

·学校体育·

## 体育与健康课程实施的发展策略

张细谦<sup>1</sup>, 杨文轩<sup>2</sup>

(1.广东第二师范学院 体育系, 广东 广州 510303; 2.华南师范大学 体育科学学院, 广东 广州 510006)

**摘 要:** 课程实施是体育与健康课程理想得以实现、课程价值赖以生成的重要途径, 是达成体育与健康课程愿景的战略通衢。为了切实提升体育与健康课程改革由课程愿景转变为课程现实的科学性和实效性, 必须强化如下策略: 体现中国特色, 创新体育与健康课程实施的运行机制; 树立新观念, 真正发挥课堂教学的主渠道作用; 注重实效, 大力推广大课间体育活动; 重视条件建设, 提供强有力的课程资源保障; 科研引路, 充分发挥课程研究的牵引作用。

**关 键 词:** 学校体育; 体育与健康课程; 课程实施

**中图分类号:** G807 **文献标识码:** A **文章编号:** 1006-7116(2012)01-0074-04

### Development strategies for physical education and health curriculum implementation

ZHANG Xi-qian<sup>1</sup>, YANG Wen-xuan<sup>2</sup>

(1.Department of Physical Education, Guangdong University of Education, Guangzhou 510303, China;

2.School of Physical Education, South China Normal University, Guangzhou 510006, China)

**Abstract:** Curriculum implementation is an important way for physical education and health curriculum ideals to come true and for curriculum values to be generated, a strategic gateway to realize physical education and health curriculum visions. In order to practically enhance the science and effectiveness of physical education curriculum reform in the transition from curriculum visions to curriculum realities, the following strategies must be intensified: embody Chinese features; innovate the running mechanism of physical education and health curriculum implementation; establish new conceptions; truly exert the main channel functions of classroom teaching; be pragmatic; widely popularize class break sports activities; value condition construction; provide powerful curriculum resource assurance; as guided by scientific researches, fully exert the dragging function of curriculum researches.

**Key words:** school physical education; physical education and health curriculum; curriculum implementation

体育与健康课程实施是将体育与健康课程标准、课程计划等“文本课程”付诸实践的动态过程, 是体育与健康课程理想得以实现、课程价值赖以生成的重要途径。没有较为完善的课程标准和课程计划, 课程实施将迷失方向甚至误入歧途; 反之, 没有行之有效的课程实施, 再先进的课程标准也只能是纸上谈兵; 而离开了课程实施的研究和指导, 又容易导致实践者的迷惑。因此, 积极探索课程实施的发展策略, 对于切实推进体育与健康课程改革具有重要的理论价值和现实意义。

### 1 课程实施是达成体育与健康课程愿景的战略通衢

一场完整的课程改革, 必定包括课程设计、课程实施和课程评价 3 个环节, 缺一不可。课程设计是课程改革的起始环节, 是指课程研制者根据国家意愿精心编制尽可能完善的、理想的课程改革方案, 它包括课程标准的研制、教科书的编写及地方课程方案的制订等内容。课程方案设计好以后就应该进入到课程实施环节, 现代课程理论研究认为, 课程实施是一个理解的过程, 一个运作的过程, 一个对话的过程和一个

收稿日期: 2011-10-11

基金项目: 全国教育科学规划国家级课题“体育与健康课程实施模式的研究”(BLA100102)。

作者简介: 张细谦(1969-), 男, 教授, 博士, 研究方向: 体育教育学。

意义生成的过程<sup>[1]</sup>。课程评价是指对课程设计方案、课程实施的过程和结果进行评估和判别。

从课程设计与课程实施的关系来看，两者是理想与现实、预期结果与实现结果的过程之间的关系。课程计划制定得越完善，就越便于实施，实施的效果也就越好，但课程计划制定得再好，若不付诸实施，也不会有实际意义。20世纪是教育课程改革的100年，世界各国发动了多次重大的课程改革。但是，真正对学校教育实践产生影响的并不多。金斯伯格(Ginsberg)和温贝克(Wimpelberg)曾对美国1893~1983年90年间的国家教育改革文件和课程改革实践进行了分析，结果发现，这些改革文件提出的教育改革建议最终对学校课程实践并没有产生有效影响，学校没有采纳或没有付诸实施<sup>[2]</sup>。如果经过精心设计的课程改革方案并没有对学校教育实践产生影响，或者根本就没有被付诸实践，这就决定了课程改革很难获得成功。

《体育与健康课程标准》集中反映了社会发展对青少年健康成长的课程愿景，引领着体育与健康课程的价值取向，构建着理想的体育与健康课程方案。不过，只有充分发挥课程实施这一战略通衢的作用，当教师在体育与健康课程实践中真正执行和实施了体育与健康课程标准，新课程的理想和目标才可能转化为学校“知觉的课程”、教师“运作的课程”和学生“体验的课程”，体育与健康课程才可能真正实现其促进学生健康成长的美好愿景。

## 2 体育与健康课程实施的发展策略

### 2.1 体现中国特色，创新体育与健康课程实施的运行机制

#### 1) 美国课程实施策略研究成果的启示。

国内外关于课程实施策略的研究成果并不多见，其中比较具有代表性的是美国学者钦与本恩(R. Chin & K.D. Benne)和麦克尼尔(J.D. McNeil)的研究成果。钦与本恩(R. Chin & K.D. Benne)<sup>[3]</sup>认为课程实施策略有以下3种基本类型：实证-理性策略(empirical-rational strategies)、权力-强制策略(power-coercive strategies)、规范-再教育策略(normative-reeducative strategies)。麦克尼尔(J.D. McNeil)<sup>[4]</sup>归纳的3种课程实施策略是，自上而下策略(Top-Down Strategies)、自下而上策略(Bottom-Up Strategies)和自中而上策略(Middle-Up Strategies)。钦和本恩的观点更侧重于从整体上探讨课程实施的策略，而麦克尼尔则考虑到课程改革可能由不同层面的(如国家的、地方的、学校的、教室的)教育机构发起，他的主张更贴近具体的教育情境。

#### 2) 构建切实有效的体育与健康课程实施运行机制。

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，即体育与健康课程实施就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至下的策略。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。不过，虽然自上而下策略似乎更适合我国体育课程的实施，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。在开发校本课程的过程中，要调动学校、教师、学生的积极参与，采取自下而上或自中间向上的策略显然更为恰当。也就是说，在具体的课程实施过程中，究竟选择哪一种运行机制，并无固定的模式。课程情境与实施策略之间并不存在必然的对应关系。在体育与健康课程的实施中，综合采取多种策略，利用各种实施策略之间的取长补短来实施变革，往往能取得更好的效果。

### 2.2 树立新观念，真正发挥课堂教学的主渠道作用

#### 1) 健康发展的价值观。

我国青少年学生体质健康水平持续下降，已经引起了党和国家的高度重视。虽然不能片面地把学生体质健康水平下降归因于体育课堂教学，但作为体育与健康课程实施的主渠道，课堂教学理应树立促进学生健康发展的价值观。在这种观念下，教师要从有助于学生体质健康的角度出发，在设计体育与健康课堂教学时务必重视运动负荷的合理安排，保证学生从事运动练习的时间，避免课堂教学游戏化、形式化的现象。尤其要把握好“练习”与“锻炼”的关系，“练习”的目的在于运动技能的提高，而“锻炼”的目的显然是体质健康，单纯地为“练”而“练”，对促进学生体能发展可能收效甚微，而单纯为“炼”而“炼”，又会降低课堂教学的趣味性，因此，要处理好两者的关系。

#### 2) 技能引领的效能观。

体育学科与其它学科一样具有自身的知识体系，其外在的表现形式就是运动技能的体系。运动技能的学习和练习，是达成体育与健康课程目标的重要途径，也是传承体育文化的主渠道。根据有效教学的理论，哈罗(Harrow, 1972)把运动技能从低级到高级分为模仿、控制、精确、连接、自动化5个水平，每个水平都有不同的特征<sup>[5]</sup>。学生掌握运动技能的水平越高，其体育学习的积极性也越高，养成终身体育习惯的可能性也更高。因此，运动技能的学习和掌握程度，理应是评估体育与健康课堂教学效能的一个重要指标。

#### 3) 交往互动的过程观。

教学过程是一个师生交往、积极互动、共同发展的过程。在体育与健康课堂教学过程中,要最优化地发挥教与学的基本功能,既要把以学生为主体作为实施课堂教学的基本点,又要使教师主导成为实现学生主体地位的根本保障。由此引导学生积极主动地学习,使体育教学过程成为学生在体育教师引导下主动的、富有个性化的认知过程。需要强调的是,师生交往和积极互动的目的,是要充分发挥体育教师的专业技能,在教师的精心指导下,促进学生的有效学习。

#### 4)激励进步的评价观。

评价的最终目的在于促进学生的主动发展、教师的专业成长及课程建设的不断完善,而不是单纯地进行优劣高低的区分。概括起来讲,发展性评价的功能主要包括反馈调节功能、展示激励功能、反思总结功能、记录成长功能及积极导向功能等。《基础教育课程改革纲要(试行)》明确指出:“改变课程评价过于强调甄别与选拔的功能,发挥评价促进学生发展、教师提高和改进教学实践的功能。”这给体育与健康课堂教学评价指明了方向,那就是要更好地发挥评价的诊断、导向、激励、教育的作用,促进学生和教师共同发展。在注重教学评价科学性的同时,也要注重评价的多元化和可操作性。

### 2.3 注重实效,大力推广大课间体育活动

#### 1)课堂教学与课外体育相得益彰。

从体育与健康课程的内在涵义来看,体育与健康课程并不仅仅是指体育课或体育教学,体育与健康课程内在地包涵着课外体育活动。如果说体育与健康课堂教学主要以学科课程的形式开展教学活动的话,那么,大课间体育活动更多地属于活动类课程。学科类课程与活动类课程正如体育与健康课程的车之双轮,鸟之双翼,相辅相成,相得益彰,不可偏废。大力推广大课间体育活动,确实是落实教育部《关于落实保证中小学生每天体育活动时间的意见》的一项新招、实招、硬招和高招。

从切实提高青少年学生体质健康水平的角度看,要有效地发展学生的体能,促进学生终身体育习惯和健康生活方式的养成,足够的运动时间是必不可少的前提条件。这一条件单纯依靠课堂教学是无法达到的,必须借力于课外体育活动。

#### 2)大课间体育活动具有独特的体育教育价值。

大课间体育活动改变过去那种一成不变、单调枯燥的课间操形式,在时间上,由原来的15 min延长到25~30 min;在功能上,由调节心智功能拓展为健身和育人功能;在内容上,充实学校的自编操、武术操及各种小型多样的体育活动与体育游戏;在参与形式上,

由原来的“教者发令,学者强应”改变为全体师生共同参与。大课间体育活动具有较强的综合效益,既有利于发展学生的体能素质,又有利于学生运动兴趣的激发和运动技能的提高,促进终身体育习惯的养成,还有利于良好心理品质及社会交往能力的培养。不仅如此,在师生共同参与的情况下,不仅有助于师生之间的沟通与交往,有助于新型师生关系的建立,而且有助于提高其他学科教师的健康水平,从而有助于提高学校的教育教学质量。

#### 3)大课间体育活动内容 and 形式要因校制宜。

自教育部1999年推广大课间体育活动以来,大课间体育活动的积极作用日渐得到了认同,广大城乡学校开展了积极的尝试,积累了许多有益的经验。例如,在活动内容上,要以校本活动为主,形成各校自身的特色,把民间和民族传统的体育项目纳入大课间活动内容,如小组合的武术操、秧歌操、健身操、竹竿舞、滚铁环、打螺陀、玲珑球、跳龙舞等,同时,也可将中小学生喜闻乐见的一些新兴体育项目,如街舞、滑旱冰等纳入大课间活动内容;在运动负荷上,应以适宜的温和型的中小负荷为主,这既有利于提高学生体能水平,又不影响学生下一节文化课的学习。

### 2.4 重视条件建设,提供强有力的课程资源保障

#### 1)优化体育教师的培训工作。

教师是决定体育与健康课程能否有效实施的关键因素之一。国内外课程改革的经验教训告诉我们,课程的有效实施依赖于多种因素,从世界各国课程改革与发展的情况来看,制约课程有效实施的障碍主要包括:教学材料的不充分,班级规模过大,教学语言问题,陈旧过时的教学材料,教师的质量和水平问题,教师的数量问题,教师的知识、技能和态度问题,教师和校长的表现,等等<sup>[6]</sup>。不难看出,教师队伍的素质是决定课程能否有效实施的重要因素。

中小学体育教师的继续教育是一项意义重大的系统工程。《国家中长期教育改革和发展规划纲要(2010-2020年)》指出,“加快发展继续教育……更新继续教育观念,加大投入力度,以加强人力资源能力建设为核心,大力发展非学历继续教育。”因此,当前的问题并不是要不要开展体育教师的培训工作,而是如何切实搞好培训工作。从体育与健康课程实施的角度出发,体育教师的继续教育要服务于课程改革的需要,致力于促进体育教师及时转变观念,提升他们课程实施的能力;加强学历教育与继续教育的联系,推进体育教师教育一体化进程;更新培训观念,变革继续教育的培训范式;多途并举,重视校本培训,优化继续教育的培训途径<sup>[7]</sup>。

## 2) 加速体育物质条件的建设。

莫让“硬件”变“硬伤”，加强体育与健康课程场馆设施等物质条件的建设，越来越成为人们的共识。体育场地、器材、设备是体育与健康课程有效实施的物质基础，是中小学生学习身体锻炼的物质保障。优美宜人的体育场地、器材、设备对激发中小学生的运动兴趣、有效地进行体育活动将会起到事半功倍的作用，对中小学生在运动参与、运动技能、身体健康、心理健康和社会适应等方面的全面发展有着不容忽视的重要作用。不断改善中小学体育场地、器材、设备等物质环境，加强体育与健康课程实施的硬件建设，对促进中小学生学习体育锻炼的积极性，使其心情愉快地掌握运动技能，无论对体育与健康课程目标的实现，还是对学生终身体育意识和能力的培养，都具有非常重要的现实意义。

## 2.5 科研引路，充分发挥课程研究的牵引作用

### 1) 理论研究与课程实践相脱节的现象亟需改变。

在我国以往的体育与健康课程实施研究中，普遍存在单一地运用文献资料研究的现象，在一堆故纸里寻求体育与健康课程实施的理想答案。其结果是，书斋中描绘的美好前景与策略，由于脱离课程实践，致使理论研究的成果犹如静态的符号，缺乏应有的生命力。理论来源于实践，实践是认识的基础，脱离实践的闭门造车式的研究成果缺乏应有的生命力。而对体育与健康课程实施中的经验与教训进行简单归纳，缺少理性透视，则是一种狭隘的实践观，难以避免地带有先天不足的片面性、肤浅性和零散性特征。体育与健康课程实施研究，既要避免理论至上的误区，也要避免经验主义的倾向。

### 2) 关注课程情境，加强课程实施研究的指导性。

体育与健康课程实施过程中一个不容忽视的因素是课程情境。我国地域辽阔，各地经济、教育、文化、体育等差异巨大，致使体育与健康课程情境极为复杂多样。只有从学生的主体需要、社会发展的现实状况及具体的课程情境出发，科学地调适好影响课程实施的诸因素，才能推动体育与健康课程的有效实施。只有加强体育与健康课程实施的研究，以课程实施的实践情境为基础，提高课程实施研究的针对性和指导性，才能进一步促进体育教师与体育与健康课程设计者的相互理解和相互对话，最终达到共同的体认和理解，进而促进新课程方案的切实推广。

### 3) 学理与学用相结合，注重行动研究和校本研究。

“学理”即学科的理论，“学用”即学科的应用，只有把“学理”研究和“学用”研究结合起来，才能更好地发挥科学研究对课程实施的牵引作用。从当前

教育科学研究的发展趋势和体育与健康课程实施的实践需要来看，应当特别关注行动研究和校本研究。行动研究的研究主体本身就是课程实践活动的实施者，由于身居实践第一线，其研究活动必然更加贴近具体的课程情境。学校是体育与健康课程实施的基本单位，因此，校本研究不仅是实施和研究新课程的重要途径，也是提高体育教师专业发展水平的重要手段。

国内外课程研究者普遍认同，要想成功地推进课程改革，就必须深入研究课程改革方案的实施过程，以对方案进行及时的调整、修订和完善，进而有效地指导课程实践。当前正在进行的基础教育体育与健康课程改革，体现了一种新的教育理念和新的体育课程价值观，具有浓厚的时代特色。期待新课程尽善尽美、无可挑剔显然是不现实的。事实上，课程改革和课程代价往往同步而生，课程改革及其深化的过程恰恰是一个要付出合理代价的过程，若将课程改革视为单纯的直线上升过程，势必陷入盲目的乐观主义；若改革遇到失误、挫折，就一味地指责和痛骂，甚至完全否认课程改革，也不符合改革的精神。因此，系统、深入开展体育与健康课程实施发展策略的研究，不仅有助于将体育与健康课程改革的代价降低到最小程度，而且将在更大意义上提升体育与健康课程改革由课程愿景转变为课程现实的科学性和实效性。

## 参考文献：

- [1] 吉标, 吴霞. 课程实施: 理解、对话与意义建构[J]. 西南师范大学学报: 人文社会科学版, 2005(1): 85-88.
- [2] Willie C V, Miller I. Social goals and educational reform: american schools in the twentieth century[M]. Greenwood Press, 1988: 64.
- [3] Chin R, Benne K D. General strategies for effecting change in human systems[C]//Bennis W G, Benne K D, Chin R. (4 ed.). The Planning of Change. MewYork: Holt, Rinehart and Winston, 1985: 22-45.
- [4] McNeil J D. Curriculum: a comprehensive introduction[M]. (5 ed.). NewYork: Harper Collins College, 1996.
- [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: 88-90.
- [6] 钟启泉, 张华. 世界课程改革趋势研究[M]. 北京: 北京师范大学出版社, 2001: 37-38.
- [7] 张细谦. 体育课程实施研究[D]. 广州: 华南师范大学, 2007: 77-93.