

第三章 体育教学过程

第一节 体育教学过程的含义与性质

导入：请问各位同学在体育专业实践中教师是如何指导你们训练的？

根据学生回答的情况指出：教师讲解动作要领，学生分组练习，教师指导是教学过程的体现。

一、体育教学过程的含义

对体育教学过程的认识有三点是共同的：

- ① 体育教学过程是实现体育教学目标的过程和途径；
- ② 体育教学过程是有组织的程序和有计划的安排；
- ③ 体育教学过程是学生掌握体育知识、运动技能和接受各种教育的过程。据此，本教材对体育教学过程作出如下的定义：

重要概念：

体育教学过程是为实现体育教学目标而计划、实施的，使学生掌握体育知识和运动技能并接受各种体育道德和行为教育的教学程序。

这个程序具有学段、学年、学期、单元和课时等不同的时间概念。

二、体育教学过程的性质

（一）体育教学过程是学生掌握运动技能的过程

教师：体育教学过程首先是学生掌握运动技能的过程。知识类学科的教学过程主要是使学生识记概念以及运用判断、推理等思维方式去掌握科学知识并发展智力，而体育学科则是使学生在不断的身体练习中去掌握运动技能，并通过运动技能的掌握进行其他方面的养成教育，所以我们首先要把体育教学过程理解成为一个学生掌握运动技能的过程。

程。

(二) 体育教学过程是提高运动素质的过程

教师:掌握运动技能需要运动素质的提高,同时大肌肉群的体育活动也能有效地提高运动素质,运动技能和提高运动素质是相互促进的关系,因此体育教学过程也是一个不断提高学生运动素质并以此增强学生体能的过程。在体育教学过程中,不仅要注重学生对运动技能的掌握,而且要关注学生运动素质的提高,要在设计教学、安排进度和选编内容等方面将二者有机地协调起来。

教师问:运动技能=运动素质吗?

学生讨论:结论不是。

(三) 体育教学过程是学习知识和形成运动认知的过程

教师:体育是涉及人文学科和自然学科的一门综合性课程,在以掌握运动技能为主的体育教学过程中,学生也会涉及到许多的知识学习和运动认知获得,有时,这些知识学习和运动认知获得还是掌握运动技能和提高运动素质的基础,因此体育教学过程也必是一个掌握体育知识和进行运动认知的过程。

教师问:运动技能=操作性知识吗?

学生讨论:结论是。

(四) 体育教学过程是集体学习和集体思考的过程

“集体学习”和“小集体学习”是体育教学的主要教学形式,这是由于大多数的体育运动项目是在集体和小集体的形式下完成的,因此体育的习得也需要在集体性学习和集体性思考的过程中进行。与此同

时,当前的体育教学的目标也越来越指向学生的集体学习,以期获得集体教育潜性作用。体育教学中的集体学习和集体思考也是加强师生、生生互动和沟通,是培养学生的社会交往和社会适应能力的途径,因此我们也要把体育教学理解成为一个学生集体学习和集体思考的过程。

教师问:你能交流一下吗?

学生发言:不同观点

教师:你们的专业学习也应该有小集体学习,如体操中的保护与帮助,球类中的战术与配合,教法的研究

(五) 体育教学过程是体验运动乐趣的过程

教师:学生学习体育的过程是一个在生理上伴随着苦、累、汗、甚至伤痛的过程,是身体经受生物学改造的过程,但同时也是一个在身体和心理方面体验运动固有乐趣的过程,这种乐趣是体育运动生命力的体现,也是体育教学的学习目标与内容,更是培养学生的体育参与意识的途径和手段,是终身体育的重要基础。因此,我们还要把体育教学过程理解成为一个学生体验运动乐趣的过程。

教师问:你能交流一下体验运动乐趣吗?

第二节 在体育教学过程中的几个客观规律

一、体育教学规律的含义

教师:规律是客观存在于事物发展过程中的本质属性和必然联系,它

是事物发展过程中本身所固有的、不以人的意志为转移的客观必然。体育教学过程作为一种以体育课程内容中介、以促进学生体育素养发展为根本目的的师生互动活动，也存在其客观的规律。我们在进行体育教学时必须认清和遵循这些客观规律，否则体育教学过程的目标实现就会大打折扣。

教师问：体育教学过程中有教学规律吗？为什么？

学生发言：结论有。

教师：重要概念：

体育教学规律是在体育教学过程中客观存在和必然显现的、与体育教学的特殊性有着密切联系的现象及其有规则的变化。

教师问：你们在其他学科上,学习哪些运动规律？

学生发言：运动技能形成的规律、运动负荷变化与控制的规律（人体生理学）

教师：那么，在体育教学过程中究竟存在哪些规律呢？许多学者对此有着不同的总结和归纳。本教材归纳了一些学者对体育教学过程规律的总结，依据本教材的体育教学规律的定义,提出体育教学过程中客观存在五大规律，即:运动技能形成的规律、运动负荷变化与控制的规律、体育知识学习与运动认知的规律、体育学习集体形成与变化规律、体验运动乐趣的规律等。

二、体育教学过程的五大规律

（一）运动技能形成规律

教师：体育教学要让学生学会和掌握一定的运动技能，而运动技能的

形成要经历一个由不会到会、由不熟练到熟练、由不巩固到巩固的发展过程。动作技能形成、提高的过程是:①粗略掌握动作阶段;②改进与提高动作阶段;③动作的巩固与运用自如阶段。虽然在体育教学过程中,每次课只有45分钟,每周只有间断的2—3次课,体育课安排不可能明显地体现和准确地划分出动作技能掌握的这三个阶段,但从一个动作技能掌握的长链结构上看,仍然是要遵循运动技能形成的规律的.在体育教学过程中,运动技能形成的三个阶段受一些因素的影响,如运动技能的难度、学习运动技能的总时间和时间的密度、体育教师的教学经验与教学能力、学生的前期经验积累、学生的体育基础以及学生身体素质强弱等等。

教师问:谈谈你学习动作技术的过程?

(二)运动负荷变化与控制的规律

教师:体育教学是学生通过身体练习来完成的体育习得过程。因此,在体育教学中学生的身体必定要承受一定的生理负荷,而且从某种意义上讲,这种生理负荷越大,对学生身体产生的生物性痕迹效应越深,对体能提高的效果也越强。但是作为教育的体育教学与一般的体育锻炼和运动训练不同,其追求的并不仅仅是生理负荷和生物性改造,还有其他方面的教育意义。

教师问:谁能将运动负荷变化曲线图画出来?请一位同学演示以下.根据人体生理机能活动能力变化的规律,体育教学过程中学生承受运动负荷的规律也与此相适应,运动负荷的安排要与机能变化的三个阶段相匹配,在人体机能活动最强的时段安排较大的负荷,在人体机能

活动上升和下降阶段要控制运动负荷，这是一个基本规律.但是，在具体的体育教学中，由于学生年龄特点、学生的身体健康状况、学生的体育基础水平、教材的性质、教学组织教法以及气候条件等不同，学生机能活动能力上升阶段所需要的时间、最高阶段的高度、稳定的时间，以及身体承担急剧变化负荷的能力等均有所不同。因此，学生承受运动负荷的大小要根据现实情况酌情考虑,要进行及时的调整和控制.

教师:体育教学中的运动负荷变化与控制过程是:①热身和逐渐加强运动负荷的阶段;②根据教学的需要调整和控制运动负荷的阶段;③恢复和逐渐降低运动负荷的阶段.

(三) 体育知识学习和运动认知的规律

教师:在体育教学中,学生学习的重要内容之一是体育运动文化和身体锻炼的知识,在体育教学中所培养的认知也是其他学科不能替代的运动认知。由于体育学科具有独特的运动认知体系,所以体育教学还要遵循体育知识学习和运动认知的规律。

体育学科特有的运动认知体系是不断提高人体对物体,对自我的速度,对时间、空间、距离、重量、力量、方位、平衡、高度等因素进行识别和控制的能力,是一种“身体一动觉智力”。所谓身体一动觉智力主要是指运用四肢和躯干的能力,表现为个体能否较好地控制自己的身体并使之对事件做出恰当的身体反应以及是否善于利用身体语言表达自己的情感和思想。构成身体一动觉智力有三个核心要素,其一是有效地控制身体运动的能力,其二是熟练地操作物体的能力,其

三是体脑协调一致的能力。身体一动觉智力在多元智力中占有非常重要的地位。

用多元智能理论来解读体育教学，我们就可以在体育教学中，帮助学生能协调地控制身体运动、熟练地操作物体（器械、器材），培养学生的空间感知能力和对方向的判别能力，培养学生对器械的速度、重量的感知能力，从而不断地提高学生的运动认知能力。

体育教学中的运动认知过程是：①广泛进行感性认知形成感性基础的阶段；②进行理性的概括形成理性认知的阶段；③将理性的认知演绎到各种运动情景的应用阶段。

教师问：多元智能理论是谁提的？

(四)体育学习集体形成与变化规律

教师：体育学习集体形成与变化规律主要是指在体育教学过程中，学生的学习主要是通过集体合作、配合和相互帮助中进行的。因为体育项目和活动中大多数都是以集体形式呈现练习的，所以体育教学过程中的集体性学习体现了体育的特性和目标指向。因此，体育教学中要注重和突出学生体育学习的集体性规律。

体育学习集体形成与变化的规律要求教师在体育教学设计中，要选择体育集体性项目作为教学内容；要采用分组的小群体教学组织形式；要研究集体性学习的评价方法。只有遵循好这条规律，才能更好地把集体教育和思想道德教育融化于体育教学过程之中，体现体育学科特有的集体特性和集体教育的价值。

体育教学中的集体教育的过程是：①组成集体，形成集体因素的阶段；

②集体巩固，在集体中接受教育的阶段；③集体成熟，自觉进行集体性行为的阶段；④集体分解，形成新学习集体的阶段。

(五) 体验运动乐趣的规律

教师：在体育教学过程中，要让学生不断地体验运动的乐趣，这是培养学生体育兴趣，形成运动爱好和专长的首要条件，也是学生掌握运动技能、增强健康的前提条件，更是体育教学过程中教师自始至终要把握的客观规律。体育本身就是充满了乐趣的运动文化，学生对体育的乐趣追求也是体育学习动机的重要组成部分，重视体育中的乐趣因素可使体育教学成为活泼和充满乐趣的过程，忽视体育中的乐趣因素也可使体育教学成为“身顺心违”的过程，成为“磨难”的“畏途”。

体育教学中的乐趣体验过程是：①学生在自己原有的技能水平上充分地运动从而体验运动的乐趣的阶段；②学生向新的技能水平进行挑战从而体验运动学习乐趣的阶段；③学生在运动技能习得以后进行技术和战术的创新从而体验探究和创新乐趣的阶段。

第三节 体育教学过程的层次及其特点

教师：为了更好地理解体育教学过程的概念，掌握体育教学过程的特点，我们还要对体育教学过程做进一步的分解认识，认识一下体育教学过程的层次及其特点。体育教学过程的层次可以分为：

- ① 超学段体育教学过程；
- ② 学段体育教学过程；

- ③ 学年体育教学过程;
- ④ 学期体育教学过程;
- ⑤ 单元体育教学过程;
- ⑥ 课时体育教学过程等.

一、超学段(12-16) 体育教学过程及其特点

所谓超学段的体育教学过程是指学生从人小学开始到大学毕业的整个体育教学的过程。在这 10 多年的体育教学过程中, 学生所享受到的是国家规定的体育教育。超学段的体育教学过程具有以下一些特点:

(一)国家规定性

此教学过程受到国家教育意志、社会、政治、经济发展状况和生产力的发展水平等多方面的直接影响。由国家安排的超学段体育教学过程可长可短, 由 12 年至 16 年。超学段的体育教学过程是由国家控制的, 体现的是国家教育课程设计思想和国家对体育教育的期待, 其过程的目的和目标充分地反映了国家的意志和要求, 是一个宏观的、有系统性的学科教育过程。

(二)多模式性

超学段的体育教学过程具有多模式性。超学段的体育教学过程是由若干个学段的体育教学过程组成的, 而每个学段的体育教学过程又受各段教育性质的影响而时间长短不一, 这使得超学段体育教学过程并不一致。特别由于中国国家大、地域广、民族差异明显, 使超学段体育教学过程在目标表述、教学内容、学时规定以及教学特点上均具有多

(三) 非全体性

超学段体育教学过程包含基础教育、中等教育和高等教育三个阶段,由于教育普及程度的问题,并不是每个学生都能享受到上述完整三个阶段的体育教学过程。所以它对学生来说具有非全体性的特点。

二、学段(3-6年)体育教学过程及其特点

学段体育教学过程,按当前中国教育的学制进行划分,可以分为小学、初中、高中、大学等体育教学过程;按目前《体育与健康课程标准》的划分,可分为水平一(相当于小学 1-2 年级)、水平二(相当于小学 3-4 年级)、水平三(相当于小学 5—6 年级)、水平四(相当于初中阶段)、水平五和水平六(相当于高中阶段)。学段体育教学过程表现为某个学段的《课程方案》或《学段教学计划》。它的特点主要有:

(一) 发展阶段性

学段体育教学过程划分的主要依据是学生的身心发育规律,如初中生处于青春发育期,成长发育迅速,体型剧变,身体机能迅速健全,性开始发育成熟;随着生理的逐步发育成长,初中生的心理也发生了较大的变化,感知能力和观察能力明显提高,记忆力接近处于高峰期,具体形象思维向抽象逻辑思维过渡,想像能力有所提高等等,因此初中学段体育教学过程就要体现初中生上述生长发育的特点,这就是发展的阶段性

(二) 相互衔接性

学段体育教学过程与超学段体育教学过程相比,是进一步的细化,它

宏观性的国家体育课程目标、内容和要求进一步进行分解和细化,合理地分配于几个相互连续和相互衔接的学段中,并使之有机地结合,学段的体育教学过程主要是由国家来规定原则、由各级学校具体设计的

三、学年的体育教学过程及其特点

学年体育教学过程是指根据学校的体育教学情况,针对学生的特点。把学段体育教学标准和方案的内容、任务、要求等具体地分配到学年中,使之相互衔接,并付诸实施的过程.它是一种客观的体育教学过程,此过程一般由各级各类学校的体育部门来掌控,主要表现为学校的《学年教学计划》,学年体育教学过程的主要特点有:

(一)系统性

学年体育教学过程要完成学段体育教学的要求和目标,而学段的教学目标如何分解,教学内容如何排列,教学时数如何分配,学年与学年又如何衔接等均是学年体育教学过程要着重解决的问题。因此,学年体育教学过程不仅要注意学段中各学年体育教学过程的关系,还是注意学年内两个学期间体育教学过程的关系,因此其系统性比较强。

(二)周期性

学年体育教学过程的计划和安排要考虑体育教学内容的周期性,另外,在全年 32—36 周的体育教学过程中安排什么教材,安排在哪个学期,出现几次,教学内容之间的相互关系等等。

(三)承启性

学年体育教学过程具有明显的承上启下性,它是超学段体育教学过

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/866232030031010125>