

河南省教育厅“十五”教育科学规划重点课题

河南省中小学 体育(体育与健康)课程 教学指导

河南省教育厅 编



郑州大学出版社

河南省教育厅“十五”教育科学规划重点课题

G633.96

24

河南省中小学 体育(体育与健康)课程 教学指导

河南省教育厅 编



郑州大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

河南省中小学体育(体育与健康)课程教学指导/河南省教育厅编. —郑州:
郑州大学出版社, 2004. 9

ISBN 7 - 81048 - 897 - X

I. 河… II. 河… III. ①体育课 - 教学指导 - 中小学
②健康教育 - 教学指导 - 中小学 IV. G633. 963

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 065670 号

郑州大学出版社出版发行

郑州市大学路 40 号

全国新华书店经销

郑州文华印务有限公司印制

开本: 710 mm × 1 010 mm

印张: 7. 875

字数: 141 千字

版次: 2004 年 9 月第 1 版

邮政编码: 450052

发行部电话: 0371 - 6966070

1/16

印次: 2004 年 9 月第 1 次印刷

书号: ISBN 7 - 81048 - 897 - X/G · 109

定价: 9.00 元

本书如有印装质量问题, 由承印厂负责调换

前 言

2001年6月《国务院关于基础教育改革与发展的决定》颁布之后,我国基础教育启动了新一轮的课程改革。体育作为学校课程改革的重要组成部分,也同样面临着艰巨的改革任务。这是中华人民共和国成立以来,体育课程的第八次改革。

这次体育课程改革以教育部制订、颁布的《全日制义务教育 普通高级中学体育(1~6年级) 体育与健康(7~12年级)课程标准(实验稿)》(以下简称《课程标准》)为依据,将课程结构作为课程改革的突破口,根据党的教育方针、素质教育对各阶段学生全面、均衡发展的需要,以及国际体育课程改革的发展趋势与体育课程现代化的要求,提出了一种全新的体育课程改革的结构体系。原来的《体育教学大纲》强调统一性、强制性,无论是教学思想、内容、方法及学时的比例都规定得比较具体,而新的《课程标准》给予的则是更多的指导性,这给各级学校体育课程教学提供了充分的可创造空间,为教师组织教学提供了多样性、地方性和灵活性。但经过三年的实践,我们发现,有些基层学校及体育教师在贯彻、执行新的《课程标准》时,遇到了诸多困难。由于新的《课程标准》只明确了课程教学目标,而在教学内容、教学方法、教学考核与教学评价等方面没有统一模式,缺少具体内容,教师在教学内容选择、教学计划和教学方案制定、教学考核和评价的过程中,遇到了前所未有的困惑。鉴于上述状况,我厅组织大、中、小学体育教学专家,研制了这部《河南省中小学体育(体育与健康)课程教学指导》(以下简称《教学指导》),其目的是在国家制订的新的《课程标准》与基层教学实践之间,为广大体育教师提供一部教学实践指导性用书,即构建一个可以帮助中小学体育教师理解《课程标准》,实施《课程标准》,完成《课程标准》提出的各项目标、任务,实现国家体育课程改革目标的一个理论阶梯。这本《教学指导》是我省第八次体育教学改革的配套用书,是为广大中小学体育教师提供的指导性、参考性专业用书。各学校 and 体育教师应根据自己的实际情况进行创造性使用。

本《教学指导》被确定为河南省教育厅“十五”教育科学规划重点课题(2002-JKGHA-001),由省教育厅副厅长崔炳建同志任课题组组长。参加研制人员分工

如下(按部分分工排列):第一部分,薛建国、林克明、王幸福、吕兴奇;第二部分,吴国喜、王晏、吴健、丁玮;第三部分,赵超君、丁英俊、刘俊凯、赵安生、郭云;第四部分,金永明、崔伟、常桂香、张秀丽。全书由林克明、赵超君、丁英俊、丁玮串编定稿。

北京师范大学毛振明博士对本《教学指导》的构思、编写均给予悉心的指导和帮助,并参与了最后的审稿工作。在此,向他和所有为《教学指导》的编写出版做出贡献的单位和同志表示衷心的感谢!在本书的编写过程中,我们参阅了大量的相关资料,在此向有关人员一并表示感谢!

新《课程标准》的实施需要一个过程,也需要很多新理论来指导和支撑。研制本《教学指导》是课程改革中一项创造性的工作,由于实践过程较短,其中难免存在不足或谬误,望广大教师在使用过程中,及时提出宝贵意见,共同推进我省中小学体育(体育与健康)课程教学质量的提高。

我们真切地希望本《教学指导》对我省的中小学体育教学改革与发展有所帮助!

编者

2004年6月

目 录

河南省中小学《体育(体育与健康)》课程教学指导

第一部分 导论

- 一 制定本《教学指导》的意义 4
- 二 制定本《教学指导》的作用 4
- 三 对河南省贯彻执行新《课程标准》的形势分析 5
- 四 贯彻新《课程标准》的基本要求 6

第二部分 教学内容的选编

- 一 教学内容的选编原则 7
- 二 教学内容的选编方法 8
- 三 教学内容的时数、安排方式举例 9
- 四 各类教材的教学要求 11
- 五 学年教学计划、单元教学计划案例 12

第三部分 教学内容建议

- 水平一、二(1~4 年级) 15
 - 一 精学类教材 15
 - 二 简学类教材 17

三 介绍类教材	18
四 锻炼类教材	18
水平三(5~6 年级)	19
一 精学类教材	19
二 简学类教材	20
三 介绍类教材	22
四 锻炼类教材	22
水平四(7~9 年级)	23
一 精学类教材	23
二 简学类教材	25
三 介绍类教材	26
四 锻炼类教材	27
水平五(10~12 年级)	27
一 精学类教材	27
二 简学类教材	29
三 介绍类教材	30
四 锻炼类教材	31
水平六	31

第四部分 课程学习评价

一 课程学习评价的内容与方法	32
二 课程不同水平段学习成绩评定的方法建议	34
三 课程学习评价的注意事项	35
四 课程学习成绩计算与免修、免考、补考方法的建议	36
五 课程考核与评价案例	37
六 3~12 年级学生身体素质和运动能力及运动技能测验参考量表	41

全日制义务教育 普通高级中学 体育(1~6 年级) 体育与健康(7~12 年级)课程标准(实验稿)

第一部分 前言

- 一 课程性质 63
- 二 课程基本理念 64
- 三 课程标准的设计思路 65

第二部分 课程目标

- 一 课程目标 67
- 二 学习领域目标 67

第三部分 内容标准

- 学习领域一 运动参与 69
- 学习领域二 运动技能 71
- 学习领域三 身体健康 75
- 学习领域四 心理健康 79
- 学习领域五 社会适应 83

第四部分 实施建议

- 一 教学建议 86
- 二 课程评价 92
- 三 课程资源的开发与利用 97

四 教材编写.....	100
-------------	-----

附 录

一 名词解释.....	102
二 附表.....	104

河南省中小学
体育(体育与健康)课程
教学指导

第一部分

导论

基础教育课程改革是全面推进素质教育过程中的一个关键环节。教育部决定从2001年秋季开始,用五年左右的时间,在全国实行新的基础教育课程体系。新的课程理念、新的教材、新的课程评价观,正强烈冲击着我们的头脑,对广大基础教育工作者提出了新的更高的要求。

体育课程改革是基础教育课程改革的组成部分,新的中小学《全日制义务教育 普通高级中学 体育(1~6 年级) 体育与健康(7~12 年级)课程标准(实验稿)》(以下简称《课程标准》)是国家教育主管部门颁布的中小学体育(体育与健康)课程的指导性文件。新《课程标准》对基础教育阶段的体育课程进行了重新构建,规定了中小学体育(体育与健康)课程的性质、基本理念、教学目标、内容标准和评价内容等,体现了国家对体育(体育与健康)课程改革和发展的基本思路,反映了国家对不同学段的学生在体育与健康知识、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,是课程管理和评价的基础,也是教材编写和教学评估的基本依据。

新《课程标准》提出了新的课程基本理念:坚持“健康第一”的指导思想,促进学生健康成长;激发运动兴趣,培养学生终身体育的意识;以学生发展为中心,重视学生的主体地位;关注个体差异与不同需要,确保每位学生受益。这些基本理念反映了我国体育(体育与健康)课程的发展需求和趋势,它既考虑到了社会发展和教育改革形势对体育课程改革的需要,又考虑到了体育课程本身的特点及生理学、心理学和社会学的基本规律。其目的是为了更有效地发挥体育课程健身与育人的功能和价值,促进学生身心的健康发展。

新《课程标准》的实验和逐步推行,将极大地推动基础教育阶段的体育课程改革。为了在我省更好地推行新《课程标准》,将新《课程标准》中的教育理念转化为我省广大体育教师的实际教学行为,实现新《课程标准》中提出的各个领域的学习

目标,省教育厅组织有关专家编写了这本《河南省中小学体育(体育与健康)课程教学指导》(以下简称《教学指导》)。

一 制订本《教学指导》的意义

1. 新《课程标准》构建了“运动参与”、“运动技能”、“身体健康”、“心理健康”和“社会适应”五个学习领域,其中包含了 80 多个水平目标和 240 多个行为目标。为了在日常的体育教学中实现上述完整的目标体系,我们力图通过本《教学指导》对体育教学的重要环节进行建议、指导和帮助。

2. 新《课程标准》本着“开放”的精神和尊重地方及学校选择体育教学内容自主权的原则,取消了以往体育教学大纲在教学内容上的统一规定,这将极大地提高体育教学内容的多样性、可行性、地方性和趣味性,促进体育教学内容的创新。但是,从我省当前的学校体育发展状况和体育教师的实际情况来看,将体育教学内容的选择权完全放在县、区级教育行政部门或学校尚存在一定困难。因此,由省教育厅制定本教学指导,根据本省各地、各级、各类学校不同情况对体育教学内容的选编进行指导是十分必要的。

3. 当前,由于体育教学改革的成果和经验不断产生,体育教学改革非常活跃,新思想、新内容、新模式、新教法层出不穷。这在启发我省体育教师进行体育教学改革的同时,也给体育教师选择教学改革的方向带来了困惑,对我省有步骤、有重点地全面推进体育教学改革也造成了一定的影响。为了整体推进河南省中小学体育教学改革,正确推行和贯彻新《课程标准》,有必要制订本教学指导。

4. 新《课程标准》取消了前教学大纲中对体育教学内容的具体规定,使得以体育技能和运动素质为主要载体的传统体育教学评价遇到了新的问题,加上体育教学评价理念的更新和新的《学生体质健康标准》的颁布,使得体育教学评价问题成为推行新《课程标准》过程中的一个突出问题。为此,有必要根据本《教学指导》提出的教学内容建议制定比较具体、合理的体育教学评价方案,供广大体育教师在教学实践中参考使用。

二 制订本《教学指导》的作用

本《教学指导》是贯彻《课程标准》,帮助体育教师理解《课程标准》,深入分析《课程标准》,结合实际实施《课程标准》,顺利完成《课程标准》目标要求的教学指

导文件,是中小学体育教师制定各种教学计划的必要参考,是各级教育行政主管部门检查《课程标准》实施情况的重要依据。本《教学指导》的具体价值和作用如下。

1. 指导体育教师根据本市、县、区、校具体情况,制定本学校、年级、教学班的实施方案,依据课程标准构建的目标体系确定具体的学习目标。

2. 指导体育教师根据学习目标选择适宜的教学内容。

3. 指导体育教师制定水平、学年、学期和单元教学计划。

4. 指导体育教师以正确、科学的教学方法和手段指导学生进行体育学习与评价。

三 对河南省贯彻执行新《课程标准》的形势分析

2001年,《国务院关于基础教育改革与发展的决定》进一步明确了“加快构建符合素质教育要求的基础教育课程体系”的任务,现在全国已有500多个县(区)开展了新课程的实验,体育(体育与健康)作为新课程体系的组成部分,也正在我省各地展开实验,到2005年将在全国中小学开始实施。为了使新《课程标准》的实验工作健康发展,有必要认真分析我省体育教学改革形势。

(一)体育课程资源发展很不平衡

由于环境、条件、生源及对体育(体育与健康)课程认识程度不尽相同,我省城乡之间、地区之间、学校之间体育课程资源的发展不平衡状况十分突出,这种状况是我省教育发展和体育课程改革必须面对的基本省情。因此,各地、各校在推行新《课程标准》时所遇到的问题和困难会有所不同,应采取不同的策略和方法区别对待。改善农村地区学校体育课程资源的状况,不断提高农村学校体育教学水平是今后一个时期的重要工作。

(二)体育教学存在诸多问题

以新《课程标准》的理念来审视,我省的学校体育教学还不同程度地存在下列问题。

1. 体育课程理念相对滞后,以教师为中心、以传授运动技术为中心的现象依然存在,学生的主体性、创造性难以发挥,已不适应时代与教育发展的要求。

2. 体育课程内容的选择不能适应学生的身心发展特征和需要,远离学生的生活经验,忽视学生的学习兴趣 and 体育能力的培养。教学内容的放开又给不少体育教师选择教学内容带来困难。

3. 体育课程评价过分注重学生的体能和运动技能,忽视了其他方面的评价,评价标准绝对化。面对新《课程标准》提出的评价理念,尚拿不出有效可行的评价方法。

4. 我省是人口大省,目前存在的中小学大班额问题对体育教学的影响尤为突出,大班额已成为新课程理念得以贯彻的严重障碍。

(三)原《体育教学大纲》对执行新《课程标准》存在负面影响

过去的《体育教学大纲》强调统一性、强制性,无论是教学思想、内容、方法及学时的比例都规定得比较具体,而新《课程标准》给予更多的是指导性、参考性,为各地学校和教师组织教学提供了充分的可创造空间。但学校、教师在选择内容、教法,制定教学计划等方面也遇到了前所未有的困难。没有统一模式、缺少具体内容的现实对体育教师素质提出了更高的要求。

总之,在推进新《课程标准》的过程中,不同地区的学校,甚至一个学校的不同教师都会遇到许多不同的问题和困难。这里有发展不平衡的问题,有思想和认识上的问题,有传统经验带来的负面影响,也有对新《课程标准》观念的理解问题,以及执行原《体育教学大纲》带来的思维惯性等。编撰本《教学指导》就是在分析全省形势之后,在教学内容选择原则与方法,教学内容层次划分,教学计划和教学目标制定,教学评价原则和方法等方面,为中小学体育工作者提供指导和建议。欢迎教师们在执行新《课程标准》的实践中不断积累经验,对本《教学指导》提出宝贵的意见和建议。

四 贯彻新《课程标准》的基本要求

1. 学校要牢固树立“健康第一”的指导思想,建立健全规章制度,加强管理,保障经费,保证开足上好体育课。要建立大课程观,促进课内外、校内外体育活动的共同发展,全面提高中小学体育工作水平。

2. 学校要按照国家有关规定足额配备体育教师,为体育教师提供学习进修机会,不断提高他们的业务能力和教学水平。

3. 各校要按照《中小学体育场地器材设施配备目录》修建体育场、馆,配置器材设施,满足体育教学和学生进行体育活动的需要。

4. 学校要大力开发课程资源,优化教学条件和教学环境。要针对本校实际,合理选择教学内容,制定符合本校实际的体育教学计划。

5. 学校要根据五个学习领域的目标和不同层次的教材,选用和开发多种教学内容、教学模式和教学方法,进行有效的体育教学,不断提高体育教学质量。

6. 学校要认真领会新《课程标准》提出的评价理念,积极研究、开发新的教学评价方法,加强对学生的激励性和过程性评价,促进体育教学质量的提高。

第二部分

教学内容的选编

一 教学内容的选编原则

(一)与教学目标相统一原则

体育教学内容的选择应有利于完成新《课程标准》中提出的“运动参与”、“运动技能”、“身体健康”、“心理健康”和“社会适应”等领域的学习目标,所选内容应是健康的、文明的、有教育意义和锻炼价值的,还要有意识地选择一些具有中国特色、地方特色的体育运动项目,并依据新《课程标准》的目标体系对所选内容进行衡量后再行选用。

(二)科学性(健身性和安全性)原则

体育教学内容的科学性是指:第一,教学内容能有效地为增进学生身体健康服务,有助于培养学生的体育锻炼能力;第二,在体育教学环境和条件下实施时是安全的。

(三)可行性原则

应结合本地和本校的实际选择教学内容。再好、再科学的体育教学内容,如果在本地和本校难以开展,都无法进行选择。

(四)趣味性原则

体验运动的乐趣是体育学习的动机和目的之一。要在具有目标统一性和可行性的被选教学内容中挑选那些具有趣味性的内容。枯燥无味的教学素材(或项目)不应该进行选择。

(五)与社会体育和地区体育特色相结合原则

在遵循上述原则的基础上,所选体育教学内容要尽可能体现地方特色。学校体育最终是为学生的终身体育锻炼服务的,因此在选择体育教学内容时,要尽可能

与社会上流行的体育项目相结合,以便增加学校体育教育的实效性。

总之,我们选择的体育教学内容要做到:教师能教,学生愿学,场地允许,且与群众性体育紧密结合(表2-1)。

表2-1 依据选编教学内容的原则判断教材范例

项目举例	目标性	科学性	可行性	趣味性	社会性	选择结果
拳击	×					不选
前空翻	√	×				不选
保龄球	√	√	×			不选
铅球	√	√	√	×		不选
滑冰	√	√	√	√	×	不选
少林拳	√	√	√	√	√	选择
篮球	√	√	√	√	√	选择

二 教学内容的选编方法

新《课程标准》提出“以目标统领教学内容”的思想。选择体育教学内容的方法很多,本指导提供了按层次对体育教材进行分类的方法,将学的、练的、介绍的、体验的内容合理地编排在体育教学中。体育教学内容的层次划分克服了以往体育教学内容蜻蜓点水和低级重复的问题,有利于学生掌握运动技能。

建议:

1. 要合理地安排每个年级的教材数量,每个年级不要安排过多的学习教材,以保证每个年级都要有重点学习教材的出现。

2. 合理地安排每个教材的教学时数,要有超大单元(20学时以上)、大单元(10学时左右)、小单元(2~5学时)和超小单元(1学时,或者是融合在课中)的概念。根据各个教材的特点,合理安排单元的规模,各个单元要相互匹配,共同完成体育教学的各种目标。