

“走进新课标——把握新课堂”研究与教学指导系列一

编者按：2013年“走进新课标——把握新课堂”研究与教学指导系列，将侧重于对《义务教育体育与健康课程标准》（2011年版）课程基本理念中的动词、课程性质中的具体特性、课程目标的具体化、课程内容的规定性与灵活性、学习评价的新思路与新方法等，进行多视角解读。结合体育课堂教学贯彻落实课程标准过程中存在的若干现象，分析课改背景下体育教学中的难题和突出问题，如体育课堂如何体现课改理念？如何从课程性质分析出发选择教学内容？如何体现课堂教学的有效性？如何合理选择与有效运用自主、合作、探究、接受式学习方式？以及如何有效解决多元评价的难题等。通过对以上问题的分析和阐述，其主要目的是引导一线教师，从细节入手去学习和解读课标的内容和具体要求；探寻有效贯彻落实课程标准的切入点，进而帮助一线体育教师更好地把握课堂教学，提高课堂教学质量。第一期内容，根据需要做了适当的调整，并将“走进新课标，把握新要求”和“走进新课标，落实新理念”进行了整合，该期重点对课程基本理念文本内容的变化做了比较分析，并从分析动词入手解读体育课程标准理念对一线教师提出的新的、具体的要求，根据体育教学中的若干现象提出了贯彻落实课程基本理念的关键点。第二期与第三期主题内容不变，将依然集中探讨如何帮助学生学会体育与健康学习？如何依据课标中的课程性质有效确定教学内容等问题。

走进新课标，落实新理念：
体育课程基本理念及落实方略

于素梅（中国教育科学研究院，100088）

2012年10月份参加高中体育与健康课标修订调研的过程中，当与一线教师谈起体育课程基本理念的时候，接受访谈的部分一线教师的反应是：记不清理念中都说的是什么了？这引起了笔者对一系列问题的反思：为什么体育课程改革至今，会有那么多的教师对课程基本理念印象淡漠？课程改革又是如何贯彻落实的？义务教育体育课程基本理念是否也同样记不清了呢？实际上，任何一门课程的改革，其基本理念都是至关重要的，它指明了课改的方向，提出了课改的内容，强调了课改的要求等等。因此，理念并非虚设，需要对理念的内容引起高度的重视，并通过认真研读、深入理解，探寻落实的具体方略。忽略理念，将迷失课改的方向，甚至有可能走进误区。实际上，那些不知道课改要求改什么，不知道课改后体育课怎么上者，很大程度上是对体育新课程基本理念缺乏深入研读和正确理解。

一、体育课程基本理念发生了变化

《义务教育体育与健康课程标准》（2011年版）与2001年颁布的实验版课标相比，发生了一定的变化，但变在何处？为什么需要关注其变化？

（一）理念变在何处
通过对两个版本课标中课程基本理念的比对发现，其文本内容主要有四处发生了变化，具体变化情况如表1所示。

表1 两个版本理念内容比较

	课程基本理念
课标实验稿	1.坚持“健康第一”的指导思想，促进学生健康发展； 2.激发学生运动兴趣，培养学生终身体育意识； 3.以学生发展为中心，重视学生主体地位； 4.关注个体差异，确保每个学生受益。
课标修订稿	1.坚持“健康第一”的指导思想，促进学生健康成长； 2.激发学生的运动兴趣，培养学生体育锻炼的意识和习惯； 3.以学生发展为中心，帮助学生学会体育与健康学习； 4.关注地区差异和个体差异，保证每一位学生受益。

从表1可以看出，两个版本的课标文本相比，第一条理念中有一个词发生了变化，即由原来的“发展”变成了“成长”；第二条理念由原来的“培养学生终身体育意识”变成了“培养学生体育锻炼的意识和习惯”；第三条理念由原来的“重视学生主体地位”变成了“帮助学生学会体育与健康学习”；第四条理念由原来的“关注个体差异”变成了“关注地区差异和个体差异”。总体来看，理念变得更具体了，如理念第二条变“终身体育意识”为“体育锻炼的意识和习惯”。同时，更注重培养学生学会学习了，即更加强调学法指导了，如理念第三条提出了“帮助学生学会体育与健康学习”等。

（二）为何关注变化

这些变化，我们不可视而不见，需要认

真分析其变化的根源何在，尤其要明白，这些变化应如何落在课堂上。实际上，当我们认真分析其变化的内容时就会明白，这些变化实际上给一线教师提出了一些新的要求，具体体现在三个方面：一是强调对学生体育锻炼意识与习惯的培养；二是强调学法指导；三是关注差异，有针对性地进行教学。发生这

些变化，最根本的原因，就是更加要求从学生的实际出发，从意识培养出发，从掌握学法出发，从掌握技能出发，从关注发展出发等，仔细查找变化的根源，才能更好地把握好新课改形势下的体育课堂。

二、体育课程基本理念的结构与内容

当我们反复研读体育课程基本理念的时候，不难发现，四条基本理念不但具有一定的层次性，而且内容十分清晰，并能从中看出对教师，以及对学生的学习都提出了具体的要求。

（一）课程基本理念的层次性结构

义务教育体育与健康课程基本理念的结构内容，实际上具有明显的层次性，通过

分析发现,理念一“坚持‘健康第一’的指导思想,促进学生健康成长”,明确提出的是重视“健康”的促进;理念二“激发学生的运动兴趣,培养学生体育锻炼的意识和习惯”,是要求重视“意识与习惯”的培养;理念三“以学生发展为中心,帮助学生学会体育与健康学习”,是要求重视对学生学法的指导;理念四“关注地区差异和个体差异,保证每一位学生受益”,强调的是学生发展的“全体性”。由此可以看出,新的理念不但依然将促进学生的健康放在首位;而且,强调了义务教育阶段要重视培养学生的体育锻炼意识与习惯;还特别提出了,教师要在学法指导下下功夫,不但要让学生学会体育知识、技能,还关注到了学生掌握学习方法的重要性。当然,依然重视全体学生的全面发展问题。

(二)从理念中的主要动词看教学具体要求

体育课程基本理念中有很多的动词,而且,每一条理念中都有不同的含义和具体要求的动词,下面逐一进行分析:

1.“理念一”中的动词与教学具体要求
理念一中主要包含有“坚持”、“促进”、“构建”、“强调”、“融合”、“掌握”、“发展”、“形成”等8个动词。每个动词的具体要求分析如表2所示。

表2 “理念一”中的主要动词与教学具体要求

动词	理念内容	要求关键词
坚持	坚持“健康第一”的指导思想	健康
促进	促进学生健康成长 促进学生身心协调、全面地发展	健康 发展
构建	构建体育与健康的知识与技能、过程与方法、情感态度与价值观有机统一的课程目标和课程结构	课程目标、课程结构
强调	强调体育学科特点	学科特点
融合	融合与学生健康成长相关的知识	健康知识
掌握	掌握运动技能	运动技能
发展	发展体能	体能
形成	形成健康和安全的意识以及良好的生活方式	意识、生活方式

从表2可以看出,“理念一”要求坚持“健康第一”的指导思想,促进学生健康成长,且分别提出了更加具体的要求,而这些要求既有课程本身的,也有对教师的,还有对学生提出的。其中,需要教师们关注的有:如何在体育课堂中融合与学生健康成长相关的知识?如何让学生掌握运动技能?如何发展学生的体能?以及如何才能

让学生逐步形成健康和安全的意识以及良好的生活方式等。

2.“理念二”中的动词与教学具体要求
理念二中有“激发”、“培养”、“强调”、“注重”、“引导”、“提高”、“重视”、“促进”、“形成”等9个动词。具体情况分析如下:

表3 “理念二”中的动词与教学要求

动词	理念内容	要求关键词
激发	激发学生的运动兴趣	运动兴趣
培养	培养学生体育锻炼的意识和习惯 培养学生刻苦锻炼的精神	意识和习惯 刻苦锻炼精神
强调	体育与健康课程强调在课程目标的确定、教学内容和教学方法的选择与运用方面	目标确定、内容与方法选用
注重	注重与学生的学习和生活经验相联系	学习与生活关联
引导	引导学生体验运动乐趣	运动乐趣
提高	提高学生体育与健康学习动机水平	动机水平
重视	重视对学生进行正确的体育价值观和责任感的教育	价值观、责任感
促进	促进学生主动参与体育活动	主动参与
形成	基本形成体育锻炼习惯	锻炼习惯

从表3中可以看出,这些

动词同样体现出,分别对课程、教师、学生提出的具体要求。在体育课堂教学中,教师需要考虑如何才能在教学过程中联系学生的生活经验?如何引导和激发学生的运动兴趣与体验乐趣?如何渗透对学生体育价值观和责任感的教育?以及如何培养学生的刻苦锻炼的精神与锻炼的意识和习惯等。

3.“理念三”中的动词与教学具体要求

“理念三”明确提出的动词主要有“帮助”、“重视”、“促进”、“发挥”、“培养”,具体分析如下:

从表4可以看出,在这五个动词

表4 “理念三”中的动词与教学要求

动词	理念内容	要求关键词
帮助	帮助学生学会体育与健康学习	学会学习
重视	重视学生的发展需要 十分重视学生在学习过程中主体地位	发展 主体地位
促进	始终以促进学生的身心发展为中心 促进学生掌握体育与健康学习的方法,并学会体育与健康学习	发展 学习方法
发挥	课程在充分发挥教师教学过程中主导作用的同时	主导作用
培养	注重培养学生自主学习、合作学习和探究学习的能力	自主学习、合作学习、探究学习

的具体要求中,教师需重点关注的是:如何在体育教学中帮助学生学会学习,并掌握学习方法?如何在以学生的发展为中心的前提下,处理好主导作用与主体地位的关系?如何培养学生自主、合作、探究学习的能力等。

4.“理念四”中的动词与教学具体要求

“理念四”中提出“关注”、“保证”、“选择”、“设计”、“运用”、“接受”、“促进”等7个动词。具体要求分析如下:

表5告诉我们,一线教师在进行体育教学的时候,要使理念落到实处,还需要重点考虑如下问题:如何关注差异、因地制宜、因材施教?如何才能使每一个学生都能获得不断进步和发展等。

表5 “理念四”中的动词与教学要求

动词	理念内容	要求关键词
关注	关注地区差异和个体差异 充分关注不同地区、学校和学生之间的差异	差异 差异
保证	保证每一个位学生受益 体育与健康课程强调在保证国家课程基本要求的前提下	学生受益 基本要求
选择	各地区和学校要根据体育与健康课程目标及课程内容,因地制宜,合理选择和设计教学内容	因地制宜、教学内容
运用	有效运用教学方法和评价手段	教学方法、评价手段
接受	努力使每一位学生都能接受基本的体育与健康教育	体育与健康教育
促进	促进学生不断进步和发展	进步、发展

三、忽略理念的体育课堂教学若干现象分析

贯彻落实体育课程标准,体育课堂发生了一些较为明显的变化,同时,也反映出,有些体育课对课程标准的基本理念认识还不够深入,时而会看到忽略理念具体要求的体育课堂。下面着重从以下四个方面来分析。

(一)健康知识“融合”教育时机与内容不够准确和全面现象

体育新课程改革,将课程名称由过去的体育,更名为体育与健康,由此,人们对“健康”与“体育”的关系,以及如何处理这种关系的理解与定位

开始变得多元,其中,有些人的理解出现了偏差,体现在理念第一条中谈到的“融合与学生健康成长相关的知识”方面的具体要求,目前做得还远远不够,甚至有的教师还没有找到融合什么?如何融合?因此,很多体育课与过去相比在体现新理念方面没有发生太大的变化。问题可能在于,第一,缺乏健康知识融合的意识;第二,有意识,但未能找到相互融合的时机;第三,找到了时机,但未能找准有效促进健康成长的适宜的相关知识。由此看来,“融合”既需要重视,又需要有方法与适宜的内容。可以尝试一些方法,如在教授运动技术时,可以结合讲述练习中长期存在的动作错误、有可能导致的急(慢)性运动损伤;又如,在组织学生学习前滚翻、后滚翻,以及鱼跃前滚翻时,可以穿插讲述,当在生活中发生意外跌倒或从高处掉下的时候,如何运用这些滚翻技术做自我保护等。还有,当课堂上出现突发事件的时候,借机讲述该类事件发生的原因、防范方法等。也就是说,在体育教学中,教师要能够有渗透健康知识教育的意识与方法,把握好时机,只有这样,“融合与学生健康成长相关的知识”理念,才能落到实处。

(二) 运动兴趣的“激发”过于偏重游戏化现象

关于如何激发学生的运动兴趣,很多教师想到了采取游戏等形式,尽管起到了一定的作用,但一定程度上游戏激发兴趣的效果还不够深入与持久,而很多只是让学生一时体验到了参与运动的快乐,至于激发学生主动、自主、持久地有参与运动的兴趣,还有待加强。而且,有些课上,只是想到了学生爱玩,喜欢做游戏,就选择了某一个或多个游戏,但对于究竟应该选择什么样的游戏、如何组织这些游戏等问题,缺乏全面而深入的思考。结果出现有泛化游戏教学现象,还有缺乏教育引导意义的,甚至有不恰当的游戏进入课堂的现象,这些现象在部分小学体育教学中表现得较为突出。实际上,激发学生的运动兴趣并不局限于游戏,让学生体验运动的快乐也并非只有游戏才能实现,跳出偏重游戏化的思维方式,探寻并挖掘运动项目自

身的兴趣点,才能真正达到持久激发兴趣的目的。如篮球运动,该项运动较为明显的兴趣点是“投篮”,学生参与的兴趣点多为“投篮进球”。激发学生参与运动的兴趣,可以采取多种形式的比赛,如投篮赛、半场赛、全场赛等教学比赛组织体育课堂。从参与比赛的人数上,既可以减少人数,如变成3对3、4对4等,还可以增加人数组织比赛,如6对6、7对7、8对8甚至更多。有些教师可能会考虑,体育教学比赛5对5按照规则要求组织,实际上,对于大班额上体育课,很难在一节课上让每一个学生都能参与进来,不参与就谈不上兴趣,参与的时间达不到,兴趣激发也不会十分理想,因此,无论是哪项运动,只有找准项目本身的兴趣点,以及学生参与的兴趣点,多让学生参与体验,并从中获得乐趣,才能使学生真正积极、主动地参与到各项活动之中,并不断掌握运动技能。只是通过各种游戏的方式来激发学生的运动兴趣,一旦离开了游戏,让他们参与运动技能学习的时候,依然有可能会出现消极被动的参与局面。基于此,“激发学生的运动兴趣”要打破游戏化思维方式,应从培养学生终身体育意识、习惯、能力入手,从运动项目自身的兴趣点切入体育教学,才能真正贯彻落实理念的具体要求。

(三) 学法的“指导”忽略或不具体现象

体育课程基本理念第三条中明确提出“帮助学生学会体育与健康学习”,实际上就是强调要关注学生的学法,并能够指导学生掌握学法。但教学中,体现的并不是十分的突出,有的是未能体现有学法的指导,有的略有体现但不够具体。如篮球单手上投篮教学,一种情况是,缺乏观察法指导的示范,即直接在讲解动作要领之后说:

“同学们,下面我给大家做一下示范。”于是就开始示范,至于教师示范时学生需要观察什么,教师没有提出任何要求,结果是大部分学生因不知道观察什么,会不知不觉地把注意力集中在篮圈上,唯独关注教师能否将球投进篮圈。另一种情况是,对学生的观察略有要求(近似于学法指导),但不够具体。即在讲解单手上投篮的动

作要领后说:“同学们,下面我给大家做一下示范,你们一定要注意观察。”这样的要求中大家似乎看到了“一定要注意观察”的学法指导,但做进一步分析可以发现,仅仅是“注意观察”的指导语几乎起不到真正意义上的学法指导的作用,也就是说,学生听了这样的指导语,依然不知道该如何观察,因为,教师并没有说清楚先观察什么后观察什么、观察中思考什么等具体的观察方法。这样的教学就很难把“帮助学生学会体育与健康学习”落实到位。

(四) 体育教学内容与组织形式“安排”一刀切现象

体育课程基本理念明确提出“关注地区差异和个体差异,保证每一位学生受益”。就是让教师们在选择和确定教学内容与组织方法时要关注到每一个学生的发展。但实际教学中,并非完全到位。在选择确定教学内容和组织方法的时候,大都采取的“齐步走”、“大统一”,甚至是“一刀切”的方式方法,未能充分体现出学生个体之间的差异,但实际上,学生之间的差异是比较明显的,如一个班级里,从运动技术层面来看,有的技术较好,有的较差;从身体素质层面来看,有的素质很好,有的素质一般,甚至很差;在兴趣爱好方面,学生的个体差异也较为突出。不顾差异的教学就很难确保让每一位学生受益,即便是都或多或少地有所受益,效果也难以达到十分理想的状态。因此,需要教师们无论是选择确定内容,还是选择有效的方法,都需要考虑个体差异,个体差异明显时,需要考虑并体现分层教学。这样似乎对教师们的要求显得过高了,但为了能够较好地贯彻落实课程标准提出的基本理念,有必要尝试改变过去的教学形式,关注个体差异,并将“关注”落到实处。

四、体育课堂落实理念需要把握的关键点

基于体育课堂教学中出现的各种忽略理念所导致的现象,并结合对课程基本理念认真的分析,实际上,在体育课堂中有效贯彻落实课程基本理念并不难,但需要把握几个关键点,否则,重视不够、不分主

次、理解不到位的做法,依然可能走进误区,甚至远离课改。基于此,提出以下几个需要把握的关键点,以便为贯彻落实基本理念提供借鉴。

关键点一:“健康第一”始终如一,确保体育课程促进学生健康

1999年6月《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》中明确指出,学校教育要树立“健康第一”的指导思想,体育作为学校教育的重要课程之一,以“健康第一”为指导思想开展体育教学工作,将是重中之重。由此,体育课堂教学除了以“健康第一”为指导思想,更要能够始终如一,即教学内容的确定、教学方法的选择、组织形式的运用等都要始终如一地贯彻“健康第一”。也就是说,无论从思想认识上,还是从内容、方法、组织上都要确保围绕促进学生的健康而开展体育课堂教学工作,要求教学要素与环节凸显出科学性、合理性、有效性。脱离健康促进的课堂将是违背课程理念的课堂,因此,能否把握“健康第一”始终如一这个关键点,将是衡量课程理念落实与否的具体体现。

关键点二:激发兴趣、培养锻炼意识与习惯需要找准切入点

义务教育体育与健康课程标准修订版多次提出要培养学生体育锻炼的意识与习惯,然而,无论是培养意识、习惯也好,还是传授运动技能掌握终身受用的体育锻炼方法也好,其关键点就是要合理有效地激发学生的运动兴趣,并能够让学生在学习体验到锻炼的乐趣,否则任何目标都难以实现。但问题在于如何才能真正激发起学生对运动的兴趣,将学生对体育的热爱引导到对体育课的兴趣中来,需要找准切入点。有人曾经尝试过“竞赛法”,有人也曾经尝试过“激励法”,还有人曾经用“体验法”让学生体验成功等等。由此,切入点便会集中在有效的方法上。意识的培养与习惯的养成也非一朝一夕之功,但至少在体育教学中要能够有培养意识、养成习惯的观念和认识,否则,体育课很有可能流于形式,而缺乏终身体育的战略眼光。

关键点三:传授知识技能与发展体能,坚持体育课堂教学之本

在体育课程基本理念强调“健康第一”、激发兴趣、培养意识与习惯的同时,传授知识技能与发展体能也依然作为体育课堂教学之根本需要强调。基于此,在贯彻落实基本理念的时候,应抓住运动技能知识传授,并以发展学生体能为重要突破口,因为体育学科离开了运动技能,离开了发展体能等,就失去了体育学科的本质,本末倒置,淡化运动技能教学的做法将是差异化的体育课程与教学改革,是对理念缺乏深入理解和全面把握的不可取做法。因此,要始终坚持对运动技能的传授,并通过科学合理的练习内容与形式,发展学生的体能。

关键点四:指导学法与培养自主、合作、探究能力需要强化

课程基本理念第三条明确提出,要帮助学生学会体育与健康学习,实际上是告诉我们,要指导学生掌握学习的方法,并培养学生自主、合作、探究学习的能力。由此可见,掌握方法与提高能力是使学生学会学习的重要保障。但问题在于,体育课堂教学中目前有没有学法的指导?有什么样的学法指导?新课改后的体育课堂是如何组织学生自主、合作、探究学习的?由于长期受重教法、轻学法的影响,大多数教师对“学法指导”的概念还较为陌生,即便是隐约看到或听到有学法指导环节,很少能够认识到是学法指导。自主、合作、探究学习的能力的培养也有待进一步强化,因为,新课改后,体育课堂上出现有绝对自主式的自主、单纯分组式的合作、扎堆式的探究等形式化现象,因此,贯彻落实新课改基本理念,要进一步强化学法指导环节,扎扎实实培养学生自主、合作、探究学习的

能力。

关键点五:因地制宜、因材施教,确保学生全体与全面发展

不同区域、不同学校,以及不同个体之间,差异是绝对的,而无差异却是相对的。体育课程实施除了要考虑区域差异、学校差异,在组织课堂教学时更要求体育教师要关注到全体学生和学生的全面发展。用“一刀切、齐步走”的方式组织教学工作是忽略个体差异的体现。为了贯彻落实好课程基本理念,关注区域、个体等差异性,就需要辛勤工作在一线的教师们首先树立一种尊重差异的思想,其次就是要能够在认真贯彻落实国家课程教材内容的基础上,因地制宜地选择区域性内容,弘扬民族民间特色体育,并能够考虑学生的个体差异,因材施教,否则就难以照顾到全体学生的发展,更难以达到学生们的全面发展。

五、结束语

义务教育体育与健康课程基本理念已经为大家指明了方向,提出了要求,贯彻落实每一条理念是每一位体育教师实施课改的重要依据和努力方向。认真解读理念、分析理念,并贯彻落实好理念,才能使体育课程与教学改革稳步向前推进,也才能使其体育课程健康可持续地发展下去。 

作者简介:

于素梅,教育博士,中国教育科学研究院研究员。主要研究领域:学校体育学、体育教学论、学生体质健康。发表专业学术论文《体育教师应具备的教学技能》等90余篇;出版专业论著《体育学方法论》等28部;主持课题《改革开放三十年中国农村学校体育发展研究》、《基础教育体育教育质量内涵及有效促进策略研究》、《我国中小学体育教师教学工作量分层认定研究》等15项。

《万达奇体育健康课教案编辑软件》升级版

万达奇体育健康课教案编辑软件是基于大、中、小学体育课教学内容研制而成。内容包括:足、篮、排、体操、健美操、羽毛球、乒乓球、网球、武术、举重、游泳、田径等所有体育项目。其中编入了上千幅技术图、游戏、素质练习、教学内容、教学方法、教学步骤等。内设模板、word粘贴功能,实现了方便、快捷的特点。本软件还编入奥运学堂课件,为体育教师提供了生动活泼、寓教于乐的室内课教材。5分钟完成一份图文并茂标准化的体育课教案。

统一售价:230元/套

腾讯QQ:120086196

联系人:李婧

电话:(010) 82099973 13910950613

邮购地址:北京市海淀区北三环西路11号首都体育学院1号楼2单元202室 邮编:100088

网址: <http://www.wandaqi.com>