

基于学校体育的课程改革路径

浙江省教育厅教研室 余立峰

学校体育课程改革面临的问题

- 理想的课程如何变成教师的课程？
- 单纯研究课堂如何变成单元下的课堂研究？
- 简单设计、使用方法如何变成教和用方法？
- 体育教学、大课间和校内竞赛关系正常吗？
- 体育教学质量评价内容和方式全面吗？
- 体育中考、体质健康测试如何正确对待？
- ○ ○ ○ ○ ○ ○

理想的课程转换为教师的课程的研究

- 研制《浙江省体育与健康课程指导纲要》以及配套用书



《纲要》核心理念

- 服务老师，减轻负担

(理解老师处境、提供更多实用策略)

- 以生为本（人的立场），能力为先

(尊重人的身心发展规律)

- 用“教材”教，真会一项运动技能

(运动首先是教育)

《纲要》的内容

- 课程内容分必学、限学、自选三类
- 内容表达采用内容标准和表现标准形式
- 提出“技术、体能、运用”三维度单元构建策略
- 形成“教材三个一”（一个单一身体练习、一个以此为核
心的组合练习、一个以此为核心的游戏或比赛）课堂教学
新结构
- 以表现标准为依据的学生运动技能学习评价操作方法

基于单元研究的区域（校本）研修模式

- 1选定《纲要》配套用书提供的单元一个。
- 2参与人员各自研读《纲要》表现标准，核对所选单元目标适切性。
- 3各自结合学校实际，修改所选单元计划，重点是单元目标、课时内容、课时目标和教学策略表述的准确性。（同时记录哪里不合适、修改意见）
- 4提交给“指导者”审核，提出修改意见。
- 5各自根据“指导者”意见再次进行修改。
- 6各自按照修改后的单元计划，写好教案并实施。
- 7在实施到超过一半课时以后，选择一个课时进行集体展示研讨活动。教案同样需经过“指导者”审核。过程中重点不在于评价这节展示课上的如何，而是每个参与的人都要介绍两个方面的内容。一是前期每个课时教学反思，二是对于展示的课时用单元眼光提出建议思考。同时每个参与者听课时要从不同视角分工观察学生行为。
- 8各自继续完成剩余课时教学。
- 9完成后需要再次修改单元计划，整理教案与反思，写出本次研修总结报告。

要素：一个或几个“指导者”；一个研究团体；过程与资料并重。

学校体育整体协同改进行动

- 落实课程改革的技术问题解决以后，要发挥应有效果的前提是必须置其于学校体育整体改革的环境中。
- 实验学校体育综合改革试点项目
(杭州市拱墅区实验点)

学校体育综合改革

- 学校体育综合改革目标

构建以学生体质健康可持续发展为核心，以运动能力的提升为抓手，以运动习惯养成为目标，规范学校体育课程建设、建立体育技能教学质量检测、形成课内外体育内容相衔接机制的三位一体改革模式。形成“自律性的学校体育操作模式新形态”

学校体育综合改革的策略与成果

1 体育课程改革以规范为本，评价改革为突破口

- 1) 依据《纲要》规划学校课程，实现“一校一品或一校多品”目标
- 2) 以《纲要》为考纲的学生运动技能评价方法的研制与实践
- 3) 以全员运动会撬动体育课堂教学

学校体育综合改革的策略与成果

2 大课间改革以素质操开发为抓手

1) 素质操：普通素质操和项目素质操

具备发展体能、凸显项目特征、复习熟练

课堂教学内容等综合特征

2) 教师快速发展、课的延伸成为现实

学校体育综合改革的策略与成果

3 学校运动会改革以教育和评价功能为主导

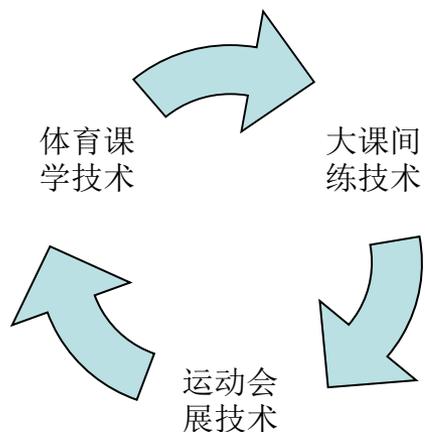
1) 全员运动会：普通和项目两类

2) 体育运动竞赛彰显并放大教育功能

3) 学校体育教学内部评价有效策略

“学-练-评”学校内部 评价机制形成 “自律体”

与体质健康测试形成合力



依据《纲要》
实施区域体育
运动技能质量
检测

落实课改，追求“真质量”最终实现
“一校一品、多品”

基于学校体育的课程改革模型

“浙江省中小学体育教研”微信公众号



名 称：浙江省中小学体育教研

微信号：zjtywjy

主 旨：为浙江中小学体育教学和教研服务，进一步提升浙江中小学体育教学质量。



国家到学校模式一样或高度相似



国家到学校模式一样或高度相似

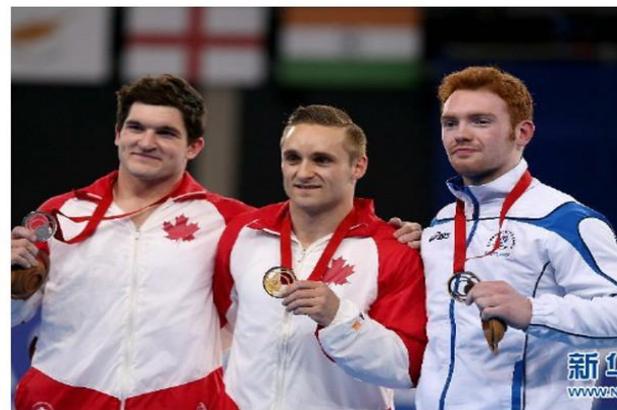
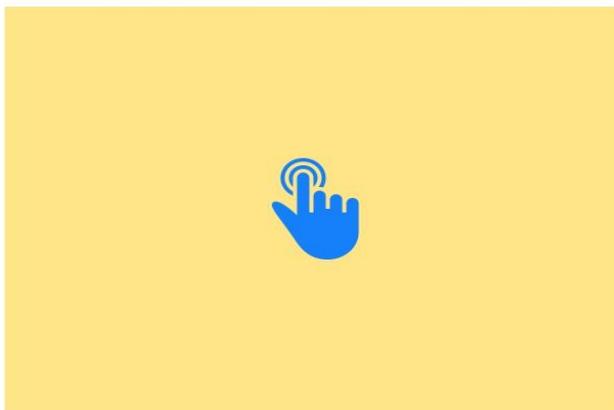
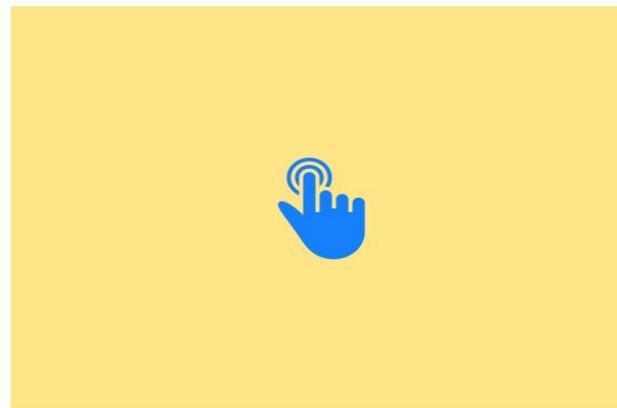
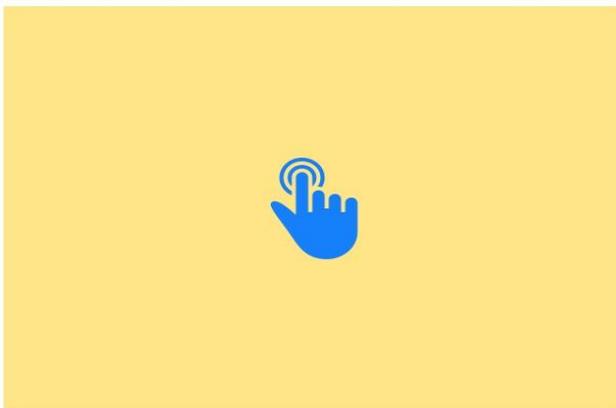
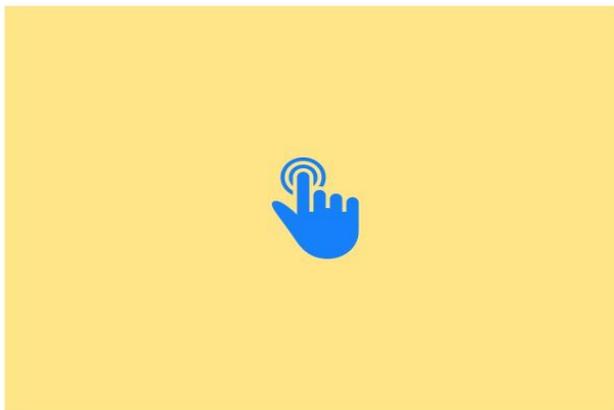




入场式：加工 演变 进化 到异化



习以为常基本统一模式的颁奖方式



3、相关概念与关系

三者含义：

技术：就是教材内容本身动作技术方法；**某动作（技术）方法**

体能：是指用该教材内容发展体能的方法以及该教材内容本身所需体能的练习方法；**某某动作（技术）练习方法（体能类两者都有，球类是前者）**

运用：是该教材内容在项目实战中、其他项目中以及生活中的运用方法。**某某动作（技术）运用方法**

三者关系：

技术是新授；体能是复习技术；运用是更高层次的复习技术。

各项教学内容在不同水平的授课时数参考比重

内容		水平、比重		水平一		水平二		水平三		水平四		备注
		课时	%	课时	%	课时	%	课时	%			
必学	体育与健康基础识	10	50	10	45	10	40	15	30		某个内容在某个水平几个学期的课时量可以平均分配，也可以根据需要有所侧重，合理分配到各学期中。	
	田径	62		46		40		45				
	体操	44		20		16		12				
	武术	12		10		10		15				
限学	球类（篮球、排球、足球、乒乓球、羽毛球、啦啦球等）	65	30	55	35	60	40	114	50	一个区域或学校必须选择两项球类， 建议 一项大球和一项小球；或是一项身体直接对抗、一项隔网对抗。一旦选定，中途不宜变动。		
	体操（器械体操）	12		13		18		30			各校既要根据现有的场地及器材配备，选择至少一类器械体操进行系统教学，同时要积极创造条件，通过改造、增添器械或改造技术动作等积极开展器械体操的教学。	
自选	1.游泳 2.民族民间体育 3.新兴体育 4.必学或限学内容的提高与拓展	51	20	38	20	38	20	57	20	建议根据校情、师情、学情等，选择合适的内容进行教学，并结合课间操、课外活动、业余训练等，形成校本特色。		
合计		256		192		192		288				

必学内容之“跳跃类”在各个水平段的内容标准

水平	内容标准	
水平一	多种形式的跳跃方法和游戏	多种形式的原地跳跃方法和游戏
		多种形式的行进跳跃方法和游戏
水平二	基本的跳跃活动方法	多种形式的连续跳跃活动方法
		多种形式的简单助跑跳跃活动方法
		多种形式的合作跳跃活动方法
水平三	有一定难度的跳跃方法和游戏	有一定难度的急行跳跃活动方法
		有一定难度的组合跳跃活动方法
水平四	田径类跳跃项目的技术与方法	跳远技术
		跳高技术
		发展体能的方法1
		发展体能的方法2

水平一必学内容之“跳跃类”的内容标准与表现标准

水平	内容标准		表现标准
水平一	多种形式的跳跃方法和游戏	多种形式的原地跳跃方法和游戏	<p>认知：能说出所学跳跃游戏与动作的名称；能说出屈膝缓冲等安全跳跃的注意事项。</p> <p>技能：能在模仿动物跳、跳圈、跳短绳、剪刀石头布等游戏中，做出多种形式的原地跳跃动作，如单（双）脚向前、向后、向侧跳，跳上、跳下，跳起旋转、蹲跳起、挺身跳等，能展示“屈膝、蹬摆”以及明显的落地缓冲动作，表现出一定的协调性、平衡性。</p> <p>情感：表现出听从指挥、积极模仿扮演角色、勇敢完成任务，关心帮助同学的行为。</p>
		多种形式的行进跳跃方法和游戏	<p>认知：能说出所学跳跃游戏与动作的名称；能说出“膝关节、踝关节、肩关节”等肢体部位的名称。</p> <p>技能：能在游戏中做出多种形式的连续跳跃、不同距离助跑下跳跃的动作，如垫跳步、侧并跳、单双脚多级跳、单双脚交替跳、象限跳、跳房子、跳过障碍等，表现出连续动作、跑跳动作的连贯协调。</p> <p>情感：练习中能努力完成学习任务，表现出互帮互助、听从指挥、安全有序的学习行为。</p>

限学内容之“篮球”在不同水平段的内容标准与表现标准

水平	内容标准	表现标准
水平一	各种形式的拍球游戏	<p>认知：认识小篮球并能说出拍球游戏的名称。</p> <p>技能：在游戏中能熟练展示至少3种以上拍球方法，如原地拍球比多、多种身体姿势下的拍球、走动中拍球等，拍球后能准确稳定地接住球。在此基础上，乐于挑战并能展示至少3种有一定难度的拍球方法，如弱侧手拍球、左右手轮流拍球、拍球绕圈、按节奏拍球等，并能与同伴合作，展示多种合作式拍球，如同伴轮流拍球、叫号拍球等，表现出拍球的多样性、连续性与熟练性。</p> <p>情感：热爱小篮球，能积极练习并管理好手中的球。</p>
水平四	传接技术及运用	<p>认知：能简要描述传、接技术的特征与运用时机。</p> <p>技能：在行进间传接球、抢断球、消极或积极防守等难度不断递增的环境中，做出单手肩上传球、单手反弹传球或是双手传球等至少3种以上传球动作，将球及时传给移动中的同伴，表现出传球技术的快速、准确、及时、多变。能根据来球与环境特征，做出跳起接球、跨步接球、侧身跑动接球等主动接球动作，接球后能缓冲护球并及时做出下一个动作，如接球后快速传球、接球后运球、接球后投篮等，表现出动作衔接的快速合理以及判断准确、反应灵敏、跑动积极。</p> <p>情感：在学练中表现出热爱篮球、积极探究、乐于合作的品质。</p>