



竞攀系列

上海市高校085内涵发展专业建设资助项目

体育教学设计

舒盛芳 高学民 编



 复旦大学出版社

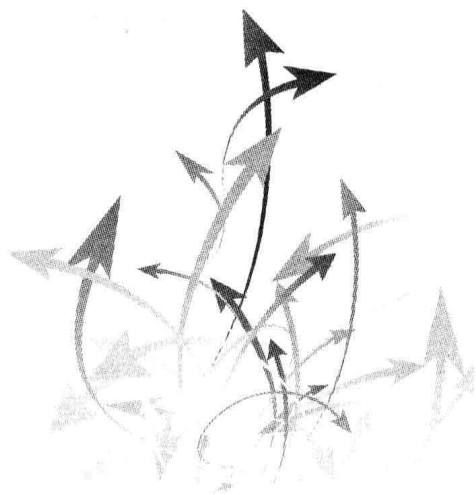


竞攀系列

上海市高校085内涵发展专业建设资助项目

体育教学设计

舒盛芳 高学民 编



图书在版编目(CIP)数据

体育教学设计/舒盛芳,高学民编. —上海:复旦大学出版社,2013.6
(竞攀系列)
ISBN 978-7-309-09619-4

I. 体 II. ①舒…②高… III. 体育教学-教学设计-教材 IV. G807.01

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 069490 号

体育教学设计

舒盛芳 高学民 编
责任编辑/魏 岚

复旦大学出版社有限公司出版发行
上海市国权路 579 号 邮编:200433
网址:fupnet@fudanpress.com <http://www.fudanpress.com>
门市零售:86-21-65642857 团体订购:86-21-65118853
外埠邮购:86-21-65109143
大丰市科星印刷有限责任公司

开本 787×1092 1/16 印张 8 字数 188 千
2013 年 6 月第 1 版第 1 次印刷

ISBN 978-7-309-09619-4/G·1185
定价:30.00 元

如有印装质量问题,请向复旦大学出版社有限公司发行部调换。
版权所有 侵权必究

内 容 提 要

本书是体育教育专业的一本基础性理论教材，内容包括体育教学设计的基础理论，以及学段体育教学计划、学期体育教学计划、单元体育教学计划和课时体育教学计划的制订和设计等相关知识。主要面向体育教育专业学生，目的是为他们进入中小学胜任体育教学工作，学会撰写教学计划和完成基本的教学设计打好基础，也可以用作年轻体育教师的参考书。

序

《体育教学设计》马上就要出版了,我们由衷地感到高兴。多年来,我们在从事《体育教学设计》这门课程教学时,一直没有自己正式出版的教材。当前,学校正在进行内涵建设,由于教务部门的整体规划,才使本教材的出版变成了现实。非常感谢教务处王兴教授的具体工作和辛勤努力!

《体育教学设计》是一门实践性和指导性很强的课程,也是体育教育专业学生的必修课程。体育教学设计从宏观来讲,不仅指体育课的教学设计,还应该包括从学段体育教学计划,学年、学期体育教学计划,单元体育教学计划在内的所有的体育教学计划的设计和编写。鉴于这样一种设想,我们在教材的编写过程中,在着重介绍体育课时计划的设计和编写时,将学段体育教学计划,学年、学期体育教学计划和单元体育教学计划作为重要内容列入其中。

本教材共分九章,第一章主要介绍体育教学设计的概念、意义、特点、基本要求,以及内容和步骤;第二章主要介绍体育教学系统的构成、学习理论、教学理论及体育教学设计的背景分析;第三章主要介绍学段体育教学计划的制定与编写;第四章主要介绍学年、学期体育教学计划的制定和编写;第五章主要介绍单元(单项)体育教学计划的制定与编写;第六章主要介绍体育课教学设计;第七章主要介绍不同体育教学模式的教学设计;第八章主要介绍理论课教学的设计;第九章主要介绍体育教学设计的评价。我们在编写过程中试图做到按照当前素质教育的要求,并将素质教育中的最新研究成果编入教材之中,使教材的结构和内容更加完善。但由于时间仓促和水平有限,本教材所呈现的结构和内容与初衷可能还有差距,教材中不免存在这样和那样的问题,敬请读者批评指正!

我们在此感谢研究生在资料收集过程中所做的努力。

最后,非常感谢复旦大学出版社编辑的大力支持,正是由于她们严谨和认真负责的工作态度及辛勤的劳动,才能使得本教材在这么短的时间内顺利出版。

编者

2013年5月

体育教学设计

Contents

目 录

第一章	体育教学设计概述	1
第一节	体育教学设计.....	1
第二节	体育教学设计的意义、特点及基本要求.....	3
第三节	体育教学设计的内容与步骤.....	10
第二章	体育教学设计的理论基础	13
第一节	体育教学系统.....	13
第二节	学习理论与体育教学设计.....	15
第三节	教学理论与体育教学设计.....	17
第四节	体育教学设计的背景分析.....	20
第三章	学段体育教学计划	26
第一节	学段体育教学计划的概述.....	26
第二节	学段体育教学计划制定.....	27
第四章	学年、学期体育教学计划	36
第一节	学年体育教学计划.....	36
第二节	学期体育教学计划.....	42
第五章	单元(单项)体育教学计划	50
第一节	单元教学计划的概述.....	50
第二节	单元(单项)体育教学计划制定.....	50

第六章	体育课教学设计	63
第一节	体育课教学设计的原则	63
第二节	体育课教学设计的内容和具体步骤	65
第三节	体育课教学设计方案撰写	76
第七章	不同体育教学模式的教学设计	96
第一节	体育教学模式教学设计概述	96
第二节	不同类型体育教学模式教学设计的介绍	98
第八章	理论课教学的设计	104
第一节	理论课教学内容选择与确定	104
第二节	理论课教学过程设计	107
第三节	理论课教案的编写	108
第四节	理论课教学设计中的多媒体应用	112
第九章	体育教学设计的评价	113
第一节	体育教学设计方案的评价	113
第二节	体育教学设计方案实施过程和结果评价	114
主要参考文献		117

体育教学设计概述

第一节 体育教学设计

一、设计的概念

“设计”一词被广泛应用于众多领域,然而人们对“设计”的理解却不尽相同。《现代汉语词典》的解释是,设计就是在正式做某项工作之前,根据一定的目的要求,预先制定方法、图样等。国外有学者认为,设计就是为创造某种具有实际的新事物而进行的探究。因此,设计是指在活动之前,根据一定的目的要求,预先对活动所进行的一种安排或策划。

设计与其他形式的计划的区别在于,它在计划过程中所要求的精确性、仔细性和科学性的程度不一样。设计者在系统地计划项目时必须非常精细和科学。因为他们知道,粗劣的行为方案会导致不良的后果,如造成时间和其他资源的浪费,甚至危及生命。教学设计者特别担心不好的教学方案会产生乏味的、无效的学习,其后果有时会非常严重。

二、教学设计

教学设计是 20 世纪 50 年代以后逐步形成和发展起来的一门新的实践性很强的应用学科,它是在教育心理学和教学技术逐渐整合的基础上发展起来的现代教学理论。

在现代社会,一般认为教学是通过信息传播,促进学生达到预期的特定的学习目标的活动。这种活动是为了让学生知道原来不知道的知识,学会做原来不会做的事情,并发展智力和能力。有人说:“只要掌握了所教学科的内容,谁都会教的。”这是把教学简单化了。实际上,教学是一个复杂系统,包含着多种要素的组合。教学设计是面向教学系统,解决教学问题的一种特殊设计活动。它具有设计的一般性质,又必须遵循教学的基本规律。

关于什么是教学设计,不同的教学论专家有着不同的解释,但其主要的解释大多是定位在教学规划、课程开发上。美国著名教学设计专家梅里尔认为,教学设计是一种以开发学习经验和学习环境为目的的技术。著名的教学设计专家加涅(RM Gagne)认为,教学设计是一个系统化地(systematic)规划教学系统的过程。教学论学者赖格卢思(CM Reigeluth)也形象地把

教学设计比作是建筑设计蓝图的准备,把教学开发比作是实施这个计划的过程。而有些学者则把教学设计与教学开发视为同一物。我国的教学论研究者则普遍认为,教学设计是运用系统方法,分析教学问题和确定教学目标,建立解决教学问题的策略方案,评价实施结果和对方案进行修改的过程。

从以上对教学设计的认识,可以看出,教学设计是一个很大的概念,它是对教学的整体规划甚至是课程开发的概念。

三、体育教学设计的概念

体育教学是一个特殊的教学过程。与其他学科相比,体育课程承担着促进学生身心全面发展的任务,其教学过程不仅是身体活动过程也是思维发展过程。其重要特征是学生在教学过程中要承担一定的生理和心理负荷。加之体育教学活动空间开放,影响因素众多,体育教学的组织和控制的难度是其他学科难以比拟的。因此,对体育教学过程中的各个要素进行分析研究,围绕体育课程目标对体育教学过程进行充分的准备和策划是非常必要的。

我国对体育教学设计的研究始于20世纪80年代中期,其教学设计的原理和方法越来越受到人们的重视,并已开始课程计划的制定、教学软件开发以及课堂教学的改革等方面有所应用。

我国体育工作者对于体育教学设计概念的认识有以下几种:

(1) 南勇认为,所谓体育教学设计,实质上就是根据体育教学的特点,采用系统的方法,对教学前的各种准备工作和教学过程的实施进行系统的综合。

(2) 毛振明认为,体育教学设计是根据教学目的和教学条件,对某个过程(如学段、学年、学期、单元和学时)的教学所进行的各方面的最优化研究工作和计划工作。这个定义明确了体育教学设计的应用范围。

(3) 周登嵩认为,体育教学设计是根据体育学科的特点,从体育教学系统的整体出发,综合考虑体育教师、学生、场地器材、体育教学环境及要达成的教学目标等各方面的因素,详细分析体育教学可能出现的问题,有针对性地设计出解决这些问题的教学行动方案,并在体育教学实施过程中评价行动方案的可靠性,同时随时做出修正,直到体育教学活动取得最优化的教学效果为止。

(4) 焦敬伟认为,体育教学设计是为体育教学活动制定蓝图的过程,它规定了教学的方向和大致进程,是师生教学活动的依据。教学活动的每一步骤、每个环节都将受到教学设计方案的控制。

(5) 朱伟强认为,体育教学设计,亦称体育教学系统设计是面向体育教学系统,解决体育教学问题的一种特殊的设计活动。它既具有设计的一般性质,又必须遵循体育教学的基本规律。

从以上学者对体育教学设计概念的表述来看,他们对体育教学设计概念的认识是不同的。综合以上学者的观点,笔者认为,体育教学设计是一项研究工作和计划工作。它以获取最佳体育教学效果为目的,以学习理论、教学理论、传播学和体育教学原理为理论基础,通过一套具体的操作程序来协调、配置体育教学过程中的各种要素(如体育教师、学生及教学内容、教学条件、教学目标、教学媒体、教学组织形式)以达到优化体育教学过程的一种设计活动。

第二节 体育教学设计的意义、特点及基本要求

一、体育教学设计的意义

对于体育教学工作来讲,体育教学设计有利于体育教学工作的科学化。它有利于优化体育教学过程,提高体育教学质量和效果。体育教学优化包括体育教学方案(教案)设计优化和体育教学实施过程的优化等环节。通过体育教学方案设计优化和体育教学实施过程优化使学生的体力(身体素质)、体育知识、运动技术、能力、情感、人格和个性得到全面和最大限度的发展。

对于体育教师来讲,体育教学设计为体育教师提供了方法,可以促进体育教师从经验型、随意型向科学型转变,有助于体育教师发现体育教学中存在的问题,积极思考和探索解决问题的方法和思路,使体育教师设计的教学方案更具有时效性、针对性。体育教学设计有利于理论与实践的结合,有利于科学思维习惯和能力的培养,有利于加速青年教师的培养。体育教学设计有利于电化教育的开展和多媒体教材质量的提高。

(一) 有利于体育教学工作的科学化

在传统体育教学中对于体育教学方案的撰写,一方面大多以课堂、书本和教师为中心,教学理念陈旧;另一方面,由于少数教师没有掌握一定的设计方法,撰写教案不得要领,规范性不足,表现为撰写教案的随意性。对于大多数体育教师来说,如果掌握了体育教学设计的相关方法,就可以增强体育教学工作的规范性,从而进一步提高体育教学过程的科学性。

(二) 有利于体育教学理论与体育教学实践的结合

长期以来,体育教学研究偏重理论上的叙述和完善,脱离体育教学实际,使体育教学理论成为纸上谈兵,对改进体育教学工作帮助不大。而广大一线的体育教学工作者,则感到体育教学理论离他们的实际工作太远,有的甚至在体育教学实践中茫然摸索。在这种情况下,体育教学设计起到了沟通体育教学理论与体育教学实践的作用。一方面,通过体育教学设计,可以把已有的体育教学理论和研究成果运用于实际指导中;另一方面,也可以把一线的广大体育教师的教学经验升华为教学科学,充实和完善体育教学理论,促使体育教学理论与体育教学实践紧密地结合。

(三) 有利于科学思维习惯和能力的培养

体育教学设计是系统化地解决体育教学问题的过程,它提出的一整套确定、分析、解决教学问题的理论和方法对于培养人们科学的行为习惯,提高人们科学地分析与解决教学问题的能力具有重要意义。

(四) 有利于加速对青年教师的培养

体育教学既是一门科学,也是一门艺术。虽然体育教学艺术很难通过教学来传授,但是科学的教学理论和方法则是可以习得的。体育教学设计为师资队伍的培养提供了一条有效的途径,体育教师通过体育教学设计的训练过程可以迅速掌握体育教学的基本原理、方法和实际操作技能,并在实际运用中不断熟练和提高,最终成为一名体育教学专家。

(五) 有利于体育多媒体教材的开发和质量的提高

近年来,随着教学投入的增加,信息和现代教育技术的发展,以及各类电教器材的增加,体

育教学技术与手段也在不断地发展。体育多媒体教材具有融体育教学内容和体育教学方法于一体的特点。通过学习和掌握体育教学设计的理论与方法,可以帮助体育教师有效地使用现代教学媒体,编制相应的多媒体教材,从而提高体育教学质量。

二、体育教学设计的特点

体育教学是一种有目的的活动,为了达到预期目标和获得理想的效果,必须在教学活动实施之前对体育教学方案进行设计。体育教学设计具有下列特点。

1. 超前性 体育教学设计是在进行体育教学之前对体育教学所作出的一种安排和策划。也就是说,体育教学设计在前,体育教学活动的实施过程在后。

2. 创造性 体育教学设计的过程应该是一个创造性解决教学问题的过程。体育教学多元化目标、体育教材的多功能特点、体育教学方法手段的多样化以及这些要素之间存在的复杂关系,使得体育教学过程具有复杂性和不确定性的特点。体育教学设计的创造性,要求设计者必须具备较扎实的体育教学理论知识,懂得教学过程和教学规律,了解素质教育的实质和内涵,具有开拓和钻研精神,并且具有丰富的想象力、敏锐的观察力、深刻的分析力和超前的意识,只有这样才能设计出新颖、实效、独具特色的教学方案。

3. 系统性 体育教学设计过程是一个科学逻辑的过程,体现了体育教学设计工作的系统性。在进行体育教学设计时,需要在分析论证所存在的教学问题的基础上设定目标,然后围绕既定目标设计教学的各个环节,从而保证其“目标、策略、评价”三者的一致性。体育教学设计从体育教学系统的整体功能出发,在工作程序上,往往是综合考虑教师、学生、教材、媒体、评价等各个方面在体育教学中的地位与作用,使之相辅相成,互相促进,产生整体效应,从而达到体育教学效果的最优化。

4. 灵活性 虽然体育教学设计过程具有一定的模式,需要按照既定的流程进行,但体育教学设计的实际工作往往不一定完全按照流程图所呈现的线性程序开展。有时,没有必要或不可能完成所有的工作步骤。例如,学习需要分析是体育教学设计过程模式中一个重要的教学设计环节。在中小学体育课的教学设计中,如果是同一个教学班,可以根据情况适当简化或加强对学习需要分析的论证工作。因此,在进行体育教学设计时,应根据不同的情况和要求,灵活地决定从何处着手工作,重点解决哪些环节的问题,适当略去一些不必要的环节,有效地进行体育教学设计。

5. 科学性 体育教学设计是一门科学。科学的真谛在于求真,体育教学设计是在人体解剖学、人体生理学、体育保健学、运动生物化学、体育心理学、体育教学论等体育理论以及教育传播理论、教学媒体理论和教学评价理论的指导下,根据学和教的基本规律,建立起合理的体育教学目标、内容、方法的策略体系,科学地运用系统方法对各个体育教学要素及其联系进行分析和策划。

6. 艺术性 体育教学设计是一门艺术。艺术具有丰富的审美价值,一份好的体育教学设计方案,要做到既新颖独特、别具匠心,又层次清晰、富有成效,给人以美的享受。

三、体育教学设计的基本要求

(一) 体育教学设计要体现素质教育理念

20世纪80年代末以来,中国教育界的教育理念发生了根本的变化,由传统的应试教育向新型的素质教育转变。民主、平等、合作的师生关系和培养学生的创新精神与实践能力的

了素质教育的基本特征。体育教学设计必须按照素质教育的这种要求来进行,与素质教育发展要求相一致。在设计过程中充分尊重学生的主体地位,使教学有利于调动学生的学习积极性,激发学生的学习兴趣。此外,它要求教学设计重视学生各方面素质的全面均衡发展,使学生的综合素质得到有效提高。

(1) 强调以学生为中心。明确以学生为中心对教学设计有着至关重要的指导意义。因为从以学生为中心出发,还是从以教师为中心出发,将会出现截然不同的设计结果。体育教学设计应将学生放在首位,要求教师在教学设计中重视学生的学习,重视学生的学习过程。具体而言,教学设计应建立在学生的基础和身心发展之上,把教学作为一种方式,一种情境,一种过程。学生是教学的主体,教学设计的内容、过程、步骤等都必须服从学生的需要。通过引导、启发使蕴藏在学生身上探究知识的潜能充分开发出来,使学生能主动发现问题、探究问题、解决问题,充分发挥学生学习的主观能动性。

(2) 坚持“以人为本、健康第一”的教育理念。“以人为本、健康第一”的教育观是在素质教育的大前提下,根据体育学科的特点提出的教育观念,它指明了体育教学改革的方向,是新一轮素质教育研究的热点。体育教学设计应积极探索健康教育之路,把健康与体育教学结合在一起,重视对学生健康方法、健康锻炼能力的培养,使学生身、心、道德、社会适应等方面全面发展。体育教学设计应当根据“以人为本、健康第一”的体育教育观念来进行,在规划过程中充分体现以学生为主体,重视学生的兴趣需求,重视学生的全面发展。

(3) 体现“终身体育”指导思想的要求。“终身体育”指导思想旨在通过体育教学培养学生的体育兴趣、态度、爱好等,使学生掌握一定的健身方法,具备体育锻炼的能力,为他们离开学校后继续从事锻炼做准备,体现了可持续发展的时代理念。终身体育作为现代学校体育教育的思潮,已受到世界各国高等教育的高度重视,以终身体育为指导思想,是深化体育教育改革,是体育人才培养更加科学化、社会化和具有时代化特征的有效途径。终身体育认为,体育教育的最终意义在于,使受教育者具有独立从事社会服务的健康体质和良好的健身习惯,坚持健康第一,身心发展第一,坚持培养兴趣和运动习惯相统一的体育教育方向。体育教学设计要体现“终身体育”思想,按照“终身体育”指导思想的要求对体育教学过程重新进行定位,谋求新的发展思路 and 理念,实现体育人才培养的可持续发展。

(二) 体育教学设计要体现全体学生的发展

(1) 体育教学设计要面向全体学生。过去,有少数体育教师在体育教学中只是针对部分有体育特长的学生来开展,一切都为了在运动会上夺取锦标为目的,在教学设计中,没有充分考虑到全体学生的普遍要求,使很多学生达不到体育教学的技术要求,从而导致多数学生对体育缺乏兴趣。随着素质教育的不断深化,学校人才培养模式有了很大的改变,从单纯重视少数体育特长生的培养转向重视全体学生的发展。要让每个学生在身体健康、体育知识、技术和技能等方面都得到发展。这种人才培养模式的转变对体育教学设计提出了更高的要求,要求体育教师在教学设计过程中投入更多的精力,对学生情况有更多、更深入的了解,根据学生的多样性特点设计出体现差异性的体育教学方案,以满足不同学生的体育学习特点、需求。

(2) 体育教学设计要体现学生的全面发展。过去有的体育教师把片面强调对体育知识、技能的传授,把考试达标当成评价体育教学效果的唯一标准。现代人才培养要求体育教学做到传授基本知识、技能与培养学生能力并重,做到知识能力提高与人格健全发展相协调。因此,在体育教学设计过程中,体育教师应该从新的体育人才培养模式着手,考虑学生知识、技术、能力、个性品质的全面发展,尤其是在体育教学目标设计时要包含新课程标准中提出的运

动参与目标、运动技能目标、身体健康目标、心理健康目标以及社会适应目标。通过科学合理的体育教学设计来促进学生的全面完善发展。

(3) 体育教学设计要根据学生的特点来进行设计。学生是学习的主体,是学习过程中最积极主动的因素,体育教学设计的一切活动都是为了学生的体育学习,教学目标是否实现,必须通过学生的体育学习活动来体现。教学内容是否科学合理,必须根据学生的学习效果来判断。教学组织形式以及教学方法、手段是否可行,应当通过学生的学习效果来体现。现代体育学科发展要求重视学生的兴趣爱好,根据学生的身心发展基础来开展体育教学设计,而作为学习主体的学生在学习过程中各具特点。因此,要取得体育教学设计的成功,必须从学生实际出发,对学生身心发展状况、已有的知识结构、技术水平、兴趣爱好、能力倾向以及学习前的准备情况等几个方面进行分析。首先,学生正处于蓬勃发展期,有其身心发展的规律。学生的身心发展水平对体育教学设计产生深远的影响。因此,在进行体育教学设计时要根据学生的身心发展水平来确定教学的各项具体内容。其次,学生已有的知识结构和体育技术水平也对体育教学设计产生一定的影响。体育教学设计应充分考虑学生已有的知识结构和体育技术水平,根据学生已有的知识结构和体育技术水平来确立教学目标、安排教学内容、选择适用的教学组织形式和方法、手段。在考虑学生已有知识结构和技术水平的基础上进行的教学设计,才能更好地满足学生的学习需求,达到更好的教学效果。再次,学生的兴趣爱好是体育教学设计过程中一个至关重要的变量,它对整个体育教学设计产生重要影响。如果脱离学生的体育兴趣爱好来进行体育教学设计,就会导致教学脱离学生的实际需求,教学过程中不能充分调动学生的学习积极性,不能激发学生学习兴趣,最终会影响教学效果。最后,一个影响体育教学设计的因素是学生的体育学习准备,它是指学生在从事新的体育学习时,他原有的体育知识、体育技能、身体素质等方面的水平和身心发展水平对新的体育学习的适应性。它是进行新内容教学的基础和出发点。影响体育教学设计的学习准备因素主要包括以下几个方面:①学生年龄、性别、身体发育水平、体质状况。②学生体育学习风格,即学生对体育知识技能的感知和处理速度、处理方式等。③学生已有的体育知识、体育学习动机、个人对体育学习的期望、经历、生活经验、社会背景等方面的特征。以上这些方面是我们进行体育教学设计时需要考虑的。

(三) 体育教学设计要适应体育课程教材内容的多样化

近年来,我国实行国家课程、地方课程和校本课程三级课程管理制度,增强了课程的多样化和适应性。当前,在国家大政方针的指引下,体育课程在教学内容上有了很大的改进。体育教材体系进一步完善,教学内容进一步多样化,教学自主性进一步加强。因此,在进行体育教学设计时,应当根据课程标准确立的教学目标对已有的教材内容进行筛选、重组等加工处理,做到主次分明、重点突出、结构合理。在选择、安排教学内容的基础上,根据教材内容的特点,应用行之有效的教学组织形式,采用合理的教学方法和手段,以便更好地贯彻课程标准提出的各项要求,从而有效地实现教学目标,使教学设计效果最优化。

(四) 体育教学设计要运用多种教学组织形式和教学方法手段

随着体育学科的发展,一些新的教学组织形式、教学方法手段正逐步引入到体育教学领域,从而使体育教学组织形式、教学方法手段日趋多样化。为了适应素质教育的要求,体育教学设计也应该在教学组织形式和教学方法手段上日趋多样化,以不断适应学生发展的需要。

(五) 强调情境对学习的重要作用

建构主义认为,学习总是与一定的社会文化背景及情境相联系的。在传统的体育教学中,尤其是对小学低年级学生,由于不能提供实际情境所具有的生动性、丰富性,使学生对知识的

意义建构认识发生困难。加强对体育教学过程中的情景设置有利于培养学生的兴趣、创造性、主动性和探索精神。

(六) 强调协作学习对学习的作用

建构主义认为学生对周围环境的交互作用,对学习内容的理解起着关键性的作用。素质教育强调学生在教师的组织和引导下一起练习、学习,共同建立学习群体,共同完成对所学知识、体育技术的领会、理解和掌握。协作学习有利于培养学生的合作精神。

(七) 利用各种信息资源支持学生学习

为了支持学生的主动探索和完成意义建构,在学习过程中要为学生提供各种信息资源,这些信息并非用于辅助教师的讲解和示范,而是用于支持学生的自主学习和协作探索。

四、体育教学设计应注意的问题

(1) 应以运动技术学习为体育教学的主要目标和内容。让学生学好有用的运动技术是体育教学的直接目标。而其他领域目标,如运动参与、心理健康和社会适应都是伴随着上述目标的实现而实现的。因此,体育教学设计的重点就是运动技术的学习。没有运动技术的教学和运动技能的提高,体育课只能是肤浅乏味游戏的堆砌,只能是幼儿型体育活动的延长。“淡化运动技术教学”不等于体育课不要运动技术。

(2) 体育教学方法应以传授技术方法和身体锻炼方法为主体。体育教学改革必然要求体育教学方法的改革。当前对体育教学方法的探索出现了一些令人担忧的倾向,主要表现为有的体育教师不恰当地使用,或者甚至滥用所谓的“现代体育教学方法”,也出现过片面地否定过去行之有效的传授式的体育教学方法。任何“方法”都是为目的而服务的。因此,体育教师在运用新的体育教学方法时要注意以下几点:①搞清楚“现代体育教学方法”是以什么为目的的;②搞清楚“现代体育教学方法”是以什么为教学对象的;③搞清楚“现代体育教学方法”是以什么为适用教材的;④搞清楚“现代体育教学方法”的使用频率和限制在哪里。

体育教学效果的影响因素如表 1-1 所示。

表 1-1 体育教学效果的影响因素

比较要点	探究式教学法	合作性学习	自主性学习
使用目的	让学生通过探究性学习过程对某些难题进行理解,并通过典型的探究过程帮助学生学会学习	通过建立学生共同拥有的学习课题,建立适合学生交流的学习形态,促进学生间互帮互学和共同提高	通过建立学生的“自我学习目标”和有意地设置一段“自我锻炼时间”,让学生进行有独立性和自主性地学习
优点	有利于学生认识学习的过程,以及提高学生认识问题和解决问题的能力	有利于学生之间的相互交流和同学之间的取长补短,有利于培养学生的社会性和集体性	有利于学生习惯于进行个性的学习,有利于培养学生的独立性和思考
缺点	学习效果不高,不可多用,对教材的加工和教师的教学能力有很高的要求	学习效率不太高,要求学生有很好的集体意识为基础,对教师的教学能力有很高的要求	教学不容易组织,要求学生有很强的自觉性和学习能力,安全方面有一定的隐患
适用教学对象	具有一定知识基础的、有一定发现和归纳问题能力的学生	已经形成了一定集体意识的、已经具有交流意识的学生	先掌握了一定基本技能的、明确了学习目标的、有学习自觉性的学生

续 表

比较要点	探究式教学法	合作性学习	自主性学习
适用教材	有典型意义的、有学习深度(通常是有一连串问题)的教材	集体性项目,或需要进行集体学习的有深度个人性项目教材	不需要进行有难度的学习、以练习为主的、比较安全的教材
使用频率	每学期 1~2 次	在每个单元的学习阶段后安排 2~3 次课	在每个单元的学习阶段后安排 2~3 次课

注:佟晓东,刘铁,主编.体育教学设计与实践[M].哈尔滨:东北大学出版社,2009:103.

(3) 体育教学必须伴随有一定负荷的体育锻炼。体育教学必须要承担一定的运动负荷。体育课中的练习密度和运动负荷是实现体育教学目标的重要因素,是学生学习运动技术和锻炼身体所不可或缺的变量,也是体育教学的本质性因素和体育课的特点所在。体育教师在设计体育课负荷时要遵循以下原则:①确保学生活动安全的原则;②有利于运动技术学习和掌握的原则;③有利于不断提高学生身体素质的原则;④有利于学生体验运动乐趣的原则;⑤不至于过于影响下节课教学的原则(表 1-2)。

表 1-2 不同的体育课对练习密度和运动负荷的不同要求

课 型	对运动负荷的要求
技术新授课	根据技术学习需要考虑练习密度和负荷,一般为中等负荷
技术复习、练习课	根据技术学习需要考虑练习密度和负荷,一般为较大负荷
身体活动课	根据锻炼需要考虑练习密度和负荷,一般为较大负荷
探究性学习、发现式学习	根据探究学习需要考虑练习密度和负荷,一般为中小负荷
合作性学习、自主性学习	根据学习目的和内容考虑密度和负荷,负荷变数较大
展示、总结性课	根据展示方式和人数考虑密度和负荷,负荷变数较大
测验、考试课	测验考试的特殊性要求决定密度和负荷,负荷变数也较大

注:佟晓东,刘铁,主编.体育教学设计与实践[M].哈尔滨:东北大学出版社,2009:104.

为了科学地安排运动负荷,体育教师应该:①把握全体学生的身体情况;②仔细钻研体育教材;③了解不同情况下的运动负荷的变化;④掌握询问法和观察法等更直接的负荷判断的方法。

(4) 要通过实现有效的体育教学让学生体验运动的乐趣。让学生体验运动乐趣,是体育课追求的教学目标。它既不是体育教师的一种“恩赐”,也不是一种“调味品”,而是体育的魅力和生命所在。只有让每个学生都能体验到运动的乐趣,才能使学生自觉、积极地参与体育锻炼,它也是培养学生终身体育意识、兴趣和习惯的前提。

在实际体育教学中,有人认为,运动技术教学和运动技能的培养与学生体验运动乐趣存在现实的冲突。其实,两者之间是不矛盾的。学生体验运动乐趣,需要以一定的运动技术作为保证。

根据“趣味性”和“技能性”,毛振明将所有的体育教学内容分为趣味性和技能性都强、趣味性强但技能性不强、技能性强但趣味性不强、趣味性和技能性都不强等四大类。对于“趣味性和技能性都强”的教学内容,掌握运动技能和体验运动乐趣比较容易,但对于“趣味性和技能性都不强”的教学内容,掌握运动技能和体验运动乐趣都有困难。因此,对于这类教学内容要根据需要谨慎使用,并且要在提高运动乐趣上多下工夫。

(5) 体育教学评价应将结果评价与过程评价相结合。在进行体育教学设计时,既要一如

既往地注重终结性评价,恰当地发挥评价的甄别功能,又要强化过程性评价,强化评价的激励、发展功能。

任何课程的评价都是由评价的主体——教师和学生,与作为评价的对象的“对教师设计的教学过程”和“对学生实际进行的学习过程”两个方面共4个基本部分组成,即教师对学生学习的评价、学生对学习的评价、学生对教学过程的评价、教师对教学过程的评价等(表1-3~表1-8)。

表1-3 教师在学习过程中对学生的激励评价内容与方式

项 目	学习过程中的激励评价
评价内容	学生的学习目标、参与程度、拼搏精神和学习效果
评价方法	表扬、批评、抑制、激发
评价手段	口头指示、手势、眼神、问卷、技能小测试等

注:佟晓东,刘铁,主编.体育教学设计与实践[M].哈尔滨:东北大学出版社,2009:110.

表1-4 教师对学生体育成绩的评定内容与方式

项 目	分值(分)	评分内容
运动技能	3	特长、技能、体育锻炼知识
运动参与	0.5	积极参与、爱好
身体健康	0.5	病假率、身体素质、健康状况
心理健康和社会适应	1	开朗性格、集体融入度

注:佟晓东,刘铁,主编.体育教学设计与实践[M].哈尔滨:东北大学出版社,2009:110.

表1-5 学生自我评价的内容和方式

项 目	学生自我评价
评价内容	自己学习目标、参与程度、拼搏精神和学习效果
评价方法	自省、自评、自我反馈、自我暗示
评价方法	目标的反馈、学习方法、成绩前后对比、行为的检查

注:佟晓东,刘铁,主编.体育教学设计与实践[M].哈尔滨:东北大学出版社,2009:110.

表1-6 学生相互评价的内容与方式

项 目	学生相互评价
评价内容	同伴的学习目标、参与程度、拼搏精神和学习效果
评价方法	互评、互议、学习同伴优点,指出同伴不足
评价手段	观察、学习卡片上的互动、课中讨论

注:佟晓东,刘铁,主编.体育教学设计与实践[M].哈尔滨:东北大学出版社,2009:110.

表1-7 学生对教学过程的评价

项 目	学生对教学过程的评价
评价内容	教师所选教学内容、对教学过程的设计、教法、教育态度
评价方法	评课、反馈、建议、要求
评价手段	学习卡上的对话、意见表、课中随时的提问和反馈

注:佟晓东,刘铁,主编.体育教学设计与实践[M].哈尔滨:东北大学出版社,2009:110.

表 1-8 教师自我评价的内容与方法

项 目	教师自我评价
评价内容	教学思想、教材化、个性化和教学模式、教学方法的恰当性、教学效果
评价方法	自省、自评、自我总结
评价手段	目标的回顾、阅览学生的学习卡片、对比学生前后的变化、听取学生意见

注:佟晓东,刘铁,主编.体育教学设计与实践[M].哈尔滨:东北大学出版社,2009:110.

(6) 体育教学设计应避免“假、空、虚”。传统体育课的“三段式”教学过程有其自身的特点。体育课的主要任务是传授运动技术和锻炼身体。当前出现体育课分段越来越细的情况,这对于深化体育课教学改革和提高体育课教学质量起到了一定的作用。但也出现了少数体育教师为细而细的做法,追求设计形式的多变,而忽视体育教学的实质效果,导致了整个体育课教学过程的“假、空、虚”现象,这是我们需要注意的。如果分段太多,蜻蜓点水,实际上很难体现出教学效果,甚至是走过场,这是体育教学设计中需要避免的。

第三节 体育教学设计的内容与步骤

一、体育教学设计的分类

(一) 体育教学设计的分类

体育教学设计是一项多因素、多层次的系统工程,它是系统地解决体育教学问题的过程。在体育教学中,从宏观方面来讲,体育教学设计是指解决各个水平阶段的教学目标分解、教学内容选择、教学单元安排等重要问题的过程;从微观方面来讲,是指对一节课或一个单元的教学构思和组织的过程。

从宏观方面来讲,一个完整的体育教学计划设计,主要包括以下内容和步骤:①学段体育教学计划的制定;②学年、学期体育教学计划制定;③单元体育教学计划制定;④体育课教学计划设计。

从微观方面来讲,体育教学设计主要是指体育课教学计划的设计。主要包括以下内容和步骤:

(1) 设计说明。设计说明主要包括:①指导思想;②教材内容分析;③学习情况分析;④体育教学过程及策略的设计。

(2) 教案的设计和撰写。主要包括体育教学目标、教学内容、教学方法与步骤、时间、密度和强度、场地器材、教学组织等要素的设计。

上述两类体育教学设计又都涉及体育教学内容设计、体育教学目标设计、体育教学方法设计、体育教学手段设计、体育教学媒体设计、体育教学策略设计等多个方面。因此,无论是设计学段体育教学计划、学年、学期体育教学计划、单元体育教学计划,还是课时体育教学计划,都必须包括以上几个方面的内容。

(二) 不同类型体育教学计划之间的关系

体育教学设计的表现形式,是通过教学计划的制定来体现出来的。在体育教学的设计实践中,学段体育教学计划、学年体育教学计划、学期体育教学计划、单元体育教学计划和课时体