

# “必修+选修”的体育校本课程模式

董翠香

(河南师范大学 体育学院, 河南 新乡 453007)

**摘 要:** 通过对以“必修+选修”项目为特色的体育校本课程模式的课程结构、实施方案与策略、评价体系等问题进行探讨, 指出了体育校本课程开发是基于学校特点而开展的课程改革活动, 是落实《体育(与健康)课程标准》的必由之路。

**关 键 词:** 学校体育; 体育(与健康)课程标准; 校本课程; 课程模式

中图分类号: G807.0 文献标识码: A 文章编号: 1006-7116(2007)06-0083-04

## School-based physical education curriculum mode of “required courses”+ “optional courses”

DONG Cui-xiang

(School of Physical Education, Henan Normal University, Xinxiang 453007, China)

**Abstract:** By taking the school-based physical education mode feathering “required courses” + “optional courses” for example, the author probed into such issues as the curriculum structure, implementation plan and strategy, as well as evaluation system with respect to this mode, and revealed that the development of school-based physical education curriculum is a curriculum reform activity carried out based on the characteristics of schools, and the only way to implement Physical Education (and Health) Curriculum Standard.

**Key words:** scholastic physical education; physical education (and health) curriculum standard; school-based curriculum; curriculum mode

《体育(与健康)课程标准》(以下简称《课程标准》)的出台, 打破了传统体育教学大纲的统一性过强、一刀切的局面, 使体育课程的学习内容具有充分的灵活性, 有利于不同地区、不同学校根据实际情况做出选择, 使课程更符合本地、本校的实际情况。基于这一特点, 各校在实施《课程标准》过程中, 就存在一个校本化的问题。体育课程的校本化实施, 不仅对体育教师提出新的、更高的要求, 而且促使体育课程的实施向多样化、特色方向发展, 从而改变了各学段课程内容雷同的状况, 使之适应学生的不同年龄特征; 改变了各地区千篇一律的状况, 使各校办出特色; 改变了一刀切的状况, 使之适应学生的个性特征。在众多的具有校本特色的体育课程模式中, 选择了以“必修+选修”的体育校本课程模式进行研究。

### 1 “必修+选修”项目的体育校本课程模式

1999年10月11日《中国教育报》报道: 我国基础教育课程改革的方向, 正从原来单一的国家课程模式走向国家、地方、学校三级课程模式, 新一轮国家基础课程改革制定的国家、地方、学校三级课程管理政策, 为提高课程的适应性创造了条件。因而, 校本课程的开发将成为21世纪初期我国学校课程改革的热点。江苏省锡山高级中学在上海华东师范大学崔允漷博士的指导下, 经过数年探索研究, 在校本课程开发中走出了一条成功之路。尤其是在体育课程改革方面取得了较好的成绩, 为我国体育校本课程建设树立了一个榜样, 实现了由“选修课、活动课”向“必修+选修”校本课程的转变。

#### 1.1 校训与体育校本课程目标

“做站直了的现代中国人”是锡山中学的育人目

收稿日期: 2007-03-22

基金项目: 全国“十五”教育科学规划重点课题“我国中小学体育(与健康)课程校本化实施模式多元化实践研究”(DPA050171)。

作者简介: 董翠香(1964-), 女, 教授, 博士, 硕士研究生导师, 研究方向: 学校体育学。

标。“站直了”三个字十分逼真地描绘了培养的学生不再是“文弱书生”、“病夫”的形象，而是做有坚韧的意志、强健的体魄站立的人。这一校训，可以具体化为下列品质：自信心、民族性、创新、现代化、健康、坚毅。校本课程的总体目标是：第一，学会交往，在合作中学习；第二，培养自信，具有自我认同感和坚毅的品质；第三，学会探究，至少学习一门综合或探索性课程；第四，掌握一项健身技能和一项闲暇技能；第五，具有现代中国人的意识。

体育校本课程目标是：为了提高学生的运动技能，培养体育兴趣，养成良好的锻炼习惯，增强学生的体育意识和健身能力，学校明确提出锡山中学学生要达到会打球、会游泳、会一项体育娱乐项目、会组织一项体育活动。

### 1.2 体育校本课程开发经过

锡山高级中学的体育教师们发现，学校体育存在这样的怪事：学生喜欢运动，但厌倦体育课、课间操。学校体育教研组针对这些问题，研究提炼了兴趣体育思想，其核心是兴趣体育——成功体育——终身体育。兴趣体育成为学校体育的核心理念，兴趣是贯彻始终的思想，成功和快乐是关键要素，而养成终身参与体育锻炼的习惯是最终目的，开发锡山中学体育校本课程经历了以下几个阶段。

第一阶段：“三大板块”课程的确立阶段（1992-1994年）。在江苏省教育委员会的课程改革文件精神指导下，学校按照《全日制普通高中课程计划》，试图形成以必修课进行分层教学，增设选修课、

活动课，实行“三大板块”的课程，改变学校以往单一学科教学——必修课的状态。当时，学校共开设了18门选修课或活动课程，体育课程是主要内容之一。

第二阶段：典型实验阶段（1995-1996年）。学校选定语文阅读课和体育课作为重点研究课题，以列入省“九五”课题为标志，开始进行校本课程开发研究的典型课的试验，取得了初步成效。

第三阶段：校本课程的规范开发阶段（1997-2000年）。以课程专家的介入和“校本课程开发”的理念确立为标志，课程创新进入了“规范时期”。通过与课程专家的紧密合作，学校力求在校本课程开发的理论和实践两个层面取得突破。体育课由原来的“选修课”逐步走向“校本课程”。

第四阶段：校本课程开发逐步完善阶段（2000-2001年）。加强体育教材、体育活动课程体系、考核评价标准等系列问题的研究，进一步修正、完善实施方案，于2001年7月“兴趣体育实施研究”课题通过国家体育总局政策法规司的鉴定。

经过近10年的努力，锡山高级中学在体育校本课程开发方面取得了巨大的成绩，受到课程专家、体育课程专家和领导的广泛赞同，为我国体育课程改革树立了榜样。

### 1.3 体育校本课程结构、实施方案与策略

锡山高级中学体育课程分为两大类，一类为体育显性课程，包括国家课程、活动课程和课外体育活动；另一类为体育隐性课程，主要通过良好的体育文化环境来体现(见图1)。

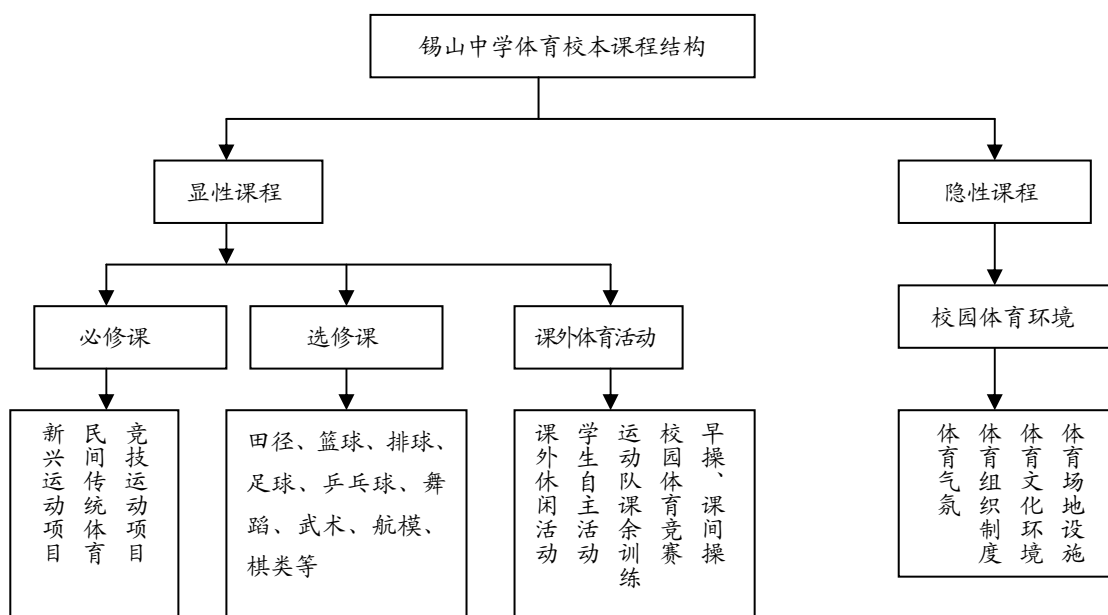


图1 锡山高级中学体育校本课程结构图

第1, 必修课。在每周2课时的必修课中, 以国家颁布的《课程标准》为依据, 省编教材为主要内容。在实施过程中, 不改变教材内容、要求和评价标准, 而改变传统体育教学刻板统一、平均用力的做法, 将目标定位为: 学生的基础知识、基本技术、基本技能达到或略高于同类学校的学生。初中阶段目标是: 学生的技术技能达到普通高中中等学生水平, 并且要求初步掌握裁判规则。

第2, 选修课。选修课每周2课时, 在调查研究的基础上, 根据学校现有的条件, 开设田径、篮球、排球、足球、乒乓球、舞蹈、武术、棋类、航模等体育兴趣活动。学生可根据自己的兴趣和自身条件自主选择, 根据学生的意愿分组, 改革原有的班级上课形式, 以项目分类建立教学群体, 聘请特长教师担任指导员。活动课程是兴趣体育的重要组成, 它给学生创造了充分发展的时间和空间, 改革了学校体育课程较为单一的状况, 较大程度地满足了学生的兴趣。

第3, 课外体育活动。课外体育活动包括每天早锻炼、两次课间操、两次眼保健操、体育竞赛、课余自主活动以及运动队的课余训练等, 它是体育课程的第三个组成部分。通过充实内容, 保证时间, 积极引导, 加强管理, 发展特长, 充分展示等措施来推进。根据季节和气候的特点以及学生的兴趣, 将晨跑、健美操、系列广播操、跳绳和室内操有机结合起来, 进行科学安排, 改变了早锻炼、课间操在内容上重复和单一的状况; 进一步加强眼保健操、体育活动课的管理。形成了基本稳定的学校体育竞赛制度和课余自主活动的习惯。以上这些活动, 都按照学校统一制订的计划来进行, 保证了学生进行体育锻炼的时间。

第4, 校园体育环境。校园体育环境属于体育隐性课程, 它以一种特定的文化氛围影响着学生, 学生在不知不觉中受到潜移默化的影响, 发挥着陶冶、导向、激励等功能, 是健全人格培养中不可缺少的一部分。

在锡山高级中学的校园里, 两块蓝色的宣传牌上有两个奇妙的不等式“ $8-1>8$ ”、“ $1\times 1>50$ ”。第一个不等式的意思是“每天从8个小时的学习时间, 抽出1小时用于体育锻炼, 要比将8个小时全部用于学习所取得的学习效果要好”; 第二个不等式的意思是“每天锻炼1小时, 健康工作50年”。这两个标牌是利用校园文化进行宣传的典范。学校每个运动场地、区域都树有相关运动项目的宣传牌, 在宣传牌上有该项目英文名称、项目简介、技术要领、锻炼及注意事项。

当同学们走进体育馆时, 展现在眼前的是门庭两

侧布置有制作十分精美的健身宣传长廊, 其中有锻炼对身心的影响, 合理营养、准备活动的要求和功能, 各年龄的身体形态的正常值等内容。精心制作的玻璃橱窗中有学校运动队、运动员近几年在各级竞赛中获得的冠军奖杯、奖状和锦旗。墙上布置着名人谈健身和体育的格言。每一块标牌, 每一个字, 每一座奖杯, 每一张奖状都像一位无言的老师在默默地向学生召唤: 加入到体育健身的行列中来吧, 做一个站直了的现代中国人。

#### 1.4 锡山高级中学体育校本课程的评价体系

体育课程评价从内容上来讲, 不能单纯以运动成绩和身体机能状态来决定, 应该从知识、身体、技能、心理、社会等多方面对学生进行综合性评价。从评价方式上来讲, 不能仅注重终结性评价, 应该采用终结性与过程性评价相结合, 重视过程性评价。锡山高级中学在体育课程评价体系为: 技能考核(50%)+主动参与(10%)+合作精神(10%)+创新能力(10%)+技能发展(10%)+学习进步(10%)=总评1。

## 2 锡山高级中学体育校本课程模式评析

### 2.1 体育校本课程模式的特点

第一, 从“选修课和活动课”向“校本课程”转变。

纵观锡山高级中学体育校本课程开发的历程, 不难发现, 锡山高级中学体育校本课程的开发是在落实“必修课、选修课、活动课”即“三大板块”课程的基础上逐步发展起来的, 实现了由“选修课和活动课”向“校本课程”的转变。

“从‘选修课和活动课’走向‘校本课程’实际上就是校本课程开发的过程, 集中体现了课程权力再分配、学校与教师参与课程决策、学生有权选择课程的理念, 这一理念是一种世界性的课程改革潮流”。两者的关系是“校本课程是对原有活动课和必修课的继承、规范和发展, 有些活动课和选修课, 特别是一些兴趣小组活动, 本身就体现了校本课程开发的基本理念, 是校本课程的表现形态, 可以直接归入校本课程, 而有些则与校本课程开发的理念相去甚远, 这就需要加以改造、规范和发展”。

第二, 体育显性课程与体育隐性课程相得益彰。

体育课程改革之所以成为锡山高级中学的一大特色, 不仅在于体育课程形态发生变化, 还在于学校有良好的体育环境, 被称之为“环境课程”。学校将国家课程、校本课程、环境课程融为一体, 通过必修课, 实现《课程标准》的目标; 通过选修课, 发展学生个性, 促进体育终身化, 通过隐性课程潜移默化的作用,

养成健康意识。体育显性课程与隐性课程有机结合,将体育物质文化与体育精神文化相融合,形成了独具特色的体育校本课程模式。

## 2.2 体育校本课程开发模式的启示

第一,基础教育课程改革与现行课程之间存在着继承与创新的问题,其中也包括新课程所倡导的校本课程与中小学的选修课和活动课之间的关系问题。这一案例告诉我们,课程改革是在原有基础上进行的综合创新,是扬弃,而不是全盘否定;体育校本课程开发不是一蹴而就的,而是一个长期不断积累的过程。

第二,学校是真正进行教育的地方,学校应该有课程的一部分自主权,学校的共同体有必要在国家课程计划框架内进行学校一级的课程创新,这有利于提高课程的适应性,有利于形成学校的特色,有利于促进教师的专业发展,有利于满足学生的个体需求。

第三,校本课程开发要有课程专家的指导,校本课程开发只有在教师课程意识不断增强的基础才能更好得以落实。因此,加强与课程专家或体育课程专家的联系,理论与实践相结合,是体育校本课程开发向规范化发展的基础。

《课程标准》从颁布到实施已进入第7个年头,由于对《课程标准》的理解不同,对《课程标准》的评价可谓是褒贬不一,莫衷一是。面对这种众说纷纭的现状,笔者认为在我国实施新的《课程标准》是必要的。《课程标准》的理念是正确的,是体育课程所追

求的理想目标。但是,在《课程标准》实施过程中,的确存在不少问题,尤其是操作层面上所存在的问题让一线体育教师感到困惑。《课程标准》如果能将操作层面上的问题解决好,给一线体育教师一个操作性强的方案或指导,使体育教师能够将好的理念落实到实际的课堂行为中去,新一轮课程改革的目标基本上就得到了实现,本文所进行的案例研究其目的也在于此。

感谢锡山高级中学领导及老师对本研究所提供的第一手材料;感谢我的导师周登高教授及全国教育科学规划办给予本研究的大力支持!

## 注 释:

- ① 唐江彭.教育部部级彼一时大课题资助项目——校本课程开发:省锡山高中案例研究,2001:26。
- ② 朱士雄.省锡中新世纪扬起你的旗帜//“健康第一,新世纪中学体育高扬的旗帜”,2002:211。
- ③ 崔允灏.从“选修课和活动课”走向“校本课程”——江苏锡山高级中学校本课程个案研究.教育发展研究,2000(2):22。
- ④ 吴刚平.校本课程开发.成都:四川教育出版社,2002:79。

[编辑:邓星华]