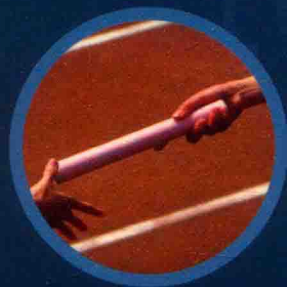


高校体育教学创新 及运动教育模式应用研究

杨乃彤 王 毅 著



课外借

高校体育教学创新 及运动教育模式应用研究

杨乃彤 王 毅 著



九州出版社
JIUZHOU PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

高校体育教学创新及运动教育模式应用研究 / 杨乃彤, 王毅著. — 北京: 九州出版社, 2019.12
ISBN 978-7-5108-8539-6

I. ①高… II. ①杨… ②王… III. ①体育教学-教学模式-研究-高等学校 IV. ①G807.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2019) 第 270043 号

高校体育教学创新及运动教育模式应用研究

作 者 杨乃彤 王 毅 著

出版发行 九州出版社

地 址 北京市西城区阜外大街甲 35 号 (100037)

发行电话 (010) 68992190/3/5/6

网 址 www.jiuzhoupress.com

电子信箱 jiuzhou@jiuzhoupress.com

印 刷 三河市铭浩彩色印装有限公司

开 本 787 毫米 × 1092 毫米 16 开

印 张 15.5

字 数 201 千字

版 次 2020 年 3 月第 1 版

印 次 2020 年 3 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5108-8539-6

定 价 75.00 元

前 言

高校体育教学是我国高校教育和体育教育的重要组成部分,在促进我国体育和教育事业发展、促进大学生健康全面发展方面发挥着重要作用。

新时期,高校体育教学改革创新非常重要,而且十分必要,在“以人为本”“健康第一”“终身体育”等新的教学理念指导下,在“体育强国”“健康中国”“全民健身”的体育梦想的促进下,高校体育面向最广大的受教育群体,肩负着促进大学生群体身心健康发展和社会性发展的重要责任。

当前,面向新思想、新形势、新学生群体的体育教学,必须坚持改革与创新,才能更加科学地实现体育教育的多元教育功能,才能培养出适应现代社会发展的高素质人才。基于此,特撰写《高校体育教学创新及运动教育模式应用研究》一书,以探索高校体育教学的科学育人、科学发展道路。

全书共八章,对高校体育教学科学创新进行了系统研究,并为运动教学模式在高校的创新应用进行了深入探讨。前七章为高校体育教学创新研究,第一章为高校体育教学现状分析与发展走向探索,在阐述体育教学基本理论与知识的基础上,分析了当前我国高校体育教学的现状、问题、未来发展;第二章为现代教育背景下高校体育教学理念与创新研究,分别就“以人为本”教学理念、“健康第一”教学理念、“终身体育”教学理念进行了深入研究,并指出了现代体育教学坚持体育教学理念创新的注意事项;第三章至第七章分别就体育教学体系构成的各要素的教学

实施、改革与创新进行了系统研究,主要包括高校体育教学的教学内容、教学方法、教学设计、教学评价、教学模式等,分别就各教学系统要素的基本理论知识、教学实践操作、教学发展与创新进行了详细而深入的研究,可为我国体育教育工作者开展体育教学工作并不断完善体育教学体系提供理论指导与启发。第八章重点就创新体育教学模式——“运动教育模式”的理论知识与体育教学创新进行了分析探讨,重点就“运动教育模式”的基本理论知识、新时期“运动教育模式”进入高校体育教学的必要性与可行性、“运动教育模式”的SWOT分析及科学构建注意事项进行了研究,对高校体育教师具有重要的指导意义。

全书在撰写过程中突出了以下特点。

第一,科学严谨,理论性强。本书对高校体育教学的创新研究是建立在对高校体育教学科学理论知识认知基础上的,对高校体育教学体系的研究、运动教育的模式研究坚持了科学教学理念指导,使整本书的研究更加科学严谨。

第二,内容详实,系统性强。本书对整个体育教学体系的各要素逐一研究、层次深入,各部分既相互独立又具有非常密切的联系,确保了对体育教学的科学性、完整性认知与分析。

第三,亮点突出,注重创新。体育教学创新必然是理念先行,新时期体育教学创新理念对体育教学创新具有重要指导作用,对其进行研究具有重要的教育启发意义。“运动教育模式”是在国外流行、在我国高校刚受到关注的一种新型体育教学模式,对实现体育教学目标、促进学生全面发展、不断完善体育教学具有重要推动作用,对其进行研究具有重要的教学创新意义。

第四,立足实际,时代性强。本书的撰写是在现阶段高校改革不断深入的教育大背景下进行的,体育教学的多元教学创新均离不开当下的体育教学现状、需要、发展研究,本书的研究立足当前高校体育教学实际,突出了体育教学创新的时代需求和发展特征。

前 言

本书在撰写过程中,参考和引用了一些学者关于体育教学的观点和相关资料,在此表示衷心的感谢。由于水平有限,书中难免存在不足之处,恳请广大读者批评指正。

作 者

2019 年 10 月

目 录

第一章 高校体育教学现状分析与发展走向探索·····	1
第一节 体育教学基本理论与知识概述·····	1
第二节 高校体育教学的现状与存在问题分析·····	15
第三节 高校体育教学的发展走向探索·····	26
第二章 现代教育背景下高校体育教学理念与创新研究·····	33
第一节 “以人为本”教学理念·····	33
第二节 “健康第一”教学理念·····	42
第三节 “终身体育”教学理念·····	50
第四节 坚持体育教学理念创新的注意事项·····	57
第三章 高校体育教学内容的选择、完善与创新研究·····	62
第一节 体育教学内容概述·····	62
第二节 体育教学内容资源的挖掘与开发·····	73
第三节 体育教学内容的编排与选择·····	77
第四节 体育教学内容的革新与发展研究·····	82
第四章 高校体育教学方法的设计与革新研究·····	87
第一节 体育教学方法概述·····	87
第二节 传统体育教学方法及应用·····	93
第三节 符合现代教育理念的体育教学方法·····	107
第四节 高校体育教学方法的创新与发展·····	114
第五章 高校体育教学设计体系构建与创新研究·····	123
第一节 体育教学设计概述·····	123
第二节 体育教学目标的设计·····	133

第三节	体育教学策略的设计·····	137
第四节	体育教学媒体的设计·····	142
第五节	体育教学过程的设计·····	148
第六节	体育教学设计创新案例分析·····	154
第六章	高校体育教学评价体系构建与创新研究·····	159
第一节	体育教学评价概述·····	159
第二节	体育教师教学质量评价·····	169
第三节	学生学习效果评价·····	176
第四节	体育教学评价体系的创新、完善与发展·····	183
第七章	高校体育教学模式及其创新与发展研究·····	187
第一节	体育教学模式概述·····	187
第二节	常见的体育教学模式及应用·····	197
第三节	现代教育背景下的新型体育教学模式·····	205
第四节	高校体育教学模式的创新与发展研究·····	208
第八章	创新体育教育模式——“运动教育模式”·····	213
第一节	“运动教育模式”的基本理论·····	213
第二节	“运动教育模式”的学科理论基础·····	219
第三节	“运动教育模式”引入高校体育 教学的必要性与可行性分析·····	221
第四节	“运动教育模式”的SWOT分析·····	226
第五节	“运动教育模式”的构建及应用注意事项·····	232
参考文献	·····	235

第一章 高校体育教学现状分析与 发展走向探索

体育教学是我国学校教育的一个重要组成部分,高校作为我国的一个重要教育基地,在推进体育教学方面具有非常重要的地位和作用。重视高校体育教育教学的深化改革与进一步促进高校体育教学活动的开展落实,不仅有助于切实促进大学生群体的身心健康发展,也能引起全社会对学校体育教育的重视,可以全面促进我国学校体育教育的发展,更进一步丰富我国教育内容、完善我国教育体系。本章重点就我国高校体育教学的现状及其发展进行深入分析。

第一节 体育教学基本理论与知识概述

一、体育教学的产生

(一) 国外体育教学的产生

1. 欧洲早期的体育文明

体育文明的产生是人类文明进步的一个重要表现,标志着人类在满足了基本的生产、生存需求之后,开始重视自我的发展需求。

早期欧洲文明的发源地是古希腊,西方早期的体育文化也是

从这里起源的。古希腊人非常重视身体健康,尤其崇尚自然的人体健康之美,因此,古希腊人有着丰富多彩的体育生活,可以说是特别崇尚体育活动,对古希腊人来说,不仅注重日常体育活动的参与,还会在重要的节庆日举办体育竞技活动,古希腊的运动场中,如角力场等,设有大量的与体育活动如跑、跳、投、拳术等有关的设施,古希腊的运动场是古希腊人民参与和举办体育盛会的重要场所。

在古希腊时期,古希腊人对体育的热爱是周围其他任何国家的人都无法比拟的,其中一个非常重要的原因就是,古希腊人将体育活动参与与神灵祭祀紧密结合在一起,在古希腊的许多神话传说中,很多神都被赋予了无比强大的体育力量和精神,很多神话人物都是大力士。基于神灵崇拜,古希腊人为了愉悦神灵,也非常重视体育活动参与,并将人体美、竞技精神以及高超的技艺等融入到日常的体育活动中去,具有健美身材和良好身体素质的人往往会成为一个地区和民族的英雄人物,会受到人们的尊敬。

古希腊人将对体育的热爱融入早期的教育中,诞生了世界上最早的体育教育,同时,古希腊人的体育竞技盛会还发展为后来的古代奥林匹克运动会。

2. 欧洲早期的学校体育

学校是体育教育活动开展的一个重要场所,学校要先于学校体育产生和出现,为学校体育教育奠定了重要的前提和物质、制度条件。

早期人类文明的发展首先是从生产劳动中产生的,与身体锻炼密切相关的体育文化是最早的人类文化,古人在重视自我体育参与与身体锻炼的同时,还非常注重对下一代的身体教育,早期的文化古国,如古埃及、古巴比伦王国、古印度等,都曾出现如宫廷学校、祭司学校、神庙学校等各类学校,专门针对贵族子弟开展教育工作,教育的内容大多与体育相关,如箭术、骑马、驾车、刀剑等。

欧洲早期的学校体育教育,以古希腊奴隶社会的斯巴达和雅典的体育教育为典型代表,是当时最为先进的一种教育形式。

斯巴达体育教育更突出了军事教育的特点。公元前8世纪的斯巴达,是一个极端军事化的城邦国家,非常重视军事化的体育训练,相比之下,不重视少儿的文化学习,这与斯巴达的国情具有非常密切的关系。斯巴达的体育教育以军事训练为主,全体斯巴达人都被编入军队,氏族贵族子弟(包括女子)的军事训练更是十分重视,并且具有系统化的军事训练内容,训练内容主要包括赛跑、跳跃、角力、掷铁饼、投标枪等体育运动项目。

雅典重视全民体育教育,每一个雅典国民,从小就接受体育教育,贵族的子弟更是要接受严格的体育教育与体育训练。在雅典,7岁左右的孩童就会接受专业化的学校教育,学习文法、艺术、体育等知识,在12岁后会接受系统的体操教育,在雅典的学校体育教育中,体操教学内容与军队中的军事体操的内容基本一致,学校教育的目的就是为了增强青少年的体质、促进国民的身体健康发展 and 体能素质的发展。

此外,值得一提的是,在古希腊体育运动盛会和祭祀活动中诞生和发展起来的古代奥林匹克是古希腊重视体育发展的重要表现之一,古代奥林匹克运动会不仅促进了竞技体育的发展,也促进了学校体育的产生与发展,据史料考证,在古希腊的很多城邦都开设有专门进行体育教育与训练的场所,后成为专门培养奥林匹克竞技人才的体育学校,其性质就相当于现在的“体校”。

3. 欧美早期的体育思想

中世纪后期,现代体育雏形已经形成。这一时期,骑士精神受到人们的重视与尊敬,公元800年,法兰克王国的查理大帝一统西欧,封12名随从勇士为“神的侍卫”“圣骑士”。由于骑士的重要社会地位,有志青年都致力于各种技能训练,渴望成为一名合格的骑士,骑马、游泳、投矛、刺剑、狩猎、弈棋、吟诗被称为“骑士七技”。这一时期,英国唯物主义哲学家洛克主张,“教育应让学

生学习有用的东西并成为健康的人”，“体育可促进人的涵养和教养的提高”，体育教育备受人们重视。

14至17世纪，欧洲文明迎来了一次快速发展时期。这一时期，人们的思想得到了大解放，与以往接受神的统治，以控制自己的私欲来按照神的修为来约束自己的思想发生了改变，人们的自主、自由意识得到提高，不再单纯地接受宗教思想的禁锢，这是欧洲文明进步的表现。人们对自己的身心发展的关注，使得人们开始希望受到关注和尊重。早期的体育教学强调体育学习的重要性，鼓励人主动参与体育来促进自我身体发展并从运动中获得快乐，这一时期较流行的体育项目为骑马、击剑。

17至18世纪，欧洲启蒙运动正式开始，这是继文艺复兴之后欧洲进行的又一次思想解放运动，思想的解放促进了教育思想的不断发展，近代科学精神得到充分发展，现代自然科学得到了快速的发展。人们对自身健康发展也有了更加深入的认识，新的体育教育思想和理论为学校体育教学的产生奠定了现实基础。这一时期出现了许多思想领袖，他们在当时提出了一些关于体育教学的新的观点和教学思想，这些教学观点和思想具有进步意义，对于促进学校体育教学和人们思想解放有重要意义。学校体育教学从“活动”向“课程”转变。例如，“近代学校体育之父”夸美纽斯(捷克)提出“适应自然”的教育原则；18世纪杰出思想家和教育家让·雅克·卢梭主张采用自然方法实施儿童体育教育，指出体育教育是“重要的教学内容”；博爱派教育家巴塞多创建博爱学校(1774年)，鼓励学生参与野外体育活动，建立了包括骑马、舞蹈、击剑等在内的体育课程内容体系，博爱学校的体育教学思想和教学内容开展，推动近代学校体育教育的到来，德国的德式体操(青少年军事训练)、瑞典的瑞典体操(军事训练基础上的自我发展与完善)受到欢迎与推广，由此掀起了欧洲学校以体操为主要内容的体育教育热潮。

欧洲学校体操教育的广泛普及与发展，促进了学校体育向现代学校体育教育的过渡与发展，学校体操课程内容也不断完善，

学校体育教学内容日益丰富,并开始有新的体育教学体系、教材内容、活动内容等不断完善。

经过不断的改革与发展,学校体育教育开始分年龄阶段教学,课堂内容与教学方法也渐成体系,并有了早期的体育教材,学校体育教学初见规模。

(二)我国体育教学的产生

这里重点对我国古代体育教学和学校体育的产生进行阐述解析。

我国是文明古国,具有悠久的文明发展史,且五千年的文明发展从未中断,在我国古代的奴隶社会就已经出现了世界上最早的学校,学校的教学内容大多与体育相关。

1. 先秦时期的学校体育教学

夏商时期,我国出现了早期的学校,当时称“校”“序”“庠”等,这些教育机构的教学服务于军事和宗教。商朝时期,学校教育开始分级:“大学”和“庠”,教育内容并无变化。

周朝,周武王以武力灭殷商,重视奴隶主武士教育,但是,政治礼乐也具有重要地位,西周时期,学校分化为“国学”和“乡学”,教学内容以“礼、乐、射、御、书、数”六艺为主,“射”(射箭),“御”(驾车)被认为是我国最早的体育教学内容。在当时,学校有严格的管理指导,贵族子弟食宿均在学校,由专业的“师氏”“保氏”的指导从事各种军事、政治、文艺的知识和军事训练技能学习,为奴隶主培养文武兼备的人才。^① 尽管这一时期的学校体育教学内容较少、教学内容体系不完善,但其在当时已经具有了学校教育的雏形,而且是当时全世界最先进的学校教育和体育教育。

东周时期,新兴地主阶级开始兴起,学校教育体制由原来的“学在官府”向“学在四夷”转变,私人讲学、办学之风兴起,学校

^① 李开文,李易.中国古代学校中的体育教学思想——文武兼备 学以致用[J].文山师范高等专科学校学报,2009,22(4).

体育教育的“为政尚武”向“文武兼学、文武分途”的方向开始转化。

春秋时期是我国思想文化的大发展时期,这一时期,思想领域百家争鸣,文化呈现出繁荣发展的态势,以孔子为主的儒家代表人物崇尚周礼,儒家思想占据社会的正统地位。孔子主张教育应“文武兼备”,提出“有文章者必有武备”,作为“武备”的学校体育教学在这一时期获得了一定的发展。

2. 封建社会时期的学校体育教学

秦汉初期,封建社会制度逐渐形成,儒家思想更加受到当权者的重视,尤其是在西汉时期,汉武帝采董仲舒之建议,实行“罢黜百家,独尊儒术”的文化政策,确立儒家思想为培养和选拔人才的标准,儒家经典列为官学,成为学校的主要教学任务,学校教育以“六经”为主,重文轻武,偏重德育、智育,先秦教育中的“乐、射、御”等具有体育性质的内容几乎完全被废除。

魏晋南北朝时期,大兴“玄学”“清谈”之风,学校教育重文轻武的现象更加明显,统治阶级享受奢华生活,贵族子弟“无不熏衣剃面,傅粉施朱”,士族们苟安现状、无所事事。这一时期,学校体育日趋衰败。

唐宋时期,统治者注重文化教育,同时也注重武备。这一时期,由于政治清明、社会稳定、经济发展良好,科举制度得到了极大的发展,同时军事准备也颇受重视。唐太宗曾亲自率领武将练武,武则天首创武举制度,具有重要历史意义。武举制度和文举一样,用考试的方法来选拔武官。准备考武举的人,从小就锻炼身体,学习武艺,这对冲击重文轻武的教育思想以及增强部分青少年的体质是有益的,成为另一种教育形式。在统治者思想和相关政策的影响下,文举和武举分开进行,文武教育分化。

宋明时期,处于政治统治的需要,在学校教育和社会统治中,出现了文武的分化,导致文者轻武,武者轻文,文武对立发展。同时,在社会正统思想方面,理学取代儒家思想在社会上占据主导

地位,更加注重“文治”,学校体育教育发展进一步受限。但统治阶级出于统治和国防的需要重视军事教育和军事训练,开始兴办武学,这一时期,在文武分化的基础上,武学的地位降低,但仍有一定的发展。

明朝时期恢复“六艺”教育,增设习武场,鼓励“儒生习武”。明朝中后期,统治阶级为了避免民间反抗政治统治,禁止民间习武,大力实施科举取士,学校教育大兴“八股文”风、鄙薄肢体之风盛行。这一时期,学校体育教育基本上被废除殆尽。

整个清朝时期,学校体育教育经历了从繁荣到衰败的过程。清朝初期,“文武并重、文武合一”教育制度得以建立,我国学校体育教育开始受到重视,但是就整个清朝尤其是清朝后期的国情发展来看,学校体育教育在社会不安定的情况下并没有得到持续的良性发展,学习教育制度、教学活动开展受到很大破坏与影响,之后,我国学校体育备受西方学校体育教学影响。整个封建社会,我国学校体育教学几经曲折,发展缓慢。

二、体育教学的发展

(一) 国外体育教学的发展

西方学校体育真正开始发展是从摆脱了军事训练特点开始的。

1. 神学思想对学校体育教学的控制

亚历山大帝国统一后,西方社会进入一个新的较为稳定的历史发展时期,古希腊的独立性降低,古希腊的体育教育由此更受关注,但脱离了军事训练,更关注身心健康发展。

随着欧洲各国的发展进入封建社会时期,宗教开始在社会各领域发挥着越来越重要的作用,欧洲基督教会掌握着国家的政治权利,在神权思想的影响下,众多教徒被要求要通过本世的苦修来进行“赎罪”,个人的身体欲望和发展被强行压抑,在整个社会

的宗教思想影响下,学校被教会控制,学校体育教育几乎被完全否定,学校教育中的体育教学内容只为培养少数骑士服务。

2. 工业革命时代的学校体育的回归

18世纪60年代,工业革命(The Industrial Revolution)的发展推动了社会思想文化和教育的变革,一方面,在工业革命的推动下,自然科学得到了快速的发展,基于对自然科学发展对神学的冲击,大范围的思想启蒙运动下,人们对于人体科学的研究逐步深入,许多思想家都肯定了体育对人类健康、社会进步的重要意义和作用。另一方面,工业革命对社会生产产生了重要影响,对劳动力提出了更高的要求,同时,各国更加充分认识到体育教育的重要性,体育成为面向全体学生的必须要接受的教育内容,这极大地促进了当时的学校体育教育教学的发展,体育教学在学校教育教学系统中具有十分重要的地位。

19世纪,学校体育得到了较为全面的发展。首先,学校体育教学内容方面,瑞士最伟大的教育家裴斯泰洛齐提出了很多教育理论方面的独创论述,对世界学校体育产生了重要的影响,促进了学校体育课程的成熟化发展。裴斯泰洛齐提出“教育心理学化”的思想,创立了和谐发展教育和“要素”教育理论,指出“教育应按照国家法则对学生的道德、智慧和身体各方面的能力进行均衡发展”,主张“重视体育活动中的学生的关节活动”,“按照人体关节活动的难易程度安排体育教学”。其次,学校体育教学人才培养方面,随着学校体育教学在学校教育中的地位不断提高,世界上许多经济发达国家,如美国、瑞典、德国等在重视到体育教育对劳动力素质发展促进作用的基础上,纷纷重视学校体育教育,开办体育学校,并注重专门的体育教师的培养,专门培养体育师资的体育师范学校的出现,学校体育学科发展日益成熟与完善。最后,随着学校体育教学的发展,关于学校体育教学的研究不断深入,体育教育思想也得到了进一步发展。同时,为了更好地促进学校体育教学活动的开展,学校体育还形成了课程化的形式和

班级、年级授课的方式,具有现代意义的体育教育教学发展成熟。

3.20 世纪西方现代学校体育教学的发展

20 世纪初期开始,世界各国结合本国实际进行学校体育教学改革,很多新的体育教学理论、体育教学思想、体育教学方法在这一时期被提出并应用,为之后的学校体育教学发展、改革、完善奠定了思想与观念基础,具有重要的进步意义,推动了学校体育的教学改革与发展。

在现代学校教育改革与发展方面,各国各地区有不同的侧重。

在欧洲,奥地利学者高尔霍夫尔提出“儿童中心主义”的教学法,指出应根据儿童生长发育规律、兴趣爱好等来设计体育活动、安排体育课程教学内容,同时,高尔霍菲尔还首次提出要在体育教学中,关注儿童的速度、耐力和灵敏素质发展,结合儿童身体素质发展规律安排体育课程教学,这对于当时的西方学校体育教学,乃至全世界的体育教学来说都是一个创新性教学改革与完善建议。

在美洲,美国兴起的“新体育”理论——新体育运动中体育课程改革的主要理论,在该理论的影响下,美国学校体育教育开始将教学的重点放在关注学生的身心健康发展方面,同时从个人健康向整个社会的健康辐射。“新体育”理论代表者托马斯·伍德和赫塞林顿提出应重新审视体育的目标和手段,关注学生个体健康,关注整个社会的体育教育,对欧洲体育教学进行了本土改造。^①伍德明确指出,体育应关注学生的全面发展,包括学生的社会生活、文化等方面的发展,体育教育应是全面的教育。

在亚洲,日本在学校体育教育方面非常重视而且获得了较快的发展。1947 年,日本颁发实施《学校体育指导纲要》,明确了学校体育在国民体质健康促进和社会道德发展方面的重要作用,通过学校体育教育,重视对学生实施“人的教育”。亚洲其他一些刚

^① 吕红芳,边宇.美国“新体育”思想的历史解析与启示[J].广州体育学院学报,2013,33(2):12-16.