

多维目标单元教学设计和实施

——以篮球体前变向换手运球为例

潘建芬

(北京教育学院 体育与艺术教育学院, 北京 100009)

摘 要: 为理解多维目标单元教学设计和实施, 以篮球体前变向换手运球单元教学为例进行分析。研究表明: 体育课程使命赋予多维目标单元教学的可能性, 多维目标单元教学符合运动习得规律, 能够把学生作为一个有健全人格的完整之人来培养; 常态篮球课教学缺乏技术之上的目标设计, 缺乏对学生的关照, 主要体现为缺乏篮球教学设计的多维行动目标; 篮球体前变向换手运球蕴含“认知-技能-品德”的多维目标, 要有重点、有机兼顾、螺旋式上升地设计进阶目标; 依据组合技术要领、体育中考需要和基本技术, 进行篮球体前变向换手运球单元教学重难点目标确定及进阶安排。

关键词: 体育教学; 多维目标单元; 教学设计与实施; 篮球体前变向换手运球
中图分类号: G841 **文献标志码:** A **文章编号:** 1006-7116(2019)03-0115-06

Multi-objective unit teaching design and implementation ——Taking forward hand-changing basketball dribbling for example

PAN Jian-fen

(School of Physical Education and Art, Beijing Institute of Education, Beijing 100009, China)

Abstract: In order to understand multi-objective unit design and implementation, the author conducted an analysis by taking forward hand-changing basketball dribbling unit teaching for example. The research shows the followings: the mission of physical education curriculum gives the possibility of multi-objective unit teaching, multi-objective unit teaching is in conformity with sport learning laws, can cultivate a student as a complete person with sound personality; normal basketball class teaching lacks above-technique objective design, and the care for the students, mainly showing the lack of multi-action objectives of basketball teaching design; forward hand-changing basketball dribbling contains such multi-objectives as “cognition - skills - morals”, advanced objectives should be designed in a key objectives considered, other objectives organically considered, spirally advancing fashion; determine key and difficult objectives of forward hand-changing basketball dribbling unit teaching and make advancing arrangements according to combo technical essentials, entrance physical education examination needs and basic techniques.

Key words: physical education teaching; multi-objective unit teaching; teaching design and implementation; forward hand-changing basketball dribbling

目标单元教学是构建体育课程体系, 创新体育活动内容、方式和载体的基本单位, 也是课程设计的基本单位。从体育教学实践问题来看, 进行目标单元教学设计和实施非常必要, 否则学科的课程目标容易在教学过程中迷失。从教材分析、教材统合性、教学实

施形态、教学综合理解来看, 体育课程有着不同类型的目标单元教学, 而多维目标单元则是基于教材特性、单元需求和目标统整构建的目标单元教学类型之一。以篮球体前变向换手运球单元教学的设计与实施为例, 有助于清晰多维目标单元教学设计和实施的样态,

理解多维目标单元教学在体育课程设计和实施中的价值,为体育课程设计提供思维指导,为体育课程实现多维目标提供研究范式,为体育学科教学转向体育学科教育提供实践路径。

1 体育学科多维目标单元教学的提出

1.1 体育课程使命与多维目标单元教学

无论是体育课使命、学校体育三位一体目标,还是体育学科核心素养的提出,都赋予体育课程多维目标的可能性。可见,多维目标单元教学的提出是基于课程使命、工作目标和核心素养的多维视角。

1) 体育课程的三维使命责任。

体育最初的目的是促进广大青年爱国并强壮身体、文明精神,当前依然是促进广大青年爱国并强壮野蛮身体、文明精神,此外又加入了“使终生享受体育文化并依靠这个过程能幸福生活一辈子”的现代社

会目的。可见,无论社会如何变化,体育课程不变的目的就是“锻炼青少年身体”和“学习用于健身和娱乐的运动技能”,还有“利用体育教材特性优化青少年品行”^[1]。体育教学就是“通过有相当负荷量的身体练习帮助学生锻炼身体,学习运动技能和接受品行教育”,那么单元则是落实课程三维使命责任的有效载体。

2) 学校体育的三位一体目标。

2013年教育部列出7项国家重点扶持体育项目,同时作为大校园教育运动项目大力发展,试图依托田径、游泳、体操、足球、篮球、排球和武术7个体育项目,实现学校体育提高学生体质健康水平、提高学生运动技能、培养学生健全人格的三位一体目标,加快体育教育改革步伐^[2]。2016年《国务院办公厅关于强化学校体育促进学生身心健康全面发展的意见》的工作目标提出:学生体育锻炼习惯基本养成,运动技能和体质健康水平明显提升,规则意识、合作精神和意志品质显著增强^[3]。要大力发展这些基础大项、团队项目或国粹项目,强化学校体育促进学生身心健康全面发展,没有课程内容的科学安排、没有专项运动学练的系统连贯、没有目标单元教学的整体构建,将难以达成其三位一体目标和大校园教育运动项目实现。

3) 体育学科的三维核心素养。

根据国际体育课程的发展趋势、中国学生核心素养发展和体育学科特点,2016年高中体育与健康课程标准研制修订组认为,运动能力、健康行为、体育品德是体育学科的核心素养^[4]。体育课程的实施,旨在促进学生运动能力、健康行为、体育品德3方面学科核心素养的获得和全面发展,培养学生作为公民未来发展应具备的体育与健康能力和品格,形成乐观开朗、

积极进取、充满活力的人生态度。承载目标单元的体育课程教学,才有可能使学生的核心素养发展有更丰富、更深刻的体验,对“体育”“运动”“身体”“健康”“集体”等形成更全面、更科学的认识。体育学科核心素养特别重视三维目标的整合和提升,尤其是价值引领和非认知因素。

1.2 多维目标单元教学符合运动习得规律

从系统论整体原理和学生运动习得规律以及教学过程的系统和连贯来看,都充分体现了多维目标单元教学的重要性,体现了多维目标设计的必要性。

1) 系统论的整体原理。

亚里士多德曾指出:整体大于各孤立部分的总和,部分的量变会引起整体的质变^[5]。学校体育目标是一个有机整体,体育教学过程是一个有机整体,而体育教学内容也是一个有机整体,运用系统的整体原理编排教材、整体备课、组织教学,可以使每个教材、每个单元的技术点、知识点和渗透点不再零散,而是从全局、全面的视角形成一个“目标链”“知识链”,这个整体就是多维目标单元。可见,多维目标单元教学是把握体育教学系统性、完整性和连贯性的核心,是培养学生全面发展的需要,是用目标单元教学的累积量变促进体育教学整体质变的内容载体。

2) 学生运动技能习得规律。

就体育教学而言,教师多讲解、学生多练习,学生获得感知与领会之后,对篮球技术的积累是比较零散、暂时的,没有系统性,学会的技术没有与实际场景或真实情境联系起来,也不可能形成长久技能。学生运动技能的形成,是一种建立在复杂的、连锁的、本体感受性的条件反射之中,就是肌肉的收缩和放松能够有顺序的、有规律的、有严格的时间间隔,并符合动作所要求的规格,使条件反射系统化^[6]。学生的认识过程活动大致分为感知与领悟、巩固与记忆、运用与交际3个阶段。很明显,常态教学活动和技能学习多是孤立的,忽略了实战与运用。因此,只有基于多维目标开展技能学习,通过技术学习和体能锻炼,再通过战术运用,在教学中有意义地与学生自身经验或篮球运动实际运用结合起来,才能形成技能的迁移内化和自动化习得。

1.3 多维目标单元教学把学生作为一个有健全人格的完整之人来培养

从学生发展的角度来看,多维目标确定的意义是将学生作为一个完整有机的人来理解,而多维目标单元教学设计是客观外在于学生的发展,符合把学生作为完整之人的培养理念。

1) 体育是完整健全人格的前提。

体育是一门集文化与技术、思想品德与行为规范于一身的学科^⑥。蔡元培先生曾讲过：健全人格，首在体育。清华大学的体育观是育人为本，体魄和人格并重。体育锻炼可以带给学生很多东西，既有身体的健康、强壮，也有意志、坚持和自律等许多精神层面的蜕变，还有思想品格、智力发育和审美素质的养成。体育作为教育的核心载体，体育教学作为学校教育的重要组成部分，单元教学作为体育教学的核心内容，进行多维目标单元教学设计尤为重要且必要。多维目标注重在课程、教学、教育理念和实践上的“完整性”，也就是基于“人”的完整性发展，把学生的成长、进步和发展作为教学核心，并指向人的“健全性”。

2) 多维目标统一于学生的整体发展。

所谓多维目标就是多个维度或角度，从多个角度去达成一个“整体”，并统一于学生的整体发展和素质形成、提升。因为，无论是学生体能、运动技能还是态度信念等，基本上都是同时发生，没有先后之分，是相互联系、相互渗透的整体，是一个完整之人在体育学习活动中实现素养构建的多个方面。体育课程的多维目标单元教学，不仅注重教会学生运动技能、提高学生的体质健康水平，还注重促进学生优良品质的培养和健全人格的发展等多维工作目标，关注体育学习中的人，关注学生的终生发展，努力使学生成为一个有健全人格的完整之人。

可见，无论是三维使命责任、三位一体目标还是三维核心素养，都是相对的多维目标，因为能力本身是多维目标的整合，更因为学生的发展是整体的。目标单元是多元的，目标单元中还有一些诸如学生自我实现的目标、学习能力等目标没有涉及；多维目标也是相对的，有时只是某一维度目标是重点目标和显性目标，而其他目标是辅佐性目标和隐性目标。

2 篮球体前变向换手运球进行多维目标单元教学设计的必要性

2.1 篮球体前变向换手运球的教学常态

篮球体前变向换手运球是篮球项目的一个基本技术，作为体育中考项目篮球运球绕杆的一个核心技术，一般安排在初中阶段开展教学。有的在初一年级安排5次课的单元教学，从熟悉球性的运球开始，过渡到原地单手和双手运球、原地体前变向换手运球，到行进间急停急起、高低结合运球技术；有的在初二年级以3次课为一个单元展开教学，从原地跨步侧身护球的分解动作开始，再到原地跨步侧身护球、原地上一步体前变向换手练习、原地上一步体前变向换手练习，再到行进间运球3~4步用体前变向换手运球绕

过障碍展开教学，每节课安排一个运球传递类小游戏；有的在初三年级安排6次课的单元教学，教学内容依次为单手原地运球、行进间运球、急停急起的行进间运球、左右手交换运球、三步过杆运球、起跑加速和冲刺过杆运球，要求学生达到能够熟练并强化篮球运球技术的目标；还有的在初二年级一节课内，将体前变向换手运球从动作要领口诀、个人原地变向运球、两人原地错肩变向运球配合到行进间绕标志物变向运球，最后进行行进间绕标志物变向运球比赛接力，一节课一气呵成进行完整技术动作学习。

2.2 篮球体前变向换手运球需要多维目标单元教学

从这些典型的常态教学来看，无论是初一、初二还是初三的篮球体前变向换手运球，教学都从原地运球开始，各年级学生的教学起点相近、教学内容相近、教学难度相近；教学都注重技术动作学习，但更多都是单一技术教学，无组合、少配合；技术动作教学一般从分解到完整、从完整到分解，由易到难，无情境、无运用；篮球课都从跑步开始，到一般课课结束，看不到专项热身、专项体能练习；篮球课缺失球类项目特点，没有游戏和比赛，没有规则和战术，缺失氛围和文化。从这些常态篮球课可以看出，篮球课教学重在基本知识、基本技术、基本技能的“三基教学”，对技术的教学非常注重且传授细腻，但没有考虑篮球运动本身的特性，忽略了球类项目的战术，失去了篮球运动的内在魅力，更没有考虑学生的发展需要，忽视学生身体素质的学练，在技术的学练中也难以实现球类项目所能承载的道德意志品质培养。从根本上说，常态篮球课缺乏技术之上的目标设计，缺乏对学生的关照，主要体现为缺乏篮球教学设计的多维行动目标。因为篮球是一种综合性的复杂技术组合体，在中小学校主要包括技术、战术、身体素质和道德意志品质4个部分，这4个组成部分是同样需要且同等重要的。篮球运动具有复杂性和综合性，不同于其他单个体育项目，篮球技术或战术从练习到实战运用是一个双向过程，没有孰先孰后，不是一定要先学好技术或战术才能进行篮球比赛，也不能为了提高兴趣一上来就直接进行比赛，而忽视运动技术或战术的学习。同时，多维目标设计中还要考虑学生“兴趣”，也就是学生对篮球运动高难度挑战的兴趣、社会学发展的兴趣和“合作”“竞争”的集体性等。

3 篮球体前变向换手运球多维目标的具体内涵

3.1 篮球体前变向换手运球中蕴含的多维目标

《义务教育体育与健康课程标准（2011年版）》中就水平四的内容标准，提出了参与体育学习和锻炼、

体验成功与运动乐趣、学习运动知识、基本掌握并运用运动技术和简单战术,在项目练习中提高灵敏性、力量、速度和心肺耐力,积极应对各种困难并果断做出决策、形成合作意识与能力等内容标准^[7]。因此,学习篮球运动相关知识和规则、基本掌握并运用篮球运

动技术和简单战术、在篮球运球突破时提高灵敏性等素质、在篮球比赛中根据场上的形势变化果断做出决策行为等内容标准,是构建篮球体前变向换手运球多维目标的基础,也是“认知-技能-品德”多维目标单元教学的基础(见表 1)^[8]。

表 1 篮球体前变向换手运球蕴含的多维目标

多维目标		目标意义	具体目标内涵点
认知	认知	为了牢固和持久掌握知识并能进行正确判断	知道动作、理解作用、应用比赛、分析难点、评价标准、创造组合
技能	身体技能	为了满足篮球体前变向换手运球对身体的要求而做的身体准备	速度、灵敏、爆发力、快速、平衡、柔韧、耐力、力量
	技术技能	为操作需要完成的任务而移动某人身体的能力	跑、投、传、守、跳、打、滑、截、转
	战术技能	在比赛中为了获得超出对手的优势、在考试中获得理想成绩而做出的决定和行动	阅读情境、知识、自我分析、情境战术、比赛计划、规则、策略、决策技能
品德	心理	为了满足篮球体前变向换手运球对心理的要求而做的心理准备	情绪控制、动机、注意、信心
	沟通	相互间发送和接受语言与非语言信息	语言信息、非语言信息
	品格	清楚价值标准和行动准则,有方向	尊重、值得信赖、责任、公平、关心、合作、公民行为

3.2 篮球体前变向换手运球多维目标的具体内涵

“认知-技能-品德”多维目标单元,能够很好地将篮球体前变向换手运球技术、战术和身体素质的学练融为一体,在过程中有效锻炼了学生的道德意志品质。因为篮球运动是一种综合性的复杂技术组合体,随着学生年龄的增加、知识的逐渐丰富,仅学篮球的一些基本动作是不够的,仅靠简单的游戏动作是不足以满足学生学习需要的,学生需要系统学习知识与技术、有高度组织的正式比赛活动,以满足他们在篮球学习发展过程中的需求。特别是作为球类项目,在中小学体育课教学中需要回归篮球项目本源,充分发挥球类运动的特性,采用多种形式的游戏和教学比赛,多给学生提供参加运动实践的机会,不仅要让学生“学会”,还要让学生“会学”和“会用”,同时解决实践中只注重简单技术学习而忽略知识规则、简单战术、体能练习和在比赛情境中运用的问题,并将发展运动能力练习、技术学习过程和战术综合运用,使学生的道德意志品质在技能学习中得到发展。

3.3 篮球体前变向换手运球的多维目标设计

根据运动技能的形成规律并结合学生的学习特点(包括认知水平和实际情况),在初中 3 个年级有针对性设计多维单元教学目标,也就是同时考虑多维目标,但在某个阶段以某维度目标为主,有重点、有机兼顾、螺旋式上升地设计阶段进阶目标^[9]。

1)通过初一年级的学习,了解“体前变向换手运球”在篮球运动中的意义,知道体前变向换手运球的技术结构和动作要领,发展与篮球相关的身体素质,在绕固定障碍物练习中能够做出正确动作,获得控制

球的自我效能感。初一年级的多维目标设计中技术技能目标是重点,认知和身体技能目标是基础,自我效能目标是方向。

2)通过初二年级的学习,理解体前变向换手运球在篮球比赛中的作用,发展与篮球相关的身体素质,正确判断运用时机,能够在游戏和比赛情境下合理运用,并能在情境中明确角色、做出决策、历练品行。初二年级的多维目标设计中战术技能运用是重点,认知和技术技能目标是基础,情境中的角色决策目标是方向。

3)通过初三年级的学习,针对体育中考篮球考试办法发展与篮球相关的身体素质,熟练掌握持球起动、标志杆之间变向换手、折返处的转身、终点冲刺等几个环节动作技术,在完整绕标志杆练习中能够控制节奏,提高动作的规范性和稳定性,提高心理品质,塑造良好品格。初三年级的多维目标设计中技术技能目标是重点,身体技能和规则意识是基础,战术技能运用是方向。

4 篮球体前变向换手运球多维目标单元教学重难点目标确定及进阶安排

篮球体前变向换手运球多维目标能否达成,关键在于处理好单元教学重点目标的突出和难点目标的突破。过去,教学重难点指的是教材技术环节的重点和学生难以理解掌握的难点,而这里所说的教学重难点是多维目标中的重点目标和难点目标即“教学重难点目标”。

4.1 依据教材分析技术要领,明确技术教学重难点目标

篮球体前变向换手运球是一项实用性很强的篮球基本技术,是个人控制球、支配球、组织战术配合及

突破防守的重要手段,包括身体姿势、手臂动作、球的落点和脚步动作4个技术环节,以及行进间直线运球、高低重心转换运球等多项技术细节。可以说,它是介于学生学习篮球的核心技术和学生在篮球项目特定位置核心技术的组合技术,头部抬起的左右手运球是学生学习的核心技术,急停急起和转身是特定情境位置的核心技术。因此,篮球体前变向换手运球的教学重点目标是“变向时换手和跨步转体的协调配合”,教学难点目标是“在对抗中的合理运用和护球”。

4.2 依据体育中考,分析篮球体前变向换手运球技术的重要性和教学重难点目标

篮球作为学校体育活动中开展得最为广泛、最具代表性、最具影响力的体育中考项目之一,要求学生必须熟练掌握行进间体前变向换手运球技术,以及“20

米篮球运球绕杆折返跑”技术,而体前变向换手运球是体育中考篮球运球绕杆项目的核心技术。因此,从考试视角来看,篮球体前变向换手运球教学重点是控制运球次数、运球节奏和变向换手时机,教学难点是控制身体重心变化和球落地的反弹点。

4.3 依据篮球体前变向换手运球的基本技术,落实单元每一节课的重难点教学目标

教学重点是针对教材内容而言的^[10],不以学习对象不同而改变,解决办法就是要研究教材,将教材重点落实到单元每一节课的内容上进行解决(见表2)。教学难点是针对学生而言的^[10],是学生学习中产生的,也是学生自身能力的目标要求,解决办法就是要研究学生,研究学生在完成教学内容时可能出现的问题或困难(见表2)。

表2 篮球体前变向换手运球教学内容与教学重难点目标

年级	课次	教学内容(核心技术)	教学重点目标	教学难点目标
初一年级	1	原地运球技术	运球手型和按拍球的动作	手腕手指随着球的反弹协调用力
	2	行进间直线运球	按拍球的部位和球的落点	按拍球次数与脚步协调配合
	3	急停急起运球	按拍球动作和脚步动作	快速行进中身体重心的控制
	4	体前变向换手运球	按拍球部位	换手时对球的控制
	5	变向时能做出转体侧身动作	按拍球的落点	变向时脚步动作
	6	慢跑中能采用体前变向运球技术绕过杆	按拍球动作与脚步动作配合	上下肢协调一致
	7	改进体前变向换手运球身体重心过高问题	变向时降低身体重心	变向时的快速性(突然性)
	8	变向突破时做出侧身探肩动作	变向后侧身探肩动作	变向时的攻击性
	9	连续变向绕标志杆测验	体前变向换手运球动作技术	在快速移动中技术的运用
初二年级	10	正确按拍球方法和脚步	按拍球动作和脚步动作	按拍球速度和换手后对球的控制
	11	半场“运抢球”游戏	对球的保护动作	变向的合理时机
	12	冲破“封锁线”游戏	防守姿势和脚步移动	快速移动中身体重心的控制
	13	半场“一对一”练习	变向时与防守的距离	变向换手后的快速推进
	14	半场“一对一”攻防	运球与脚步的结合	变向时转体侧身探肩及对球的保护
	15	“争抢球”游戏	快速移动中动作的运用	对抗中的合理运用和对球的保护
	16	“抢篮板球”游戏	快速移动中动作的运用	对抗中的合理运用和对球的保护
	17	半场“角篮球”比赛	对抗下动作的运用	根据防守做出合理的决策
	18	“一对一”攻防测验	在对抗下体前变向运球运用	动作技术运用的合理性
初三年级	19	原地持球起动和加速运球动作技术	持球姿势和起动作	放球和蹬地加速的配合
	20	复习急停急起运球技术	按拍球的部位	身体重心的控制
	21	行进间体前变向换手运球动作技术	手按拍球的部位	跨步、转体和换手的配合
	22	复习行进间体前变向换手运球动作技术	变向换手后对球的控制	跨步、转体和换手的协调配合
	23	复习和改进行进间体前变向换手运球动作技术	球的反弹高度的控制	身体重心的转移
	24	复习和改进行进间体前变向换手运球动作技术	侧身探肩动作	上下肢的协调配合
	25	改进和提高行进间体前变向换手运球动作技术	球的落点	人与球的位置的控制
	26	巩固行进间体前变向运球动作技术	各个动作的衔接	完成动作的节奏
	27	双排标志杆往返运球测试	动作完成质量	在快速移动中动作稳定性

目标单元是多元的,能力本身是多维目标的整合,而学生发展也是整体的^[11]。当同时关注篮球体前变向换手运球的多维目标时,多维目标就显性化了。篮球体前变向换手运球多维目标单元设计与实施,就是在“认知-技能-品德”的多维目标引领下,把发展运球能力的练习组合渗透到技术学习过程之中,使学生在游戏和比赛情境下合理运用技术,嵌入学生体能的无痕练习以发展与篮球运动相关的身体素质,让学生练得有趣、获得乐趣。其教学过程及所需时间设计可以着重安排在3个学期,也可在此基础上进行调整改进,以连续和非连续状态安排教学。多维目标是单元教学过程实施的主导方向,教学过程实施就是针对多维目标的同步有机实施,确保多维目标和教学过程的一致性,使多维目标更具实践性,使教学过程更具实效性,从而实现多维目标的整合。

参考文献:

- [1] 潘建芬,毛振明,陈雁飞.体育教师论[M].北京:北京体育大学出版社,2014.
- [2] 专访教育部体育卫生和艺术教育司司长王登峰[EB/OL].(2013-10-15)[2018-07-20].http://news.xinhuanet.com/sports/2013-10/15/c_125535899.htm.
- [3] 国务院办公厅.关于强化学校体育促进学生身心健康全面发展的意见(国办发[2016]27号)[EB/OL].[2018-07-25].http://www.moe.gov.cn/jyb_xxgk/moe_1777/moe_1778/201605/t20160507_242349.html.
- [4] 钟秉枢.从素质教育到核心素养,不仅仅是名词的变化[J].中国学校体育,2017(2):2-3.
- [5] 赖天德.不要鄙薄体育教师的运动技能[J].体育教学,2013(1):8-9.
- [6] 毛振明.让体育学生成为朝气蓬勃的文明人[EB/OL].[2018-07-25].<http://news.sciencenet.cn/sbhtmlnews/2008/10/212165.html>.
- [7] 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,2011.
- [8] 潘建芬,胡峰光,史红亮.基于“运动技能”目标达成对体育教师教学能力的理解[J].中国学校体育,2016(1):10-11.
- [9] 潘建芬,史红亮,曹强.体育中考导航[M].北京:北京出版社,2017.
- [10] 毛振明.体育教学论[M].北京:高等教育出版社,2005.
- [11] 季革.目标单元:基于学生研究和知识分析的学科教学改进和教师发展的研究项目[Z].2017.

