



## 基础教育《体育与健康》课程

华南师范大学体育科学学院教授  
邓树勋  
(中国, 广州, 510631)



社会是不断发展的, 因而教育也必须不断地进行改革, 以适应发展的社会所提出的新的要求。

——《21世纪中国教育向何处去》

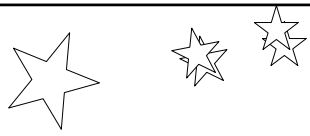
学校教育要树立健康第一的指导思想, 切实加强体育工作。

——《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》

课程改革是教育改革的核心内容。

——《体育与健康课程标准解读》





## 1 《体育与健康》课程改革的沿革与背景



建国以来，我国基础教育体育课程的改革与发展取得长足的进步，中小学生体质在不断增强，然而，历史进到21世纪，时代进步对基础教育提出新的更高的要求。

从体育教育观念与指导思想去考察，经历了以体育运动技术为主、以体质教育为主、以竞技运动为主等的变化发展，进到21世纪，课程应定位在“健康第一”。

《体育与健康》课程的改革背景，可从下列几方面考察：

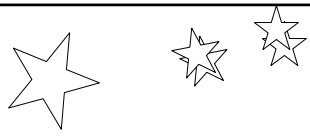


- 
- 
- ❖ 社会发展使人们对健康的关注程度不断提高;
  - ❖ 现代社会生活的发展促进学校、家庭、社区体育的联系与结合;
  - ❖ 大教育的改革与发展对学校体育提出新要求;
  - ❖ 素质教育的推进对体育课程培养学生创新精神与实践能力的启发;
  - ❖ 终身体育的落实——学生对体育的兴趣，主动性与技能。



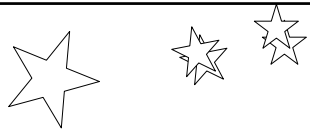
## 2 《体育与健康》课程的性质与定位



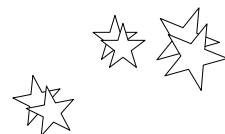


体育与健康课程是一门以身体练习为主要手段、以增进中小学生健康为主要目的的必修课程。

体育与健康课程决不等于体育+健康教育，不是两门课程的合并。体育与健康课程没有也不可能包容“健康教育”课程的全部内容。



体育与健康课程是将目标定位在“健康”上，强调以身体练习为主要手段，新课程标准的改革是从“健康”这一目标出发改造和完善体育与健康知识内容，重新选择组合完善运动技术内容，补充三维健康观内容，改革完善学习评价体系……等。



## 《体育与健康》课程具体目标是：

- ❖ 增强体能，掌握和应用基本的体育与健康知识与运动技术技能；
- ❖ 培养运动兴趣和爱好，形成坚持终身锻炼身体习惯；
- ❖ 具有良好的心理品质、人际交往能力与合作精神；
- ❖ 养成健康的生活方式；
- ❖ 发扬体育精神，形成积极进取，乐观开朗的生活态度。

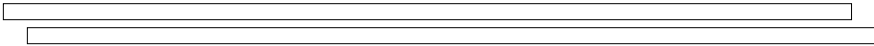


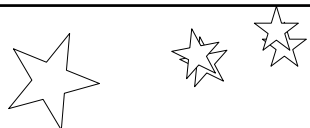
纵观现代体育课程的价值取向，主要是注重体育课程的健康价值、实用价值及满足不同个体的体育需求。

体育与健康课程的价值是增进学生身体健康、提高学生心理健康水平、增强学生社会适应能力，获得体育与健康知识和技能。

通过体育与健康课程学习应获得的知识技能主要有：

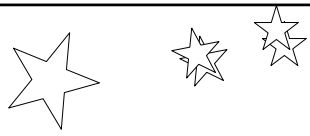


- 
- ❖ 为促进身体健康和终身体育所必需的运动技术技能；
  - ❖ 体育与健康的基础知识和科学锻炼的知识方法；
  - ❖ 科学的健康观念及必要的体育文化知识、运动观赏能力；
  - ❖ 运动安全知识、能力以及野外生存遇险自救的技能；
  - ❖ 运用体育与健康的资讯、资源、产品等为健康服务的能力。



### 3· 《体育与健康》课程改革的整体思路



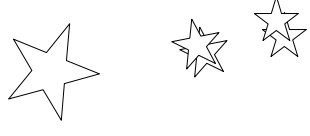


- ❖ 树立健康第一指导思想、淡化竞技运动体系模式，（但绝不是忽视运动技术，而是使技术更合理更符合学生对健康的需求）；
- ❖ 增强体育课程的综合性、开发体育课程的多项功能；
- ❖ 重视学生体育兴趣的培养，加强学生终身体育的观念
- ❖ 加强学生社会适应能力及良好心理素质的培养；



- ❖ 重视学生的主体地位；
- ❖ 关注学生个体不同需求，确保每个学生受益；
- ❖ 重视体育课程内容的开发，努力多样化和贴近生活
- ❖ 体育与健康课程考试及评价的科学化。

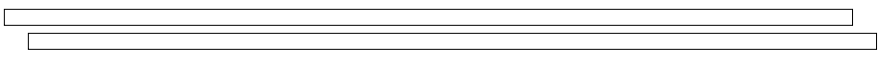




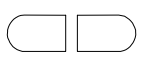
## 4 · 《体育与健康》课程学习领域



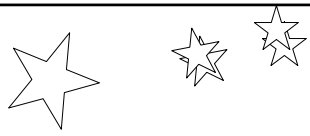
### 《体育与健康》课程五个学习领域：



- ❖ 运动参与
- ❖ 运动技能
- ❖ 身体健康
- ❖ 心理健康
- ❖ 社会适应

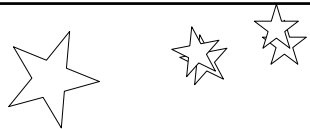






五领域构成一个完整的内容体系，是个有机联系的整体，每一个学习领域都不能脱离其他学习领域，而运动参与、运动技能则是达成课程目标的重要载体。

教学内容的选择则依据内容的健身性、科学性、兴趣性、实效性、简易性及地域性。



## 5 《体育与健康》课程考核与评价

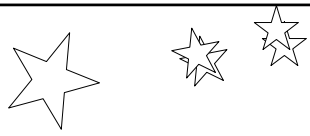


- 
- 
- ❖ 考核评价内容：体能、知识与运动技能、学习态度、情绪表现与合作精神；
  - ❖ 考核评价方法：过程评价与终结评价结合、定量评价和定性评价结合；
  - ❖ 考核评价形式：教师评价与师生共同评价。

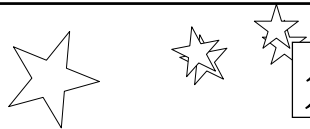


## 6 《体育与健康》 课程改革中体育教师角色的转换





《体育与健康》课程改革的实施，对体育教师的体育专业质素、教育质素、文化质素提出更高要求。



### 角色的转换

❖ 体育教师从被动执行教学大纲的大纲执行者转换成课程的设计者和决策者。

❖ 体育教师从运动技术的教练员转换成全面通过体育与健康知识、技能、能力、方法的教学促进学生多方面质素、技能、能力发展的教育工作者。这就要求体育教师实现一次性学习向终身学习观念的转变，不断学习提高专业质素及文化科学质素。



