

体育课程实施的策略

张细谦

(华南师范大学 体育科学学院, 广东 广州 510631)

摘 要: 从不同层面分析, 体育课程实施可分为宏观策略、中观策略和微观策略。从宏观层面看, 我国体育课程的实施应该在继续坚持自上而下策略和忠实取向主流地位的基础上, 适当发挥其它策略和价值取向的补充作用; 从中观层面看, 要强调体育课程在促进学生体能发展与技能提高方面的实际效果, 要注重同时发挥体育课和课外体育活动的的作用; 从微观层面看, 要关注各地区、各学校课程情境的差异, 要做到因地制宜、因材施教。

关键词: 学校体育; 体育课程实施; 宏观策略; 中观策略; 微观策略

中图分类号: G807 **文献标识码:** A **文章编号:** 1006-7116(2007)04-0006-05

Strategies for implementing physical education curriculum

ZHANG Xi-qian

(College of Physical Education, South China Normal University, Guangzhou 510631, China)

Abstract: Analyzed at different levels, strategies for implementing physical education curriculum can be divided into macroscopic strategies, mid-sopic strategies and microscopic strategies. From the perspective of macroscopic level, for the implementation of physical education curriculum in China we should appropriately exert the supplementary functions of other strategies and value orientation on the basis of adhering to the top-down strategies and the mainstream status of faithful orientation. From the perspective of mid-sopic level, we should emphasize the actual effect of physical education curriculum on promoting the development of student's physical energy and the enhancement of their skills, and pay attention to exerting the functions of physical education courses and extracurricular sports activities simultaneously. From the perspective of microscopic level, we should notice the difference of curriculum scenario in various areas and schools, adjust measures according to local conditions, and teach the students according to their capacities.

Key words: scholastic physical education; implementation of physical education curriculum; macroscopic strategy; mid-sopic strategy; microscopic strategy

体育课程实施是体育课程付诸实践的过程, 它是体育课程价值得以生成和体育课程目标赖以实现的实质性环节。经由体育课程实施这一关键环节, 学生的健康水平、身体素质及体育文化素养才能得到真正提高。然而, 如果仅仅热衷于研制体育课程改革的美好蓝图, 而不关注体育课程实施的策略, 那么, 体育课程改革的理想就很难转变为教师实际运作的课程和学生真正体验的课程, 学生的身心健康就难以得到有效的发展。因此, 从不同层面研究体育课程实施的策略, 无疑具有较强的理论意义和实践价值。

1 高起点低重心的宏观策略

1.1 国家仍然是体育课程实施的发起者

美国课程专家麦克尼尔(J. D. McNeil)^[1]认为课程实施的策略分为3种, 即自上而下策略、自下而上策略和自中而上策略。自上至下的策略(Top-Down Strategies)是以国家和地区为中心的。采取这种策略来实施课程变革, 要求学校中的其它因素要与改革相一致。否则, 改革将会受到阻碍或只是暂时得到实施。自下至上的策略(Bottom-Up Strategies)是作为自上至下策略的对立面提出来的。该策略是以当地或以教

师所关心的问题为起点来进行变革的。自中间向上的策略(Middle-Up Strategy)是基于对前两种策略的扬弃而产生的。从中间向上的策略认为,自上至下的策略过于依赖附带的奖赏,如别人的认可、事业的进步和对不依从者的威胁。而自下至上的策略以个人或群体对改革的倾向为先决条件,如果学校文化本身是传统的、守旧的,就不容易进行改革,而且将教师作为改革的行动者,由于教师自身素质的限制,他们往往选择低质量的改革。在这种背景下,产生了自中间向上的策略,该策略认为学校是改革的最适当的单位^[2]。上述3种课程实施策略强调的主体是不同的:自上至下的策略强调以国家或地方为中心;自下至上的策略主张以教师所关心的问题为起点;自中间向上的策略作为二者的折衷,认为以学校为改革的基本单位是最适当的。

长期以来,我国实行的是集权式课程管理体制,全国使用统一的体育课程计划和体育教学大纲,学校、教师缺乏开发、实施课程的自主权;教师形成了根深蒂固的观念,即体育课程实施是忠实地执行课程计划的过程。因此,我国的课程实施策略一直是单一的、发生在国家水平的自上而下的策略。事实也是如此,很难想象在应试教育挤压下教师或学校会成为体育课程改革的发起者。尽管目前我国体育课程管理呈现出共享课程决策、共同参与课程开发的民主化趋向,尽管自上至下的策略难以顾及学校的具体情境和教师的能力和看法,但在实施一个目标明确而一致、设计精确而清晰的体育课程计划时,这种策略无疑是最有效的。

需要指出的是,虽然自上而下策略更适合我国体育课程的具体情境,但并非惟一的选择,因为每一种课程实施策略都有其存在的价值,但同时又有其局限性。例如,在开发校本体育课程的过程中,就需要调动学校、教师、学生的积极参与,采取自下至上或自中间向上的策略显然更恰当。

从宏观上讲,国家仍然应该是我体育课程实施的发起者,在强调自上而下策略中心地位的同时,需要兼顾其它两种策略,利用各种实施策略之间的互相取长补短来实施变革,往往能取得更好的效果。

1.2 忠实取向仍然是体育课程实施的主流取向

美国课程学者辛德尔、波林和所姆沃特(J.Snyder, F.Bolin, & K.Zumwalt)认为,课程实施的价值取向主要有3种,即忠实取向(fidelity orientation)、相互适应取向(mutual adaptation orientation)和课程创生取向(enactment orientation)^[3]。忠实取向把课程实施过程视为忠实地、一丝不苟地实现课程计划的过程,强调课

程政策制定者和课程专家在课程变革中的作用,有助于国家课程意志的贯彻,保证了国家课程计划的严肃性,采取自上而下的课程实施方式有助于确保国家课程改革的有效落实。相互适应取向把课程改革视为决策者和计划者与执行者和实施者之间相互改变、相互适应的过程,认为根据特殊情境的需要把“计划的课程”变为“修改的课程”是成功的课程实施的基本要求。课程创生取向把课程实施视为教师和学生个性发展和成长的过程,是教师和学生共同创造适合其发展需要的经验的过程。

从体育课程实施的价值取向看,忠实取向、相互适应取向和创生取向分别有着各自的特点和适用之处,3种价值取向并不是绝对排斥和对立的关系。忠实取向强调忠实执行新的课程方案和课程标准,注重按部就班;相互适应取向强调课程实施不是单向的传达和接受,而是双向的相互影响与改变,注重体育课程实施与具体课程情境的结合;创生取向强调真实的课程情境,注重教师和学生的主体性和创造性。在深受建构主义课程观影响下的体育课程改革,越来越强调教师和学生体育课程实施过程中的主体参与价值,这无疑是一种进步,但如果就此走向另一个极端,片面否认忠实取向的价值,那势必滑向矫枉过正的误区。事实上,相互适应取向本身并不是十分清晰,带有折衷主义色彩,它在兼有忠实取向和创生取向优点的同时,也不可避免地具有它们的局限性,而课程创生取向带有浓厚的理想主义色彩。因此,忠实取向仍然是我国体育课程实施的主流取向。

忠实取向作为体育课程实施的主流取向,有助于体育课程在“尚文轻武”传统文化与“应试教育”双重夹击之下的贯彻落实,有助于提高体育课程的地位。但不能因此把体育课程变革理解为一种单向度的线性过程,即课程专家在课堂外制定课程变革计划,教师在课堂中实施课程变革计划。在强调忠实取向主流地位的同时,要兼容相互适应取向和课程创生取向的优点,要善于扬长避短,取长补短。

1.3 学校是体育课程实施的基本单位

强调国家是体育课程实施的发起者,强调忠实取向是我国体育课程实施的主流取向,意味着体育课程实施的高起点。不过,无论采取哪一种课程实施策略,也不管采用哪一种价值取向,由于学校在教育中所处的特殊位置,决定了任何一次体育课程改革,都必须经由学校这一环节,体育课程的理想才可能转变为现实。这一点是不以采取的课程实施策略和价值取向为转移的。如果说体育课程改革的起点在国家,那么,体育课程实施的重心无疑在学校。

2 追求实际效果的中观策略

2.1 抓住体育课程的本质目标

体育课程目标是体育课程实施期望达到的预期结果,它是开展计划、实施、评价体育课程实践活动等的重要依据,是衡量体育课程实施效果的重要标准。随着人们对学校体育认识的不断深化,体育课程目标也呈现出多元化的发展趋势,主要包括健康、体质的目标,教育的目标,运动技能的目标,体育文化素养的目标,竞技的目标,休闲娱乐的目标,终身体育的目标,学生个性发展的目标,也有学者提出“生物体育的淡出和人文体育的渐入”。

面对日渐泛化的体育课程目标,越来越多的人开始感到无所适从,因为他们不明白究竟哪个才是体育课程的核心追求。特别是“三维健康观”的提出和实践,似乎淡化了体育课程“强身健体”的本质功能。实际上,促进学生的体能发展,才是社会发展对体育课程的时代诉求。不要动辄以“生物体育观”来否定体能发展的重要性,否则就会陷入舍本逐末的误区。从中观层面来看,体育课程的实施应该牢牢抓住“强身健体”这一本质目标。

强调体育课程目标要高度关注学生身体健康的发展,并不意味着要淡化运动技能的教学和漠视学生的情感体验。身体健康水平的提高与运动技能的学习和掌握及体育兴趣和能力的培养是一种相辅相成、相互促进的关系。体育课程目标的制定应该重点突出、主次分明,体育课程实施应该力求做到“汗、会、乐”。“汗”即强调体育课程实施活动必须具有一定的运动负荷,有利于促进学生的身体健康;“会”即强调要促进学生运动技能的掌握和体育文化素养的提升及终身体育能力的培养;“乐”即要做到寓教于乐,使学生充分体验体育课程的乐趣,进而培养学生的体育兴趣。

2.2 体育课教学要讲究实际效果

在新课程的实验中有人提出,传统的体育教学方法重视教师的教,忽视学生的情感体验,最终导致许多学生不喜欢体育课。因此,体育教师要注重激发学生的体育学习兴趣,使学生在有趣的气氛中和愉快的体验中获得更多的知识和技能,指导学生进行有效的学习。只有这样,体育教学才能取得最大的效益^[4]。于是,变革传统的接受式学习,倡导“自主、合作、探究”的学习方式,实现学习方式的多样化,成了体育新课程实施中的一大特色。

然而,任何学习方式的运用都不是毫无限制的,再好的学习方式也不能滥用。例如,自主学习在活跃教学气氛,激发学生的学习兴趣,帮助学生体验教材

的乐趣等方面有其特殊的作用。但是,就是这种好方法如果使用无度,整堂课甚至整个学期都让学生自主学习,就可能淡化教师的主导作用,降低教学的效率。再有,如果过度使用探究学习,就可能使教学效率大打折扣,甚至可能把体育课上成了科研课。此外,自主学习、探究学习、合作学习在促进学生的体能发展和技能掌握方面的作用并不十分明显,这也是体育课教学需要正视的问题。美国课程论学者加里·D·鲍里奇^[5]曾经指出,正像木匠、电工和水暖工必须为特定的任务选择合适的工具一样,教师必须为某一学习结果选择合适的教学策略。只有充分认识各种学习方式的利弊,根据教学目标、教材特点等合理选用学习方式,才能扬长避短,才能真正提高教学效果。

要想提高体育课教学的实际效果,不仅要注意体育教学方式的实效性,更要强调体育课的运动负荷和练习密度。体育课的运动负荷和练习密度是实现体育课程目标的重要因素,是促进学生体能发展和技能提高的必要保证。因此,体育教师从事体育课教学必须重视运动负荷。课前,在了解学生与钻研教材、教法的基础上,认真设计课的练习密度和练习强度。课中,对学生承受运动负荷的情况,应随时作出正确的判断,并根据教学的实际情况,及时加以调整,以保证教学的顺利进行和学生的身体安全。但是,不能把体育课的运动负荷设计与实施绝对化、机械化。重视和合理安排体育课的运动负荷,是为学生更加有效地学习和掌握运动技能与锻炼身体服务的^[6]。

2.3 重视课外体育活动的重要作用

体育课教学与课外体育活动是体育课程实施的两条主要途径,这两条途径相辅相成。对于体育课程的有效实施来说,体育课固然重要,但课外体育活动也必不可少。不能狭隘地把体育课程改革理解为体育课的改革,因为仅仅通过每周2~3节体育课很难实现体育课程目标。

关于中小学生学习体育活动的的时间和负荷,英国规定儿童和青少年每天要有60 min中等强度的体育活动;美国建议儿童和青少年每天要有30 min中等强度的体育活动,另外每周至少3次,每次至少20 min的较大强度的体育活动;加拿大则主张儿童和青少年每天要有60 min中等强度、30 min较大强度的体育活动;台湾教育部门制定的体适能333计划则规定学生每周3次,每次30 min,心率达到130次的运动负荷。只有扎扎实实抓好课外体育活动工作,教育部倡导的“每天锻炼1小时,健康工作50年,幸福生活一辈子”才有可能得到落实。总之,课外体育活动是体育课程实施途径的必要补充,也是实现体育课程目标不可或缺

的重要途径，必须采取有效措施保证课外体育活动时间的落实。

3 注重课程情境差异的微观策略

3.1 充分考虑具体的课程情境，课程目标要切实可行

从自上而下策略和忠实取向来看，体育课程实施的过程似乎是一个简单的、忠实执行的过程。实则不然，体育课程的实施是一个需要发挥体育教师课程智慧的创造过程，是一种创造性活动。体育课程在学校这一微观层面的落实，以及体育课程目标的制定和课程内容的选用，都必须充分考虑具体的课程情境。

2005年全国学生体质与健康调研结果显示，我国学生健康状况还存在着许多不容忽视的问题，特别是耐力、速度、爆发力、力量素质呈进一步下降趋势……针对这一状况，有学者分析认为，造成学生体育锻炼不足的主要原因是受到了现阶段社会发展的客观制约，即随着现代化进程的加快，人们出行坐汽车、上楼乘电梯、工作自动化、家务社会化、生活电器化等诸如此类的情况，使身体活动机会大大减少。这一分析恐怕更适合城市学生，因为绝大多数农村学生上学无需坐汽车，上楼也无需乘电梯，家务更是无法社会化。事实上，城市学生与农村学生不仅在体能方面存在着较大的差异，对体育运动项目的兴趣爱好也可能迥然不同，在心理品质和社会适应能力方面也差异明显。因此，作为体育课程实施基本单位的学校在制定体育课程目标时必须综合考虑本地、本学校在经济、文化、气候、地理环境、生活方式等方面的具体情况，尽量做到有的放矢，切实可行。

3.2 全面分析课程资源，合理制定实施方案

课程资源，特别是课程实施的条件资源，如人力、物力和财力，时间、场地、媒介、设备、设施和环境，以及人们对于课程的认识状况等因素，对于体育课程实施具有重要的意义，它们在很大程度上决定着体育课程实施的范围和水平。因此，作为体育课程实施基本单位的学校，必须全面分析自身课程资源的基本情况，正确评估课程资源的优势和缺陷，才能制定切实可行的实施方案。

例如，地处经济发达地区、办学条件一流的深圳某重点高级中学，不仅篮球、足球、排球、羽毛球、乒乓球、健美操等“传统”体育项目成了学生们选项学习的内容，而且轮滑、街舞等新兴体育项目也进入了课堂，甚至那些平时只能在电视上见到的网球、棒球、橄榄球等西方主流体育项目也成为了可供学生们学习的课程内容。对于一所山区学校来说，这些绝对是可望而不可及的事情。然而，是不是山区学校也要

“东施效颦”或者自叹弗如？恰恰相反，山区学校有山区学校的困难，但山区学校也有自身的优势。某山区小学结合自身特点进行的体育课程资源和校本体育课程开发方面的经验就值得学习和借鉴。他们利用学校周围独特的地理环境，让孩子们置身于山林、置身于田野、置身于广袤无垠的大自然中，使学生们对本山区矿产资源的丰富以及开发殆尽的现状有了耳濡目染的直接感受；对环境的维护意识有了常识课堂里难以言传的体验；对上下山时同伴之间下意识的互相帮助有了思想品德课堂里难以企及的实践效应^[7]。

3.3 注重课程情境差异，关注学校层面的实施过程

从学校操作层面上来看，一个体育课程实施的完整过程包括这样3个阶段：理解与内化阶段、酝酿与准备阶段和运作与体验阶段。

(1)理解与内化阶段。无论是体育课程标准，还是体育课程方案和体育教科书，都需要体育教师去理解、去体认、去再造、去落实。虽然新课程强调课程决策者、课程计划制定者及课程实施者之间的相互理解和对话，但进入操作层面的理解，在很大程度上是指体育教师对体育课程改革的精神、体育课程标准的理念及体育课程计划制定者的意图的理解。体育教师对新课程的正确理解，是体育课程成功实施的前提条件。

体育教师作为联系学生与体育课程的桥梁，是体育课程实施的重要主体，是体育课程新理念能否成功实施的关键因素。无论体育课程改革的思想多么先进、计划多么周详，如果没有被体育教师很好地理解并推行下去，体育课程改革效果很可能事倍功半甚至无功而返。新课程的理念和实施方式，并不是体育教师在传统的体育教学中所熟悉和经常运用的，需要体育教师的重新学习、理解和内化。

(2)酝酿与准备阶段。经过理解和内化的课程理念要外化课程行为，要进入到教师运作和学生体验的阶段，还必须经过酝酿与准备这一中间环节。酝酿主要是指对具体的体育课程实践工作进行思考与协商，思考主要是教师的个体行为，而协商则是集思广益的集体行为。

体育课程实施的准备工作主要包括学校课程方案和体育教学工作计划的制订。学校在执行国家课程和地方课程的同时，应视当地社会、经济发展的具体情况，结合本校的传统和优势以及学生的兴趣和需要，开发或选用适合本校的课程。需要指出的是，新课程的实施方案和教学计划与传统意义上的体育教学工作计划，无论是形式上还是内容上都存在很大的区别。新课程强调课程方案与教学计划的制订要树立

明确的目标意识,要根据学习目标的达成作为主线来安排教学,而不是以教学内容的系统性来设计教学方案。

(3)运作与体验阶段。教师运作的课程与学生体验的课程,既相互区别,又相辅相成。从体育课程实施的过程看,无论是以专家为主体设计开发的国家课程和地方课程,还是学校自行开发的校本课程,都必须经过教师的理解和运作才能转化为学生体验的课程。日本课程学者佐藤学教授^[8]认为:无论是作为“公共框架”的课程,还是作为学校“教育计划”的课程,在课堂情境中只能靠“教师的课程”——被每一个教师的意图、解释、构想、设计所演绎的课程——来发挥其现实的功能。

教师的运作与学生的体验是高度统一的,这种统一的实质是交往与互动。交往与互动意味着教师角色的转换:教师由教学中的主角转向“平等中的首席”,从传统的体育知识与运动技能的传授者转向学生身心健康发展的促进者。当体育课程由高度统一走向民主共建,由封闭走向开放,由专家走向教师,由学科走向学生的时候,体育课程就不再只是“文本课程”,而是教师脚踏实地运作的课程,是学生实实在在体验到的课程。

4 结论与建议

(1)坚持自上而下策略和忠实取向的主流地位。

体育课程实施应该坚持自上而下策略和忠实取向的主流地位,因为这样有利于保证体育课程的真正落实。不能把体育课程实施理解为按图索骥式的单向度线性过程,在强调忠实执行国家体育课程计划的同时,各地、各学校也应发挥各自的主观能动性,因为学校是体育课程实施的基本单位。自下而上策略和自中而上策略是体育课程实施的有益补充,而相互适应取向与课程创生取向也有着各自的适用范围,尤其是对于校本体育课程的开发。

(2)体育课与课外体育活动都应关注学生的体能发展。

无论体育课程的目标泛化为多少个,其本质目标始终只有一个,那就是“强身健体”。体育课程实施应避免重形式而轻实效的现象,体育教学方式的选用

要充分考虑各种体育教学方式的特点和作用,服务于实现促进学生体能发展和技能提高的需要。无论是体育课还是课外体育活动,都应该强调“汗”、“会”、“乐”。要切实提高体育课程实施的实际效果,就必须保障课外体育活动的的时间,发挥课外体育活动的重要作用。

(3)体育课程在学校的运作要关注具体的课程情境。

体育课程在学校这一微观层面的具体运作,无论是课程目标的确定还是课程内容的选用及课程实施方案的制定,都要关注各地区、各学校在课程情境方面的差异。体育课程在学校的具体运作主要包括理解与内化、酝酿与准备及运作与体验3个阶段。体育教师要正确理解国家体育课程改革的精神和基本理念,发挥相关人员的集体智慧,精心设计本校体育课程的实施计划,使体育课程实施的过程成为学生体能发展与技能提高的过程。

参考文献:

- [1] McNeil J D. Curriculum: a comprehensive introduction[S]. 5ed. New York: Harper Collins College, 1996.
- [2] 马云鹏, 唐丽芳. 课程实施策略的选择——课程改革中一个不可忽视的问题[J]. 比较教育研究, 2002(1): 16-20.
- [3] 张华. 课程与教学论[M]. 上海: 上海教育出版社, 2000: 335-347.
- [4] 季浏. 体育(与健康)课程标准(实验稿)解读[M]. 武汉: 湖北教育出版社, 2002: 138.
- [5] 加里·D·鲍里奇[美]. 有效教学方法[M]. 易东平译. 南京: 江苏科学出版社, 2002.
- [6] 毛振明, 赖天德. 如何看待体育课的运动负荷[J]. 中国学校体育, 2006(11): 28-31.
- [7] 杨正刚. 大自然, 我们共同的乐园——獐山小学校本课程开发及体验[J]. 中国学校体育, 2006(4): 29-33.
- [8] 佐藤学[日]. 课程与教师[M]. 北京: 教育科学出版社, 2003: 212-213.

[编辑: 李寿荣]