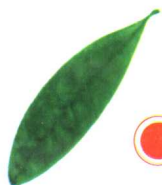
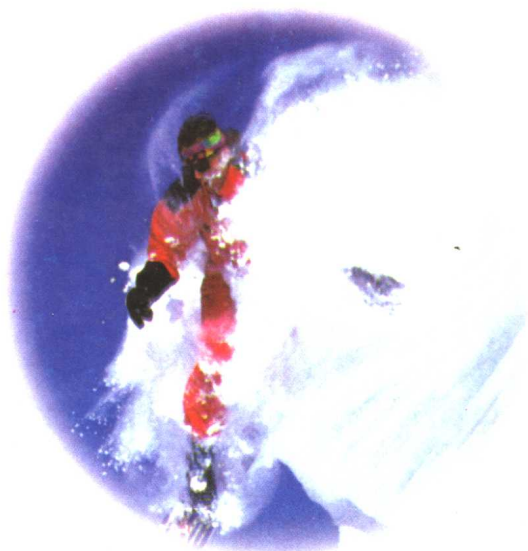


◆ 中学教师继续教育教材 ◆

体 育



董国良 田 阳
张承瑛 王德平 / 编著
陆毓华 刘文成



辽宁师范大学出版社

体 育

董国良 田 阳
张承瑛 王德平 编著
陆毓华 刘 文 成

辽宁师范大学出版社

体 育

董国良 田 阳
张承瑛 王德平 编著
陆毓华 刘文成

辽宁师范大学出版社出版

(大连市黄河路 850 号 邮政编码 116029)

金城印刷厂印刷 辽宁师范大学出版社发行

开本:787×1092 毫米 1/32 字数:170 千字 印张:8

印数:6701~11700 册

2000 年 4 月修订本

2000 年 4 月第 3 次印刷

责任编辑:何 成

责任校对:何 丽

封面设计:魏 东

版式设计:白 水

ISBN 7-81042-302-9/G · 188

定价:10.00 元

如发现印装质量问题,请与印刷厂调换

中学教师继续教育教材

总编委会

顾问	问	贾聚林	徐玉学
主编	编	王允庆	孙宏安
教研指导		宋振亭	
编委		(依姓氏笔画为序)	
		孙宝玉	聂开宇
		梁新业	郭景光
		潘其勋	

体育学科编委会

主编	编委	董国良
		(依姓氏笔画为序)
		王德平 田 阳
		刘文成 张承璞
		陆毓华

序

国家振兴,教育为本;教育振兴,教师为本。通过继续教育提高中小学教师的素质,建设一支适应时代发展需要的师资队伍,是深化基础教育改革、全面实施素质教育的迫切要求,是培养千百万合格的社会主义事业的建设者和接班人的大事。

当代世界教育迅猛发展,各国正在面向 21 世纪,建立适合人的个性发展的终身教育体系,“管用一生的一次性教育”已被“贯穿一生的终身教育”所代替。这就决定了教师必须不断接受继续教育。我国《教师法》明确规定“接受继续教育是教师的权利和义务”。经过多年努力,到“八五”末期,教师基本完成了学历补偿教育,教师的学历达标率有了较大幅度的提高。但不容忽视的是,相当一部分教师的教育教学能力还存在着较大差距,表现为教师把握大纲和驾驭教材的能力较差,教学设计不够科学合理,教法单一,教育管理能力薄弱,教研科研能力水平较低,教学基本功不过硬等。因此,从“九五”初期开始,教师培训的重心已经转移到以提高教师的实际教育教学能力为主的继续教育上来。

根据国家教育部《关于加强在职中小学教师培训工作的意见》,适应全面实施素质教育的要求,我们组织编写了教师继续教育系列教材。这套教材是依据以提高教师教育教学能力为重点的培训宗旨,在充分调查研究和反复论证基础上完

成的。它分为思想政治和学科教育教学两类,教材内容不追求理论知识的系统性与完整性,而是侧重于专题研究,体现实用性和针对性,力求解决教育教学实践中遇到的各种实际问题。这套教材在付梓之前,经过了一年的试用,各学科编写者在广泛征求各方面意见的基础上,进行了认真的修改,教材的内容更贴近实际,更有助于提高教师的实际教育教学能力。

教师继续教育是一项系统工程,构建具有特色的教师继续教育模式更是一项艰巨的任务。目前,教师继续教育尚处于探索、研究、实践阶段,编写继续教育教材是一项正在探索的工作,教育行政部门、教师培训院校和广大基层学校只有不断的努力和探索,才能切实做好这项工作,进而提高教师的整体素质。

在这套教材正式出版之际,我谨向参与教材编写的教师们和精心审稿的专家们表示衷心的感谢,希望培训院校和教研部门的同志们在实践中不断充实和完善它,希望教师学好课程,用好教材,服务于教育教学实践。

王允庆

2000年2月

前 言

为使中学体育教学更好地适应我国经济建设迅速发展的需要,新的体育教学大纲对中学体育教育的方向、目标、内容和方法等提出了一系列新的要求。为此,对已达到国家规定学历的教师进行继续教育已是当务之急。这将对教育、教学质量的提高起着重要作用,而编写教材则是搞好继续教育的重要环节。

《体育》这本书在编写过程中,以现代体育教学理论、心理学的研究成果为指导思想,突出体育学科特点,以指导中学教师加强教学基本功和教学能力的训练,圆满完成课堂教学的系统工程,并力求形成自己的教学模式和教学风格,不断深化体育教学改革,提高教学质量。同时在教学实验中努力提高自己的体育科研能力,从而尽快实现由应试教育向素质教育的转轨。

参加本书编写工作的有:刘文成(《体育课程问题》),王德平(《体育教材分析》、《体育教学问题》第一讲),张承瑛(《中学体育教学问题》第二讲、《体育学科教学基本功》第二讲),陆毓华(《体育教学问题》第三讲),田阳(《体育教学基本功》第一讲),董国良(《体育教学问题》第四讲)、《体育教学基本功》第三讲),全书最后由董国良负责统稿。

在本书编写过程中,参考了大量专著,学习和借鉴兄弟院

校的有关教材、体育书刊等文献资料,为本书编写给予了支持和帮助,在此深表感谢。

由于中学教师继续教育尚处于探索、实验阶段,缺乏经验,编者的学识水平有限,以及编写时间仓促,难免存在缺点或错误,恳请有关专家学者及读者批评指正。

编 著 者

2000 年 2 月

目 录

第一部分 体育课程问题

第一讲 九年义务教育体育教学大纲概述·····	3
一、体育教学大纲的性质与功能·····	3
二、《大纲》和学科体系·····	6
第二讲 初中体育教学的目的与任务·····	12
一、体育教学的目的·····	12
二、初中体育教学的任务·····	14
第三讲 九年义务教育初中体育教学内容·····	17
一、体育卫生保健基础知识·····	17
二、田径·····	18
三、体操·····	18
四、球类·····	19
五、韵律体操和舞蹈·····	20
六、民族传统体育·····	20
七、发展身体素质教材·····	21
第四讲 体育教学的成绩评定·····	22
一、体育课成绩考核与评价的意义·····	22
二、体育课考核的内容·····	23
三、关于体育课成绩考核与评定的评分方法·····	24

第二部分 体育教材分析

第一讲 关于体育教材问题	31
一、体育教材的特性	31
二、编写体育教材的依据	37
三、我国体育教材建设的历史发展	38
四、体育课教材的地位与作用	43
五、分析体育教材的方法	44
第二讲 实践部分	47
一、跑的教材分析	47
二、跳跃的教材分析	54

第三部分 体育教学问题

第一讲 学校体育教学的发展趋势	65
一、体育学科的素质教育	65
二、当代我国体育教学的几种模式	74
三、我国学校体育教学思想的发展趋势	81
第二讲 足、篮球教学基本理论	83
一、足球	83
二、篮球	92
第三讲 体操教学基本理论	109
一、体操术语	109
二、体操的保护与帮助	121
三、体操动作的教学方法	131

第四讲 主题系列教学简介	145
一、处方教学	145
二、能动教学	146
三、学导式教学	148
四、定向教学	149
五、系列教学	151
六、对称教学	153
七、情境教学	154
八、敏感期教学	155

第四部分 体育教学基本功

第一讲 中学体育课教学设计	159
一、怎样制定体育单元教学工作计划	159
二、怎样制定课时工作计划	162
第二讲 足、篮球教学基本功	174
一、篮球	174
二、足球	188
第三讲 学校体育科学研究的实验法	235
一、实验法在体育科研中的意义和作用	235
二、实验法的种类	237
三、学校体育实验设计	238

第一部分 体育课程问题

第一讲 九年义务教育体育教学大纲概述

一、体育教学大纲的性质与功能

(一)九年义务教育体育教学大纲的性质

1、权威性

《大纲》是国家教委制订和颁发的法规性和指导性文件。各学校都应积极贯彻实行。但是,由于我国幅原广大,各地区和学校发展很不平衡,所以《大纲》的规定是在基本上合格的学校、教师和学生的范围内实施。即便如此,在贯彻实施时也要结合本地的实际。同时,也要注意另一种倾向,即完全不受《大纲》的约束,不去努力贯彻执行它,认为《大纲》可有可无。

2、社会主义的教育性

体育教学大纲同各科教学大纲一样,都要反映我们社会主义国家对教育的要求,指出本学科社会主义的方向,强调对学生进行爱国主义、社会主义和集体主义教育。

3、科学性

各个学科都有自己的学科体系,体育教学大纲也不例外。《大纲》既反对以竞技体育为中心,过分强调运动技术细节的教学;也不赞成不承认体育学科的科学体系,认为只要学生有

兴趣的“活动”就可以达到教学目的的思想。《大纲》的科学性,反映在以学生的生理和心理特点为基础;教材内容在纵向、横向相联系的技术、技能的系统性;在定量要求方面,例如:时间、距离、远度、高度、使用器材的规格等都遵循从低到高、从简单到复杂的规律。反映在教育目标方面也是逐渐提高要求,密切结合学生实际的。

4、可行性

《大纲》的权威性是建立在科学性和可行性的基础上的。如果《大纲》不可行,脱离实际,实际上就是没有科学,也就否认了自身的权威性。所谓可行性,并不是原封不动地可以适用于任何一种类型的学校。而是适用于在《大纲》设计的范围内的地区和学校,经过努力之后才能贯彻执行。为了做到理论与实际的结合、兼顾各地区的不平衡性,教学大纲采用基本教材和选用教材有一定的比例,有关的教育行政部门可以根据实际,调整某些教材及其考核标准等,以便最大可能地贯彻执行。

(二)《大纲》的功能

《大纲》的功能或者说是作用,概括起来有四种:即编写教材的依据;体育教师上课的依据;检查和评定学生成绩、衡量教师教学质量的依据与标准;是教育行政部门、有关主管的领导进行学科管理的依据。

(三)编订《大纲》在理论和实践方面的依据

1、为提高全民族的素质奠定基础。

九年义务教育是基础教育,每个适龄儿童少年都有权利和义务,接受义务教育法所规定的九年义务教育。学校教育搞上去,义务教育的普及,就会提高全民族的思想道德素质、

文化科学素质和身体素质。接受义务教育的学生体质普遍提高了,就为全民族素质的提高打下了基础,也就完成了本学科的任务,奠定了提高国民素质的基础。

2、从育人出发,培养德、智、体全面发展的社会主义建设人才。

学校体育是教育的组成部分,《大纲》教学目标的确定,教材内容的选择,都要从教育的总目标、从育人出发。

3、《大纲》中教材内容的选编,必须适应我国社会主义建设的需要。

任何一个国家教育目标的确定,教材内容的选择都不能脱离这个国家的社会需要和文化背景。体育教学大纲的内容要反映社会主义中国的特色,在继承我们传统经验的基础上,学习外国的先进经验,并加以发展和创新。

4、《大纲》必须反映体育学科的特点。

体育学科的特点,就是以身体锻炼为特征,理论与实践相结合,改善学生健康状况,增强体质,促进学生的身心发展。

5、《大纲》的编订必须根据学生的生理和心理特征。

6、《大纲》使用的覆盖面为全日制“三个基本合格”的学校(上面已有说明)。

7、确定七条编制教学内容的原则。

这七条原则是:教育性原则;符合学生生理特征的原则;适应学生心理特征的原则;理论与实践相结合的原则;继承和发扬民族传统体育的原则;统一性与灵活性相结合的原则;与《国家体育锻炼标准》相结合的原则。

二、《大纲》和学科体系

各科教学大纲的结构都是由两部分组成的。前一部分为说明部分,阐明本学科的目的任务,选编教材内容的原则与依据,教学方法和贯彻执行大纲的一些建议。后一部分具体列出本学科的教材章节或条目,教学内容的要点,授课时数和各项教材内容的授课时数比例(或课时),与本学科相关的教学活动安排,教材内容的深度和广度及考核标准等(也可将考核标准单独作为一部分)。

学科体系的构成部分:

(一)教学目标体系

教学目标体系是分层次制定的,先确定总目标(即目的),再依次确定目标序列。在完成这些目标时,则采取回归的办法,通过身体的锻炼,由具体目标开始,逐渐到小目标、中目标,到大目标(如表一、二所示)。

根据上面的理论,制订出《大纲》的目标体系(表一)。

教育目标	大目标	中目标	小目标	具体目标
促进学生身心全面发展	促进身体的各系统、器官得到全面发展	促进大小肌肉群、骨骼及速度、灵敏、力量、耐力、柔韧等素质发展	上下肢、躯干、左、右手、全身都得到全面锻炼	走、跑、跳、投、攀登、爬越、平衡、滚翻等各种运动及项目学习
	学生健康心理和优良道德品质的培育			