

经全国中小学教材审定委员会

2002年审查通过

九年义务教育六年制小学教科

教师用书

主编 季浏

体育

水平二（三至四年级）



华东师范大学出版社

九年义务教育六年制小学教科书 教师用书

◎主 编 季 浏

体 育

水平二（三至四年级）

教 师 用 书

华东师范大学出版社

体 育

水平二(三至四年级)教师用书

主 编 季 浏

责任编辑 陈长华

封面设计 卢晓红

版式设计 蒋 克

出版发行 华东师范大学出版社

市场部 电话 021-62865537

传真 021-62860410

门市(邮购)电话:021-62869887

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

社 址 上海市中山北路 3663 号

邮编 200062

印 刷 者 苏州市永新印刷包装有限公司

开 本 787×1092 16 开

印 张 8.25

字 数 203 千字

版 次 2002 年 12 月第一版

印 次 2005 年 7 月第二次

书 号 ISBN 7-5617-2999-5 /G·1516

定 价 30.00 元(含盘)

出 版 人 朱杰人

(如发现本版图书有印订质量问题,请寄回本社市场部调换或电话 021-62865537 联系)

说明

《体育》实验教科书教师用书是根据教育部颁发的九年义务教育小学体育课程标准编写的。编写《体育》实验教科书教师用书的目的是,为了帮助教师加深对体育课程标准的理解,不断提高教学质量。

《体育》实验教科书教师用书体现了小学体育课程标准的精神,改变了过去的体育教科书以运动技术为核心的编写方式,以运动参与、运动技能、身体健康、心理健康和社会适应等五个学习领域来组织教科书内容。在教学过程中,教师应注意五个学习领域是一个相互联系的整体,各个学习领域的学习目标主要是通过身体练习达成的,不能将五个学习领域隔离开来,进行教学,不能理解成身体健康、心理健康和社会适应三个学习领域的目标主要是通过课堂理论教学来实现的,更不能理解成某种运动手段或方法只能为某一教学目标所需所用,因为每一种运动手段或方法都有实现多种目标的功能。其次,本书改变了过去的体育教科书教师用书侧重罗列大量知识的编写方式,除介绍与教学内容有关的知识外,主要对教师的教法进行指导以及对教学案例进行详细的分析,帮助教师更好地改进教学。再次,本书改变了过去的体育教科书教师用书过分地介绍技术动作要领的编写方式,侧重于讨论如何通过运动技能的教学,使学生达到身体的、心理的、社会适应方面的整体健康目标。我们期望,教师在认真阅读这本书后,真正领会课程标准的精神,组织好体育课的教学,以便激发学生的体育兴趣,促进学生坚持体育锻炼,为提高学生的健康水平作出自己应有的贡献。

在使用本书时,教师应注意:《体育》实验教科书教师用书不是教学大纲。根据体育课程标准的精神,各地区和各学校应根据自身的实际情况制定切合实际的教学实施方案和教学计划;学校的任课教师在教学内容选择、教学计划的安排方面,有相当大的自主权。本书只是为了帮助教师更好地理解课程标准的精神而编写的一本教学参考书。书中的所有结论、建议、计划等,仅供教师教学时参考之用。只要符合体育课程标准的要求和有利于学生主动学习,教师也可自选教学内容和教学方法,自拟教学计划,自定评价方法,但前提是所选的内容和方法要有利于学生达到课程标准所规定的目标要求。

《体育》实验教科书水平二教师用书适用于九年义务教育小学三年级和四年级。

由于许多教学内容都是第一次进入《体育》实验教科书教师用书,采

说 明

用新的形式和体例编写也是一次新的尝试。实验教科书教师用书能否有效地帮助体育教师激发学生对体育的兴趣,指导学生自学自练,还有待于广大体育教师在教学实践中加以检验。殷切企盼使用本书的教师们提出宝贵意见,以便我们再版时修改完善。

本书编者

2002年9月

本书编写人员

(名单排列不分先后)

主 编	季 浏			
副 主 编	潘绍伟	谭 华	胡增萃	许世岩
编写人员	童昭岗	汪晓赞	戴国斌	陈作松
	朱伟强	金 玉	颜 军	李世昌
	赵宗跃	王 健	沈 越	雷咏时

目 录

绪论——体育课程标准教学指导 / 1

一、体育课程标准的含义及其意义 / 1

(一) 体育课程标准 / 1

(二) 为什么要用课程标准取代教学大纲 / 1

(三) 体育课程标准学习领域与学习水平的划分 / 2

二、体育课程教学要求 / 4

(一) 制定符合学校和学生实际的课程教学计划 / 4

(二) 引导学生积极主动、富有创造性地学习 / 5

(三) 正确运用多种形式进行学习评价 / 5

(四) 营造良好的学习环境,创设良好的学习条件 / 6

三、水平(学年)体育教学工作计划的制定 / 7

(一) 制定水平(学年)体育教学工作计划的特点 / 7

(二) 制定水平(学年)体育教学工作计划应注意的问题 / 7

附: 水平二体育教学工作计划案例 / 7

(一) 水平二(小学 3~4 年级)体育教学工作计划(示例) / 7

(二) 水平二(小学 3~4 年级)学年(学期)体育教学工作计划(示例) / 8

四、学生体育学习成绩评定 / 9

(一) 评定指向目标 / 9

(二) 注重定性评定 / 9

(三) 组织和指导学生进行自我与互相评定 / 9

附: 水平二(小学 3~4 年级)学生体育学习成绩评定 案例 / 9

第一章 学生的运动参与 / 11

第一节 展示运动动作 / 11

第二节 展示运动动作的对象、场所和方法 / 16

第二章 学生的运动技能 / 21

第一节 篮球简单组合动作 / 21

第二节 排球简单组合动作 / 29

第三节 足球简单组合动作 / 33

第四节 乒乓球和羽毛球简单组合动作 / 38

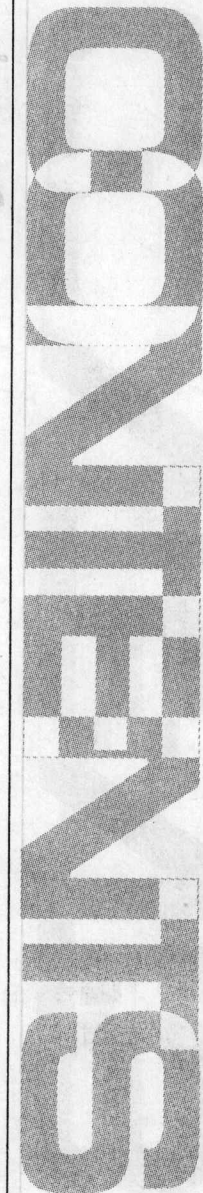
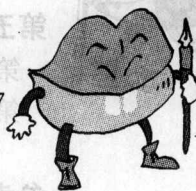
第五节 体操简单组合动作 / 45

第六节 武术简单组合动作 / 50

第七节 舞蹈简单组合动作 / 55

第八节 游泳简单组合动作 / 69

第九节 安全地进行体育活动 / 75



目 录

第三章 学生的身体健康 / 79

第一节 身体姿势 / 79

第二节 体 能 / 82



第四章 学生的心理健康 / 93

第一节 体育活动与心理体验 / 93

第二节 运动表现与运动热情 / 97

第三节 成功与失败的情绪表现 / 102

第四节 培养学生克服困难的意志品质 / 108



第五章 学生的社会适应能力 / 116

第一节 团体与个体 / 116

第二节 合作行为 / 120

参考文献 / 124



绪 论

——体育课程标准教学指导

一、体育课程标准的含义及其意义

(一) 体育课程标准

基础教育体育课程标准是国家教育主管部门制定与颁布的对学生在体育与健康方面所应达到的水平的基本文件。它体现了国家对不同学段学生在运动参与、运动技能、身体健康、心理健康、社会适应能力等方面的基本要求,具体规定了体育课程的性质、目标以及内容标准等,并提出了教学与评价的建议,是国家管理与评价体育课程教学质量、各地编写教材、教师实施教学并对学生学习成绩进行评定的依据。

如何保证体育课程的教学质量与效果,关键在于体育教师实施教学的状况。国家体育课程标准给各地、各校制定本地、本校学习目标、选择内容与方法、实施教学等提供了基本依据,帮助教师在选择什么样的内容、采用什么样的教学方法、确定什么样的评价标准和方法时,作出正确的判断。体育课程标准有助于各地制定出符合培养目标与课程特点的实施方案,有助于各校的体育教师根据课程标准的精神,结合本校的条件、学生的实际情况制定具体的教学方案,以确保课程目标的实现。

体育课程标准是基于国内外成功的体育健康课程实践而制定出来的,它有助于我们从根本上改变目前学校体育教学实践存在的种种问题,如:学生喜欢体育而不喜欢上体育课,学生只知其然而不知其所以然,学生在校所学知识与他们的生活实际相脱节等。

(二) 为什么要用课程标准取代教学大纲

从1956年颁布第一套体育教学大纲到2000年为止,我国先后颁布了6套体育教学大纲。历次体育教学大纲都明确规定了体育教学目标,对各年级教学内容及比重、考核项目和考核标准也做了程度不同的规定。体育教学大纲的颁布与实施,对规范我国体育教学、推进中小学体育教学改革、提高体育教学质量等都发挥了积极和重要的作用。

但是,我国地区之间、城乡之间、学校之间存在着明显差距,学生的体育基础、兴趣、爱好、需求等也各不相同,因此,大纲要求“大家齐步走”的特点在一定程度上导致了两种消极的后果:一是有些地方和学校不顾实际情况,教条地执行大纲;二是有些学校以不具备条件为由,自行其是。这两种情况都对体育教学的质量与效果产生消极的影响,各地各校对规范体育教学的指导性文件的改革呼声越来越高。为此,国家基础教育体育课程标准只明确规定了课程目标、领域目标、水平目标、内容标准,但对于具体教学内容、课时比重、具体的成绩评定项目和标准等都未作限制。这样既有一个能够明确规范全国各地、各校教学的标准,以便从宏观上指导、规范体育教学,又能充分地发挥各地、各校的积极性、创造性。各地、各校可根据具体情况

确定具体的教学目标,选择具体的教学内容,安排教学时数,制订具体的成绩评定内容与标准,开展丰富多彩的体育教学活动。

(三) 体育课程标准学习领域与学习水平的划分

1. 为什么要划分学习领域

体育课程的学习领域是指在体育课程中按学习目标的不同而划分的学习范畴。以往我国的体育教学大纲中提出了发展身体、掌握体育知识技能、培养良好的思想品德的目标,但是其构建的内容体系是以体育活动与运动项目为基础,这就导致体育教学目标在具体的学习内容中未能很好地体现甚至脱节的现象,如培养良好的思想品质等目标缺乏实体的教学内容与活动的支撑,没有评价的反馈,即出现“教教材”,就教材教教材,而不是用教材教,在一定程度上造成了这些目标的落空。

划分学习领域、明确学习目标的具体范围就是要使体育教师和学生通过体育课程的教与学,明确学生行为在哪些方面发生什么样的变化,以便有目的、有针对性地进行教学,真正使体育教学成为教育的有机组成部分,而不仅仅是运动技巧的教学。

2. 体育课程标准学习领域的划分

体育课程标准将整个学习划分为运动参与、运动技能、身体健康、心理健康和社会适应五个领域。这五个领域是以运动参与和运动技能为手段,以身体健康、心理健康和社会适应为目标而构建的课程标准系统。五个学习领域的构成有两种情况:一部分具有明确的、实质性的教学内容和教学活动的支撑,如身体健康、运动技能;另外一部分要渗透在运动技能、运动参与、身体健康等实际教学内容与活动之中来教学,如心理健康、社会适应。

要特别说明的是,虽然体育课程标准将不同性质的学习内容划分成五个学习领域,但五个学习领域是一个相互联系的整体,每个领域都不能脱离其他领域独立实现课程目标,而且各个学习领域的学习目标主要是通过身体练习达成的,不能将五个学习领域隔离开来,更不能理解成身体健康、心理健康和社会适应三个学习领域的目标主要是通过课堂理论教学来实现的。当然,有些体育与健康知识可以利用课堂理论教学(如下雨天)来讲授。

(1) 体现体育课程独特性与综合性的划分方法。

身体健康、运动技能、运动参与是体育课程独特的学习领域。学校教育课程中设置的体育课程是学校所有课程中惟一以促进身体发展、增进健康为目的,并通过实际的身体练习来增进健康的课程。其中,运动技能学习是体育课程特有的领域,也是实现其他领域目标的主要手段之一。学生在运动技能学习的过程中,既可以形成一定的运动技能、培养积极参与体育活动的意识,又可以很好地促进身体健康、心理健康,提高社会适应能力。

(2) 依据三维健康观的划分原则。

体育课程的主要目的是为了增进学生的健康,按照世界卫生组织对健康的定义,健康是三维的,即身体健康、心理健康、社会健康。依据三维健康观划分学习领域有利于提高体育课程健康目标的指向性,充分体现“健康第一”的指导思想,使学生在掌握体育与健康的基本知识和基本运动技能的同时,形成健康意识,养成良好的生活和锻炼习惯,真正实现身体、心理、社会健康的目标。

3. 学习水平的划分及其目标的确定

根据学生身心发展的特征,体育课程标准将小学到高中的学习划分为六级水平,并在各学习领域设置了相应的水平目标,构建了与水平目标相适应的内容和活动建议。

(1) 为什么划分为六级水平。

以往的体育教学大纲是按照各个年级分别制定体育教学目标、选择教学内容、规定教学时数比例、制定考核项目与标准的,这对各个年级体育教师的教学实践带来了很多便利。但是,完全按年级来划分与组织教学内容的方法也存在明显的不足:一是各地各校的条件(包括经济、文化、教育、地理、气候、风俗等)存在着明显的差异,要求所有的学校“齐步走”,既不符合实际,也不科学合理;二是学生的身心发展具有鲜明的阶段性特征,这种阶段性特征是以学生的年龄为转移的,而学生的年龄特点又不是与年级一一对应的;三是由于各校的条件和学生的差异,按照年级确定体育教学目标,选择教学内容,安排教学时数,很容易导致一些人“吃不了”,而另一些人“吃不饱”的现象。

(2) 划分的依据。

体育课程标准将整个基础教育阶段 12 个年级划分为六级学习水平。主要依据是:

a. 学生的身心发展特征。不同年龄的少年儿童在身心发展方面有很大的差异性。7~8 岁儿童生长速度较快,但身体机能水平比较差,部分 11~12 岁的女生则已经进入生长发育高峰期,9~10 岁的儿童处在两者的衔接期;一般来说,13~15 岁的男女学生都已进入生长发育的高峰期,这一阶段学生的身心发生着广泛而深刻的变化;大部分 16~18 岁的男女青少年的生长发育接近或基本完成,其身心发展达到了较高的水平。因此,体育课程标准将基础教育阶段的学生划分为五个相互联系的阶段,并据此划分体育与健康学习的五级水平,即 7~8 岁、9~10 岁、11~12 岁、13~15 岁、16~18 岁五个阶段和相应的五级水平。为了满足和鼓励体育成绩优异的学生进一步发展的需要还设立了水平六。

b. 学习阶段的特点。与水平一至水平五相对应的学习阶段分别是小学 1~2 年级(低年级)、小学 3~4 年级(中年级)、小学 5~6 年级(高年级)、初中 1~3 年级、高中 1~3 年级,水平六是发展性水平。这一对应既考虑到学生的年龄特征,又考虑到各个学段的特点和学习内容的有机衔接,有利于学校有针对性、系统地开展教学。

(3) 划分六级水平,设置水平目标的好处。

a. 各地、各校可以根据自身的情况灵活地安排体育课程的教学。例如,课程标准只是制定了水平二应达到的目标,即在小学四年级结束时应达到的目标,并未限定这一目标是在三年级还是四年级达到,也未规定具体的教学内容和实现这一目标的学时数。这样,有利于各个地方和各个学校根据自身的情况,具体分解水平目标,选择具体的教学内容,安排适宜的教学时间,确定学生课程学习成绩评定的内容,使不同条件的学校都能通过两年的教学达到既定的水平目标,留下创造开发的足够空间。

b. 有利于调动学校与学生的积极性。课程标准划分的水平二相当于小学三、四年级学习阶段应达到的水平。与此同时,课程标准鼓励与提倡条件较好的学校和学生达到水平二目标的前提下,将水平三的目标作为本学习阶段学生的发展性学习目标。

二、体育课程教学要求

(一) 制定符合学校和学生实际的课程教学计划

国家基础教育体育课程标准确定了课程目标,划分了五个学习领域,制定了水平目标,并提出相应的内容标准,但未具体规定各项教学内容、教学时数,以及必须在哪个年级、哪个学期教学等。每一年级的具体教学内容、教学时数、评定的内容与标准由各个学校的体育教师依据国家课程标准和各省、市、自治区实施方案,结合本校的客观条件与学生特点制订切合学校和学生实际的教学计划。

1. 制定切实可行的学习目标

制定科学合理、切合实际的体育教学计划是保证体育课程教学成效的前提,其首要步骤是确定学习目标。体育教师应依据课程标准,并结合本校的条件、学生的基础等,具体制定本校的学年、学期、单元的学习目标。学习目标的阐述可以采用结果性目标的方式,即明确告诉学生学习结果是什么,所用的行为动词要求明确,可测量、可评价,主要用于身体健康的体能、运动技能等领域;另外,可以采用体验性或表现性目标的方式,即描述学生在体育活动中自己的生理、心理感受或体验,具体安排学生表现的机会,所采用的行为动词往往是体验性的、过程性的,主要用于心理健康、社会适应、运动参与等领域。体育教师从所期待的教学结果出发,反过来推断、设计教学活动。

2. 合理选择与安排教学内容

体育教师依据学习目标,选择体育课程具体的教学内容与设计教学活动。体育教师在选择具体教学内容时要充分考虑到学生的体能基础、兴趣、知识水平、运动技能基础等,还要考虑学生的文化背景与经历,以及当地可供利用的课程资源。并在此基础上设计相应的教学内容,以保证所选的教学内容能为体育课程标准多种目标的实现提供保证。

3. 合理安排教学内容的教学时数

在制订体育教学工作计划时,体育教师要依据国家制订的课程标准、各地制订的实施方案、学校要求,以及本校的体育场地和器材设备、学生的体育基础、兴趣爱好、教学内容的数量与难度等,合理分配各项教学内容的教学时数。教学时数的安排应保持一定的弹性,留有一定的余地。

4. 精心设计具体的教学计划

体育教师要依据课程目标、内容、学生特点和教学条件等,合理设计教学方案,并使之体现在各水平、学年、学期、单元、课时计划之中。其中,具体的教学计划(课时计划)包括教学方法、组织方法和区别对待三个方面。

体育课程的教学主要是通过学生从事各种身体练习来进行的,练习法是体育实践课的主要方法,教师要合理设计练习内容,同时还要指导学生掌握正确的学习方法,进而去实现课程的学习目标。

另外,体育学习活动通常是学生之间密切协作的活动,在整个体育教学过程中教师与学生之间、学生与学生之间、小组与小组之间的协作是体育教学活动的重要组织保证。因此,体育教师要根据具体的教学内容、教学活动,选择适当的组织形式,如全班性的教学、小组教学、个别辅导等。

体育教师制订的教学计划还要特别注意全班学生在体能、运动技能、知识、兴趣等方面的

差异,以及不同学生的不同需求,并据此制订出有针对性的教学活动方案。

(二) 引导学生积极主动、富有创造性地学习

1. 激发学生的学习兴趣与热情

学生学习体育的兴趣和对体育的热情是开展体育教学活动的前提与基础。体育教师在教学过程中要不断地思考如何安排教学活动,如何利用和创造各种机会培养学生对体育的兴趣,激发其学习热情。在教学中,体育教师要指导学生确立具有个人色彩的、可能实现的学习目标,并引导其为之而努力,另外,还要创设条件使学生有体验克服困难、取得成功喜悦的机会,增强其自信心,产生良好的、积极的情绪体验,为进一步学习奠定基础。

2. 充分发挥学生的主体作用

体育教师必须清醒地意识到,体育课程教学的效果不是由教师教了多少来决定,而是要从学生学到了多少来判断。只有学生对自己的学习抱有负责的态度,并主动投入学习,体育课程的学习才能取得实效。为此,体育教师要给学生创造主动参与学习的机会(如自主学习、自我练习、自我评价等),培养他们积极主动地回答和解决学习中出现的各种问题,探求各种体育活动的合理有效的方法,从而真正发挥学生的主观能动性,使学生的主体作用得到充分的发挥。

3. 尊重学生之间的差异,创造平等学习机会

在体育课程学习中,尤其在从事身体练习的过程中,学生之间的体能、体育基础存在极大的差异,这种差异对于每一个学生的学习以及全体学生的学习都有非常重要的影响。体育教师首先应充分认识到学生之间的差异,切实了解和掌握学生的情况,尤其是学生的体能、体育兴趣爱好等方面的基础与需求。然后,针对这些差异采取适当的措施,在目标确定、内容安排、方法采用等方面区别对待,以便使全体学生都能有平等参加体育活动的机会,尤其需要给体能基础较差的学生提供学习机会,使每一位学生都能通过体育课程的学习得到发展。

(三) 正确运用多种形式进行学习评价

1. 正确认识和理解学习评价

以往我们通常把体育课程学习评价理解为水平测试以及学习成绩考核,即甄别学生学习成绩的工具,给出成绩意味着教学的结束。体育课程标准中体育学习评价是整个体育课程教学的一个有机的组成部分,即体育课程学习评价应贯穿于教学的全过程。

为此,体育教师要进一步明确学习评价的目的,淡化其甄别功能。评价的内容应注重学生行为的改变、进步与发展,强化激励和发展功能,并采用适当的评价内容、评价标准、评价方法与形式,使学习评价真正成为促进学生实现学习目标和改进体育教学的重要手段。

2. 及时了解和掌握学生的学习信息

体育教师要采用多种方法,及时准确地了解学生体育课程学习中运动参与、运动技能、身体健康、心理健康和社会适应等方面的发展变化情况,并以此作为调控教学活动的依据。体育教师应采用灵活多样的形式,如对体育知识等可以用提问、书面作业的形式,对运动技能用观察和记录动作完成情况的形式,对心理健康和社会适应则可用行为观察的形式等等,以便及时准确地了解和掌握学生有关学习的信息。

3. 及时分析学生的学习信息

体育教师要及时了解和掌握学生各个方面的学习情况,并对此进行分析,以便更有针对性

地进行指导。体育教师对学生的运动参与、运动技能、身体健康、心理健康和社会适应等进行了解与分析,分析学生在学习哪些方面取得了什么样的进步和变化?为什么会出现这样的进步和变化?学生在学习中存在什么问题与不足?是什么原因所致?通过这些分析,可以使体育教师更好地选择如何教、如何指导学生学,及时对计划中的教学安排进行适当的调整,使教学活动的安排更加合理有效。

4. 正面评价,鼓励学生的进步

体育课程标准改变了以往的评价思想、内容,注重过程性和个体性的评价,注重纵向比较,即每一个学生与自己的过去比较,使每一个学生都能看到自己的进步与发展,对学生的进步都要给予正面的评价,以促进学生扬长补短,成为成功的学习者。

5. 正确指导学生进行自我评价与相互评价

体育教师要改变以往教学中单一的体育教师从外部对学生的学学习结果进行考核的形式,正确指导学生对自己的学习情况进行评价,并引导学生互相进行评价。这种师生共同评价的方式一方面可以使教师更好地了解学生的学习情况,同时,自我评价、相互评价还能加深学生对体育课程学习内容的理解和把握,有助于学生对学习活动的自我期待,提高学生关注教学活动的意识以及自学、自练、自评的能力,增加学生之间交往的机会。

(四) 营造良好的学习环境,创设良好的学习条件

1. 给学生提供学习、掌握、运用知识技能和体验成功的必要时间

体育与健康知识的掌握与运用、运动技能的形成与提高、体育能力的培养、体育习惯的养成都是日积月累、逐渐实现的。因此,体育教师在安排具体内容的教学时,要充分考虑学习、掌握、运用知识技能或体验成功所花费的必要时间,让学生进行尝试练习、改进练习、巩固练习,体验成功的乐趣,以及思考、讨论等活动。

2. 要创造符合学生年龄特征的、有助于学生学习的运动环境

体育运动场馆、体育器材设备对学生的体育学习具有重要的影响。体育教师要根据学生的年龄、体能、技能、心理特征创设、选择适宜的体育运动场馆和器材设备,如对正规的竞技项目场地的大小、器材的大小与重量、设备的规格等进行教学改造,创设一些新的体育器材设备,改变规则、动作要求与组合等,使运动场地、器材、设备、规则更好地适应学生的特点与需求,提高学生参与运动的积极性,培养学生对体育的兴趣爱好,为终身体育奠定基础。

3. 注意运动安全,防止运动伤害

在体育课程教学中,要始终关注学生的安全问题。首先,要考虑教学内容的安全性,合理选择适合学生年龄特征、体能基础的身体练习;其次,要保证场地器材的安全性,最大限度地减少、杜绝因场地器材的原因而导致的运动损伤;再次,在教学过程中,要加强对学生的安全教育,采取恰当的措施保证学生的安全;最后,要根据各校的具体情况,制订安全运动的准则,指导学生如何安全地进行体育运动、预防与简易处理运动中的损伤。

4. 合理利用各种教学手段,指导学生掌握获取相关信息的方法

为了提高体育课程教学的效果,提高学生的体育能力,体育教师应充分合理地利用各种运动场地、器材设备和现代化教学手段,指导学生从书刊、电视、互联网等信息源获取体育与健康知识、运动技能等,同时,帮助学生学会评价其所获取信息的质量、价值,以便学生在校和

走上社会后能知道怎样进行体育锻炼。

三、水平(学年)体育教学工作计划的制定

(一) 制定水平(学年)体育教学工作计划的特点

以往由于体育教学大纲具体规定了各年级教学内容、时数比例、考核项目与考核标准,体育教师只要在这一基础上稍作调整,就可以制定一份学年体育教学工作计划。

体育课程标准与以往的体育教学大纲不同,它只是明确制定了水平目标和内容标准,具体用什么来教,用多少时间来教,怎样教,怎么评价等都未作具体规定,体育教师必须依据课程标准相应的水平目标与内容标准和各省、市、自治区的实施方案,结合本校的客观条件和学生实际,进行深入的思考,设计体育教学计划。

因此,在体育课程标准下制定体育教学工作计划与在体育教学大纲下制定体育教学工作计划相比,前者发挥体育教师创造性的空间要大得多,同时,对体育教师的要求也相应提高。

(二) 制定水平(学年)体育教学工作计划应注意的问题

1. 以目标规范内容。在制定水平(学年)体育教学工作计划时,体育教师一定要克服“教教材”的问题,真正做到“用教材教”,即明确地将五个领域的水平目标渗透在整个体育教学工作计划之中。

2. 结合实际。在具体选择“用什么教材教”时,要充分考虑到本校的场馆器材设备,学生的体能、运动技能以及对体育的兴趣爱好等。另外,根据体育运动可替代性强的特点,体育教师在制定体育教学工作计划时,可以依据水平目标选择和创造一些替代性的教材。

3. 整体设计。以往体育教学工作计划一般都是以学年为单位的,体育课程标准明确规定了每一水平的目标与内容标准,也就是说,它不是以年级为构建单位,而是以水平为单位来构建的。因此,体育教师在制定体育教学工作计划时应以某一水平作为一个整体制定两年或三年的教学计划。

4. 精选内容。体育教师应依据体育课程标准与各地的实施方案,精选教学内容,使学生在 学习某一教材内容时有一定的练习、改进、巩固、提高以及体验成功的机会,以利于较好地掌握所学习的内容。

附:水平二体育教学工作计划案例

(一) 水平二(小学3~4 年级)体育教学工作计划(示例)

序号	类 别	学 年 级	教 学 内 容	学 时	三 年 级	四 年 级	合 计
1	体育与健康知识		安全运动;体育活动与心理感受;运动热情与运动表现;成功与失败的情绪表现;意志品质及其培养;合作行为。				

(续 表)

序号	类别	学 校	教 学 内 容	年 级	学 时	三年级	四年级	合 计
2	运动技能		篮球简单组合动作			6	6	12
			排球简单组合动作			6	6	12
			足球简单组合动作			6	6	12
			乒乓球和羽毛球简单组合动作			6	6	12
			体操简单组合动作			4	6	10
			武术简单组合动作			6	6	12
			舞蹈简单组合动作			8	6	14
			游泳简单组合动作				12	12
3	体能练习		速度性游戏			8		8
			灵敏性游戏			6	4	10
			平衡性练习			4	6	10
			跳跃性练习			6	4	10
4	机动					6	4	10
合 计						72	72	144

注：1. 本表是以水平二(小学 3~4 年级)学生为对象所作的学年体育教学计划示例，各校可根据课程标准的水平目标与内容标准选择具体的教学内容。

2. 体育与健康基本知识不专门设理论课讲授，在两学年体育实践课中贯穿进行。

3. 本示例以每周至少 2 学时为例制定，各地各校可根据具体情况确定学时。

(二) 水平二(小学 3~4 年级)学年(学期)体育教学工作计划(示例)

学 期	第 一 学 期																		第 二 学 期																	
月 份	9				10				11				12				1		2		3		4		5		6									
周 次	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36
三年级	排球 (6)			灵敏 性游 戏(6)			乒 乓 球 (6)			平 衡 练 习 (4)			跳 跃 练 习 (6)			足 球 (6)			机 动 (2)		舞 蹈 (8)		篮 球 (6)		武 术 (6)		速 度 性 游 戏 (8)		体 操 (4)		机 动 (4)					
四年级	游泳(12)						灵 敏 性 游 戏 (4)		排 球 (6)		平 衡 练 习 (6)		足 球 (6)		机 动 (2)		武 术 (6)		乒 乓 球 (6)		体 操 (6)		舞 蹈 (6)		跳 跃 性 练 习 (4)		篮 球 (6)		机 动 (2)							

注：1. 本表以连续单元(集中排列)制定学年(学期)体育教学工作计划，各地、各校可以自主选择教学计划中各项内容的排列方式。

2. 本表以单一教材为例，制定学年(学期)体育教学工作计划，各地、各校可根据具体情况制定单一教材、双教材的教学计划。

四、学生体育学习成绩评定

学生体育学习成绩评定是对学生在体育课中达到学习目标的程度,以及学习表现进行的判断与等级评定。学生体育学习成绩评定是整个体育教学过程的有机组成部分,对于改进教学、激励学习具有十分重要的作用。在对学生的体育学习成绩进行评定时应注意以下几点:

(一) 评定指向目标

要改变过去成绩评定与教学目标相脱节的倾向,评定内容要依据五个学习领域的水平目标,并结合本校的具体教学内容来进行。

(二) 注重定性评定

对学生的体育学习成绩进行评定总要有一定的标准,依据评定的判定指标可以分为定量与定性标准,依据评定的参照系可以分为绝对标准、相对标准、个体内差异标准。为了使学习成绩评定能真正提高学生的学习能力,促进学生更好地学习,实现体育的教育价值,体育学习成绩评定要改变过去重定量测验,忽视定性评定;重绝对性标准评定,忽视个体内差异性评定的倾向。具体而言,体能学习内容的评定可参照《中国学生体质健康标准》,结合每一位学生学习前后的变化进行评定;运动技能学习内容的评定应注重定性的评定,并考虑学生的发展和变化。

(三) 组织和指导学生进行自我与互相评定

为了使学生体育学习成绩评定真正发挥促进学生学习,提高学生的体育学习成绩评定能力,不仅要有教师参与,同时还要进行学生自我评定与学生互相评定。体育教师要积极地组织、科学地指导学生对自己的体育学习成绩进行评定,让学生在小组范围内进行互相评定。这有助于学生发现自己或他人的进步与发展,体验成功带来的快乐,发现自己或他人的不足之处,进一步改进学习。

附:水平二(小学3~4年级)学生体育学习成绩评定案例

水平二(小学3~4年级)的学生是形成体育态度的关键时期。随着年龄的增长,体能、运动技能和社会认知水平在不断提高,通过2年较系统的体育学习,可以形成较为稳定的体育兴趣和积极的体育态度。因此这一阶段可以采用等级制对学生进行学习成绩评定。为了更好地激发和促进学生学习体育的积极性,改进自己的学习,提倡在对学生进行等级制评定的基础上,尽可能收集学生体育学习的发展、变化、进步等资料,对学生进行评语式评定。

等级评定表(示例)

评定内容	优 秀	良 好	中	及 格	不 及 格
	各种表现令人羡慕	能够胜任	进步明显,但不能充分胜任各种任务	水平低但有进步	水平低且无进步
体 能					
知识与技能					