

# 体育新课程改革中的难题及其突破策略

蔡志强

(哈尔滨理工大学 体育教学部, 黑龙江 哈尔滨 150080)

**摘 要:** 对体育课增强体质、体育课融合健康教育、体育课实施模块教学、体育课适宜性教材确定、体育课准确性教学目标设置等困扰体育课程改革的问题进行分析, 建议通过加强研究完善体育课程与教学理论、创造条件为顺利实施课改保驾护航、开辟第二课堂有效促进体质健康水平等策略突破体育课改中遇到的难题。

**关 键 词:** 学校体育; 体育课程改革; 新课标

**中图分类号:** G807.0 **文献标志码:** A **文章编号:** 1006-7116(2013)05-0076-03

## Difficulties in the new physical education curriculum reform and strategies for breaking through

CAI Zhi-qiang

(Department of Physical Education, Harbin University of Science and Technology, Harbin 150080, China)

**Abstract:** The author analyzed problems which confuse the physical education curriculum reform, such as physical education classes enhancing physical quality, physical education classes blending into health education, physical education classes implementing modular teaching, determination of textbooks suitable for physical education classes, setup of teaching objectives accurate for physical education classes, and suggested to break through difficulties encountered in the curriculum reform by implementing strategies such as strengthening the study and perfection of the physical education curriculum and teaching theories, creating conditions for ensuring the smooth implementation of the curriculum reform, opening secondary classrooms to effectively promote physical health level etc.

**Key words:** school physical education; physical education curriculum reform; new curriculum standards

体育新课程改革提出了若干要求与目标, 实施改革的主阵地体育课堂能否顺利将课改理念和要求等落到实处, 是决定改革是否顺利与成功的关键。通过大量的观察和访谈发现, 目前依然存在若干问题阻碍改革的顺利推进, 而且这些问题若长期得不到解决, 改革的实效性将会受到较大影响。本研究分析了这些难题并寻求突破的策略, 旨在为更好地贯彻落实新课标, 顺利推动课程改革提供参考。

## 1 体育新课程改革难题剖析

### 1.1 体育课增强体质的难题

学生的体质健康水平 25 年持续下降, 即便 2001 年展开的体育新课程改革再次重申增强体质的课程性质, 10 余年来, 学生体质依然不容乐观。2007 年推行

《国家学生体质健康标准》至今, 学生的体质仍没得到根本改善, 肥胖率、近视率居高不下, 耐力素质等依然下降<sup>[1]</sup>。体质健康状况不良的原因何在? 诸多研究已从多个视角加以探讨, 多数研究认为体育锻炼、饮食、睡眠、课业负担等对体质的影响较为突出<sup>[2-5]</sup>。体育锻炼尽管被排在首位, 但仅仅靠体育课上的体育锻炼是无法增强体质的。因为, 学生的饮食、睡眠、课业负担等都在一定程度上影响着体质。比如, 睡眠不好, 加大运动量, 反而有害体质。另外, 体育课增强体质局限性还表现在, 课时的不足和课堂上单纯用于体育锻炼的时间有限。目前, 国家规定小学 1~2 年级每周 4 节体育课, 小学 3~6 年级与初中各年级每周 3 节体育课, 高中各年级每周 2 节体育课<sup>[6]</sup>。仅有 4、3、2 学时体育课, 难以在课堂上保障增强体质。更别谈

那些场地器材条件不达标学校的学生,想通过体育课增强体质更有难度。

### 1.2 体育课融合健康教育的难题

体育新课程改革,将课程名称由原来的“体育”更名为“体育与健康”,一时间人们对新课程名称的理解多元化起来,有人认为是“体育加上健康教育”<sup>[7]</sup>,有人认为是“体育为健康”<sup>[8]</sup>,无论如何理解该课程名称,一个不争的事实就是,突出了“健康”在学科中的地位,或更加强调健康的重要性。但如何在体育课堂上融合健康知识、方法等教育,大多数教师无所适从。教师对健康知识的匮乏、健康教育方法的欠缺等都直接影响着体育课融合健康教育的效果。

### 1.3 体育课实施模块教学的难题

高中体育课程改革,一个最大的变化就是课程模块化,包括7大系列11个模块,1个模块1个学分,最后以学分评定成绩<sup>[9]</sup>。从2004年实施高中课改,至今近10年时间,结果是模块教学并未得到全面贯彻落实。大多数学校未能按照课改要求严格实施模块教学,其主要原因是师资力量不足和场地器材条件达不到要求。模块教学是一次力度较大的改革,模块教学还是高中与大学教学有效衔接的重要形式,但是,模块教学需要具备诸多条件。顺利实施模块教学存在不少困难:(1)难在分班。实施模块教学,需要打乱班级重新分班,但是,对于年级班数多、班额大的学校,分班是一大难题,一旦打乱,不便于重新组合,因为要考虑到其他科目的课程学习不受影响。(2)难在合班。模块教学一个最大的特点就是让学生自己选择课程内容,但是,一旦有些项目选择人数较多,有的项目选择人数较少,就不便于均衡组合班级。(3)难在施教。学生选择了自己喜爱的运动,但是,往往由于学校师资力量和学校场地器材条件的限制,无法满足学生的需求。

### 1.4 体育课适宜性教材确定的难题

体育学科与其他学科最明显的区别在于:体育课程教什么尚未形成具有衔接性的教材体系,也就是说,体育课上教什么大都由教师自定,确定的依据往往是课标和教材,课标中尚未规定教什么,只是有一些建议,教材又具有多个版本,各版本缺乏一致性,而且,即便是同一版本的教材,各学段各年级之间也缺乏明显的有效衔接性<sup>[10]</sup>。这就给体育教师在实施具体的课堂教学时出了不小的难题,究竟要教什么,不同的年级教什么最适宜,这些问题一直在困扰诸多一线体育教师。结果,有的不具有体育学科特性的内容走进了体育课堂,如象棋、多米诺骨牌等;有的与体育学科毫不相干的内容被搬到了体育课堂,如扁担南瓜、扫

把、插秧播种等。通过进一步分析发现:体育学科教材理论与实践的不成熟是制约体育课上实现教材适宜性的主要原因,这些问题假如得不到有效的解决,系统化、科学性的体育教学仍将比较遥远。

### 1.5 体育课准确性教学目标设置的难题

体育新课程改革一个突出的变化就是提出了“目标引领内容”,而且,在2001年出台的《体育与健康课程标准》(实验版)中,有人曾做过统计,大约有200多个大大小小的不同层次的目标。2011年再次修订的《义务教育体育与健康课程标准》中,也同样能够看到由上百个不同层次的目标构成的体系<sup>[11]</sup>。不管目标的层次性是否清晰,也不论目标的提出是否具有针对性,但作为体育课堂教学而言,各任课教师依据水平、学习方面的目标,进一步设置课堂教学目标的时候,需要考虑一个十分关键的词语“准确性”。因为,只有目标设置准确,课堂教学的有效性才能得以体现,同时,内容的安排和练习方式的确定才更为明确和具体。但是,就目前体育教学目标设置的情况来看,那些不确定、不具体的,宽泛、宏大的目标较为多见。教师在设置教学目标时,遇到如下困难:(1)一些教师不知道什么样的目标才是具体的。因此,就很难设置出具体而准确的目标。(2)一些教师不知道如何使目标具体化。有时,一些教师已经知道了哪些目标是具体的,但是,由于未能掌握具体设置目标的技巧,也同样设置不出具体而准确的目标。(3)一些教师忽略了目标在体育课堂上的具体落实。有些人只是重视在进行教学设计的时候,尽可能地将目标具体化,但是,却忽略了体育课堂上的落实,结果是目标设置与课堂教学目标达成相分离。

## 2 体育新课程改革难题的突破

### 2.1 完善体育课程与教学理论

体育课程改革中遇到的,无论是内容选择与确定的问题,还是目标如何准确化问题,从体育课程与教学理论的角度分析,无外乎理论的不完善,尤其是内容理论与目标理论的不完善。就内容而言,需要达到如其他学科那样,哪个年级教什么,教到什么程度的相对稳定性内容。如语文从拼音、识字开始,逐步丰富和增加难度;数学也是如此,先从10以内数字的识数开始,然后加减乘除运算,再进一步增加难度,教学内容顺序逻辑性很强,既不会颠倒,也不会忽难忽易,学科理论相对比较成熟。而体育学科应从哪里开始教起,各年级需要教什么内容,同类内容各学段教到什么程度,缺乏确定的答案,存在教到哪算哪的不确定现象。另外,目标之所以不够清晰,或老师面对

目标如何准确化束手无策,其根源在于老师们对目标的认识和理解不到位,然而,目标理论的不完善,或仅仅提出“目标引领内容”,而未进一步做出解释,为什么是目标引领内容,如何引领内容,什么层面的目标才能引领内容,即关于目标的规定性和与内容关联性理论缺乏,致使目标的不确定性长期存在。为此,加强研究完善体育课程与教学理论将是突破体育新课程改革难题的首要策略。

## 2.2 创造条件为顺利实施课改保驾护航

体育新课程改革需要很多条件保障,诸如场地器材、师资力量等。常言说:巧妇难为无米之炊。条件不具备,再好的课改方案都难以落实。模块教学难以实施的现实明确告诉我们,条件优劣起着决定性作用。由此,创造条件显得十分重要,一方面,在场地器材上,力争达到国家配备标准。另一方面,要改善教师的自身素质和能力。假如是教师的数量短缺,则增加体育教师编制,扩大体育教师队伍;假如是教师专业化水平达不到开展模块教学的要求,就强化师资培训力度,提高专业化培训质量。

## 2.3 开辟第二课堂有效促进体质健康水平

前文中分析了体育课堂增强体质健康的难题,同时,也对如何将健康教育融入体育课堂做了讨论,但由于受课堂时间、内容、多元目标等的限制,单一从体育课堂上促进学生体质健康并不现实。因此,开辟第二课堂来促进体质健康水平十分必要。但何为第二课堂?第二课堂可以理解为,重视大课间和课外体育活动时间的课堂意识,即将大课间与课外体育活动作为体育课堂的重要延伸,且重视活动的组织。具体体现在,根据需要确定大课间和课外体育活动的内容,而不是长期不变。尤其对于学生体质薄弱项目,需要加大其锻炼力度,减少形式化现象,增强其实效性。以往的大课间或课外体育活动,大都是作为一项活动开展来的,尽管每天坚持,但由于缺乏针对性,效果不好。假如从课堂的角度考虑,将其真正看作是体育课堂的延伸,不但有变换的内容,还有明确的目标,第二课堂意义才能得以凸显。除此之外,健康教育除了利用阴雨天气的体育课堂进行传授,阴雨天气的大课间和课外活动时间也依然可以作为健康教育的第二

课堂。为此,要想有效提高学生的体质健康水平,要丰富学生的健康知识,并传授科学锻炼的方法等。拓展课堂空间和时间,体质健康促进及健康教育工作落到实处才有可能。

历时十余年的体育新课程改革,尽管取得了诸多的经验,但困扰新课程改革的难题更不容忽视,无论是体质健康增强、健康知识融合教育,还是模块教学落实、内容确定和目标设置的难题,都在一定程度上阻碍课改的进程,及时有效地探寻突破难题的策略至关重要。

## 参考文献:

- [1] 《国家学生体质健康标准解读》编委会. 国家学生体质健康标准解读[M]. 北京:人民教育出版社,2007.
- [2] 张大超. 影响我国中小学生体质健康发展的主要因素与对策研究[J]. 北京体育大学学报,2009,32(11): 76-80; 83.
- [3] 李亚楠,张杰,李海峰. 实施灵敏素质健身路径对大学生体质的影响[J]. 体育学刊,2012,19(5): 104-107.
- [4] 陈润,李丽,杨俐,等. 累积Logit模型在学生体质健康影响因素分析中的应用[J]. 现代预防医学,2010,37(10): 1871-1872.
- [5] 陈德钦,许良. 我国青少年学生体质健康影响因素分析[J]. 菏泽学院学报,2010,32(5): 86-89.
- [6] 中共中央 国务院关于加强青少年体育增强青少年体质的意见[Z]. 2007-05-07.
- [7] 边新颜. 试论《体育与健康》课程改革[J]. 才智,2010(18): 63.
- [8] 毛振明. 论体育新课改中“主题教学法”的理论与实践——兼评当前“为体育课命名”的现象[J]. 中国学校体育,2007(10): 10-13.
- [9] 普通高中体育与健康课程标准(实验版)[M]. 北京:人民教育出版社,2004.
- [10] 柴如鹤. 建构有效衔接的大中小学体育教材内容体系的必要性[J]. 体育学刊,2011,18(6): 91-93.
- [11] 中华人民共和国教育部. 义务教育体育与健康课程标准(2011年版)[M]. 北京:北京师范大学出版社,2012.