



上海市普通高校乒乓球选项课的开展现状与发展

蔡玉军¹, 姚淑平²

摘要: 采用文献资料、数据统计等方法, 对上海市普通高校乒乓球运动开展情况进行研究, 结果发现: 上海市各普通高校的乒乓球场馆设施不能满足学生的需求; 教师队伍的整体素质较高, 但有近半数的教师不是乒乓球专业; 教师与学生的数量比较高, 教师的负担普遍较重; 多数学生具有良好的终身体育的意识; 教学内容以基本技术为主, 涉猎内容较为广泛; 学生业余时间参加乒乓球运动的比例较高, 但呈现无序状态。

关键词: 上海市; 普通高校; 乒乓球选项课; 现状

中图分类号: G807.01 文献标识码: A 文章编号: 1006-1207(2006)03-0090-03

Status Quo and Development of Table Tennis Selected Course in Shanghai Universities

CAI Yu-jun, YAO Shu-ping

(Shanghai Institute of P.E., Shanghai 200438, China)

Abstract: By the methods of document consultation and statistics, the paper studies the development of table tennis in Shanghai universities. The result shows that the table tennis facilities cannot meet the demand of the students. The teachers are of high quality, but only half of them have table tennis background. The teachers have to take the burden of teaching relatively more students. Most of the students have the awareness of life-long sports. The teaching contents are varied and focus on basic skill. Many students play table tennis after school, but not in an organized form.

Key words: Shanghai; university; table tennis selected course; status quo

1 前言

乒乓球是我国的优势竞技运动项目之一, 被誉为我国的“国球”。乒乓球运动的诸多优点, 决定了乒乓球运动在普通高校越来越普及, 参加乒乓球运动的学生人数逐渐增多。但随着乒乓球运动在普通高校不断升温, 相应的也反映出一些问题, 上海市的普通高校也不例外。本研究从上海市普通高校乒乓球选项课的开展现状为着手点, 找出其中的矛盾, 提出相应的建议与对策, 对改善上海市普通高校乒乓球选项课的教学现状和提高乒乓球运动在上海市普通高校的可持续发展提供一定的理论依据。

2 对象与方法

2.1 对象

上海市 12 所普通高校: 复旦大学、同济大学、上海交通大学、上海工程技术大学、上海水产大学、上海财经大学、上海大学、上海金融学院、上海应用技术学院、上海第二医科大学、上海体育学院、上海戏曲学院。

2.2 方法

2.2.1 文献资料法

阅读了有关方面的书籍; 通过中国期刊网和上海体育学院图书馆查阅了相关文章, 为论文的撰写奠定了理论基础。

2.2.2 问卷调查法

设计了教师问卷和学生问卷, 对 12 所上海市普通高校的乒乓球教师和学生发放了问卷。共发放学生问卷 593 份, 回收 578 份, 有效问卷 578 份, 有效率 97.5%; 共发放教师问卷

49 份, 回收 49 份, 有效问卷 45 份, 有效率 91.8%。

2.2.3 访谈法

研究者设计了访谈提纲, 对 12 所普通高校的主管领导就相关问题进行了面访, 访谈的主要内容涉及等乒乓球教学、比赛、场地器材的管理等方面的问题。

3 结果与分析

3.1 乒乓球场地设施的基本情况

国家教育部办公厅文件[1992]14 号关于《普通高等学校体育场馆设施、器材配备目录》的通知, 对我国普通高校体育场馆建设和设施配备等情况提出了明确的要求。其中对每个学校乒乓球台有大致规定, 大约 4 个班就要配备一个乒乓球台。照此推算, 一个有一万人的高校最少也该拥有 40 个球台。随着高校招生规模的普遍扩大, 选修和练习乒乓球的人数不断膨胀, 普通高校的乒乓球场地设施并不能满足需求。

从上海的情况来看, 被调查的 12 所高校全部都有乒乓球馆, 其中, 上海交通大学、上海水产大学、上海体育学院都有 2 个乒乓球馆, 复旦大学则有 4 个。调查显示, 上海市普通高校约有 8.9% 的教师可以支配的乒乓球桌数量在 10 张以下, 在很大程度上满足不了学生乒乓球选项课对场地的需求。场地、器材短缺影响了学生对乒乓球运动的热情和兴趣, 甚至还出现抢台、占台的不良现象。只有 17.8% 的教师对学校乒乓球设施的情况非常满意, 比较满意的占 37.8%, 基本满意的占 35.6%, 仍有 8.9% 的教师对乒乓球场地设施不太满意; 学生对学校乒乓球设施非常满意的只有 15.2%, 比

收稿日期: 2006-09-13

第一作者简介: 蔡玉军 (1978~), 男, 助教, 主要研究方向: 体操训练、学校体育

作者单位: 1. 上海体育学院 继续教育学院, 上海 200438; 2. 上海交通大学 医学院, 上海 200025

较满意的占29.1%，基本满意的占42.4%，不太满意的有11.9%，非常不满的占1.4%。另外，约有52.1%的学生在上乒乓球选项课时需要自备球或球拍，这也充分说明了学校的器材不能满足学生的需要。因此，如何解决体育场馆短缺这一难题，已经成为当前上海市部分普通高校乒乓球运动发展的主要矛盾之一。

乒乓球场地设施的相对短缺已成为制约我国高校乒乓球运动开展的重大障碍。究其原因，这与学校的条件限制和经费的投入有关。从目前来看，我国高校投入的资金很难满足体育场馆的建设与维护，与发达国家相比我国高校体育场馆的投资水平，仍停留在较低的水平上。

3.2 乒乓球教师的基本情况

教师是高校乒乓球运动的重要载体，教师的自身素质也是影响学校乒乓球运动开展的重要因素。教育部《关于新时期加强高等学校教师队伍建设的意见》提出，到2005年，具有研究生学历教师的比例，教学科研型高校要达到80%以上（其中具有博士学位教师比例达到30%以上）；教学为主的本科高等学校达到60%以上，职业技术学院和高等专科学校达到30%以上。显然，从目前来看，此目标与现实之间的差距仍有一定的差距。而高等体育教师的学历、职称比例有是普遍滞后于其他教师整体水平的。

表1 上海市普通高校乒乓球教师的职称情况(N=45)

职称	人数	百分比	累计百分比
教授	1	2.2	2.2
副教授	12	26.7	28.9
讲师	27	60.0	88.9
助教	5	11.1	100.0
总计	45	100.0	

职称是评价一个教师的一个硬件标准，而学历直接影响到高校教师队伍整体素质和工作水平的提高以及高等教育工作的全局。由表1可知，上海市普通高校乒乓球教师的整体素质比较高，基本能够承担起在高校教学的责任。

表2 上海市普通高校乒乓球教师的学历情况(N=45)

学历	人数	百分比	累计百分比
大专	1	2.2	2.2
本科	31	68.9	71.1
研究生	13	28.9	100.0
总计	45	100.0	

另外，在上海市普通高校教授乒乓球选项课的教师中，是乒乓球专业的只有51.1%，另外48.9%的乒乓球选项课教师为其它专项，以篮球、排球、田径为主。从参加工作以来就从事乒乓球教学工作的只有55.6%，有44.4%的教师，是后来被抽出来教授乒乓球选项课的。非乒乓球专项的教师，由于他们没有经过长期系统的训练，其本身根本无法对乒乓球项目有深刻的认识，也不可能有很高的运动水平，顶多也就是业余爱好者。可想而知，他们在乒乓球选项课教学中根本不能做到游刃有余。

另外，调查显示，上海市普通高校乒乓球选项课教师与学生的数量比约1:121，大约每位老师带5~6个班的乒乓球选项课，最多的带8个班，最少的带2个班。

3.3 参加乒乓球选项课的学生调查

调查结果显示，上海市普通高校参加乒乓球选项课的学

生喜欢乒乓球运动的占88.1%，不喜欢的有11.9%。在对选修乒乓球课的动机的调查中，兴趣爱好占35.1%，是学生参加乒乓球选项课的最主要的因素。（见表3）。

表3 上海市普通高校学生选修乒乓球课的动机调查(N=578)

选课原因	频数	百分比
比较容易拿学分	38	6.6
提高技战术水平	105	18.2
锻炼身体	166	28.7
兴趣爱好	203	35.1
学习一种锻炼身体的手段	109	18.9
娱乐、交友	52	9.0
其它	47	8.1

在对学生在参加完乒乓球选项课之后对乒乓球运动的兴趣的调查中，有9.7%的学生认为没什么提高，45.0%的认为有点提高，33.4%的认为有较大提高，8.3%的认为有很大提高（有3.6%未作答）；在对学生在修完乒乓球选项课之后的乒乓球运动水平的调查中，有5.4%的学生认为没什么提高，52.1%的认为有点提高，33.9%的认为有较大提高，6.6%的认为有很大提高（有2.1%未作答，）。说明绝大部分学生通过乒乓球选项课的学习，不仅对乒乓球运动的兴趣有所增加，运动水平也普遍有所提升。这对学生树立自信，形成终身体育的意识，把乒乓球作为以后锻炼身体的一种重要手段具有莫大的促进作用。

3.4 乒乓球选项课教学的基本情况

调查显示，上海市普通高校乒乓球选项课技术部分所教授的内容以基本技术为主，涉猎内容较为广泛。其中，握拍法、基本姿势、基本步伐中的单步和滑步、推挡、正手攻球以及接发球战术每个普通高校都教授。交叉步、弧圈球、拉攻战术等比较复杂的内容也都在85%以上。

上海市普通高校乒乓球选项课技术部分注重基础动作的教学，这符合乒乓球选项课学生的情况。参加乒乓球选修课的学生大部分技术动作基础不好，应该从基础动作开始，让学生打下良好的乒乓球基础，同时，让学生对比较复杂的技术有所了解，不仅让基础较差的学生开阔了视野，也给基础较好的学生有提高的空间。

对上海市普通高校乒乓球选项课目前课时数安排的调查表明，只有18.0%的学生认为基本能满足自己学习的需要，7.8%的认为课时太多，71.5%的认为课时太少（2.8%的为作答，见表4）。这表明，目前的课时安排不能满足学生的需要。

表4 课时数满足学生学习的程度(N=578)

满足程度	频数	百分比	累计百分比
课时太少	413	71.5	71.5
基本能满足	104	18.0	89.4
课时太多	45	7.8	97.2
未回答	16	2.8	100.0
总计	578	100.0	

学生认为乒乓球基础差是影响其在学习过程中的最大障碍，认为课时数少的占20.8%，有20.2%的学生认为动作难度大是影响学习的不利因素（见表5）。



表5 影响学生乒乓球选项课上学习的不利因素的调查 (N=578)

不利因素	频数	百分比
教师动作示范不好	8	1.4
乒乓球基础差	248	42.9
动作难度大	117	20.2
不感兴趣	21	3.6
课时数少	120	20.8
教学方法不好	10	1.7
组织形式单调	66	11.4
搭档配合不好	35	6.1
球拍等不适合	34	5.9
老师不重视我	9	1.6
其它	19	3.3

3.5 学生业余时间参加乒乓球运动的情况

学生在业余时间偶尔参加乒乓球运动的占65.9%，经常参加的占19.6%，不参加的仅占13.1%（未作答的占1.4%，见表6）。可见大部分学生对乒乓球运动还是有较大的兴趣爱好的，这也从侧面证明了乒乓球运动的魅力。但是学生业余时间参加乒乓球运动基本都是盲目的，没有组织和计划。这种现象与学校对乒乓球运动的管理体制有很大的关系。各高校没有对乒乓球运动制定系统的管理体制，无法形成这项运动的浓厚气氛，在这样的环境下，学生对乒乓球运动的兴趣爱好，迟早也会被抹杀掉。

表6 学生业余时间参加乒乓球运动的调查 (N=578)

类别	频数	百分比	累计百分比
不参加	76	13.1	13.1
偶尔参加	381	65.9	79.1
经常参加	113	19.6	98.6
未回答	8	1.4	100.0
总计	578	100.0	

表7 学生对校内或校际之间组织乒乓球比赛的看法 (N=578)

类别	频数	百分比	累计百分比
应该组织	381	65.9	65.9
无所谓	176	30.4	96.4
不应该组织	16	2.8	99.1
未回答	5	0.9	100.0
总计	578	100.0	

由表7可知，有65.9%的学生认为校内或校际之间应该每年组织乒乓球比赛，30.4%认为无所谓，还有2.8%的认为不应该组织（未作答的占0.9%）。

3.6 主管领导对普通高校乒乓球选项课的看法

部分领导认为，为了避免教学过程中的“一刀切”现象，最好在学生参加乒乓球选项课之前对学生进行初步调查，将其分成基础班和提高班，有目的、有针对性的制定相应的教学计划和考核内容，真正做到因材施教，同时，在平时教学过程中有意安排一些教学比赛，是学生认识到自己的成绩与不足，更有利于学生进行自我评价和提高。

多数领导认为乒乓球是我国的“国球”，有着广泛的群众基础，他们对自己学校乒乓球选项课的开展前景充满信心；在高校开展乒乓球运动，只是采取乒乓球选项课的形式是不够的，经常组织校内（班级之间、院系之间）、校际之间的联谊或比赛，想尽办法让尽可能多的学生参与进来，营造良好的氛围，是促进乒乓球在高校普及和可持续发展的重要因素。

4 结论与建议

4.1 结论

4.1.1 上海市各普通高校乒乓球场地、器材不能满足学生的需求，场地、器材问题已成为影响当前上海市部分普通高校乒乓球运动发展的主要矛盾之一。

4.1.2 上海市普通高校乒乓球选项课教师队伍的整体素质较高，年龄结构较为合理，但有48.9%的教师为其它专项，有44.4%的教师从参加工作以来并不是一直从事乒乓球教学工作的，严重影响了乒乓球选项课的教学质量。

4.1.3 上海市普通高校乒乓球选项课教师与学生的数量比约1:121，大约每位老师带5~6个班的乒乓球选项课，教师的负担普遍较重且不太平均，最多的带8个班，最少的带2个班。

4.1.4 上海市普通高校学生对乒乓球运动有着比较浓厚的兴趣，学生选修乒乓球课的动机以兴趣爱好和锻炼身体为主，大部分学生表示会将乒乓球运动作为锻炼身体的主要手段或主要手段之一，有着较好的终身体育的意识。

4.1.5 上海市普通高校乒乓球选项课的内容安排以基本技术为主，涉猎内容较为广泛，大部分学生认为课时太少，满足不了他们的需求。

4.1.6 上海市普通高校学生业余时间参加乒乓球运动的比例较高，但呈现无序状态，这很大程度上与高校乒乓球运动的管理体制有关。

4.2 建议

4.2.1 加大物力、财力的投入，进一步改善学校的乒乓球场地、设施，添加适量的器材，为学生营造良好的学习环境。

4.2.2 多组织一些校内或校际之间的乒乓球比赛，营造良好的气氛，丰富学生的业余乒乓球锻炼，激发学生参加乒乓球运动的热情，让学生更加积极、自觉、主动地投入到乒乓球业余锻炼中来；改善管理体制，使得学生的业余锻炼有组织、有秩序，可以尝试采用乒乓球俱乐部的形式。

4.2.3 为了避免教学过程当中的“一刀切”现象，建议在学生参加乒乓球选项课之前对学生进行初步调查，将其分成基础班和提高班，有目的、有针对性的制定相应的教学计划和考核内容，真正做到因材施教，以学生为主体，教师为主导。

参考文献：

- [1] 刘健和. 关于技术创新的几点想法[J]. 乒乓世界, 1993
- [2] 苏竞存. 学校体育[M]. 北京: 人民教育出版社, 1987
- [3] 苏不仁. 论创新乒乓球教学与训练[M]. 北京: 人民出版社, 1995
- [4] 李玉环. 乒乓球大事记[J]. 乒乓世界, 1999
- [5] 刘萍等. 高校体育场馆发展中存在的问题及解决对策[J]. 体育成人教育学报, 2004(2): 47-48

(责任编辑: 陈建萍)



小学段田径类教学单元整体设计与实践

李长志¹, 李益平², 邹美菊², 周秀兰²

摘要: 依据《体育课程标准》、结合国际田联推出的《青少年趣味田径运动发展规划》的要求,采用调查法、实验法对小学段田径类教学目标和内容的整体设计、改变田径运动规则进行实践研究。并提出对策建议。

关键词: 小学; 少年儿童; 田径教学; 策略设计

中图分类号: G807.01 文献标识码: A 文章编号: 1006-1207(2007)02-0093-03

Integral Design and Practice of Athletics Teaching in Primary Schools

LI Chang-zhi, LI Yi-ping, ZHOU Zou-ju, ZHOU Xiu-lan

(Jintan Administration of Education, Jiangsu 213200, China)

Abstract: By the ways of investigation and experiment, the article studies the integral design of the aim and contents of athletics teaching in primary schools and the modification of the regulations of athletics in line with "The Standard of PE Curriculum" and IAAF's "Development Program of Juniors' Interesting Athletic Sports". Suggestions are put forward.

Key words: primary school; junior; athletics teaching; tactics design

1 前言

田径运动是一项具有走、跑、跳跃、投掷等竞技项目和健身娱乐活动。长期以来,一直是学校体育教学的主要内容,为促进小学生素质全面发展做出了不可替代的贡献。但由于传统田径教材(省编)中的项目多为周期性动作,比较单调,缺乏趣味性,安排过于分散、孤立,偏向“竞技化”。在目标设置、内容选择、课时安排和评价方式等单元构建上难以形成“整体”,导致教学中出现“蜻蜓点水”等现象,使学习只能停留在“初步体验”的程度上,而这种“初步体验”被多次重复后,对于技能的掌握和体质的增强及运动兴趣的持久保持产生了许多负面影响,使绝大多数少年儿童对田径类体育课逐渐失去乐趣。因此,增强田径运动的趣味性和实效性是当前体育教学改革的大趋势。鉴于以上思考,我们依据《体育课程标准》的理念,结合国际田联推出的《青少年趣味田径运动发展规划》的要求,根据少年儿童的生理和心理特点及田径教材的特殊性,从健身、娱乐、生活的角度出发,对传统田径运动项目进行整合、重组和拓展性开发,把具有较强内在联系的和共同主题的内容构成一个整体,即模块元(主题单元)。就其内容而言,整体内容的各个组成部分所要达到的预期学习结果都致力于共同说明一方面的问题。就学生而言,在学完一个单元后,应对单元的共同目标有清晰而全面的整体把握。通过对小学段田径类教学目标、内容的整体设计和教与学方式及规则的改变等策略,以灵活有趣的田径运动形式,吸引更多的少年儿童重新回到田径场,从事田径运动锻炼,逐步形成田径类基础性活动整体设计的教学特色。

2 对象与方法

2.1 对象

江苏常州市体育教育名师工作室成员所在学校(涉及到不同辖区的6所实验基地,城区2所、城郊2所、农村2所),

样本总数 $N \approx 534$ 人。在各实验基地选择1个水平段,随机抽取2个班,并随机将两个班中一个班作为实验班(共6个,人数有268名),另一个班作为对照班(共6个,人数有266名)。

2.2 方法

2.2.1 调查法

借鉴国内外已有的研究成果,对各层面田径教学的情况进行调查分析,为课题研究提供理论依据和方法。通过问卷测试实验组和对照组学生对田径类运动的认知和情感状况,进行组内和组间比较,研究主题单元教学对学生参与意识、协作精神和运动能力的影响。

2.2.2 实验法

在各实验基地随机抽样2个班分别作为实验班、对照班,采用单因素实验设计开展实验研究。对照班按省编教材中的教学内容组织教学;实验班采用以“模块元”为基础整体构建的教学目标与内容体系组织教学。对实验前、后期测试所得的数据进行统计分析。把实验前后实验组、对照组认知、情感变化等心理因素指标,作为运动参与的评价指标;运动技能及身体素质状况对比,作为运动能力和身体发展评价指标;心境状态指标的变化,作为衡量学生心理健康和社会适应能力的评价指标。

3 结果与分析

经过一学年的实践,对实验前、后被试认知、情感调查以及身体素质和运动能力、心境状态测试数据整理后,采用频数分析的方法进行转化程度和配对样本双尾T检验分析。结果表明,实验班学生的各项指标均优于对照班。

3.1 实验组对田径类运动参与态度有了大幅度的改善

运动参与是学生获取运动技能、提高健康水平、形成乐观向上生活态度的前提,也是《体育课程标准》规定的学习领域目标之一。参与田径类运动的态度和行为,取决

收稿日期: 2006-09-13

基金项目: 江苏省教育科学“十一五”规划重点资助课题

第一作者简介: 李长志(1957~),男,主要研究方向: 体育教学

作者单位: 1、江苏省金坛市教育教研室,江苏 213200 2、江苏金坛华罗庚实验学校 江苏 213200



于学生对田径类运动认知和情感的程度。

表1显示,实验组学生实验前、后对田径类运动本质理解、各项运动锻炼的价值取向、简要比赛规则的了解、运动技术原理的掌握以及各种有效锻炼方法和手段的运用,在认知程度上发生了非常显著的变化,在清楚以上程度(清楚加上很清楚)的人数分别增加了49.0、25.0、39.5、48.9、24.2个百分点;而对照组被试实验前、后各项对应指标分别增加13.7、2.6、25.2、20.6、15.4个百分点。实验组各项认知清楚及其以上程度的指标,与对照组相比有了大幅度的提高,这充分说明了整体设计的田径类运动的教学内容体系优于传统的教材体系,能促进学生田径运动认知水平的提高。

从表2得知,实验组学生在实验结束后各项调查项目的

喜欢程度均有不同程度的改变,在各项调查内容中很喜欢和喜欢程度以上的人数分别增加了13.4、23.4、12.2、49.2、22.0、2.6、25.8个百分点,最高的共增加了49.2个百分点,而且是耐力项目,在组合类运动也表现出积极的态度;而对照组在对耐久跑和投掷两项调查内容中,实验后喜欢及其以上程度的人数减少,其它各项喜欢程度人数不是十分明显。从整体上来看,田径类运动教学方法优于传统的教学方法,实验组采用的田径类运动教学内容和方法体系,不仅能提高学生田径运动教学内容的喜欢程度,促进学生练习的积极性和主动性,而且可以培养学生创编组合的实践能力和创新精神。

表1 实验组、对照组实验前后对趣味田径类运动的认知水平情况调查

调查内容	实验时间	调查结果%									
		实 验 班 (N≈268)					对 照 班 (N≈266)				
		很清楚	清楚	一般	不太清楚	不清楚	很清楚	清楚	一般	不太清楚	不清楚
对其本质理解	前	11.9	26.1	25.4	20.5	16.1	12.4	26.5	25.2	19.9	15.8
	后	50.4	36.6	10.8	1.1	1.1	19.5	33.1	23.3	17.7	6.4
对健康的作用	前	11.2	23.5	26.9	24.3	14.2	13.2	27.8	28.6	24.4	6.0
	后	22.8	36.9	28.0	10.4	1.9	17.3	26.3	29.7	21.8	4.9
对规则的了解	前	6.0	9.3	43.3	29.5	23.1	6.4	7.5	30.1	29.5	26.5
	后	24.6	30.2	33.2	9.0	3.0	16.5	22.6	29.3	22.9	8.70
对技术的掌握	前	0.7	8.6	17.9	21.6	51.2	2.3	11.7	17.7	25.6	42.7
	后	29.5	28.7	32.8	8.6	0.4	12.8	21.8	28.9	29.7	6.8
对其方法运用	前	18.3	22.4	27.2	23.5	8.6	7.9	29.3	36.5	16.9	9.5
	后	25.3	39.6	23.1	7.5	4.5	23.3	29.3	28.9	16.9	1.6

表2 实验组、对照组实验前后对趣味田径类运动的情感态度情况调查

调查内容	实验时间	调查结果%									
		实 验 班 (N≈268)					对 照 班 (N≈266)				
		很喜欢	喜欢	一般	不太喜欢	不喜欢	很喜欢	喜欢	一般	不太喜欢	不喜欢
对其健身看法	前	3.4	16.1	21.6	36.9	22.0	3.8	10.2	16.9	47.4	21.7
	后	11.6	21.3	29.9	35.4	1.8	5.6	10.9	21.8	40.6	21.1
对其课堂看法	前	10.1	32.5	36.2	16.4	4.8	9.0	40.6	30.1	15.8	4.5
	后	27.2	38.8	20.9	10.4	2.7	16.9	43.2	35.3	4.6	0.0
对走跑类看法	前	10.1	29.9	31.7	20.1	8.2	9.4	25.9	38.7	18.4	7.6
	后	20.9	31.3	32.5	11.2	4.1	16.5	35.3	29.7	15.8	2.7
对长跑的看法	前	6.7	15.3	35.8	25.0	17.2	10.9	26.7	24.4	24.8	13.2
	后	30.2	41.0	16.8	10.8	1.2	7.6	24.1	32.0	28.9	7.4
对跳跃类看法	前	16.8	32.8	29.9	12.3	8.2	13.2	38.7	28.9	12.4	6.8
	后	26.5	45.1	23.1	3.4	1.9	21.8	33.1	26.7	11.3	7.1
对投掷类看法	前	10.8	36.2	31.0	14.9	7.1	24.1	35.3	29.7	6.8	4.1
	后	13.4	36.2	25.7	22.3	2.4	22.2	28.9	24.4	15.8	8.7
对组合类看法	前	10.8	14.9	32.8	35.8	5.7	11.3	20.7	32.3	18.8	16.9
	后	18.7	32.8	27.6	14.9	6.0	15.8	26.7	35.3	11.3	10.9

3.2 实验组学生的体质和健康水平有了一定的提高

运动技能是《体育课程标准》中必须要达到的学习领域目标之一,具体表现在学生有效完成专门动作的能力,包括神经系统调节下不同肌肉群间的协调工作能力。它取决于对基本的运动知识和技术掌握和运用的程度。

从实验结果得知,系统地整体设计田径教学内容和采用趣味田径运动教学方法,能有效地提高学生的身体素质和运动能力。在6个组别测试的24个项目中,实验组各项成绩均有所提高。但实验组学生喜欢耐久跑的教学内容和方法但

成绩不理想,对这一现象的原因应深入探讨。

3.3 田径类运动对心理健康和社会适应能力有积极的促进作用

心理健康和社会适应是新一轮课程改革中重点关注的学习领域目标之一,主要表现在学生自我感觉、情绪状态和人际交往等方面。它取决于对适应社会生活环境而调整自己行为习惯或心理状态的能力。

从表3测试结果看,各水平段实验组的活跃性、愉悦性得到不同程度的提高,尤其是愉悦性得到了非常显著的提高,除



表3 实验组、对照组实验前后 BFS 激活评价维度的 T 检验结果

项目	性别	实验	实验组				对照组			
			(女生N≈44, 男生N≈45)				(女生N≈43, 男生N≈45)			
			M	SD	T	P	M	SD	T	P
30 m(s)		前	7.99	0.84			7.92	0.86		
		后	7.15	0.87	9.43	<0.01	7.35	0.88	9.23	<0.05
立定跳远(m)	女	前	1.05	0.16			1.09	0.16		
		后	1.25	0.14	-9.01	<0.01	1.18	0.15	-9.31	<0.05
投沙包(m)	生	前	9.31	1.06			9.29	1.09		
		后	12.74	1.12	-10.66	<0.01	11.64	1.10	-10.54	<0.01
30s 跳绳(个)		前	26.2	3.68			25.8	3.66		
		后	50.1	4.23	1.86	<0.01	44.5	4.21	1.85	<0.05
30m(s)		前	7.92	0.95			7.72	0.94		
		后	7.01	0.83	9.25	<0.01	7.31	0.83	9.41	<0.05
立定跳远(m)	男	前	1.06	0.15			1.10	0.15		
		后	1.29	0.15	-8.91	<0.01	1.19	0.14	-8.98	<0.01
投沙包(m)	生	前	14.60	1.08			14.71	1.11		
		后	19.01	1.64	-9.97	<0.01	18.21	1.59	-9.89	<0.01
30s 跳绳(个)		前	21.3	3.79			21.4	3.56		
		后	42.2	4.17	1.91	<0.01	39.6	4.03	1.89	<0.01

水平三实验组活跃性未出现显著性提高外,水平一和水平二也表现出非常显著的提高。而对照组水平一的活跃性、愉悦性有所提高,但不明显,水平二的愉悦性出现了不明显的下降、水平三出现了显著性下降,这表明了对小学段田径类运动以“模块元”为基础进行整体设计,其效果优于传统的教学内容和方法,有利于改善学生的心境状态,促进心理健康发展,提高社会适应能力。

4 结论与建议

4.1 结论

整体构建小学段趣味田径类运动主题单元教学体系,可以帮助教师在目标统领下学会合理选择、重组、拓展教学内容和创编教学方法,让田径运动重新成为学校体育的主要课程;也可以帮助学生正确理解田径运动原理,掌握田径运动健身的技能和方法,体验田径运动的内在乐趣,使更多的少年儿童重新回到田径场。

4.1.1 能解决好教材在低水平上重复及学生兴趣不高和教学评价等实际问题。以“模块元”思路整体设计教学目标、内容,可以更好地关注学生身心发展过程中运动能力发展的“最佳适合期”,改善学生身体的灵活性、均衡性。有效地实施运动参与、运动技能、身体健康、心理健康、社会适应学习领域目标的同步发展。

4.1.2 能发展学生的多维元素,促进身体素质和个体心理水平等方面的全面提高。田径项目经过改进和丰富,将对不同年龄的学生身心发展具有很强的针对性,能培养学生勇敢顽强、拼搏进取的意志品质,养成遵守社会生活准则的行为习惯,具有人与人之间相互配合、团结协作的精神和自我教育、适应社会等能力。

4.2 建议

由于种种原因,对实验变量的控制与目标制定的科学性和内容选择的针对性等方面还没有达到应有的层次,许多问题需进一步研究。

4.2.1 本课题研究所提出的“模块元”并不是一个完整教学中最小基本单位,可以按模块教学库(课程目标与内

容)、模块链(水平段目标与内容)、模块元(单元目标与内容)构成元素,每学完一个“模块元”(主题单元),可以获得相应的知识、技能,并达到《课标》中相关学习领域的发展目标。

4.2.2 单元课时数的安排是构建“模块元”的重要环节,在确定单元课时数时不仅要考虑完成教学目标的实际需要,还要考虑教材的难度、学生水平以及场地条件等情况。

4.2.3 学业评价是“模块元”设计中不可缺少的组成部分,它是不断修正和完善目标确定、内容选择及组织形式和手段运用等重要依据。应把形成性评价和终结性评价结合起来,注重评价主体、评价方式和评价指标的多元化,充分发挥评价促进学生全面发展的功能。

4.2.4 模块元中选择的主题应遵循娱乐性、健身性、主体性、整体性原则。主题内容要具有时代性、趣味性、应用性,既要考虑内容的多元化和方法的多样性,又要考虑它们对认知、情感、技能、身体、适应等方面的全面影响。

参考文献:

- [1] 毛振明. 体育教学改革新视野 [M]. 北京: 北京体育大学出版社, 2004.
- [2] 季浏. 体育与健康课程教学论 [M]. 杭州: 浙江教育出版社, 2003.
- [3] 黄汉升. 体育科学研究方法 [M]. 北京: 人民体育出版社, 1999.
- [4] 王则珊. 学校体育理论与研究 [M]. 北京: 北京体育大学出版社, 1995.
- [5] 周红萍, 等. 娱乐化田径教学指南 [M]. 北京: 北京体育大学出版社, 2005.
- [6] 龚正伟. 体育教学论 [M]. 北京: 北京体育大学出版社, 2004.
- [7] 张贵敏. 现代田径运动教学与训练 [M]. 北京: 人民体育出版社, 2005.
- [8] 杜伟, 等. 小学体育与健康教学参考书 [M]. 江苏: 江苏少年儿童出版社, 2003.

(责任编辑: 陈建萍)