) 坚持“健康第一”的指导思想,促进学生健康成长;(2) 激发运动兴趣,培养学生终身体育的意识;(3) 以学生发展为中心,重视学生的主体地位;(4) 关注个体差异与不同需求,确保每一个学生受益。其课程目标为:(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。其学习领域目标为:(1) 运动参与目标:具有积极参与体育活动的态度和行为;用科学的方法参与体育活动。(2) 运动技能目标:获得运动基础知识;学习和应用运动技能;安全地进行体育活动。(3) 身体健康目标:形成正确的身体姿势;发展体能;具有关注身体和健康的意识。(4) 心理健康目标:了解体育活动对心理健康的作用,认识身心发展的关系;正确理解体育活动与自尊、自信的关系;学会通过体育活动等方法调控情绪;形成克服困难的坚强意志品质。(5) 社会适应目标:建立和谐的人际关系,具有良好的合作精神和体育道德;学会获取现代社会中体育与健康知识的方法。

(二) 新课程体育(篮球)教学中存在的主要问题与原因探悉

新课程体育(篮球)教学存在的主要问题是:场地器材不配套;教学内容上用目标体系代替内容框架,过分淡化运动技术;教学方法上放任自主、合作学习;教学评价上难操作、形式化。此外,还存在着过分淡化体育课负荷的倾向。

(1) 场地器材:不配套

杜军在《体育新课程实验中的成绩与问题》一文中指出:新课程实施中,没有配套的体育场地、器材和设施,……这使新课程教学变得更加困难。^① 杨慧才,陈治在《对实施〈体育与健康课程标准〉若干问题的思考》一文中指出:《标准》突出强调要尊重教师和学生对教学内容的选择性,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,《标准》里强调的东西与场地器材是密切相关的,没有相应的器材场地,教师学生对教学内容的选择无从谈起,因为器材场地在很大程度上制

^① 杜军. 体育新课程实验中的成绩与问题[J]. 体育教学, 2005(6): 11.

约着教学内容的选择。^①

(2) 教学内容：用目标体系代替内容框架；过分淡化运动技术

① 用目标体系代替内容框架

顾渊彦在《困惑与征途——从体育课程标准谈当前体育课程改革的发展动态》一文中指出：作为课程标准，不能用目标体系来代替内容框架。标准应当把内容框架列出来：有什么运动项目？各类项目到底有什么样的内容要求？^② 夏成前在《对实施〈体育与健康课程标准〉的思考》一文中指出：《课程标准》主要构建的是体育与健康课程的目标体系和评价原则，而对完成课程目标所必须要做的内容和方法只是提出了一个大体范围或活动建议，却没有规定具体的学习内容。按照《课程标准》研制组的话说，不规定具体学习内容，可给各地、各学校充分选择的余地。但是这个选择的余地似乎太大，体育教师对体育课上究竟应该干什么似乎更加困惑。按照《课程标准》研制组的观点，这样规定过死，不利于教师创造性的发挥。但殊不知在我国中小学体育教师的能力素质还未能达到《课程标准》那样的高度。^③

② 过分淡化运动技术

顾渊彦等在《谈谈体育课程标准实施中的若干问题》一文中指出：有人认为，如果实施体育课程标准的五个学习领域目标，就应当降低运动技术的地位，从而提出淡化技术的观点。如果说淡化技术单单是指降低难度、改变技术规则，这可以接受，但若笼统地只提出淡化技术，显然是不正确的。技术可以分高难度技术、基础技术，就是娱乐和健身也离不开基本技术，难道我们对一切技术都要淡化吗？可见不能一概而论。无论是身体发展、心理发展，还是社会适应，我们都应该把技术作为载体，实现体育的五大学习领域，离开技术的体育将失去自身特点。^④ 曲宗湖在《对新体育课标实验两年来喜和忧的思考》一文中指出：体育课上只求学生动，不求掌握技能，只求走过场，不讲求技能的提高，只求欢快，不求练身的负荷实效。新的课程理念不能落实到掌握技能、提高体能水平上，有的老师甚至认为新体育课改重主体教学、快乐教学等就可不讲求技能提高了，这是对新课标认知上的严重误区。^⑤ 谭华等在《体育课程改革实验中出现的几个误区》一文中指出：在实验区的体育与健康课教学中，我们也注意到一个普遍的现象，就是许多体育教师在教学中不敢表现运动技术教学，甚至有意避开运动技术的内容。^⑥

(3) 教学方法：放任的自主、合作学习

曲宗湖在《对新体育课标实验两年来喜和忧的思考》一文中指出，主要问题：

① 杨慧才，陈治，对实施《体育与健康课程标准》若干问题的思考[J]，体育师友，2002(6)：29.

② 顾渊彦，困惑与征途——从体育课程标准谈当前体育课程改革的发展动态[J]，江苏教育，2002(9)：15.

③ 夏成前，对实施《体育与健康课程标准》的思考[J]，首都体育学院学报，2002(4)：45.

④ 顾渊彦等，谈谈体育课程标准实施中的若干问题[J]，江苏教育，2003(5)：35.

⑤ 曲宗湖，对新体育课标实验两年来喜和忧的思考[J]，体育教学，2004(1)：20.

⑥ 谭华等，体育课程改革实验中出现的几个误区[J]，体育师友，2003(4)：25.