

教育部推荐教材 ● 西南区体育教材教法研究会教材编审委员会审订



中小学体育教学设计与实践

主 编 陈雪红

副主编 刘正荣 魏富民 徐红琴

薛 斌 梁 健

JIAOYUBU TUIJIAN JIAOCAI

ZHONGXIAOXUE TIYU JIAOXUE SHEJI
YU SHIJIAN



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

教育部推荐教材

西南区体育教材教法研究会教材编审委员会审订

中小学体育教学设计与实践

主 编 陈雪红

副主编 刘正荣 魏富民 徐红琴

薛 斌 梁 健

参 编 肖东元



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

图书在版编目(CIP) 数据

中小学体育教学设计与实践/陈雪红主编. —北京: 北京师范大学出版社, 2010.8

ISBN 978-7-303-11117-6

I. ①中… II. ①陈… III. ①体育课—课程设计—中小学 IV. ①G633.962

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 124643 号

出版发行: 北京师范大学出版社 www.bnup.com.cn

北京新街口外大街 19 号

邮政编码: 100875

印 刷: 北京东方圣雅印刷有限公司

经 销: 全国新华书店

开 本: 170 mm × 230 mm

印 张: 11.75

字 数: 194 千字

版 次: 2010 年 8 月第 1 版

印 次: 2010 年 8 月第 1 次印刷

定 价: 20.00 元

策划编辑: 周光明 责任编辑: 周光明

美术编辑: 高 霞 装帧设计: 华鲁印联

责任校对: 李 茵 责任印制: 李 丽

版权所有 侵权必究

反盗版、侵权举报电话: 010-58800697

北京读者服务部电话: 010-58808104

外埠邮购电话: 010-58808083

本书如有印装质量问题, 请与印制管理部联系调换。

印制管理部电话: 010-58800825

西南区体育教材教法研究会理事会成员名单

理 事 长 朱国权（云南民族大学）

副理事长 姚 鑫（贵州师范大学）

梁 健（红河学院）

文革西（西南民族大学）

陈雪红（楚雄师范学院）

刘 炜（贵州大学）

夏五四（贵州民族学院）

郭 颂（贵州民族学院）

孟 刚（贵州师范大学）

张群力（昆明学院）

郭立亚（西南大学）

左庆生（遵义师范学院）

秘 书 长 周光明（北京师范大学出版社）

常务副秘书长 陈兴慧（北京师范大学出版社）

副秘书长 吕金江（曲靖师范学院）

徐 明（西藏民族学院）

鄯安庆（贵阳学院）

王亚琼（黔南师范学院）

朱智红（临沧师专）

汪爱平（遵义医学院）

常务理事 刘 莉（曲靖师范学院）

王洪祥（昆明学院）

关 辉（楚雄师范学院）

刘 云（楚雄师范学院）

王 萍（文山师专）

于贵和（贵州大学）

邱 勇（贵州大学）

谭 黔 (遵义师范学院)
李建荣 (毕节学院)
雷 斌 (贵州电子职院)
周 跃 (云南昭通师专)
肖谋远 (西南民族大学)
王 平 (铜仁学院)
黄平波 (凯里学院)
党云辉 (思茅师专)
李 黔 (六盘水师专)
张 龙 (六盘水师专)
杨庆辞 (保山师专)
薛 斌 (云南师范大学商学院)
左文泉 (云南师范大学)
余 斌 (贵州财经学院)
张兴毅 (兴义民族师范学院)
李 英 (西藏民族学院)
何德超 (遵义师范学院)
颜 庆 (遵义师范学院)

教材编审委员会

主 任 孟 刚 (兼) (贵州师范大学)
副 主 任 王洪祥 (兼) (昆明学院)
郭 颂 (兼) (贵州民族学院)
姚 鑫 (兼) (贵州师范大学)
陈雪红 (兼) (楚雄师范学院)
吕金江 (兼) (曲靖师范学院)
于贵和 (兼) (贵州大学)
梁 健 (兼) (红河学院)

前言

体育教学设计(Physical Education Instructional Design)的研究对象是体育教学系统的设计方法,是如何使实际的体育教学过程更符合体育教学规律的方法。所以,作为一门方法论性质的学科,其主要任务就是为实现体育与健康课程目标提供方法。

本教材是根据《全国普通高等学校体育教育本科专业课程方案》对体育教育专业培养目标的定位和《体育与健康课程标准》的基本理念而编写的。

体育教学是以身体练习为基本手段来贯彻“健康第一”的指导思想,以增强体质、增进健康为目标,以培养适应社会需要的合格人才为目的,其本质特点就是身体运动。因此,本教材以体育教学设计的基本理论和体育实践为两条主线来构建体育教学设计的过程。它系统阐述了现代教学设计的发展与演变、体育教学设计的基本理论、设计理念、基本要求、基本方法和基本程序,从十二个方面结合具体案例分析了体育教学设计的全过程。本书力求与基础教育改革相适应,体现《体育与健康课程标准》中符合体育教学实际的最新理念和思想,以现代教学理论为基础,突出教材的科学性和实践性,在理论体系的构建上有所创新,为体育教师的教学准备和解决教学过程中的各类问题提供了科学的系统方法和具体操作程序,具有较强的针对性和时效性。它同样也适用于小学教育专业和中、小学体育教师继续教育。

本教材是北京师范大学出版社联合西南(云、贵、川、渝、藏)高校教材教法研究会策划出版的系列教材之一,主要由楚雄师范学院体育人文社会学教学团队编写,由陈雪红主编和统稿,刘正荣和魏富民两位老师负责提供教学案例。另外,徐红琴、梁健、肖东元参加了部队章节。刘正荣、魏富民、徐红琴、梁健担任副主编。在编写过程中得到了来自基础教育第一线老师们的大力支持和提供的部分案例,北京师范大学出版社的部分编辑人员也为此付出了艰辛的劳动,在此一并表示感谢。

由于水平有限,编写时间仓促,难免存在一些问题和不足之处,敬请专家和同行批评指正。同时,对在本书中被直接或间接引用的资料的作者表示衷心的感谢,对于由于疏忽而未能在书中标明被引用者的姓名和论著的出处表示歉意。

西南区体育教材教法研究会(本书编写组)

2010年5月

目录

Contents

第一章 绪 论	(1)
第一节 教学设计的质的发展	(1)
第二节 现代教学设计的层次	(2)
第三节 现代教学设计的意义	(4)
第二章 体育教学设计的理论基础	(8)
第一节 体育教学系统论	(8)
第二节 体育学习论	(10)
第三节 现代教学理论	(15)
第四节 体育教学方法论	(20)
第五节 体育教学策略论	(23)
第三章 体育教学设计总论	(30)
第一节 体育教学设计的基本要求	(30)
第二节 体育教学设计的基本方法和程序	(32)
第四章 体育教学设计分论	(34)
第一节 体育教学设计的准备工作	(34)
第二节 体育教学目标设计	(36)
第三节 体育教学策略设计	(47)
第四节 体育教学情境设计	(53)
第五节 情感过程设计	(82)
第六节 体育教学活动设计	(87)
第七节 体育教学媒体的选择	(92)
第八节 体育动作示范设计	(100)
第九节 体育电教教材设计	(102)
第十节 体育练习设计	(112)
第十一节 体育教学设计总成与教案编制	(118)
第十二节 教学设计方案的评价与优化	(134)
附录一 中小学体育与健康课程标准	(140)
附录二 我国中小学教学软件评审参考标准	(178)

第一章 绪 论

第一节 教学设计的质的发展

一、什么是教学设计

教学是一种有目的的实践活动。在活动之前，主体的头脑中一般总要形成活动方式、过程和结果的意象，据此自觉地组织、控制自己的行为来达到预定的目的。所谓教学设计就是在教学工作正式开始之前，根据一定的目的、要求，预先制定工作方案、创造教学活动模式或观念结构的过程。

跟其他设计活动一样，教学设计活动具有下列特点：

1. 智力性：教学设计是以智力活动为主，以人的智慧为基础，以思维为核心的活动。
2. 创造性：教学设计可以创造出原先没有过的新的教学活动和成果，在设计中需要创造性思维。
3. 可重复性：按照设计出的方案工作，可以重复产生一定的活动方式和成果，有其现实性基础。

可见，教学设计跟通常所谓备课并不完全一样：备课时除了进行教学设计外，还包括熟悉教学方案以及进行物质准备等工作。

教学设计使教学工作具有明确的指向性和自觉性，从而能减少教学工作的盲目性，避免失误和曲折，提高教学工作的效率。为了搞好教学，人们总是要进行教学设计。

教学设计是随着人类的教学活动而发生、发展的。在不同的历史发展阶段，教学设计有着不同的特点。

二、直感设计

在近代教育产生以前，人们主要根据自己的主观愿望或者直感来进行教学设计，没有一定的规范，随意性很强，系统性很差。这种教学设计是低级的、原始的，其质量和所得方案的实践效果没有保证。现在，有时仍可以从缺乏教学经验的新教师那里看到直感设计的影子。

三、经验设计

随着教学实践经验不断积累，教学设计逐步进化到经验设计阶段。这时

的教学设计主要以教学实践中积累的感性经验为依据, 自觉性有了提高, 但仍缺乏系统的、严格的规范, 设计质量受经验的丰富程度和理论水平影响, 实践效果仍然难以保证。目前, 许多教师仍在使用经验设计这种传统的设计方法。

四、试验辅助设计

教学设计发展的第三阶段是试验辅助设计阶段。在这一阶段, 教学的感性经验被总结成规律(或假说), 上升为理性的认识; 人们试图用它们来指导教学实践, 开始进行各种局部试验乃至大规模试验, 总结出教学实践规范, 将其作为教学设计的依据和辅助手段。由于教学规律比较深刻地概括了更为广泛的教学实践经验, 设计的依据比较可靠, 这种设计的自觉程度进一步提高, 设计质量有了一定保证, 也就能保证一定的教学效果。但是, 设计质量还要受试验内容和水平的影响。

试验能加快经验积累的过程, 促进教学业务水平的提高和成熟, 经过大力提倡, 试验辅助设计方法正在被越来越多的人使用, 但普遍使用仍有困难。

五、系统设计

对教学认识的积累和系统科学方法的进步, 终于使人们认识到教学是由相互作用、相互联系着的多种因素以一定结构方式组成、具有特定功能的有机整体。简而言之, 教学是一个系统。教学系统及其运行具有一定的规律, 全面地认识这些规律, 并且以此为基础进行教学的系统设计(按照一定的规则和程序综合地了解和分析教学问题, 设计问题的解决方法 and 活动步骤, 进行预测和优化)具有很强的理性和规范性, 可以避免零散性、片面性和局限性, 使系统的各组成部分之间以及系统与其外部环境之间达到协调、和谐的状态, 从而提高系统的整体功能水平, 保证教学取得较好的效果。

系统设计即现代教学设计。它是研究教学这个复杂系统的设计、建立、试验和运行的科学技术, 是一种智力系统工程。现代教学设计的出现是教学设计新的进步和质的飞跃。从直感设计到经验设计、试验辅助设计再到系统设计, 是教学设计的发展、进化过程, 反映了人们对教学的认识和能动性的发展与提高。

第二节 现代教学设计的层次

教学系统是有层次的, 它的层次可以大至一门课程, 小至一个课时甚至其中一个阶段。教学设计的对象是教学系统, 它可以相应地分为课程教学设

计、学期(或学年)教学设计、单元(课题)教学设计和课时教学设计等层次。

一、课程教学设计

课程教学设计主要包括制定课程教学的总体规划,制定课程教学的蓝图和宏观方法。它通常包括下列内容:

1. 制定课程的教学大纲,确定课程教学的目的、任务和要求,并据此选择、组织教学内容。

2. 构思课程教学的总策略和方法系统,选择、编排教学材料。

3. 确定课程教学评价的目的、标准、模式和方法等。

课程教学设计的具体成果是课程教学大纲或课程教学计划。

二、学期(或学年)教学设计

学期(或学年)教学设计是对一段时间(学期或学年)内教学工作的阶段规划,它是指在课程教学设计以及了解学校的教育教学计划、学生的学习基础、学习能力和动机因素的一般特点和差异情况、教学资源 and 物质条件等方面的基础上,同时通读和初步研究教材,再参考本教学期间内教学工作跟前、后期间教学工作的联系,进一步确定本学期(或学年)教学工作的任务、内容、进度、基本工作方针和措施以及阶段的教学评价工作,制订学期(或学年)内的计划、实习计划、观摩计划、课外活动计划等。其成果是学期(或学年)教学工作计划。

三、单元(课题)教学设计

单元(课题)教学设计是对一个内容单元(课题)的教学工作进行局部规划,是根据课程教学总体设计和学期(或学年)阶段设计对一个单元(课题)教学活动的系统设计。单元课题教学设计的主要内容是在比较深入地分析教学内容和主体状态的基础上进行下列工作:

1. 确定单元的教学目的、任务和要求;

2. 确定单元教学的结构、策略和方法系统,包括怎样进行教学准备、怎样开展教学活动、怎样把握单元内容的内部联系和外部联系、怎样搞好重点内容的教学以及确定教学形式和课时教学内容划分等;

3. 确定单元教学的评价方案。

单元(课题)教学计划是单元(课题)教学设计的成果。

四、课时教学设计

课时教学设计是在课程教学设计、学期(或学年)教学设计和单元(课题)教学设计基础上,根据具体的教学条件,以课时为单位进行的教学设计。它

主要包括下列内容:

1. 确定本课时的教学目标;
2. 构思本课时的教学过程,具体的教学策略和方法,选择和设计教学媒体;

3. 准备课时教学评价和调控方案等;
4. 在上述工作的基础上编制课时教学计划(教案)。

在各层次教学设计中课时教学设计是最频繁进行的一种教学设计,其内容比较具体和深入。在以后的讨论中,我们将以课时教学设计为主要讨论对象。

五、局部设计

通过比较可以发现,不同层次教学设计方案的内容不尽相同。但是,它们都包括3个基本要素:(1)教学目标(或者教学目的、任务和要求)设计;(2)教学内容和策略、方法设计;(3)教学评价和调控方案设计。

在进行教学设计时,除了要设计教学的整体基本结构,即进行系统设计外,还需要对某些重要环节、关键片段等分别作具体的局部设计,例如导入设计、过渡设计、结尾设计、实践设计、练习设计、技术媒体设计等。

没有局部设计,就不能使教学设计达到比较深入和精细的程度,不能使教学设计达到较高的艺术水平和科学水平,也难以保证设计方案的实施效果,影响其可靠性,系统设计就会停留在粗糙、模糊和概略状态。局部设计必须在系统设计指导下进行,才能不偏离方向,在整体方案中起到应有的作用。在完成各局部设计后,还需要在系统设计指导下作整体的协调。

因此,研究教学设计时,既要注意研究整体的系统设计,又要注意研究局部的具体设计,使两者相互配合、相互补充、有机地统一起来。

第三节 现代教学设计的意义

一、现代教学设计是实现教学目的可靠保证

现代教学设计是按照教学的目的、要求制定教学工作方案的,有着明确的目的指向。同时,它又以科学的教学规律为依据,对设计方案可以反复进行推敲、论证,还可以通过样组试验或局部试验进一步完善设计方案,其效果具有可预期性。

现代教学设计能为教学工作提供行为的方针、规范和具体的操作方案,是组织教学活动的依据,可以确保教学工作的质量,从而为有效地实现教学

目的提供可靠的保证。

二、现代教学设计是连接教学理论和教学实践的桥梁

实践需要理论指导，没有理论指导的实践是盲目的实践。理论是抽象思维的结果，概念、判断和推理系统是其最主要的表现形式，跟具体的实际行动截然不同。教学理论只能指明教学或者改进教学的一般方向，不能解决教学的方法和技术问题。要使抽象的理论转变成具体的实际行动，成为变革现实的力量，需要在理论与实践之间建立起联系的中介物。1900年，美国教育家杜威就曾经提出，应该发展一门连接学习理论和教育实践的“桥梁科学”。

连接教学理论和教学实践的桥梁是什么？在很长一段时间内，人们根据教学理论制定出若干条教学原则，用它们来指导、规范教学实践，把教学原则作为连接教学理论和教学实践的中介。但是，高度概括的教学原则仍然是比较抽象的东西，不能解决具体的方法和技术问题。仅靠提出几条教学原则难以保证教学活动符合客观规律并取得好的效果，难以具体地规范教学实践。教学原则充其量只是介于教学理论和教学实践之间的产物，不能单独地充当两者之间的桥梁。

现代教学设计的出现使人们认识到，它才是真正连接教学理论和教学实践的桥梁。这是因为，现代教学设计不但规定了教学活动的原则和策略，而且在有关信息的收集、加工、转换、判断基础上，设计出一系列用活动程序或者“条件—活动产生式”等方式表示的活动指令系统，因而它具有连接教学理论和教学实践的功能，由抽象的概念、判断、推理组成的理论可以通过它转变成具体的教学活动。通过教学设计进一步开展教学实践也是验证假说从而确立教育理论的唯一途径。美国学者斯金纳、布鲁纳和奥苏伯尔等人都是通过教学设计使他们的假说在实践中接受检验而确立为理论并且变成教学现实的。

在学校教学中推广现代教学设计，不但可以提高教学工作质量，而且可以推动教师对教学理论的学习，提高教师的素质和水平。

三、现代教学设计是使教学实现科学性与艺术性统一的重要途径

教学既是一门科学又是一门艺术，在教学中必须实现科学性和艺术性的统一。

科学和艺术是人类文化分化发展的不同成果，有着不同的特点。科学力求反映客观世界的秩序，以观察和抽象思维为主要活动方式；而艺术注重内在的和谐与情感，以形象思维和表现技巧为主要手段，是两个截然不同的文化领域。要使教学实现科学性和艺术性统一并不容易。

教学的科学性主要表现在教学必须按照教学的科学规律引导学生形成科学的认识。科学性是教学的灵魂。教学的科学规律是对种种教学现象进行分析、综合、抽象、概括、升华,舍弃个别的、表面的、次要的、非本质的“枝节”,使教学现象的本质被揭示的结果,是进行科学探索的结果。此外,教学活动还为检验、修正、丰富、发展人们对教学理性认识提供了可能。要按照客观的教学规律进行教学,需要通过艺术创造添“枝”加“叶”,使一般的、抽象的、概括的教学规律还原成具体的、充实的、和谐的时空表现形态,注入种种表面的、次要的、非本质的因素,赋予本质有血有肉的形象。这个过程是艺术创造的过程。

现代教学设计以科学的教学规律为基础,既要客观地认识教学的科学规律,又要创造性地应用于实践;既要求按照合理的规则和程序展开工作,又要讲究灵活与技巧;既力求使系统内部各组成部分相互协调,又要注重使系统与其外部环境之间和谐。它用共同的目标把教学的科学认识活动和艺术创造活动联系在一起,使它们相互补充。通过艺术创造形成新的教学实践来实现教学的科学理论的价值,通过科学理论的指导使艺术创造正确定向并且获得积极的成果。

可见,现代教学设计能可靠地保证教学的科学性与艺术性统一,是使教学实现科学性与艺术性统一的有效途径。

四、现代教学设计既能保证学生的学习主体地位,又能发挥教师的教学主导作用

教学设计的主体是教师,因此,教师的教学主导作用比较得到重视,能较好地发挥。传统教学设计的重点在于教学内容的组织和教法方面,主要考虑怎样组织教学内容、怎样教等问题。由于理论基础的偏颇和工作规范不完备,传统教学设计不能保证对学习活动的充分关注,以致常常出现把“教师主导”变成“教师主宰”、使教学设计成了没有“学”的教授设计的情况。

现代教学设计以教学系统论为基础,不但要考虑学生是系统的要素,而且要考虑系统的根本目的在于学,学生是学习的主体,教师的主导作用要为学生学好服务。教学系统论这一理论基础内在地决定了现代教学设计要以学生作为学习的主体,要发挥教师的主导作用。

同时,现代教学设计把学习系统的设计作为重要的设计内容,注重设计好学习活动,解决好教师如何引导学生学好的问题,并成为工作规范。因此,现代教学设计能把“教师主导”与“学生为主体”有机地统一在一起,能促进学生生动、活泼、主动地学习,能使教学取得预期的良好效果。

上述讨论表明,教学设计是一项富有意义的重要工作。要进一步改进教

学,使教学工作科学化、规范化,提高教学工作的质量和效率,就必须积极地应用、普及和推广现代教学设计。

需要指出的是,现代体育教学设计刚刚起步不久,还处在起步阶段,很不完善,还有待于进一步开拓与投入。为了应用、普及、推广现代教学设计,要在进行理论研究的同时,积极地开展实践探索活动。

教学系统十分复杂,它跟一般的工程技术系统不同,不是受精确规律支配的必然系统。教学现象往往具有或然性、统计性,混沌性。因此,智力系统工程与技术系统工程、教学系统设计方法与技术系统设计方法有着显著的差别。前者不能(至少目前还不能)像后者那样建立精确的数学模型和使用电子计算机辅助设计,也不能达到后者应用数学工具那样的广度和深度。

但是,从方法论实质来说,它们都建立在系统方法论基础之上。因此,现代教学设计可以从现代工程设计中得到有益的启示。

第二章 体育教学设计的理论基础

第一节 体育教学系统论

体育教学系统是由教师、学生、教学内容及其物质载体(媒体)等相互联系和相互作用着的若干组成部分(要素)以一定结构方式结合形成的、具有特定功能的有机整体。对体育教学系统需要从其组成、环境、功能、结构和运行等方面展开研究。

一、体育教学系统的组成

体育教学系统可以分为体育学习子系统和体育施教子系统。在体育学习子系统中,学生是学习的主体,体育教学内容是学习的客体,教师是学习的组织者、调控者。在体育施教子系统中,教师是施教活动的主体,体育教学内容是施教的客体,学生则是教师施教的对象。

体育学习子系统跟体育施教子系统紧密地相互联系、相互作用着,从空间上很难把它们分割开来。在不同的子系统中,同一要素起着不同的作用,处于不同的地位。体育教学内容既是体育学习子系统中的学习客体,又是体育施教子系统中的施教客体。体育教学内容在这两个子系统中也不是同一的,体育教学内容在学习子系统和施教子系统中不但具有不同的作用和地位,而且其具体内容也不一定相同。当体育教学系统未达到协调、和谐状态时,学习客体的内容通常少于或不同于施教客体的内容,即产生所学非所教的情况。只有在体育教学系统达到协调、和谐状态时,学习客体跟施教客体才可能具有相同或基本相同的内容。

二、体育教学系统的结构

体育教学系统的结构是指系统各要素之间相对稳定的联系方式、组织秩序及其时空关系的内在表现形式。它取决于系统的组成要素、各要素的相互关系和相互作用方式以及综合各要素间相互联系而形成的系统的整体性规定。

体育教学系统中各要素的分布并不均匀,它们所处的地位并不等同,相互作用也多种多样。这使得体育教学系统的结构具有不同的类型和层次,具有关键的(或实质性的)结构部分和非关键的(或非实质性的)结构部分之分。

体育和体育教育经验以及教学的物质条件和教学环境,使学生掌握前人

积累的体育经验,养成解决体育问题的能力,提高科学素质,成为社会需要的合格公民和人才来满足社会需要,这乃是体育教学系统在跟社会相互作用中所能发挥的作用,是体育教学系统根本的功能。

系统的功能跟其结构密切联系着。体育教学系统的不同结构往往具有不同的功能。同一种教学结构在不同的条件下可能具有不同的教学功能,而相同的教学功能(或教学成果)也可以通过不同的体育教学结构来实现。不同结构的同一功能常常也有程度和水平的差别,所需条件也往往不同。

此外,环境的变化也会影响体育教学系统的功能。

三、体育教学系统的运行和控制

体育教学系统的功能是在系统内各要素相互作用以及系统跟环境相互作用过程中即在系统运行过程中实现的。体育教学系统的运行过程一般由定向和准备、展开教学活动及检查、调整三个阶段衔接而成:

1. 定向和准备阶段

(1)教师研究学生、学生集体,教学条件和自身的可能性,明确教学的目的、任务并使目的、任务具体化;

(2)确定教学内容、教学手段和教学方法,制定教学方案;

(3)论证、预测、调整和优化教学方案。

2. 展开教学活动阶段

(1)激发学生的学习兴趣,使他们形成学习活动的定向;

(2)按照预定方案组织师生的教学活动,根据具体情况及时采取适宜的应对措施。

3. 检查、调整阶段

(1)检查 and 自我检查教学效果,根据检查结果机动地调整教学过程的进程;

(2)总结教学方案的执行和完成情况,供安排后续教学过程时参考。

为了使系统运行达到预定目的,需要对教学系统加以控制。控制是保证系统发挥正常功能的必然途径。它首先表现为教师对学生活动的计划、组织、调整 and 检查,反映了教师在教学中的主导作用。教师的控制又必须有适宜的强度,以不影响学生的主动精神和独立性为度,否则同样会影响教学的效果。

一般来说,控制的强度和形式要视学生情况而定。对学习能力和较差学生的控制要比对学习能力和较强学生的控制强些,控制形式也要由直接控制逐步过渡为间接控制。同时,教师应该帮助学生形成和发展自我控制能力。

根据教学结果向教师和学生反馈有关信息,使他们主动地作出相应调整,是对教学进行控制的有效方法。反馈越及时、可靠、充分,调控的效果就

跟体育教学系统运行有关的因素有：体育教学目标、体育教学内容、体育教学媒体、体育教学方法以及教师和学生的状态等，它们都是系统的变量，决定着系统的状态和运行情况。上述变量之间存在着一定的联系，具有某些对应规律。例如，对不同的体育教学目标、体育教学内容，所适宜采用的体育教学方法就不同；不同的教学媒体，不同的教学方法，也会产生不同的教学效果等。系统的各种因素按照不同方式组合，可以形成不同的体育教学类型。

一、体育学习论的定义及其意义

体育学习论是研究体育学习现象的科学,既研究体育学习的规律,又研究体育学习规律的应用。让学生学会如何学习体育,是体育教学的根本目的。体育教学只有遵从体育学习规律学习,才可能达到预定目的。取得较好的效果。体育学习论可以为体育教学论和体育教学实践提供可靠的科学基础。要进行体育教学设计,必须学习、研究和掌握体育学习论。

体育学习论的具体内容包括：体育学习系统研究、体育学习内容研究、体育学习条件和学习准备研究、体育学习目标研究、体育学习过程研究、体育学习原理研究、体育学习方法研究、体育学习媒体研究、体育学习能力研究、体育学习动力研究、体育学习测量与评价研究、体育学习指导与调控研究等。现对其中一些问题简单讨论如下。

二、体育学习条件和体育学习准备

要进行体育学习，必须具备一定的条件，形成体育学习准备。否则，体育学习就不能发生，也就谈不上体育学习、体育教学了。

体育学习的一般条件主要包括以下三个方面:

1. 学习者的内部条件

体育学习的发生需要学习者具有一定的动机,动机是推动体育学习活动的内部动力。学习体育的动机产生于学习者的某种需要。在生活、学习和实践中形成和发展起来的体育兴趣和体育求知欲,是体育学习动机中最现实和最活跃的成分,是激发学习者主动、积极地学习体育和提高学习效果的重要条件。

学习体育需要具备一定的知识技能基础。掌握体育基本概念、基础知识