

# 高中体育分类教学模式

刘 晋<sup>1</sup>, 邓日桑<sup>2</sup>, 王素珍<sup>3</sup>

(1. 深圳高级中学 体育组, 广东 深圳 518040; 2. 深圳市教育局, 广东 深圳 518025;  
3. 深圳市红岭中学 体育组, 广东 深圳 518028)

**摘 要:**通过对中、德、美、日、俄高中体育教学现状的比较研究,发现发达国家高中体育课程与教材改革总体发展趋势是学生可以自由选择感兴趣的项目上体育课。深圳高级中学1997年以来的高中体育分类教学改革表明,体育分类教学模式有助于学生个性特长的培养,为学生终身可持续发展奠定了基础。

**关 键 词:**高中体育;分类教学;比较研究;课程改革

**中图分类号:**G807.01;G633.96 **文献标识码:**A **文章编号:**1006-7116(2001)04-0092-04

## Research on the classified P. E. teaching mode in senior high schools

LIU Jin<sup>1</sup>, DENG Ri-sang<sup>2</sup>, WANG Shu-zhen<sup>3</sup>

(1. Division of Physical Education, Shenzhen Senior High School, Shenzhen 518040, China; 2. Education Bureau of Shenzhen, Shenzhen 518025, China; 3. Division of Physical Education, Shenzhen Hongling School, Shenzhen 518028, China)

**Abstract:** It has been found that the general development trend of the senior high school PE curriculum and teaching material reform in developed countries is featured by students' free choice to participate in different sport events for PE program based on their own interest, according to the comparative survey of the current PE teaching situations in senior high schools of China, Germany, the United States, Japan and Russia. Along this line, the classified PE teaching reform experiment has been conducted since 1997 in Shenzhen senior high school. this new classified PE teaching mode has enabled the students to enjoy their sport participation, to strengthen the training and development of their personality and special talents so as to lay the solid foundation for their continual and lifelong development. The new approach has made it possible to gear to the trend of the world PE teaching reform.

**Key words:** senior high school PE, classified teaching, comparative research, curriculum reform

建国50年来,我国学校体育课程建设取得了很大的成绩,但也存在一些问题,如忽视了青少年个体发展的需要,忽视了人个性的培养和发展。体育教学的主体对象是身心素质具有很大差异的学生个体,他们不可能在同一学时、同一运动项目中学会、掌握同一技术,有相当的学生跟不上教学进度,面对自己不喜爱的项目,在一次次地体验着失败的痛苦,失去了学习体育的兴趣和信心。

为了克服上述弊端,深圳高级中学从1997年开始,在校长唐海海新教育理念的指导下,对高中体育课程和教材进行了全方位改革。

### 1 目前我国部分城市中小学生对体育课的态度

我们对全国部分大、中城市学生感兴趣的运动项目进行了分析、比较和研究,并对家庭体育、社会体育开展较好的前

10位运动项目进行了分析、比较和研究。从表1可以看到天津市区中小学生对当前体育课的态度。作为体育教学主体的学生对当前体育课是不满的。随着年龄的增长,学生对体育课程的喜欢程度急剧下降。

表1 天津市区中小学生对体育课的态度 %

| 对体育课的态度 | 小学 |    | 初中 |    | 高中 |    |
|---------|----|----|----|----|----|----|
|         | 男  | 女  | 男  | 女  | 男  | 女  |
| 喜 欢     | 90 | 88 | 82 | 75 | 56 | 44 |
| 无 所 谓   | 9  | 11 | 15 | 21 | 37 | 46 |
| 不 喜 欢   | 1  | 1  | 3  | 4  | 7  | 10 |

从表2中看到,中小学生最喜欢的前4种运动项目,说明目前教材内容与学生的期望值相差甚远。

· 收稿日期:2001-03-02

基金项目:广东省“九五”普教规划立项课题,粤教研[1998]3-29-105。

作者简介:刘 晋(1956-),男,安徽宿县人,中学高级教师,研究方向:中学体育教学。

表2 天津市区中小學生最喜欢的前4种运动项目

| 类型 | 小学  |     | 初中  |     | 高中  |     |
|----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
|    | 男   | 女   | 男   | 女   | 男   | 女   |
| 1  | 篮球  | 羽毛球 | 足球  | 羽毛球 | 足球  | 羽毛球 |
| 2  | 乒乓球 | 游泳  | 篮球  | 篮球  | 篮球  | 篮球  |
| 3  | 游泳  | 乒乓球 | 乒乓球 | 排球  | 羽毛球 | 排球  |
| 4  | 羽毛球 | 跑步  | 羽毛球 | 足球  | 乒乓球 | 足球  |

中学生最喜欢的运动项目均是球类项目,喜欢球类和游泳的小学男生占78%、小学女生占55%、初中男生96%,而初中女生、高中男生、高中女生喜欢运动项目前4位均是球类项目,分别达到84%、82%、84%。从表3可以看出广州男女生均把对“体育缺乏兴趣”当作影响体育学习积极性活动的第一因素。在第2、第3影响因素上,男生之间产生了明显的差异。男生将“活动不吸引人”排在第2位,而女生则把“高不可攀”排第2位,男生将“教师技术水平不高”排在第3位,而女生则把“教师指导态度不好”作为第3影响因素,说明传统的学校体育教学造成学生厌学情绪,是学生对体育课程缺乏兴趣的主要原因。

表3 影响广州市区初中生学习积极性的因素排序

| 影响因素     | 男     |    | 女     |    |
|----------|-------|----|-------|----|
|          | %     | 位次 | %     | 位次 |
| 对体育缺乏兴趣  | 29.70 | 1  | 27.61 | 1  |
| 活动内容不吸引人 | 21.20 | 2  | 12.88 | 4  |
| 教师技术水平不高 | 17.57 | 3  | 4.91  | 7  |
| 目标高不可攀   | 16.36 | 4  | 18.40 | 2  |
| 教师指导态度不好 | 7.27  | 5  | 15.95 | 3  |
| 同伴不够配合   | 4.85  | 6  | 9.20  | 5  |
| 运动能力差    | 3.03  | 7  | 6.75  | 6  |
| 身体状态不佳   | 0     | 8  | 4.29  | 8  |

您最感兴趣的体育项目的调查结果表4表明:篮球、羽毛球、足球、乒乓球、游泳、网球排前6名,这一调查结果反映了广大学生的体育主体意识的倾向和要求。这是安排教材内容和组织课外体育活动时应充分考虑的问题。现代教育观念强调尊重学生的主体意识的自我选择。因此,因势利导,促成学生可贵的自我实现的心理需求,是现代体育教学的趋势之一。

表4 粤港澳台深湛京学生最感兴趣的体育项目

| 编号 | 粤港澳台              | 深圳高中              | 深圳大学 | 湛江  | 北京  |
|----|-------------------|-------------------|------|-----|-----|
| 1  | 篮球                | 篮球                | 羽毛球  | 篮球  | 足球  |
| 2  | 羽毛球               | 羽毛球               | 网球   | 足球  | 篮球  |
| 3  | 游泳                | 乒乓球               | 乒乓球  | 乒乓球 | 游泳  |
| 4  | 足球                | 网球                | 登山   | 跑步  | 乒乓球 |
| 5  | 排球                | 足球                | 游泳   | 羽毛球 | 羽毛球 |
| 6  | 乒乓球               | 垒球                | 国标舞  | 跳远  | 体操  |
| 7  | 长跑                | 曲棍球               | 钓鱼   | 长跑  | 网球  |
| 8  | 高棒球 <sup>1)</sup> | 橄榄球               | 篮球   | 跳高  | 太极拳 |
| 9  | 网球                | 武术                | 垒球   | 游泳  | 游泳  |
| 10 | 跳远                | 艺健美 <sup>2)</sup> | 艺健美  | 体操  | 排球  |

1):指高尔夫、棒垒球。2):艺健美指艺体、健美操等。

表5中羽毛球、游泳、乒乓球、网球、篮球、散步慢跑成为穗深港三地家庭体育活动项目方式选择的前6名,隔网个人球类项目深受3地家庭的欢迎。这说明,学校体育、家庭体育、社会体育三位一体的时代正在来临。随着社会经济的发展,学校、家庭、社会成为体育教育的3个渠道,应转变学校体育教育只重视体育教师的责任,不重视家长、社会应尽的责任和观点。父母的兴趣爱好可以影响学生,学生兴趣爱好又可以促进父母、家庭体育活动的开展。

表5 穗深港3地家庭对体育活动项目方式选择的比较前10位

| 选择项  | 穗    |        | 选择项  | 深    |        | 选择项  | 港    |        |
|------|------|--------|------|------|--------|------|------|--------|
|      | 选择人数 | 平均选择系数 |      | 选择人数 | 平均选择系数 |      | 选择人数 | 平均选择系数 |
| 羽毛球  | 407  | 2.35   | 羽毛球  | 263  | 2.30   | 羽毛球  | 238  | 2.21   |
| 游泳   | 268  | 1.55   | 游泳   | 210  | 1.84   | 游泳   | 182  | 1.69   |
| 篮球   | 239  | 1.38   | 乒乓球  | 177  | 1.55   | 网球   | 159  | 1.47   |
| 乒乓球  | 204  | 1.18   | 保龄球  | 106  | 0.93   | 远足   | 103  | 0.97   |
| 散步慢跑 | 193  | 1.11   | 散步慢跑 | 105  | 0.92   | 足球   | 88   | 0.82   |
| 网球   | 110  | 0.63   | 足球   | 82   | 0.72   | 壁球   | 80   | 0.74   |
| 足球   | 102  | 0.59   | 篮球   | 75   | 0.66   | 乒乓球  | 67   | 0.62   |
| 划艇   | 81   | 0.47   | 自行车  | 61   | 0.53   | 散步慢跑 | 59   | 0.55   |
| 旱冰   | 70   | 0.40   | 桌球   | 42   | 0.37   | 自行车  | 57   | 0.53   |
| 器械健身 | 59   | 0.34   | 旱冰   | 21   | 0.18   | 攀山   | 45   | 0.42   |

## 2 高中体育教学的国际趋势和深圳体育分类教学设计

### 2.1 国际高中体育课程改革的发展趋势

德国学校体育在中小學的选项课程有44个项目供学校和学生选择;在体育活动中,有62个体育项目供学校和学生选择。这些项目都是学生感兴趣的内容,有好多是新兴的体

育项目,以便吸引学生参加。

美国的体育课程没有统一的教学大纲,各州的体育课程各有特点,体育课程的纲要有很大的灵活性,教师执行课程方案有很大的灵活性,有20个左右的体育项目供学生选择,越是到了高年级,学生选择课程内容的范围越是广阔。

俄罗斯在普通学校同时实行5种教学大纲。学校可根据各自的具体情况,选择其中任何一个大纲使用。专家学者一致认为,采用选择性体育教学大纲,符合个人掌握和接受体育运动价值的实质。

日本在进行第3次课程改革后,高中体育教学大纲的明显变化就是扩大了选择必修的范围,如果由学生选择,就要采取合并若干班级,学生按所选择的项目重新编组。这种改革的优越性逐渐得到各国教育界的共识。

通过对德国、美国、俄国、日本4国的横向比较,探明了国外学校体育课程与教材改革总体发展趋势,为研究我国的体育课程与教材改革、发展的未来走向提供了参考依据。

## 2.2 高中体育分类教学设计与教材建设

教学仅是课程标准的实施过程,它并不含课程的设计和课程标准的制定。按照这样的定义,实施课程改革要比实施教学改革深刻得多。

深圳高级中学制定出适合深圳经济特区的校本大纲教材。在这个教材体系中,引进大量学生喜爱的运动项目,教学内容脱离旧教材的限制而不断扩散和深化,适应学生和社会需求,高中段学生在学期开始时,可以从8~10个教材中选择一项自己感兴趣的运动项目上课。

在体育教材分类上将健康教育和体育基础知识、游泳、球类、体操、武术、分成5大类。其中健康教育和体育基础知识、游泳是必修课程,球类、体操、武术是选修课程,球类项目开设上又分集体类如:篮球、排球、垒球、曲棍球、橄榄球,个人类如:羽毛球、乒乓球、网球。体操类又分为艺术体操球、火棒、绳、圈、彩带,竞技健美操、有氧健美操。武术类又分太极拳、长拳、刀术、剑术、棍术。在课的改革中我们将4个班级合并,学生从8~10个项目中自由选择一项,由8个教师按专项进行分组,重新编班分类教学。

体育课程与教材改革实验,得到了广东省教育厅的重视和支持,并获得广东“95”普教科研课题立项,这也是全省通过的唯一学校体育课题。目前国内研究高中体育选择性分类教学的文章较少,只有将国内外高中体育课程与教材改革综合起来进行研究,才能看到我国21世纪高中体育教学的全貌。

表6是高中体育分类分层教学模式,这种教学模式突破了班级体育教学的束缚,体育教学的分组是按兴趣选择分类上体育课,这样教师便于根据学生的特点、水平区别对待,因材施教。

表6 深圳高级中学高中体育教学大纲必修、自选内容课时分配

| 种类   | 教学内容                                       | 高一 |      | 高二 |      | 高三 |      |
|------|--|----|------|----|------|----|------|
|      |  | 课时 | %    | 课时 | %    | 课时 | %    |
| 必修   | 体育健康基本理论                                   | 6  | 9.4  | 6  | 9.4  | 6  | 9.4  |
|      | 游泳   | 16 | 25.0 | 16 | 25.0 | 16 | 25.0 |
| 自由选修 | 武术、体操、网球<br>乒乓球、羽毛球<br>篮球、排球、垒球<br>橄榄球、曲棍球 | 42 | 65.6 | 42 | 65.6 | 42 | 65.6 |
|      | 合计   | 64 |      | 64 |      | 64 |      |

单项教学俱乐部(表7)为培养学生终身体育意识提供了一个很好的课堂。学生根据自己的爱好选择上课,体育锻炼的兴趣更浓了,练习多了,比赛多了,锻炼的习惯就自然形成,成为生活中不可缺少的一部分。保证了每天1h体育活动和活动质量,学生的兴趣爱好还带动了家长的健康投资意识,周末和节假日,全家一起去打网球、羽毛球、乒乓球等,家长为学生花钱买网球拍、羽毛球拍、乒乓球拍、棒球棒、棒球手套等。

表7 深圳高级中学高中体育分类自选俱乐部课程设置

| 年级 | 课程项目设置                            |
|----|-----------------------------------|
| 高一 | 篮球、橄榄球、曲棍球、垒球、乒乓球、网球、艺体、武术        |
| 高二 | 篮球、橄榄球、曲棍球、垒球、乒乓球、羽毛球、艺体、武术       |
| 高三 | 篮球、橄榄球、曲棍球、垒球、乒乓球、羽毛球、网球、艺体、武术、排球 |

体育教学要“面向现代化,面向世界,面向未来”,教育教学思想观念转变是根本,体育教学内容、教材更新是基础,尊重学生兴趣、个性、创造能力、培养终身可持续发展人是关键,促使学生在已有水平上都有所发展、共同发展、特殊发展、差别发展相结合,创造性地解决学生个体学习中的问题。

## 3 高中体育分类教学试验效果

高中体育分类教学实验一开始就得到国家、省、市新闻媒体的注意,《中国教育报》以“跨世纪教育的曙光”为标题介绍了我校的体育分类教学。《深圳特区报》、《深圳商报》、《深圳晚报》、《广州日报》和全国核心期刊《教育发展研究》对我校的体育分类教学进行了介绍和肯定。

### 3.1 省港澳深台中学生对体育课的反映

本课题研究参考了对东西方文化交汇中心——广东、香港、澳门、台湾4个地区共4781名中学生和169所中学调查研究成果的数据,并对深圳高级中学近2000名中学生问卷调查结果进行对比分析,从图1可以看出,作为学校体育出发点和归宿点的学生对教学的反映,是检查和评价教学效果

的重要依据。我校通过3年体育课程和教材改革,突破了传统的班级教学模式,教学内容丰富多彩,学生有了很大的自

由选择余地,从根本改变了学生对体育课看法。

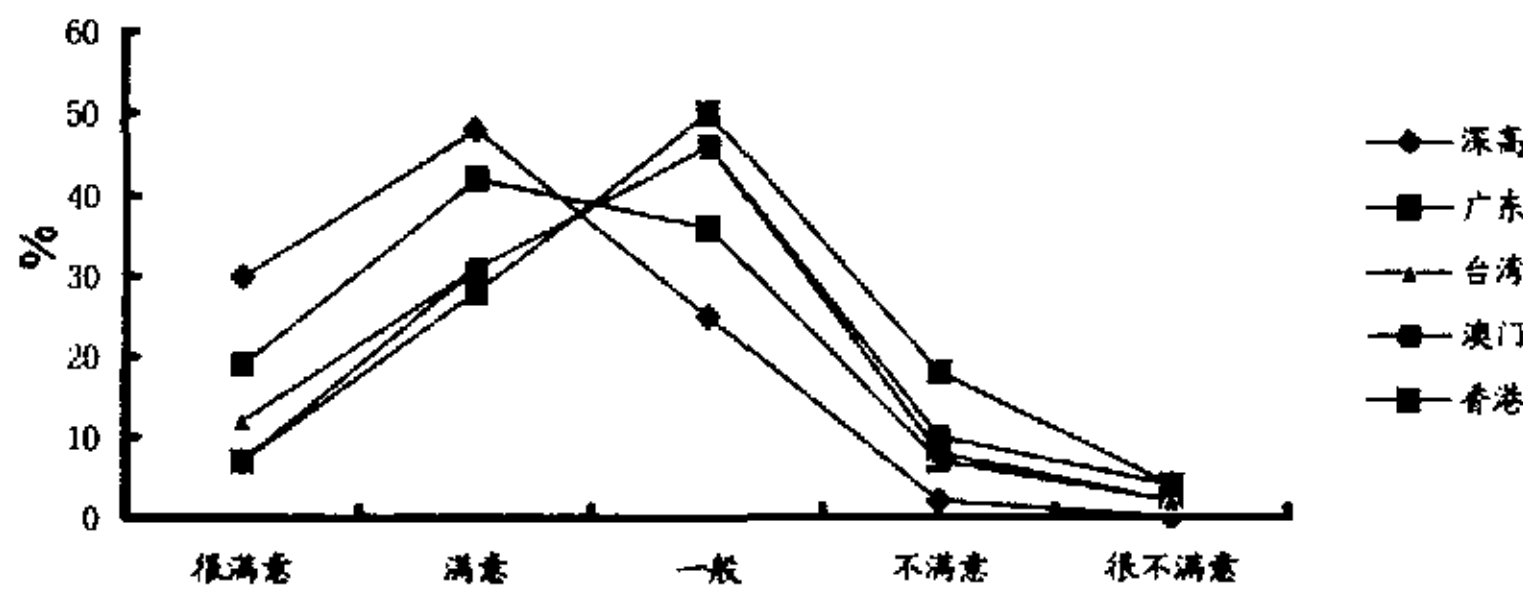


图1 深粤台澳港中学生对体育课反映调查

### 3.2 对粤深中学生4项素质指标分析

在对1997年进入我校各100名高一男女生3年追踪调查发现,女生的4项素质在3年中一直保持稳定的增长。从表8可以看出我校女生的4项素质指标都高于广东省95年体质健康状况调查同年龄组,可以看出我校男生的4项素质

指标有3项高于广东省95年体质健康状况调查同年龄组。但从表8也可以看出我校引体向上这1项低于广东省95年体质健康状况调查同年龄组。其特点是我校起点较低,总体趋势基本上是逐年缓慢增长,而后者是起点较高,总体趋势基本上是逐年缓慢下降。

表8 广东、深圳高级中学高中阶段4项素质比较

| 性别 | 项目       | 16岁    |        | 17岁    |        | 18岁    |        |
|----|----------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
|    |          | 广东     | 深圳     | 广东     | 深圳     | 广东     | 深圳     |
| 女生 | 仰卧起坐/次   | 38.21  | 38.17  | 39.28  | 39.75  | 40.70  | 41.26  |
|    | 800m跑/s  | 233.16 | 222.42 | 228.44 | 220.59 | 223.81 | 219.14 |
|    | 50m跑/s   | 8.76   | 8.33   | 8.76   | 8.31   | 8.69   | 8.06   |
|    | 立定跳远/cm  | 189.16 | 191.55 | 186.78 | 193.76 | 188.07 | 193.93 |
| 男生 | 引体向上/cm  | 11.29  | 9.33   | 11.02  | 9.62   | 11.13  | 9.84   |
|    | 1000m跑/s | 224.31 | 221.75 | 225.49 | 217.34 | 227.51 | 215.88 |
|    | 50m跑/s   | 7.39   | 7.19   | 7.36   | 7.05   | 7.28   | 6.86   |
|    | 立定跳远/次   | 241.58 | 241.97 | 245.12 | 249.22 | 246.77 | 252.51 |

### 3.3 普及与提高相结合

因为有了体育分类教学,深圳高级中学把其他学校的“体育节”变成了“奥林匹克运动会”。开幕式上,艺术体操课的球操、韵律操、竞技健美操先出场,长拳、太极拳、篮球、排球、棒球、垒球、曲棍球、橄榄球、羽毛球、乒乓球、网球、旱冰、跆拳道依次出场,各个项目进行了汇报表演。在深圳首届橄榄球邀请赛上,我队获得亚军。棒球队1999年参加了全国青少年棒球锦标赛和两届香港“回归杯”棒球邀请赛。男子曲棍球队和女子垒球队成为代表深圳市参加广东省运动会的正式参赛队伍。2000年8月我校女子垒球队代表深圳市少年队参加了广东省青少年女子垒球锦标赛。在2000年10月深圳市中学生乒乓球锦标赛中,我校选手获得男子单打亚军。

在课题的设计、研究、实施、撰写成稿的过程中,得到了广州体育学院饶纪乐教授的指导,在此表示感谢!

### 参考文献:

[1] 姜达维. 中小学体育素质教育的改革方向[J]. 天津体育学院学报, 1998: 13(2): 88-91.

[2] 粤港澳台学校体育发展战略课题组. 九七前后四地区学校体育[M]. 北京: 人民体育出版社, 1997.

[3] 廖章耀. 广东省深圳体质健康状况研究成果汇编[M]. 广州: 广东高等教育出版社, 1995.

[4] 鲍东明. 跨世纪教育的曙光[N]. 中国教育报, 1999-04-06(3).

[5] 帅小波. 运动会变成运动节[N]. 深圳晚报, 2000-11-17(15).

[6] 山利. 深圳高级中学的体育课[N]. 深圳特区报, 2000-11-21(27).

[7] 刘深. 深圳高级中学: 3年打造教育名牌[N]. 深圳晚报, 2000-12-04(3).

[8] 凌岳. 深圳学生赛橄榄球出手不凡[N]. 广州日报, 2000-12-12(30).

### 4 结论

高中学段是学生形成稳定的兴趣爱好的敏感期,是培养体育意识、养成终身体育擅长的关键阶段。高中体育分类教学模式,按兴趣选择分类上体育课,有利于体育特长的培养,教师便于根据学生的特点、水平区别对待,因材施教,突破了班级体育教学的束缚。但是,我们在尝试中发现还有很多不足,需要进一步的研究和完善。

[编辑: 李寿荣]