



DANGDAITIYUJIAOSHIAANTOUSHUXI

当代体育教师案头书系

主 编：陈建绩 副主编：王海增 宋培东

体育课堂教学 设计原理、方法与案例

陈建绩 闫 慧 著



版社

当代体育教师案头书系

陈建绩 主编 王海增 宋培东 副主编

体育课堂教学设计原理、方法与案例

陈建绩 闫 慧 著

人民体育出版社

图书在版编目(CIP)数据

体育课堂教学设计原理、方法与案例/陈建绩, 闫慧著. —北京: 人民教育出版社, 2011

(当代体育教师案头书系/陈建绩主编)

ISBN 978-7-5009-4192-7

I. ①体… II. ①陈…②闫… III. ①体育课—课堂教学—教学研究 IV. ①G633.962

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第236943号

*

人民教育出版社出版发行
天津市宏瑞印刷有限公司印刷
新华书店经销

*

850 × 1168 32开本 9印张 220千字
2011年12月第1版 2011年12月第1次印刷
印数: 1—2, 000册

*

ISBN 978-7-5009-4192-7
定价: 18.00元

社址: 北京市崇文区体育馆路8号(天坛公园东门)
电话: 67151482(发行部) 邮编: 100061
传真: 67151483 邮购: 67118491
(购买本社图书, 如遇有缺损页可与发行部联系)

前 言

提高教师素质,是提高教育质量的关键。对 21 世纪的广大体育教师来说,肩负着培养新世纪人才的神圣使命,为此,他们除了要坚持正确的政治方向和高尚的道德品质以外,还必须不断地汲取新知识和新思想,努力提高业务水平,以适应社会发展和学校体育教育发展的需要。事实上,自 20 世纪五六十年代世界新技术革命以来,继续教育、终身教育,已成为世界各国非常关注的问题。近年来,在与学校体育教师的联系与交往中,我们深深感到,他们对新知识、新方法有着一种强烈的渴望。然而,在现代化的图书大厦里,在学校图书馆里,能够提供给他们的体育教育教学理论与实践方面的参考图书是很有限的。他们的案头更见不到几册相关图书。这在一定程度上,同深化的体育教育教学改革在学校形成的巨大热情显得反差甚大。这也正是我们萌生编撰《当代体育教师案头书系》的动因。意在为满足广大体育教师追求新知识的渴望,从继续教育的特点着眼,完善他们的知识结构,提高他们的现代体育教育科学素养。

继续教育的特点在于,它不是基础性的教育,而是提高性的教育。《当代体育教师案头书系》遵循这一原则,从教育改革和学校体育改革的实际出发,从体育新课程的要求出发,针对广大体育教师的共性问题和未来学校体育的共同要求,从提高修养、提高素质、更新知识入手进行编撰,为广大体育教师提供一套通用的具有提高性质的案头常备读物。

在撰写过程中,我们力求将新理念、新知识、新方法、新进展作为本书的主要内容,但亦注意其理论与实践的密切联系即实

用性，本书不是研究的综述，也不是大量的旁征博引。它是体育教师案头的读物，所以，又不乏知识更新之参考和方法引领之导向。

谈到这里顺便要提到的是本“书系”的编著者们，他们中既有多年从事专业研究的学者，又有长期在体育教育第一线工作的专家，他们是教授和副教授、特级教师和高级教师，因而著者的风格与本“书系”的特点完全合拍。他们为此进行了积极的探索，在繁忙的工作之余，放弃休息，付出了辛勤劳动。

本“书系”在成书的过程中，借鉴了不少学者的观点和参考，并引用了一些资料，得到了天津体育学院李树怡教授、姜达维教授，天津外国语大学葛惟倬教授，天津中医药大学夏西薇教授的热情支持和帮助，谨向他们表示深深的谢意！我们还要感谢天津市河北区教育局体卫科、育婴里小学、天泰小学、天津市咸水沽一中张秀兰老师、天津市第四十五中学徐艳霞老师、天津市昆明路小学杨纯鹏老师、天津市大港区太平镇第三小学刘顺凯老师和天津市和平区第十一幼儿园对本“书系”写作的支持和帮助，感谢他们提供的信息和资料。另外，我们还要十分感谢人民体育出版社对本“书系”出版的支持。最后，我们要特别地感谢山西省忻州市体育运动学校对本“书系”写作和出版的关心和帮助。

《当代体育教师案头书系》是我们长期探索的命题，它们能在多大程度上满足广大体育教师的需求，我们期待着大家的建议和指正。

《当代体育教师案头书系》编委会

目 录

第一章 体育教学设计概述	(1)
一、体育教学设计的含义	(1)
(一) 什么是体育教学设计	(1)
(二) 体育教学设计的一般特征	(2)
二、体育教学设计的理论基础	(3)
(一) 体育学习理论	(3)
(二) 体育教学理论	(17)
(三) 传播理论	(19)
三、体育教学设计过程的模式及其组成要素	(21)
(一) 以“单元教学”和“课堂教学”为中心的体育教学设计过程模式	(21)
(二) 以“产品”为中心的体育教学设计过程模式	(21)
(三) 以“系统”为中心的体育教学设计过程模式	(22)
四、体育课堂教学设计及其主要内容	(22)
(一) 体育课堂教学设计的含义	(22)
(二) 体育课堂教学设计的主要内容	(22)
第二章 体育教学设计的基础	
——体育学习需要分析与体育学习者分析	(24)
一、体育学习需要分析	(24)
(一) 分析体育学习需要的意义	(24)

(二) 体育学习需要的类型	(27)
(三) 分析体育学习需要的基本过程与方法	(29)
二、体育学习者分析	(33)
(一) 体育学习者一般特征的分析	(33)
(二) 体育学习者初始能力和教学起点的确定	(43)
第三章 新课程与体育课堂教学设计的新要求	(45)
一、正确理解新课程的理念, 为实施新课程体育课堂教学的设计提供依据	(45)
(一) 义务教育阶段体育课程的基本理念	(45)
(二) 高中阶段体育课程的基本理念	(47)
二、根据体育学科的性质、体育学科的规律, 从实际出发设计教学	(48)
(一) 对体育学科性质的再认识	(48)
(二) 重温体育教学的基本规律	(50)
(三) 对体育课堂教学设计的要求	(53)
三、整体把握体育教学活动的结构	(54)
(一) 教学目标的制订	(54)
(二) 教学内容选择	(54)
(三) 教学分段设计	(55)
四、正确认识教师在体育教学活动中的地位和作用	(55)
(一) 教师在体育教学活动中的地位	(55)
(二) 新课程对体育教师的新要求	(57)
(三) 走进新课程——充分发挥教师的主导作用	(57)
五、正确构建学生在体育学习中的主体地位	(59)
(一) 学生在体育教学活动中的地位	(59)
(二) 新课程倡导的学生观	(60)
(三) 新课程与学生的全面和谐发展	(61)

(四) 新课程与学生的自主性发展·····	(63)
(五) 新课程与不同学生的发展·····	(64)
(六) 正确地处理好统一要求与区别对待的关系, 解决好教学 中的共性和个性问题·····	(66)
六、正确运用多种学习方式引导学生主动学习·····	(87)
(一) 新课程倡导的学习方式·····	(87)
(二) 新学习方式的特征与操作·····	(88)
第四章 体育课堂教学目标设计·····	(73)
一、体育教学目标概述·····	(73)
(一) 体育教学中的目的与目标·····	(73)
(二) 体育教学目标的功能·····	(75)
(三) 体育教学目标的系统·····	(76)
(四) 我国中小学体育教学目标的改革与发展·····	(76)
二、体育课堂教学目标设计与案例·····	(89)
(一) 体育课堂教学目标设计的基本要求·····	(89)
(二) 体育课堂教学目标设计与案例·····	(92)
第五章 体育课堂教学内容设计·····	(101)
一、体育教学内容概述·····	(101)
(一) 体育教学内容及其特征·····	(101)
(二) 体育教学内容分析及其一般过程·····	(102)
二、新课程教学内容的创新与变革·····	(104)
(一) 运动参与·····	(104)
(二) 运动技能·····	(105)
(三) 身体健康·····	(106)
(四) 心理健康·····	(107)
(五) 社会适应·····	(108)

三、体育学习内容的选择与组织	(109)
(一) 体育教学内容选择	(109)
(二) 体育教学内容的组织	(110)
四、体育课堂教学内容设计	(118)
(一) 体育课堂教学内容设计原则	(118)
(二) 体育课堂教学内容设计方法与案例	(119)
第六章 体育课堂教学组织形式与结构设计	(126)
一、体育课堂教学组织形式设计	(126)
(一) 什么是体育课堂教学组织形式	(126)
(二) 体育课堂教学组织的基本形式	(126)
(三) 体育课堂教学组织形式的运用	(128)
(四) 体育课堂教学组织形式案例	(130)
二、体育课堂教学组织结构设计	(135)
(一) 体育课堂教学组织结构及其类型	(135)
(二) 体育课堂教学组织结构设计与案例	(136)
第七章 体育课堂教学方法的选择与运用	(164)
一、体育教学方法概述	(164)
(一) 体育教学方法的涵义	(164)
(二) 现代体育教学方法的特征	(165)
(三) 体育教学方法的分类	(166)
二、体育课堂教学方法的选择与运用	(168)
(一) 体育课堂教学方法的选择	(168)
(二) 体育课堂教学方法的运用	(171)
三、几种体育课堂教学方法设计案例	(172)
(一) 以激发运动兴趣, 提高学生参与体育学习积极性为主要目的的教学方法设计	(172)

(二) 以掌握体育知识和运动技能, 提高学生体育文化素质为主要目的的教学方法设计·····	(178)
(三) 以身体锻炼, 提高体能, 增进学生身心健康为主要目的的教学方法设计·····	(184)
(四) 以面向全体学生, 满足不同学生的学习需要为主要目的的教学方法设计·····	(187)
(五) 以培养学生交流与合作的能力为主要目的的教学方法设计·····	(193)
第八章 体育课堂教学场地布局设计和器材选用 ·····	(197)
一、体育课堂教学的场地布局设计·····	(197)
(一) 体育课堂教学场地布局设计的意义·····	(197)
(二) 体育课堂教学中场地布局类型与个案·····	(197)
(三) 如何进行场地布局设计·····	(200)
二、体育课堂教学器材的选用·····	(203)
(一) 器材选用的意义·····	(203)
(二) 器材选用的艺术·····	(203)
第九章 体育教学媒体的选择与应用 ·····	(208)
一、体育教学媒体概述·····	(208)
(一) 媒体、体育教学媒体·····	(208)
(二) 体育教学媒体的分类和特点·····	(209)
二、体育教学媒体的选择与运用·····	(210)
(一) 体育教学媒体的选择·····	(210)
(二) 体育教学媒体的运用·····	(211)
三、体育教学课件的制作与应用·····	(212)
(一) 什么是体育教学课件·····	(212)
(二) 体育教学课件设计的一般要求·····	(214)

(三) 体育教学课件的设计与制作·····	(215)
(四) 体育教学课件的运用·····	(220)
(五) 体育教学多媒体课件制作工具·····	(220)
第十章 体育课堂教学评价设计 ·····	(222)
一、体育教学评价概述·····	(222)
(一) 体育教学评价的意义·····	(222)
(二) 体育教学评价的基本范围·····	(224)
二、学生体育学习质量的评价设计·····	(227)
(一) 学生体育学习质量的评价·····	(227)
(二) 学生体育学习质量评价的特点·····	(227)
(三) 学生体育学习质量评价的内容和步骤·····	(229)
(四) 学生体育学习质量评价的形式和方法·····	(230)
三、教师课堂教学质量的评价设计·····	(244)
(一) 教师课堂教学质量的评价·····	(244)
(二) 评学和评教的关系·····	(244)
(三) 教师课堂教学质量评价的内容·····	(245)
(四) 教师课堂教学质量评价的方法·····	(246)
参考文献 ·····	(253)

第一章 体育教学设计概述

一、体育教学设计的含义

(一) 什么是体育教学设计

体育教学设计是为了达到一定的教学目的,运用系统方法分析体育教学问题和确定体育教学目标,建立解决体育教学问题的策略方案,以及试行、评价和修改方案的过程。

体育教学设计的这一定义应从以下几个方面认识:

①体育教学设计是一个系统计划的过程。体育教学是一个包括有教师、学生、教学内容、教学条件以及教学目标、教学方法、教学媒体、教学组织形式、教学活动等要素组成的系统,这些要素在体育教学过程中彼此紧密相连,针对一个特定的共同目标发挥各自的作用,组成了一个有机的统一体。体育教学设计就是应用系统方法研究、探索体育教学系统中各要素的本质联系,并通过具体的操作程序来协调、配置,使各要素有机结合,完成体育教学系统的功能。

②体育教学设计的目的是解决一系列复杂教学问题、寻找最优解决方案的过程。

③体育教学设计的结果是经过验证、能实现预期功能的教学系统。可以是直接用于教学过程,完成一定教学目标的教学资源;也可以是对《课程标准》、一个单元、一节课教学计划的详细说明。

④体育教学设计是一种具有创造性、决策性的研究活动,它

既强调学科中的基础的学科知识，也突出设计实践活动，而这些活动又是以经验为基础的。

（二）体育教学设计的一般特征

①体育教学设计过程是建立在一般系统论基础上的。体育教学系统是由各个相关的部分组成的，这些部分共同作用才能达到一定的目的。而体育教学系统的目的又是从环境中抽取出来的，这就是说体育教学系统是更大的体育教学环境系统的子系统。因此，体育教学的计划、实施和评价都是根据一般系统论为基础进行设计的。

②体育教学目的或目标的确定必须建立在对环境的分析上，即从需要分析中确定问题，形成教学目的或目标。

③学习目标是用可观察的行为术语来描述的，使师生双方对学习产生的结果都很清楚，便于学习者主动参与学习，便于教师准确对学习是否发生进行判断，为评价学生的学习提供可测量的标准。

④体育教学设计的系统方法是以学习者为中心，对学习者的了解是设计成功的要素。而对学习者进行特征分析是体育教学设计了解学习者和关心“学”的具体体现。

⑤体育教学设计工作的重点在教学策略的计划和媒体材料的选择与开发上，即如何实施成功的教学。

⑥评价和修改是体育教学设计过程的一部分。由于体育教学的复杂性，教学设计所制定的策略须经过反复的试行和修改的过程才能达到最优效果。所以评价所提供的反馈是体育教学设计重要的调控信息。

⑦体育教学设计中对学生的评价更注重以目标和标准为参照系，把评价的重点放在学生自身知识、技能、情感、能力和健康的发展上。

二、体育教学设计的理论基础

体育学习理论、体育教学理论与传播理论是体育教学设计的三大理论基础。

(一) 体育学习理论

体育学习理论是探究体育学习的本质及其形成机制的理论，而体育教学设计是为体育学习创造环境，是根据学习者的需要设计不同的体育教学计划，因而体育教学设计必须要广泛了解体育学习，以体育学习理论作为其理论基础。

1. 对“学习”的解释

什么是学习？心理学家一般把学习定义为，个体后天与环境接触，获得经验而产生行为变化的过程。这种变化不能根据先天的反应倾向、成熟或学习者的暂时状态如疲劳、药物反应等来解释……教育情境中的学习，是在教育目标的指引下学习者获得经验而产生行为变化的过程。也有解释为：学习是学习者通过经验而引起的学习者的知识或行为的相对持久的变化。这几种解释较为相近，它有三层涵义：①学习是学习者记忆中的知识结构与内容或学习者的行为的变化；②起变化的原因是学习者在环境中的经验，而不是产生于成熟或疲劳、主观动机、药物等；③变化是长期的，而不是短期的。

根据学习的内容及结果，可以把学生的学习分为知识的学习、动作技能的学习、心智技能的学习和社会生活规范的学习四类。

2. 体育学习的性质

体育学习虽然也能用一句话将其表述出来，但它并非那么单

纯。例如，学生学习跳远技术必须进行反复练习，但他的学习活动决不会只限于这种练习。他要听取和理解教师的讲解说明，观看动作示范，参阅有关资料，以形成关于跳远技术的原理、方法，然后实际进行试验，如发现问题，还需反复修正，直到满意为止。在这个过程中，学生要感受技术进步的喜悦和技术停滞的悲观；也会受到赞赏和嘲笑。如果不能正确对待这些情况，就无法达到预期的目的。这就需要克服困难，坚持进行练习。

据此，我们可以明确下述体育学习的性质：

①学习者的学习动机是体育学习的开端。

②运动技能的掌握与提高是体育学习的中心。

③身体练习是体育学习的基本手段。

④体育知识和运动实践在体育学习中具有互为作用的关系。

例如，阅读资料是为了立即应用于当前的运动实际，而不是为了积累一些不知何时才能用得上的知识；反过来由此产生技术的进步，又使阅读更具有意义。

⑤体育学习与环境之间存在着密切的联系，包括对生活环境和社会环境的适应。

3. 体育学习动机的形式

体育学习动机是由需要所推动的、达到一定目标的行为动力，它起着激发、调节、维持和停止行为的作用。

(1) 需要是体育学习动机的源泉

任何活动都与人的需要有关，体育学习亦是如此。

小学生参与体育学习的主要动机之一，是为了满足他们生理上的需要，这就是要使身体的各部分器官和肌肉得到活动，以求得健康的发育，这是一种由机体发育所决定的、带有自发性质的基本需要。满足游戏的需要是小学生参加体育学习的另一个主要动机。如果向小学生提出问题，“你为什么喜欢体育学习？”他们

多数人会回答：“因为能玩，有意思。”他们把体育学习看成“玩”，看成是在约束人的上课和做作业之后的自由自在的“玩”。因此，我们可以看到，小学生对体育课上的队列和徒手操之类缺乏游戏性的内容不大适应，而非常喜欢游戏性强的活动。随着小学生认识能力的提高和老师的教育，小学中、高年级学生逐渐形成了比较有意义的动机，首先希望通过上体育课学到一些体育知识，学会一些动作、技术和技巧；最后，由于小学生知识经验的增多和思想品德上的启蒙，一部分小学生逐渐形成了“锻炼身体，建设祖国，保卫祖国”这样的比较抽象、比较长远，具有较大社会意义的动机。同时他们也渐渐体会到，参加体育活动，可以使自己的大脑得到休息，可以使自己身体强壮、少生病，对学习有好处。虽然达到这种动机水平的小学生还为数不多，但是一个比较正确的参加体育学习的动机体系已初露端倪。

进入中学的学生，对体育的需要和参加体育学习的动机又有了新的发展。调查表明，从初中到高中，把“玩”作为参加体育学习和活动的学生越来越少，为了锻炼身体、增强体质，为了体型美，为了达到“三好”，为了建设祖国而参加体育学习的人越来越多。根据一个调查材料，中学生里为了身心健康而参加体育活动、上好体育课的占67%，为了使体型美者占33%，由于体育教师技术水平高、组织能力强而积极上好体育课的占34%。另一项调查中，研究者把学生参加体育学习的动机分为直接动机和间接动机两类。直接动机包括为了好玩、为了健美、为了长寿、为了活动身体、为了长高等等；间接动机包括为了达到“三好”，为了实现四化，为了保卫祖国，为了集体荣誉等等。结果表明，初中生出于直接动机而参加体育学习的占53%，高中生则减少到26%；初中生出于间接动机而参加体育学习的占68%，高中生则增加到75%。这说明，中学生多数人把参加体育学习与党和国家的要求、与个人前途直接联系起来，因此出于间接的、有长远社会意义的动机

而参加体育学习的人越来越多。

(2) 环境是体育学习动机的诱因

上述引起学习者体育学习动机的原因是个体内部的原因，虽然它是动机产生的根据，但是环境中如果没有满足这种需要的对象存在的话，那么，体育学习的动机也无从产生。因此，在学习指导中要正确掌握学习者的需要，同时还必须注意环境的诱导，以正确培养他们的学习动机。

①端正学生对体育学习的认识。前面已经讲到，大多数中小学生对体育学习是感兴趣的，是愿意上体育课的。但他们的很多人，尤其是小学生中的很多人，喜欢上体育课常常是出于娱乐性和情绪性动机。这就造成他们对体育学习的兴趣不稳定、不持久，对娱乐性学习内容感兴趣而对其他学习内容不感兴趣。因此，端正学生对体育学习的认识，增加他们动机中的认识成分、理智成分，是非常重要的。

②改进教学方法，变学生被动学习为主动学习。在传统的体育教学中，几乎每节体育课都是以教师为中心展开的，都是从讲解、示范开始，让学生被动地理解、模仿、重复，久而久之，必然使学生感到单调乏味，不利于主动性和创造性的发挥。

现代体育教学应突出以学习者为中心，以主动学习、主体实践为特征的方法论体系。这种主动学习方式不是通过静听、静观、单纯模仿去接受现成知识、技能的过程，它强调学习者主动学习、主体实践的教育价值，注重发挥学生的主体地位，通过学生的活动和实践变被动消极地学为主动积极富于创新地学，使学生成为学习主体的自主活动。它以学生主动探索发现问题和解决问题为特点，包括探究学习、解决问题学习、交往学习、合作学习、体验学习和接受学习等多种学习方式。近年来，出现在我国体育教学改革实践中的快乐体育教学、成功体育教学、小群体学习教学、情境教学、尝试教学、学导式教学、发现学习教学、激励法教学、