

体育深度教学：体育学科核心素养培育的应然进路

罗伟柱^{1, 2}, 邓星华¹

(1.华南师范大学 体育科学学院, 广东 广州 510006; 2.深圳市福田区北环中学, 广东 深圳 518036)

摘 要: 以核心素养为导向的课堂教学, 必须转变传统教学中表层化、形式化和技术化的错误倾向, 由知识中心转向素养中心, 使学生通过学科学习形成高于学科知识的学科素养。体育深度教学超越体育知识符号和动作技能, 改变以往浅层化和工具性的教学方式, 引导学生深度处理知识, 直抵知识内核和学科本质, 实现体育多维价值, 是体育学科核心素养培育的应然进路。体育深度教学的实施规约为: 整合链接和深层开发教材内容, 开展深层教学建构学生高阶体育素养, 重视互动和反思教学环节发展学生体育非认知技能, 保证体育课堂的合理运动量提高学生体育运动能力。

关 键 词: 学校体育; 体育深度教学; 学科核心素养; 体育课堂

中图分类号: G807.0 **文献标志码:** A **文章编号:** 1006-7116(2020)02-0090-06

In-depth physical education teaching: the ought-to-be way to physical education disciplinary core attainment cultivation

LUO Wei-zhu^{1, 2}, DENG Xing-hua¹

(1.School of Physical Education, South China Normal University, Guangzhou 510006, China;

2.Shenzhen Futian District Beihuan Middle School, Shenzhen 518036, China)

Abstract: Core attainment oriented classroom teaching must such change such erroneous tendencies as superficiality, formalization and technicalization in traditional teaching, turn from the knowledge center to the attainment center, so that the students form disciplinary attainments higher than disciplinary knowledge through disciplinary learning. In-depth physical education teaching exceeds physical education knowledge symbols and movement skills, changes the shallow and instrumental ways of teaching, guides the students to process knowledge in an in-depth way and to get directly to the knowledge core and disciplinary essence, realizes the multi-dimensional value of physical education, is the ought-to-be way to physical education disciplinary core attainment cultivation. The implementation rules of in-depth physical education teaching are as follows: integrate links and deeply develop textbook contents; develop in-depth teaching to establish the students' high level physical education attainments; value interaction and rethink teaching links to develop the students' non-cognitive sports skills; ensure a rational exercise volume in physical education classrooms and improve the students' sports abilities.

Key words: school physical education; in-depth physical education teaching; disciplinary core attainments; physical education classroom

课堂是学校教育的主战场, 而课堂教学则是学科核心素养培育的主渠道。当前, 体育课堂教学依然存在工具性教学观念、学用不一致教学内容、浅层化教学方法等教学迷失现象, 具体表现为课堂教学浅层化、形式化、技术化, 学生体验不深切、思维不深入和理

解不深透^[1-2]。这不仅僵化虚化了运动技术技能教学, 而且忽视了学生情感体验和体育品格塑造, 不利于学生的全面发展。2018年11月24日教育部吴岩司长提出了全面建设中国“金课”的课堂改革目标, 强调课堂教学的高阶性, 即知识能力素质有机融合, 培育学

收稿日期: 2019-09-25

作者简介: 罗伟柱(1980-), 男, 博士研究生, 研究方向: 学校体育。E-mail: 41685979@qq.com 通讯作者: 邓星华

生解决复杂问题的综合能力和高级思维,要求课堂教学要合理拓展深度,切实提高课堂教学质量,有效培育学生学科核心素养。体育课堂要做到有效培育学生学科核心素养,体育教学必须进行教学过程的转型。体育深度教学作为一种超越工具性教学与浅表层教学局限的教学理念,通过整合链接和深层开发教材内容,深入实施发展学生真正体育能力的课堂组织,可促进学生深度学习直抵知识内核和学科本质,进而实现体育学科的多维价值,培育学生学科核心素养,是体育课程“怎样培养人”的有效路径。

1 体育深度教学的内涵与理念

1.1 体育深度教学的内涵

深度教学是基于知识的内在结构,通过对知识完整深刻的处理,引导学生从符号学习走向学科思想和意义系统的理解和掌握,并导向学科素养的教学^[3]。深度教学不是指知识难度和知识量的盲目增加,也不是教学形式化和表演化的错误倾向^[4],而是指向学科知识价值的多维实现,聚焦于课程目标的深度达成和完整达成,力图把“水课”变成有深度、有挑战度的“金课”。

体育深度教学是教师借助一定的体育情境,通过带领学生进入体育知识内在逻辑形式和意义领域学习,让学生深度参与教学过程且深刻把握学习内容,体验运动价值,培育学生学科核心素养的教学活动。体育深度教学力图改变浅层化教学和工具性教学的传统体育课现状,通过结合体育情境的问题导向教学和运动项目内外融合的结构化技能教学提升学生高阶体育能力,强调学生的情感体验,是对体育学科核心素养培育诉求的回应。它始终坚持教学方法服务教学目标,以学生的丰富发展为出发点和落脚点,所有教学方法、手段的运用都是为了最大限度地提升学生的体育关键能力和学科素养。

体育深度教学超越浅层化体育教学的桎梏,引导学生通过对符号的认识与理解,对动作结构的掌握与自动化,做到学科内外项目之间技术融合发展,提高体育运动能力和体育问题解决能力^[5]。

体育深度教学突破工具性体育教学的局限,回归体育教学的本真,突出学生体育学习的主体地位,强调学生的运动参与和情感体验,培育学生的运动兴趣和体育品格^[6]。

1.2 体育深度教学的理念

体育深度教学目的是通过课堂教学方式的变革,有效提升课堂教学质量,促进学生的丰富性发展,培育学生的学科核心素养。技术主义取向的教学方式偏重教学技术层面,单纯强调学生学习方式和学习活动

的多样性,把表面的课堂活跃看成是学生主体性得到了发挥,学生学习仅仅停留在表面学习、表层学习甚至表演学习上。体育深度教学则通过教学活动结构性、系统性的变革来实现体育教学方式转变。这种变革需要学生改变知识浅层处理的做法,引导学生批判性反思,深度处理知识,力求学用一致化,追求知识学习在认知方式、情感体验、思想境界、处事方式等维度上发生实质性变化,发展学生高阶体育能力,培育学生终身体育意识,从而实现体育的多维价值。

1) 引导批判性反思发展学生高阶体育能力。

体育深度教学的知识论目标是实现学生高阶体育能力,即灵活运用体育知识能力和解决体育实际问题能力。根据体育知识和技能运用的即时性、开放性和复杂性,体育深度教学密切结合不同体育情境,强调反思性学习和批判性思维,突出学习的深刻性,要求学习者深入理解学习情境,通过对情境关键要素的判断和把握,面对不同情境能够及时判断差异并做到迁移运用。通过深度教学,使学生深刻理解体育知识的本质和结构,具备应变不同体育情境的高阶体育能力和学科素养。

2) 力求学用一致化培育学生终身体育意识。

体育深度教学遵循“教育回归生活”的理念,力求学用一致化,注重学生体育学习与生活经验和生活应用的链接。生活经验是学生体育学习的重要资源,是学生深度理解体育知识,掌握运动技能的重要材料与支撑。在教学过程中,让学生带着自身的生活经验与生活履历参与体育知识的学习与理解,可以通过新旧知识联系和已有运动技能迁移,快速进入思想的建构与技能的生成,提高体育学习的效益^[1]。生活应用则是学生体育学习的最终目的,是学生乐于钻研体育原理,勇于挑战对抗竞争的动力源泉。体育深度教学内容密切结合学校和社区的条件,使得学生通过课堂发展的体育能力可以在走出课堂和校门后有应用的机会和舞台,让体育知识和运动能力不再只是孤立的符号或者应试的技能,有效提高学生的体育兴趣和终身体育意识,培育他们的体育学科核心素养。

3) 深度处理知识实现多维体育价值。

体育知识的直接记忆和刻板理解,体育技能的重复模仿和机械训练,都不是体育深度学习,仅仅只是体育知识和体育技能的照搬传送,把其当作符号来学习、记忆、训练和占有。体育深度学习的学习观强调学习的沉浸性和层进性^[7],直抵学科本质,实现体育学科的过程价值和育人意义,培育学生体育学科核心素养。体育学科知识包括理论知识和技能知识,其多元价值和实践特点决定了体育学习必须重视学习过程和

体验建构。体育知识的价值要素丰富多样,包含不同维度,必须通过浸润式和层进式的深度学习,才能实现教育的丰富性发展。

2 对体育学科核心素养培育的有效促进

2.1 关注学生运动能力的本质提高

运动能力是体能、技战术能力和心理能力等在身体活动中的综合表现,具体表现形式为体能状况、运动认知与技战术运用、体育展示与比赛^[8],是体育学科核心素养中最能体现学科特色的素养,是体育深度教学的内在追求。

受“生物体育观”和“运动技术中心论”的影响,传统体育课堂教学把体育教学的功能窄化,认为体能增长或者运动技术掌握是体育教学的唯一目标,单纯追求大运动量和单个技术难度,忽略学生体能的有效性发展和技能的实践性运用,一定程度造成了学生体质状况的连续下降和学生多年学习体育技术后却未能学会一门运动的状况^[9]。而体育深度教学则始终关注学生运动能力的本质提高,努力超越浅层教学,结合真实的体育情境教学和体育项目内外的运动技术融合教学,全方位提升学生的体能,培养学生技战术能力和提高学生实战水平。

体育深度教学突出学生体能的整体性和有效性发展,力图做到教学内容均衡,学练方式科学合理,学生体能水平和自我锻炼能力同步提高。教学内容除了安排常规的技术教学外,根据不同运动项目对体能发展促进作用各不相同的特点,结合主教材对学生体能发展的薄弱环节,针对性地安排互补的体能练习,如主教材是对发展速度、力量等有显著促进作用的短跑、跳远、跨栏等时,安排灵敏性、耐力等体能训练;如主教材是对协调性、耐力等有显著促进作用的健美操、有氧舞蹈、武术等时,安排速度、上肢力量、反应时等体能练习。同时,体育深度教学力争教会学生了解体能练习的相关知识和原理、掌握多种科学的体能锻炼方法、学会制订体能锻炼的计划以及评价体能练习的效果等。

体育深度教学的技术教学目的是为了教会学生一项运动,以体育项目内外的运动技术融合教学为主,而不是过度追求学生对单个技术动作的完全掌握。体育深度教学注重学生学练结构化的体育与健康知识和技能,所谓结构化的知识和技能指体育与健康知识与技能具有层次性和关联性特征。知识和技能的层次性是指它们相互之间具有由简单到复杂、由易到难的递进关系,关联性是指各个知识和技能之间相互联系、相互促进。体育深度教学努力让学生体验完整的运动,

培养学生关联性的运动知识和技能,学练结构化。其中,开放式运动技能学习更强调引导学生面对变化的、复杂的情境去运用综合的知识和技能解决问题;封闭式运动技能学习更强调在基本掌握单个动作技术的基础上,尽量早地学练单个动作技术之间、单个动作技术与完整动作技术之间的联系,注重技术的融合学习^[10]。体育深度教学不再是孤立的单个技术学习模仿和机械训练,因为即使学生单个技术做得再规范,掌握的数量再多,也不能说明学生具备了该项目真正的运动能力,那只是学生掌握的符号记忆和动作模仿而已,是“死知识”。

同时,体育深度教学注重结合体育真实的体育情境教学,力图发展学生真正的体育能力。开放式运动技能项目教学强调通过创设由易到难、由简单到复杂的活动和比赛情境,使学生在活动和比赛情境中提高运动技能水平以及分析问题和解决问题的能力,形成良好的体育品德。为了避免封闭式运动技能学习时的枯燥乏味,教师采用丰富多彩、生动有趣的辅助性教学手段,促使学生乐于反复练习,不断提高所学运动项目的技能水平和完整运动能力^[10]。

2.2 聚焦学生健康行为的有效形成

健康行为是增进身心健康和积极适应外部环境的综合表现,是提高健康意识、改善健康状况并逐渐形成健康文明生活方式的关键,具体表现形式为体育锻炼意识与习惯、健康知识掌握与运用、情绪调控、环境适应^[8]。健康行为有利于学生养成健康习惯和健康意识,有利于学生的体魄强健和身心健康。

体育深度教学具有过程性、建构性的特点,教学内容注重于学生生活经验联结,教学方法主要通过互动与反思达到学生的自主深度学习,从而培养学生的健康行为核心素养。这里所说的生活经验是指学生的体育与健康课堂学习经验、课外锻炼经验,这种经验是通过较长时间的学习和活动体验累积而成的^[8]。体育深度教学选择学生有生活经验的和具有学区社区体育特色的内容进行教学,整合意义联接的学习内容,进而引导学生激活的先前知识和所获得的新知识进行有效和精细的深度加工^[11]。这样学生对教材内容熟悉,并已经有一定的体育基础,既保证了学生的学习兴趣也有利于学生课外体育锻炼的进行,可以激发学生的情感驱动,积极主动地参与体育学习过程中的自主建构,通过体验养成良好的体育锻炼习惯和终身体育意识,提高个人的外部环境适应能力。运动技能水平的提高是进行复杂的信息加工,建构结构性与非结构性知识意义的过程,是一个螺旋式上升的长期学练过程,不仅需要学习,更需要反复练习。体育深度教学重视同一运动项目的技能教学不同学段之间的有机联系,

在学练结构化的基础上,由低学段向高学段要做到循序渐进、逐步提高。这样有利于学生真正系统地学练和掌握一项完整的运动,培养学生的运动专长,奠定学生终身体育的基础。

学生能否把所学的健康知识和技能运用到日常学习和生活中,形成健康行为,养成健康文明生活方式,健康教育的有效开展是重要保障。体育深度教学注重学生学习的过程性,否定静态的教学,除利用体育课在室内讲授和交流外,把健康教育有关的知识融入到日常的体育技能教学实践活动中,帮助学生通过实践掌握和运用健康教育的有关知识和技能,引导学生在学习过程中关注自己的亲身体会和感受,丰富过程体验。学生在学习过程中需要处理不同的关系,包括学生与教师的关系、学生与同伴的关系、学生与自我的关系、学生与学习内容的关系、学生与学习情境的关系等等,体会丰富情感和积极思维,或热爱、厌恶,或愉悦、忧伤,或接纳、排斥,这都有利于保持良好心态,建立良好的环境适应能力,形成健康行为。

2.3 指向学生体育品德的全面培养

体育品德是指在体育运动中应当遵循的行为规范以及形成的价值追求和精神风貌,对维护社会规范、树立良好的社会风尚具有积极作用,具体表现形式为体育精神、体育道德、体育品格^[9],是学生经过长期体育学习和锻炼后逐步形成的关键品格,是体育与健康课程三维目标和体育学科核心素养的重要组成部分。

知识具有认知性、自我意识和实践性3个维度的教育价值,传承体育运动知识技能和增强学生体质健康属于体育的认知性价值,而体育品德则属于自我意识和实践性价值,相教育于认知性价值,其更有意义。知识所具有的多维教育价值对个体的发展起着不同的作用,教学活动对学生发展的作用是通过知识多维教育价值的全面实现而达成的,教学活动不能顾此失彼,而应该树立全面、整体的观念来看待知识及其教育价值,看待人的发展与教学活动的功能^[12]。体育深度教学充分关照体育运动的多维教育价值,秉持超越工具教学的理念,采用师生互动性教学方式,让学生的体育学习链接知识内核,触及学科本质,培育学生体育精神,加强学生体育道德,塑造学生体育品格,指向学生体育品德的全面培育。

体育深度教学以实现体育的多维教学价值为追求,要求体育教师在教学过程中,摒弃工具教学的观念,一切以学生为中心,采用互动性的教学方式,所有教学目标和活动环节围绕学生设置。与目前部分体育教师由于不能深刻认识体育学习中学生的主体地位,把学生当成学习的工具,而出现的“假自主、假

合作、假探究”体育教学不同,体育深度教学要求师生之间建立平等相处、互帮互学的良好关系,教师在教学中不但予以指导和启发,而且要积极参与到学生的学练活动中。这样,学生带着积极情感去参与体育学习,不仅可以增进对知识的理解,而且能够让知识深入学生的内心,进而达到改造思想、形成信念的目的。在教学方法上,体育深度教学倡导教师指导与自主学练、合作探究有机结合,超越庸俗化的互动、程序化的合作、肤浅化的探究等课堂学习,充分调动学生学习的积极性,增强学生的情感驱动,引导学生充分体验体育学习的丰富情感变化和精神道德意义,深刻理解运动的价值,实现学生的体育品德发展。

3 体育深度教学的实施规约

3.1 整合链接和深层开发教材内容

1) 由“单一技术”转向“整合链接”。

在传统体育教学中,体育教师为便于学生技术掌握,提高教学的“效率”,选择孤立零散的、脱离情境的体育知识作为教材内容,让学生进行知识符号记忆和动作结构模仿,造成学生只能孤立、零散、碎片地进行知识存储。然而,孤立地选择单个技术或者单个战术作为教材进行教学,并不能达到让学生学好一项体育运动的目的。因为每一项运动项目的不同技能、战术之间都是相互联系的,如果将他们碎片化地进行教学,实际上割裂了它们之间的知识链接,不利于运动技能的整体提升。

深度教学要构建知识间的关联性,帮助学生从整体上思考对学科的理解与把握,促进学科间或学科内部知识间的迁移与应用,实现发散性、创造性的思维培养^[13]。因此,体育深度教学需要教师全面地分析教材、深入地挖掘教材、灵活地整合多种技能的组合或者多种战术等教材,即整合分散的教材内容,将孤立的知识点要素联接起来,让学生充分地体验、理解和感受完整的运动。教材内容要做到由“单一技术”转向“整合链接”,应做到教材新旧知识之间建立联结,不同项目、技术之间相互融合,努力实现体育知识的关联性和学生学练的结构化。在教学中,教师应避免仅仅选择孤立、静态的单个知识点或单个技术作为教材内容,应增强知识点之间或动作技术之间的有机联系,并尽量结合必要的对抗和比赛情境整合使用,促进学生学习和掌握结构化的运动知识和技能,体验在各种不同的情景中如何运用多种知识和技能去解决问题,促进学生掌握和运用技能,提高学生单项运动的整体技术水平。

2) 由“浅层使用”转向“深层开发”。

由于体育多元性功能和多维度价值,体育教师必须深刻理解和把握体育教材内容的深层蕴含,在教材使用时做到由“浅层使用”转向“深层开发”,即教师借助特定的活动情境带领学生超越表层的知识符号学习和技能动作模仿,透过体育教材的深层结构,进入知识内在的逻辑形式和意义领域,发展学生深层的思维方式、研究方法、学习方法和知识组织方式等,进而实现体育知识的整体意义和多维价值,即实现学生的学科核心素养。

由于受到传统“三基”教学论、生物体育观和应试教育思想的影响,体育课堂中的教材往往只被浅层使用和片面开发,教材的表层形式,即事实性知识、概念性知识、技能动作结构、生物应激、体育应试技巧等被过多地模仿练习,而体育学科教材所蕴涵的思想性知识、方法性知识和价值性知识等更为核心的内容却被排除在教材开发的视野之外。其实,知识让人真正受用终生的不是那些符号知识本身,而是其背后所隐含的内在价值,是其内具的思维方式、价值观念以及在知识学习过程中所获得的丰富的情感体验^[14]。教材的本真价值是超越教材本身,挖掘教材背后的知识,透过教材培养学生的学科思维方式,实现学科知识的生活价值和发展价值,这才是深度教学的内在追求^[15]。因而,体育深度教学必须实行教材的深层开发,把教学内容看做是变化的、动态的、发散性的知识体系,是一种经验性和实践性的存在;需要挖掘知识内在的意蕴,帮助学生从动作中窥视灵魂,从技能中体验人生,从活动中丰富情感,使学生展开对自然、社会和人生的更为深刻的认识和思考,从而实现知识的“假定性意义”向“个体性意义”的转化。

3.2 深入实施发展学生真正体育能力的课堂组织

1) 开展深层化学习构建学生的高阶体育素养。

高阶体育素养是指学生不仅知晓了解各种体育知识概念和熟练掌握各种体育技能,还能够根据所面临的不同体育情境作出正确的判断,灵活运用各种技战术,完成相应任务的能力与品格。由于体育情境和问题具有开放性、综合性、不确定性和复杂性的特点,因此体育问题解决需要调动多角度、多维度、系统性、综合性的知识和多方面的能力,仅仅依靠知识概念符号、单一技术或战术不可能解决所有的体育问题。当前我国中小学生的学习大多数停留在“记忆、理解和简单应用”的层面。这个层面的教学只能教会学生认识世界和按图索骥地执行任务^[16],只具备机械地运用片段化知识的问题解决能力,难以适应各种情境的不确定性。

体育深度教学的深层化学习是要超越简单体育技

能的浅层化学习,结合教学情境增进学生体育问题解决能力,培育学生的高阶体育素养。根据情境认知理论,学习的终极目标是学习者将自己置于知识产生的特定情境中,通过积极参与具体情境中的社会实践来获取知识、建构意义并解决问题。同样地,体育深层化学习强调学习的建构性,着意迁移运用,要求学习者在学习体育理论和技能等浅层知识的过程中,不能仅是肤浅的理解、机械的记忆、简单的复制,还要深入理解学习情境,把握不同体育情境的关键要素,弄清具体问题的差异,进行主动的知识建构,对不同体育情境可以作出“举一反三”、准确明晰的判断,建立起完整全面的体育知识结构体系。为实现学生的深层化学习,体育教师应做到深入了解学生的先前经验、理解新知识的类型,紧密结合体育情境教学,让学生面对各种不同的体育问题,指导学生在新旧知识、概念、经验间建立联系,进行知识的提取、迁移和应用,引导学生积极体验,最终达到将所学知识 with 情境建立联系并实现迁移的目的,建构属于自己的新认知结构。

2) 重视互动和反思环节培育学生的体育非认知技能。

深度教学不是指无限增加知识难度和知识量,是克服对知识的表层学习、表面学习和表演学习,以及对知识的简单占有和机械训练的局限性,基于知识的内在结构,通过对知识完整深刻的处理,引导学生从符号学习走向学科思想和意义系统的理解和掌握,并导向学科素养的教学^[17]。同样地,体育深度教学不应盲目追求体育知识和运动技能的深度和难度,而是应该超越知识符号和技能动作的表层意义,实现体育教学的丰富价值。其中,培育学生的非认知技能尤为重要。

体育认知技能是指体育知识、运动技能的记忆、理解和掌握,是体育能力的低阶水平。体育非认知技能包括个人技能(如技战术运用、自主体育锻炼、情绪调控、适应能力等)、人际技能(如复杂交往、进取品格、团队精神、社会责任等),是体育知识、运动技能的运用和创造,是体育能力的高阶水平,是学生体育学科核心素养的重要内容。在体育教学中,体育教师应充分认识学生发展非认知技能的重要性,摆脱传统符号记忆和技能模仿的浅层教学窠臼,深入把握知识的内在结构,充分发挥体育的社会文化属性,通过体育活动的不同情境,让学生承担不同角色,肩负各种责任,与同伴对手进行合作竞争完成体育任务,彰显体育教学的情感熏陶、思想交流、价值引导功能,提高学生的各种非认知技能。

课堂教学要有效提高学生的体育非认知技能,必须加强互动和反思环节的深度教学,为学生的知识建构创造有利环境。首先,互动是学生构建知识的重要

方式,而反思则是一种重要的高阶思维能力,可有效提高学生的高阶体育能力。体育教师要充分认识互动和反思环节的重要意义,把其作为体育课堂教学的重要环节和主要策略来实施,在教学过程中充分利用其价值,发展学生的体育非认知技能。其次,体育教师可采取设计互动性教学流程、构建互动性教学内容、搭建互动性教学环境的方法,以提高师生之间、学生与学科教材之间或者学生与自身学习活动之间的交互程度^[17-18]。在互动环节中,教师要利用必要的学习资源,引导学生根据体育情境的具体情况,借助教师或同伴的帮助,通过相互反复激发、评价与修正,逐渐形成新的认知,达到对知识的深层理解,获得能力发展。最后,体育教师应重视学生在体育学习中的反思,开展评价与批判活动,培养学生的批判性思维,提升学生深度思考问题的能力。在体育教学中,创设促进反思的学习环境,鼓励学生对自己以及他人的技战术问题或运动参与方式进行分析、评价,可采用讨论、辩论、评比、情景测验、项目评价、谈话评价等多种方式来激发学生的学习兴趣 and 动机, 培育学生的反思习惯。

3) 通过合理的运动量提高学生体育运动能力。

体能是提高运动技能水平的基础和保证,而技能的学练又可以促进体能的提高。同时,在体能和技能学练的过程中,让学生体验各种丰富的情感,培养了学生的体育兴趣,有利于学生反思建构知识,探寻知识的内在价值。因此,体育深度教学的教学目标实现必须建立在学生技能掌握和体能增长的基础上,体育课堂必须保证正常的技能学练和一定的运动负荷,任何抛开体能和技能来谈体育深度教学,都是没有意义的。

体育深度教学与技术主义取向的课堂改革不同,其对体育的深度开发,不是为了教师组织能力的展示,也不是为了学生学习方式的表演^[3],而是意在学生的丰富性发展,立足于学生的体能和技能提高。在体能发展上,要求每节课运动密度不低于75%,练习密度不低于50%,运动强度达到平均心率140~160次/min^[19]。技能教学上,针对开放式运动技能和封闭式运动技能的不同特点采用不同的教学方法。开放式运动技能项目的教学注重学生对某项运动的完整体验和学练,通过循序渐进创设不同难度活动情境,使学生提高运动技能水平以及分析问题和解决问题的能力,形成良好的体育品德。在封闭式运动技能项目的教学时,注意单个动作与完整运动的有机联系,提高单个动作和组合动作的技术水平和运用能力,不过分追求单一动作和技术完美后才进行完整运动的练习,让学生在完成完整运动或参加展示与比赛的基础上,不断挑战自我,

提高运动成绩并形成良好体育品格^[10]。

参考文献:

- [1] 郭元祥,李炎清.论学生课程履历及其规约[J].课程·教材·教法,2016,36(2):17-23.
- [2] 李松林.深度教学的四个实践着力点——兼论推进课堂教学纵深改革的实质与方向[J].教育理论与实践,2014(31):53-56.
- [3] 郭元祥.课堂教学改革的基础与方向——兼论深度教学[J].教育研究与实验,2015(6):1-6.
- [4] 罗祖兵.深度教学:核心素养时代教学变革的方向[J].课程·教材·教法,2017,37(4):20-26.
- [5] 尚力沛,程传银.超越技能:基于发展学生核心素养的体育深度教学[J].沈阳体育学院学报,2018,37(3):102-109.
- [6] 罗伟柱.关于学校体育生命教育研究的综述[J].南京体育学院学报,2018(4):57-64.
- [7] 郭元祥.论深度教学:源起、基础与理念[J].教育研究与实验,2017(3):3-13.
- [8] 中华人民共和国教育部.普通高中体育与健康课程标准(2017年版)[M].北京:人民教育出版社,2018.
- [9] 罗伟柱,邓星华.基础教育体育与健康课程改革的困境与出路[J].体育学刊,2018,25(6):96-100.
- [10] 季浏.我国《普通高中体育与健康课程标准(2017年版)》解读[J].体育科学,2018,38(2):3-20.
- [11] JENSEN E, Nickelsen L.深度学习的7种有力策略[M].上海:华东师范大学出版社,2010:12.
- [12] 伍远岳.论深度教学:内涵、特征与标准[J].教育研究与实验,2017(4):60-67.
- [13] 宗德柱,孙存华.“深度教学”的变革、困境、路径[J].当代教育科学,2015(20):23-26.
- [14] 姚林群,郭元祥.新课程三维目标与深度教学——兼谈学生情感态度与价值观的培养[J].课程·教材·教法,2011,31(5):12-17.
- [15] 安富海,陈玉莲.深度教学及其路径研究[J].教育探索,2017(5):6-10.
- [16] 安富海.促进深度学习的课堂教学策略研究[J].课程·教材·教法,2014(11):57-62.
- [17] 曾明星,蔡国民,姚小云.翻转课堂课前交互式教学模式研究[J].现代教育技术,2015(3):57-62.
- [18] 李松林.深度教学的四个基本命题[J].教育理论与实践,2017(20):7-10.
- [19] 季浏.中国健康体育课程模式的思考与构建[J].北京体育大学学报,2015,38(9):72-80.