

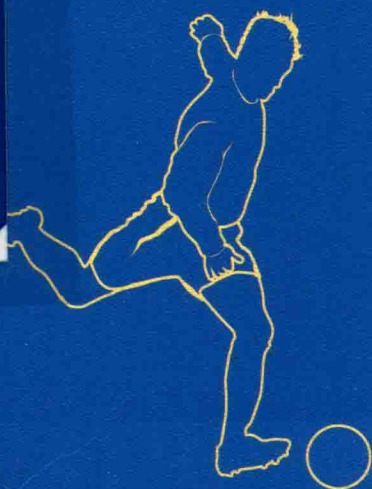
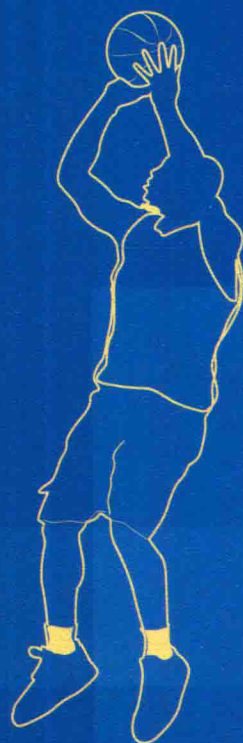
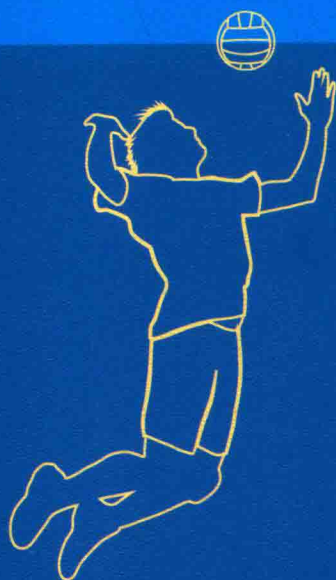
普通高等学校体育专业教材

体育课程教学模式

Curricular Models of Physical Education

主编 李卫东 汪晓赞

[美] Phillip Ward Sue Sutherland



高等教育出版社

非外借

教育部“十二五”规划教材

体育课程教学模式

Classroom Models of Physical Education

主编 王健 王健

北京体育大学 北京 100084



人民体育出版社

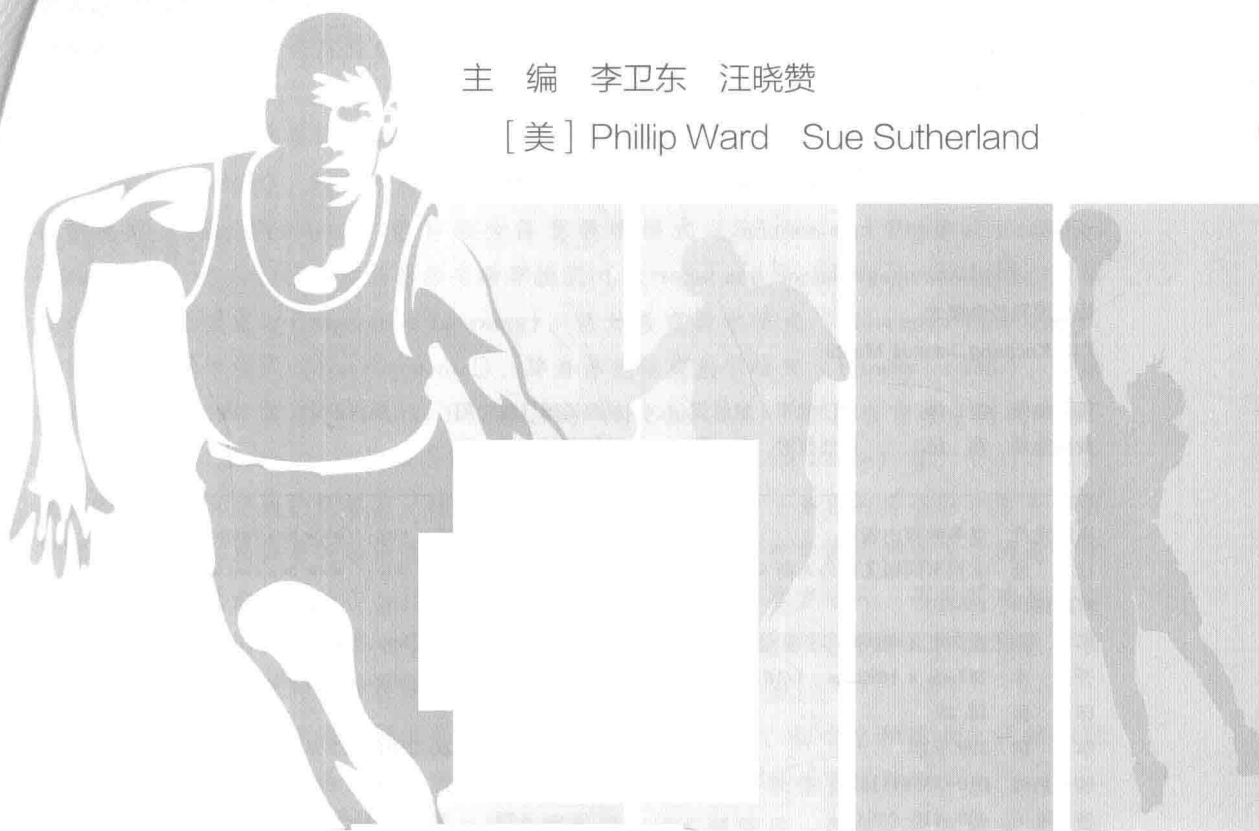
普通高等学校体育专业教材

体育课程教学模式

Curricular Models of Physical Education

主 编 李卫东 汪晓赞

[美] Phillip Ward Sue Sutherland



等教育出版社·北京

内容提要

本书系统全面地介绍了美国体育教育课程教学模式以及最新研究成果,全书共分为7章,每章节分为两个部分。第一部分主要介绍一种课程教学模式的定义、起源和历史发展过程、主要特征和教学目的。同时介绍该课程教学模式的理论基础以及最新研究的文献综述。第二部分主要是如何在体育教学中应用该课程教学模式,并且提供了较为详细的20天教学计划。具体章节内容有:中国体育与健康课程与教学概述、运动教育教学模式、游戏性练习和教学比赛教学模式、拓展教育教学模式、个人和社会责任教学模式、团体合作学习教学模式、终身体能教育。本书适用于体育教育专业学生,也可作为中小学体育教师继续教育培训的教材。

图书在版编目(CIP)数据

体育课程教学模式 / (美) 李卫东等主编. -- 北京 : 高等教育出版社, 2018. 1

ISBN 978-7-04-047934-8

I. ①体… II. ①李… III. ①体育教学-教学研究-高等学校 IV. ①G807.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 153530 号

体育课程教学模式

Tiyu Kecheng Jiaoxue Moshi

策划编辑 范 峰

责任编辑 廖倩雯

封面设计 赵 阳

版式设计 于 婕

插图绘制 邓 超

责任校对 高 歌

责任印制 韩 刚

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 廊坊市文峰档案印务有限公司

开 本 787mm × 1092mm 1/16

印 张 18.25

字 数 390千字

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 2018年1月第1版

印 次 2018年1月第1次印刷

定 价 45.00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 47934-00

前言

几年前，我就想组织一批体育课程教学模式的学者来编写这本书，因为本人频繁回国讲学以及中国体育工作者来美国俄亥俄州立大学访学，给我提供了许多宝贵的交流平台和机遇。在与国内体育教育研究者和教师的交流中，我深刻地意识到国内体育教育教学课程模式知识和研究的缺乏。中国体育教育的进一步改革和发展亟待有一本能系统全面地介绍美国体育教育课程教学模式以及最新研究成果的书。另外，2012年6月份我在南京师范大学和华东师范大学等院校关于运动教育课程教学模式的讲课也受到了广大教师和学生的欢迎。这次经历使我想编写这本书的欲望变得更加强烈，并最终促成了本书。

在美国，有许多不同的体育教育教学模式，比如游戏理解式教学模式（Teaching for Game Understanding）、运动教育教学模式（Sport Education）、游戏性练习和技战术配合教学模式（Play Practice）、学科融合体育教学模式（Science and Physical Education Integration）、个人和社会责任感教育教学模式（Personal and Social Responsibility）、团体合作教育教学模式（Cooperative Learning）、活动教育教学模式（Movement Education）、发展性教育教学模式（Developmental）、终身体能健康教学模式（Fitness for Life）、健康相关体育教育教学模式（Healthy Related Physical Education）、拓展教育教学模式（Adventure-based Learning）以及和平运动教育教学模式（Sport for Peace）等，它们对体育教育的目的各有不同的侧重点。比如，运动教育教学模式的主要目的是培养学生成为有体育素养的人以及体育运动消费者；个人和社会责任感教育教学模式的主要目的是让学生成为一个有责任感、行为有目的性和计划性、刻苦学习、尊重他人、热爱帮助和关心他人的良好社会公民。本书主要介绍了在美国体育教学中比较流行的6种课程教学模式，之所以选择这6种课程教学模式，主要基于以下几个原因：

第一，这6种教学课程模式主要针对小学（3~5年级）、初中生和高中生的体育课教学。当然，其中的部分课程教学模式也可以用于小学低年级体育课教学。

第二，这6种课程教学模式在美国体育教学中被广泛运用，都经过体育教学实践考验，对学生的体能、智力和社会公民行为准则的培养和发展具有促进作用。

第三，这6种课程教学模式是俄亥俄州立大学体育本科教育中的主要内容之一。

本书由李卫东、汪晓赞、Phillip Ward、Sue Sutherland担任主编，全书内容共分为7

章，每章节分为两个部分。第一部分主要介绍课程教学模式的定义、起源和历史发展过程、主要特征和教学目的，同时介绍该课程教学模式的理论基础以及最新研究的文献综述。第二部分主要介绍如何在体育教学中应用该课程教学模式。书中提供了一些应用该课程教学模式的教学经验和体会，此外还提供了较详细的 20 天教学计划。本书具体编写分工如下：第一章，汪晓赞、吴红权、尹志华（华东师范大学）；第二章，李卫东、Phillip Ward（美国俄亥俄州立大学）；第三章，李卫东、Phillip Ward（美国俄亥俄州立大学）；第四章，Sue Sutherland（美国俄亥俄州立大学）；第五章，Paul Wright（美国北伊利诺伊大学）、David Walsh（旧金山州立大学）；第六章，Ben Dyson（新泽西奥克兰大学）；第七章，李卫东（美国俄亥俄州立大学）。本书主要面向广大中小学体育教育工作者以及体育教育科研工作者和高校体育教师。

中国改革开放 30 多年来，经济体制改革取得了卓越的成绩。但是，体育教育改革还是远远滞后的。希望这本书不仅能给广大中小学体育教师以及体育科研工作者提供参考以提高教学和科研质量，同时也能给中国的体育教育改革和发展作出一些贡献。

这本书同时献给我的父母、妻子和儿女以及弟弟一家人。该书的出版离不开他们全身心的爱和支持。非常感谢各章节作者的辛勤劳动和为中国体育教育事业所作出的贡献。感谢华东师范大学的叶静雯、王曙光、张亚琼、何耀慧以及尹志华博士将本书所有英文章节翻译成中文。感谢苏州大学刘卫东博士和湖北大学体育学院李小娟博士在部分章节翻译时给予的帮助！

李卫东（Weidong Li）

2017 年 6 月

目 录

第一章 中国体育与健康课程与教学概述	001
中国体育课程和教学改革概述	001
新时期中国体育与健康课程与教学的发展特征	004
中国体育与健康课程和教学发展面临的挑战与机遇	014
第二章 运动教育教学模式	019
运动教育教学释义	019
运动教育教学理论基础及研究	020
运动教育的特征	031
运动教育教学模式的教学单元和课时计划案例	033
运动教育教学模式的教学技巧	034
附录：公平竞争协议	036
参考文献	037
运动教育教学模式课时计划	039
运动教育教学模式单元计划	046
第三章 游戏性练习和教学比赛教学模式	061
游戏性练习和教学比赛教学模式的概念和术语	062
游戏性练习和教学比赛教学模式的教学方法	067
游戏性练习和教学比赛教学模式的理论研究	068
总结	070
游戏性练习和教学比赛教学模式教学单元和课时计划的案例	070
游戏性练习和教学比赛教学模式的教学技巧	071
参考文献	073
游戏性练习和教学比赛教学模式课时计划	074
游戏性练习和教学比赛教学模式单元计划	080
第四章 拓展教育教学模式	099
什么是拓展教育教学模式？	099
拓展教育教学模式的理论和研究	100

拓展教育教学模式的主要特征	103
使用拓展教育教学模式进行体育教学的单元和课时案例	108
拓展教学模式的教学技巧	109
参考文献	111
拓展教育教学模式课时计划	113
拓展教育教学模式单元计划	118
第五章 个人和社会责任教学模式	140
个人和社会责任教学模式概念	140
个人和社会责任教学模式的特征	143
个人和社会责任教学理论基础与研究	145
关于个人和社会责任教学模式的新兴研究	150
总结	152
个人和社会责任教学模式的单元教学计划案例	153
个人和社会责任教学模式的教学技巧	155
参考文献	159
个人和社会责任教学模式课时计划一	161
附录：个人和社会责任教学模式实施质量检测表	165
个人和社会责任教学模式课时计划二	166
个人和社会责任教学模式单元计划	173
第六章 团体合作学习教学模式	209
什么是团体合作学习教学模式	210
体育教学中团体合作学习教学模式的研究现状	213
理论研究总结	215
团体合作学习教学模式的教学策略	216
团体合作学习教学模式的教学经验	218
结论与建议	219
参考文献	220
团体合作学习教学模式课时计划	222
团体合作学习教学模式单元计划一	228
团体合作学习教学模式单元计划二	241
第七章 终身体能教育	248
什么是终身体能教育？	248
终身体能教育（FFL）课堂教学	260
终身体能教育的理论和研究	261
总结	262
终身体能教育的教学经验和技巧	263

参考文献	266
终身体能教育课时计划	268
终身体能教育单元计划	273

第一章

中国体育与健康课程与教学概述

我国体育与健康课程与教学的发展概况,从某种程度上讲,其实就是一部改革史。尤其是新中国成立以来,基础教育体育课程共经历了8次课程改革。^①在这个过程中,我国的体育课程发生了翻天覆地的变化。在前7次改革中,我国参照苏联的模式制定出了体育教学大纲,并在此基础上进行了多次修订。7次课程改革取得了一定的成效,但是没能有效解决课程内容偏难偏繁、课程结构单一、课程评价过于强调学业成绩和甄别选拔功能、课程管理过于强调统一等一系列问题。^②2001年,教育部颁布了《基础教育课程改革纲要(试行)》和《义务教育阶段课程设置方案(试行)》文件以及包括体育在内的21个学科课程标准(实验稿),开始了新中国成立以来第八次基础教育课程改革,并在全国确定了42个国家级实验区进行首批实验。随后,教育部于2003年颁布了《普通高中体育与健康课程标准(实验)》,并于2011年最终正式颁布了义务教育《体育与健康课程标准(2011年版)》(以下简称《课程标准》)。本章主要对前7次基础教育体育课程改革的历程进行梳理,着重介绍新时期我国体育与健康课程的设计思路和特点,并结合我国体育与健康课程改革所面临的机遇和挑战,提出了开发基于《课程标准》的体育与健康课程模式的必要性和紧迫性,从而从整体透视我国体育与健康课程与教学的发展概况。

中国体育课程和教学改革概述

在新中国成立后的第一次课程改革期间,全国开始建立比较齐全的学科课程,早在1950年我国就颁布了《小学体育课程暂行标准(草案)》,将体育课程的目标定为“培

① 谢翌,马云鹏,张治平.新中国真的发生了八次课程改革吗?[J].教育研究,2013(2):125~132.

② 季浏.全日制义务教育普通高级中学体育(与健康)课程标准解读(实验稿)[M].武汉:湖北教育出版社,2004.

养为人民、为国家的建设战斗而服务的体力基础”，教学内容为“整队和步伐、体操、舞蹈、游戏、技巧运动、球类运动、田径赛”^①，并制定出各年级各个教学内容的教学时数百分比分配原则。在此基础上，我国于1956年3月和6月颁布了《小学体育教学大纲（草案）》和《中学体育教学大纲（草案）》，这两份文件的颁布是此次课程改革的标志。大纲提出中小学体育教育“是全面发展教育的一个组成部分”，小学体育教育的目的是“促进少年儿童成为全面发展的新人，为将来参加社会主义建设和保卫祖国做好准备”，中学体育教育的目的是“培养学生成为全面发展的社会主义建设者和保卫者”。^②教学内容为“游戏、体操、田径（小学只有游戏和体操）”，并规定了年级段的教学时数，修订了基本教材和补充教材以及教学参考书，制定了各年级、各项目的教学标准。

第二次课程改革的主要标志是1961年颁布的新的《小学体育教材》和《中学体育教材》，将体育课程的目标定为“增强体质，进行共产主义教育，更好地学习、参加生产劳动和准备保卫祖国，强调与劳卫制的结合以及道德品质教育”，教学内容为“体操、田径、武术、游戏、体育基本知识”，^③并制定了各年级各类教材的教学参考时数，编写了供小学使用的教材纲要和教材、供中学使用的基本教材和选用教材，制定各年级的考查项目。此阶段的体育课程开始受到重视，在中小学所开设的各门课程保持较为稳定的地位，体育课时基本保持每周两节，占学校课程总课时的6.5%左右，排在3~5位。在重视体育课的同时，学校还强调、要求学生坚持早操和课间操，提出体育活动、军训及《劳卫制》锻炼相结合的锻炼要求。需要指出的是，第二次课程改革的时间相对较长，因为中间经历了漫长的“文化大革命”。在“文化大革命”期间，教育事业遭到了新中国成立以来最严重的摧残和打击。“文化大革命”掀起的极“左”思潮，提出了错误的教学方针政策，打乱了教学计划和课程设置，破坏了正常的教学秩序，体育课程也遭受了严重的破坏。从1967年开始，全国大多数地区学校的体育课被取消，体育活动被停止，只有少数农村、边远地区学校还有体育课，但随着“文化大革命”的发展，体育课和体育活动均被取消。1969年，开始出现了用军事体育代替体育课的情况，教材增加了大量军事动作，削减了体育基本教材的内容，形成以军事项目为主要内容的军事化体育课程教学特征。^④“文化大革命”后期，中小学的日常教学活动基本得到了恢复。特别是在党中央国务院教科组召开教材工作座谈会以后，教育系统的状况出现了良好转机，教学工作开始受到重视。^⑤1973年前后，各地开始重新编写出版教材。

改革开放后，我国迎来了基础教育领域的第三次课程改革。在这一时期，全国统一规定了全日制中小学学制为10年：小学5年、中学5年。1978年国家分别颁布了《全日制十年制学校小学体育教学大纲（试行草案）》和《全日制十年制学校中学体育教学

①③④ 课程教材研究所. 20世纪中国中小学课程标准·教学大纲汇编——体育卷[M]. 北京：人民教育出版社，2001.

② 王华伟. 中国近现代体育课程史论[M]. 北京：高等教育出版社，2004.

⑤ 刘斌，王悠. 新中国体育教科书60年之演进[J]. 湖南师范大学教育科学学报，2011（3）：9~12.

大纲（试行草案）》，将体育课程的目标定为“培养德智体全面发展，有社会主义觉悟的、有文化的劳动者”，教学内容为“体育基本知识，走（小学）、跑、跳、投，队列、基本体操、技巧、支撑跳跃、单杠、双杠（中学），游戏（小学），球类（中学），武术”。中小学都开始使用基本教材和选用教材，且大纲规定了各年级、各项教材的教学时数比重，并规定各年级考核的项目与标准。

1983年10月1日，邓小平同志在北京为景山学校题词：“教育要面向现代化，面向世界，面向未来”，由此，我国迎来了第四次课程改革。^①这一时期，我国在1987年颁布了《全日制小学体育教学大纲》和《全日制中学体育教学大纲》，但这两份文件仅是过渡性文件。在1986年4月12日召开的第六届全国人民代表大会第四次会议通过的《中华人民共和国义务教育法》中明确规定“国家实行九年制义务教育”。1988年，我国根据义务教育的精神对教学大纲进行了调整，并于当年颁布了《九年制义务教育全日制小学体育教学大纲（初审稿）》和《九年制义务教育全日制初级中学体育教学大纲（初审稿）》。在这一阶段，体育课程的目标定为“增进健康，增强体质，促进德智体美全面发展，提高全民族的素质（小学），成为社会主义的建设者和保卫者（中学）”，教学内容为“体育卫生保健知识、基本动作（小学）、游戏（小学）、田径、基本体操、发展身体素质教材、民族传统体育、球类、舞蹈与韵律活动”。^②小学采用基本教材与选用教材，中学采用基本教材与任选教材，且大纲规定了各年级、各项教材的教学时数比重以及各年级考核的项目与标准。

在第五次课程改革期间，我国加快了体育课程改革的步伐，在1992年正式颁布了《九年义务教育全日制小学体育教学大纲（试用）》、《九年义务教育体育与健康教学大纲（初审稿）》和《九年义务教育全日制初级中学体育教学大纲（试用）》。这一时期，首次在义务教育阶段提出了“体育与健康”的说法，由此可见，我国开始重视健康在学生全面发展中的重要性。比如，《九年义务教育全日制小学体育教学大纲（试用）》指出，体育教学的目的任务包括“全面锻炼身体，促进正常的生长发育；初步掌握体育基础知识、基本技术和基本技能；向学生进行思想品德教育，陶冶美的情操”，而《九年义务教育体育与健康教学大纲（初审稿）》提出的教学目标则是“全面锻炼学生身体，增进身心健康，增强体质；使学生掌握体育与卫生保健的基础知识、基本技术和基本技能；培养学生对体育的兴趣和自觉性，树立卫生保健意识，养成讲究卫生和经常锻炼身体的习惯；进行思想品德教育”。^③由此可见，“身心健康、卫生保健、学习兴趣”等开始得到重视，我国对学生体育学习的认识开始发生质的转变。

第六次课程改革是在第五次课程改革基础上的修补与调整，其标志是1994年颁布的《关于印发中小学语文等23个学科教学大纲调整意见的通知》。1996年颁布了《全日制普通高级中学体育教学大纲（供试验用）》。该时期的教学大纲强调全面贯彻国家

① 范国梁. 改革开放以来我国学校体育思想发展演变研究[D]. 华南师范大学硕士论文, 2003.

②③ 课程教材研究所. 20世纪中国中小学课程标准·教学大纲汇编——体育卷[M]. 北京: 人民教育出版社, 2001.

的教育方针,培养适应 21 世纪的现代化建设人才,促进学生身心全面发展;努力构建系统、全面、多层次的体育教学目标体系;强调体育与健康(保健卫生)教育结合,加大了体育卫生知识的内容及时数比重;突出体育与健康意识和能力的培养,注重研究、构建教材内容新体系。在课程目标到课程内容及教材分类等各方面,力求反映体育课程教学改革的要求,对体育课程建设起到了积极的作用。^①

第七次课程改革带有非常明显的过渡性质,过渡时期的教学大纲由“体育”全面改为“体育与健康”,可以看作是第八次课程改革的前奏,作为过渡时期的教学大纲,与以往的体育教学大纲相比,2000 年颁发的体育与健康教学大纲进行了较大力度的改革,已经显现出新中国第三代体育课程改革的特点,进一步向现代体育课程迈进。^②从体育课程的指导思想、目标、内容到教学方法、注意事项、评价方法等方面,都比过去的体育课程有了明显的变化,努力体现了“健康第一”的指导思想。此次课程改革将体育与健康课程目标定为:以育人为宗旨,与德、智、美育相配合,促进学生身心全面发展,为培养社会主义的建设者和接班人做准备。教学内容分为必修(基础知识、基本运动、游戏、田径、体操、武术)、限选(球类、韵律活动与舞蹈、游泳)和任选三部分;制定各年级各项教学内容授课时数参考比重;取消了考核评价内容比重,强调综合评价,用等级评定方法取代百分制方法;对三至九年级学生的运动能力和身体素质及运动技能的测试提出参考项目和参考评分标准。^③

新时期中国体育与健康课程与教学的发展特征

2001 年《全日制义务教育普通高中体育(1~6 年级)体育与健康(7~12 年级)课程标准(实验稿)》的出台,标志着我国第八次体育课程改革拉开了序幕。经过十余年的改革实验,在 2011 年版的《义务教育体育与健康课程标准》修订稿中,正式将小学、初中和高中体育课程全部更名为“体育与健康”。这次改革放弃了新中国成立后一直沿用的教学大纲,明确了学校体育要树立“健康第一”的指导思想,符合时代与社会发展的要求,掀起了我国中小学体育教育改革的新高潮。新的体育与健康课程主要具有以下几个方面的特征:

① 王华倬. 中国近现代体育课程史论[M]. 北京:高等教育出版社,2004.

② 王华倬. 论我国近现代中小学体育课程的发展演变及其历史经验[D]. 北京体育大学博士学位论文,2003:111.

③ 课程教材研究所. 20 世纪中国中小学课程标准·教学大纲汇编——体育卷[M]. 北京:人民教育出版社,2001.

一、指导思想：三维向度的健康追求

《课程标准》明确提出“健康第一”的指导思想，将健康从原来的体育教学大纲众多的目的和任务中提取出来作为最高和终极目标与方向，凸显“体育为健康”“运动为健康”的理念。^①这一指导思想主要体现在微观、中观和宏观三个层面。

1. 微观层面：关注学生的三维整体健康

世界卫生组织（WHO）于1948年明确提出三维健康观，认为“健康不仅仅是没有疾病或免于衰弱，而是保持生理、心理和社会适应的完满状态。”^②体育与健康课程标准正是根据三维健康观、体育的特点以及国际体育课程发展的趋势，确立了体育与健康课程应该追求每个学生身心协调、整体健康发展的目标。^③

国内外研究都已证明，具有三维整体健康促进功能是体育与健康课程的最大特色。在目前的学校课程中，没有哪一门课程像体育与健康课程这样具有全面、整体的健康效果。^④《课程标准》明确提出，学生通过体育与健康课程的学习，将能够实现“掌握基本保健知识和方法、塑造良好体形和身体姿态、全面发展体能与健身能力和提高适应自然环境的能力”4个方面的目标；在心理健康和社会适应方面将能够实现“培养坚强的意志品质、学会调控情绪的方法、形成合作意识与能力和具有良好的体育道德”4个方面的目标。^⑤

2. 中观层面：追求健康的生活方式

英国教育家赫伯特·斯宾塞曾提出过“教育为未来生活做准备”，美国教育家约翰·杜威也强调“教育即生活”。^⑥体育与健康课程作为教育的重要内容之一，理所当然应该为了学生当前和未来更好地生活做准备。因此，我国体育与健康课程非常关注学生健康生活方式的养成。

现代人生活方式的主要特征是机械化、智能化、信息化，表现为出门乘汽车，上下楼乘电梯，洗衣用机器，做饭可预约，就连看电视换频道也有遥控器。长时间的伏案工

① 王正珍，冯炜权，任弘等. Exercise is Medicine——健身新理念[J]. 北京体育大学学报，2010，33（11）：1~4.

② 季浏. 全日制义务教育普通高级中学体育（与健康）课程标准解读（实验稿）[M]. 武汉：湖北教育出版社，2004.

③ 汪晓赞，季浏. 新时期我国中小学体育课程的转型与发展[J]. 上海教育科研，2007（3）：8~10.

④ Muska Mosston & Sara Ashworth. Teaching Physical Education（First online edition）[M]. <http://www.spectrumschoolteachingstyles.org/e-book-download.php>

⑤ 教育部. 义务教育体育与健康课程标准（2011年版）[M]. 北京：北京师范大学出版社，2012.

⑥ 程胜. “教育即生活”的解读[D]. 华东师范大学硕士学位论文，2003.

作,使得运动不足逐渐成为一种生活常态。长此以往,会使得人的基础代谢减缓、体能逐渐退化,缺乏运动所导致的肌肉无力、骨质疏松、脂肪堆积以及肥胖、腰椎病、颈椎病等疾病也便随之而生。^①体育是社会发展和人类进步的重要标志,是综合国力和社会文明程度的重要体现。^②在我国新一轮体育课程改革过程中,体育与健康课程强调通过激发学生体育运动的兴趣,^③以课内外体育活动相结合以及学校、家庭和社区体育多元联动等方式来培养学生的终身体育意识和锻炼习惯。^④只有将科学的运动锻炼变成现代人生活的一个重要组成部分,人们的生活才会更健康,健康才有可能持续。^⑤

3. 宏观层面:面向社会促进健康

影响学生健康的因素除了学校教育以外,还有家庭因素和社会因素。要想深入解决学生健康存在的问题,需要整合学校、家庭和社会等多方面的力量,形成合力,齐抓共管。体育与健康课程不仅关注学生个人的身心健康和终身体育锻炼习惯的养成,而且鼓励学生将所学的体育与健康知识、方法与父母、亲朋好友共同分享,将学校体育的教学效果向家庭和社区延伸,调动家庭、社区体育运动的积极性,营造全民运动的良好氛围,从而最终能够关注到整个社会的促进健康。^⑥

同时,全社会也开始注意整合包括学校体育在内的各种力量,通过制定与实施促进健康行动计划,推进我国青少年的健康成长。如2011年7月,上海市政府启动了青少年学生促进健康工程,将学校体育工作与家庭、社会以及医疗卫生部门紧密联系起来,共同促进学生的终身健康。这是地方政府首次整合学校、家庭和社区力量,开展面向社会的促进健康工程。^⑦2012年8月,江苏省教育厅体卫艺处发布《江苏省学生体质健康促进行动计划实施方案》,将健康素养提升行动、体育活动推进行动、卫生服务改善和心理健康促进行动作为促进健康的主要目标,并制定了详细的落实计划。^⑧目前,上至地方政府,下到学校、社区和家庭,均开始陆续制定并实施各种促进健康行动计划。这些促进健康计划的主要行动力量便是学校体育,而学校体育开展的重中之重便是体育与健康课程教学的改革与发展。因此,从全社会发展的角度而言,体育与健康课程也必须重视人们的整体健康,重视营造良好的体育与健康的环境与氛围。

① Designed to move [EB/OL]. http://www.designedtomove.org/en_us/resources, 2014-10-20.

② 习近平. 习近平会见全国体育先进单位和先进个人代表 [N]. 人民日报, 2013-09-01.

③ 杨文轩, 季浏. 义务教育体育与健康课程标准(2011年版)解读 [M]. 北京: 高等教育出版社, 2012.

④ 沈建华. 学校、家庭、社区一体化体育发展的目标、原则与网络 [J]. 上海体育学院学报, 2001(4): 70~73.

⑤ 林少娜, 陈绍艳, 胡英宗等. “学校、家庭、社区”体育教育一体化发展模式 [J]. 武汉体育学院学报, 2004(6): 50~53.

⑥ 杨燕国. 上海市青少年儿童体质健康促进的学校、家庭、社区联动模式研究——以卢湾区为例 [D]. 华东师范大学硕士学位论文, 2012.

⑦ 薛明扬. 实施学生健康促进工程整体推进学校体育工作 [N]. 中国教育报, 2012-12-25.

⑧ 江苏省教育厅体卫艺处. 江苏省学生体质健康促进行动计划实施方案 [EB/OL]. <http://jsxxtty.jssjys.com/Html/Article/9857/>, 2012-7-6.

二、课程理念：以“学生发展为中心”

课程理念是课程设计者在进行顶层设计时必须具备的，需要课程实施者付诸实践的教育教学的信念，是课程的灵魂和支点。^①《课程标准》非常重视学生的发展，关注学生的健康、运动兴趣、运动意识和习惯以及学生的个体差异，目的在于通过激发每一位学生的运动兴趣，培养其终身运动的意识和习惯，促进每一位学生的健康成长。

1. 坚持“健康第一”的指导思想，促进学生健康成长

学生的发展需要以健康为基础，同时健康又是学生发展的终极目标之一。体育与健康课程以“健康第一”为指导思想，主要体现在课程目标设置、课程结构设计、教学内容与教学方法选择、课堂教学的组织实施以及教学评价等在内的整个课程实施环节中。在《课程标准》中，体育与健康课程非常强调与健康有关的知识 and 技能，并要求体育教师注意引导学生培养健康的饮食习惯，形成健康的生活方式，从而促进学生可持续发展。^②

2. 激发学生的运动兴趣，培养学生体育锻炼的意识和习惯

爱因斯坦曾说：“兴趣是最好的老师。”国务委员陈至立同志曾在 2006 年 12 月 23 日召开的第一次全国学校体育工作会议上指出：“要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。组织多层次多样化的体育团队和竞赛活动，提高学生参加课外体育活动的兴趣。”^③据调查，我国 16 岁以上居民中有 66.74% 的人不参加任何体育活动，其中相当多的人是因为对体育缺乏兴趣，占各种不参加体育活动原因的第三位。^④2000 年的调查也表明，学生在回答“不愿意参加体育锻炼的原因”时，怕累（54.5%）、没有喜欢的项目（51.3%）和没有习惯（50.0%）排在前三位。^⑤由此可见，兴趣对学生体育与健康学习有着巨大影响。在新一轮体育课程改革中，《课程标准》充分关注激发与提高学生运动兴趣的重要性，并根据学生的身心发展特点，将学生的体育运动兴趣和运动参与按学段提出了相应的要求。小学阶段，体育与健康课程主要通过游戏教学来激发学生的体育学习兴趣；初中阶段，主要以单元教学的方式，相对集中地针对某一项运动技能进行教学，尽可能多地让学生学习并接触到一些常见的运动项目，相对系统地学习基本知识和技能，以提高学生学习体育的兴趣；高中阶段则采用选

① 管明星. 新课程理念下教师应该具有怎样的教材观[J]. 科学教育, 2007, 6(13): 6-7.

② 教育部. 义务教育体育与健康课程标准(2011年版)[M]. 北京: 北京师范大学出版社, 2012.

③ 陈至立. 切实加强学校体育工作促进广大青少年全面健康成长[N]. 中国体育报, 2006-12-29.

④ 汪晓赞, 季浏. 新时期我国中小学体育课程的转型与发展[J]. 上海教育科研, 2007(3): 8-10.

⑤ 教育部. 《国家学生体质健康标准》解读[M]. 北京: 人民教育出版社, 2007.

项式模块教学的方式,高中三年级学生可选择自己感兴趣的1~2项运动项目进行系统性学习,目的是培养学生的运动爱好与专长,离开学校之后能够运用自己所掌握的一两项运动技能积极地参与体育运动,形成终身体育运动习惯,培养健康生活方式。^①由此可见,在《课程标准》的指导下,体育与健康课程的教学不再以体育学科或者教师为中心,更多关注的是学生的需求,关注学生的发展需要。

3. 以学生发展为中心,帮助学生学会体育与健康学习

《课程标准》强调从课程设计到学习评价,始终以促进学生的身心发展为中心,关注学生学习兴趣的培养。^②学生的运动兴趣不是自然产生的,教师需要采用丰富多样的教学方法去不断激发和引导,只有适合学生身心发展特点的教学方法,才能调动学生学习体育与健康的积极性。^③《课程标准》从学生的身心发展特点出发,在充分发挥体育教师主导作用的同时,在教学中倡导自主、合作和探究等多种学习方式,^④帮助学生学会学习,养成发现问题、分析问题和解决问题的能力,促使学生掌握体育与健康学习的方法。目前,越来越多的体育教师开始接受这一理念,并运用于中小学体育与健康课程教学实践。例如,许多小学体育教师采用生动活泼的体育游戏教学、情景教学和主题教学等,在激发学生体育与健康学习兴趣的同时,也有效地帮助学生学会如何学习。^⑤

4. 关注地区差异和个体差异,保证每一位学生受益

《中华人民共和国宪法》第46条、《中华人民共和国教育法》第9条都规定了我国公民依法享有受教育的权利。对于体育与健康课程来说,教育的公平性也体现在保证每位学生都享有体育与健康的权利和义务。我国幅员辽阔,地区条件差异大,加上各地经济发展不平衡,导致不同地区间体育教育资源差异非常大。为了保障所有学生的体育与健康权利,《课程标准》强调在保证国家课程基本要求的前提下,充分关注不同地区、学校和学生之间的差异,提倡各地各校根据自身的实际情况,利用和开发当地体育与健康课程资源,制定相应的课程实施纲要和校本课程,并在教学内容的选择上给予充分的自主权。^⑥体育教师有权在教学实践中根据班级学生的个体差异和实际情况,合理使用各种教学方法和教学设计,为每一位学生创设积极的运动环境,保证每一位学生都能从体育与健康课程中受益。

① 季浏. 全日制义务教育普通高级中学体育(与健康)课程标准解读(实验稿)[M]. 武汉:湖北教育出版社,2004.

② 杨文轩,季浏. 义务教育体育与健康课程标准(2011年版)解读[M]. 北京:高等教育出版社,2012.

③ 季浏. 论面向学生的中国体育与健康新课程[J]. 体育科学,2013,33(11):28~36.

④ 教育部. 义务教育体育与健康课程标准(2011年版)[M]. 北京:北京师范大学出版社,2012.

⑤ 闫禹任. 情境教学在山东省小学体育教学中的现状与应用研究[D]. 吉林体育学院硕士论文,2014.

⑥ 汪晓赞,季浏. 新时期我国中小学体育课程的转型与发展[J]. 上海教育科研,2007(3):8~10.