

《义务教育体育与健康课程标准(2022年版)》 实施下毕节市第三实验中学体育教学现状 与对策研究

吴 靖

贵州民族大学体育与健康学院, 贵州 贵阳

收稿日期: 2023年7月21日; 录用日期: 2023年8月24日; 发布日期: 2023年8月31日

摘 要

2022年4月, 教育部印发《义务教育体育与健康课程标准(2022版)》, 同年八月开始执行该课程标准, 而毕节市第三实验中学也积极实施新的课程标准, 力求在原有的体育课程教学的基础上, 逐步改进教学方法和手段并实现教学模式的创新, 将2022版课程标准作为体育教学工作开展的出发点。运用文献资料法、问卷调查法、访谈法和数理统计, 以毕节市第三实验中学自执行新课程标准以来的体育管理、教学和体育课程效果的评价与反馈等方面进行了调查与分析, 该校虽然积极以新课程标准指导体育教学课程的开展, 但由于学校管理层的缺乏重视、体育教师的专业素养较低、体育硬件设施不能满足日常教学活动的有序开展等问题, 毕节市第三实验中学对新课程标准的贯彻不到位, 实际教学效果与预期效果相差较大。虽然该校积极尝试开展新的体育教学形式, 并在体育课中融入多学科知识, 一定程度上值得肯定, 但也存在许多问题和不足, 因此提出相应的对策和建议。

关键词

体育教学, 毕节市第三实验中学, 现状与对策

Research on the Current Situation and Countermeasures of Physical Education Teaching in the Third Experimental Middle School of Bijie City under the Implementation of "Curriculum Standards for Physical Education and Health in

Compulsory Education (2022 Edition)”

Jing Wu

The Arts College of Guizhou Minzu University, Guiyang Guizhou

Received: Jul. 21st, 2023; accepted: Aug. 24th, 2023; published: Aug. 31st, 2023

Abstract

In April 2022, the Ministry of Education issued the “Curriculum Standards for Physical Education and Health in Compulsory Education (2022 Edition)”. The curriculum standards were implemented in August of the same year, and Bijie No.3 Experimental Middle School also actively implemented the new curriculum standards, striving to gradually improve teaching methods and means and realize the innovation of teaching models on the basis of the original physical education curriculum teaching, taking the 2022 curriculum standards as the starting point of physical education teaching. By using the methods of literature review, questionnaire survey, interview and mathematical statistics, this paper investigates and analyzes the sport management, teaching and evaluation and feedback of sports curriculum effects since the implementation of the new curriculum standards in Bijie No.3 Experimental Middle School. Although the school actively guides the development of sports teaching courses with the new curriculum standards, due to the lack of attention from the school management and the low professional quality of sports teachers. The physical education hardware facilities can not meet the problems such as the orderly development of daily teaching activities, the implementation of the new curriculum standards in Bijie No.3 Experimental Middle School is not in place, and the actual teaching effect is quite different from the expected effect. Although the school actively attempts to carry out new forms of physical education teaching and integrates multidisciplinary knowledge into physical education classes, which is to some extent worthy of recognition, there are also many problems and shortcomings. Therefore, corresponding countermeasures and suggestions are proposed.

Keywords

Physical Education Teaching, Bijie Third Experimental Middle School, Current Status and Countermeasures

Copyright © 2023 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

总书记多次强调，体育课程教材要体现党对教育的基本要求，体现国家和民族的基本价值观，同时，必须落实健康第一的教育理念和立德树人的根本任务，在体育教学实践中使学生把握正确的政治方向，培养适应时代发展需要的人才([1], pp. 74-77)。现实和经验表明，运动锻炼对增强免疫力具有重要作用，对于中学生来说体育课是达到这一目的的主要途径([2], pp. 7-11)。由此可见，加强身体锻炼无论是对于提高免疫力，还是提高身体素质和促进身体健康，都具有无可比拟的作用，而中小学体育教学在这其中起到了扮演了重要的角色。当今随着互联网等新媒体的快速发展，在带来极大便利的同时也吸引了青少年

的眼球，这也成了阻碍青少年参与体育的一大因素，而最新版的体育与健康课程标准则是立足于我国中小学体育发展的需求，针对义务教育阶段体育教学存在的问题，制定了新的解决方案，这一定程度上对促进学生的体育参与、提高身体素质、促进身心健康发挥了无可替代的作用。

2022年8月，我国要求义务教育阶段中小学体育课程的开展以《义务教育体育与健康课程标准(2022年版)》为导向，并适当调整传统的教学方式和教学模式([3], pp. 395-397)。时代和社会在不断发展，而体育与健康课程标准也必须适应时代和社会发展的需要，这是促进中小学体育教学发展的又一次突破，同时也是面对我国当前体育教学存在的现实问题可行的解决方案。

毕节市第三实验中学开始执行新课程标准后，组织教师进行了培训，以体育课程育人为导向、优化课程内容、制定新的学业质量标准，培养学生的核心素养。但在实施过程中存在许多问题，在体育教学计划、教学方案的制定以及教学过程和教学评价等方面仍有待提高。

2. 研究对象与方法

2.1. 研究对象

毕节市第三实验中学自2022年8月执行《义务教育体育与健康课程标准(2022年版)》以来的体育教师与学生。

2.2. 研究方法

2.2.1. 文献资料法

为了解学者对于义务教育体育与健康课程标准和中学体育教学改革的研究，通过中国知网、贵州民族大学图书馆官网和阅读体育核心期刊等途径查找关于新课程标准改革与中学体育教学相关的资料，做归纳、分析和整理出当前中学体育教学研究的侧重点，并对其中重要文献进行详细的分类和概括，为本人论文的写作提供的充足的参考资料。

2.2.2. 访谈法

根据调查需要与毕节市第三实验中学的体育教师进一步了解本校的体育教学活动开展状况以及体育教师是否开展相关的培训以便于更好的开展体育教学活动等，通过与毕节市第三实验中学的多名体育老师以访谈的方式进行沟通，提前准备好访谈的内容，了解毕节市第三实验中学体育课程的教学项目、内容、教师创新意识、新课标的执行程度、采取什么教学方式以及学生反馈教学效果等多个方面的情况。

2.2.3. 问卷调查法

Table 1. The recovery and distribution of questionnaires on the current situation of physical education teaching in the third experimental middle school in Bijie City

表 1. 毕节市第三实验中学体育教学现状调查问卷的回收与发放

对象	发放量	回收量	有效问卷	有效率
学生	100	100	98	98%

根据研究的内容，本人参考了大量的相关文献和指导老师的意见，在此基础上，设计了《义务教育体育与健康课程标准(2022年版)》实施下毕节市第三实验中学体育教学现状调查问卷，对问卷的合理性进行多次分析和优化，形成了最终问卷，通过到毕节市第三实验中学利用学生课后时间随机发放调查问卷，调查该校学生在体育课上的参与情况和体育课的开展状况，本次问卷共发放100份，对该校初一至初三年级的学生随机发放，调查后共收集问卷100份，回收率为100%，并将其中归类为无效问卷去除后，

共获得 98 份有效问卷，有效回收率为 98%。其中 2% 的无效问卷主要是因为未按问卷指示之题项填答，以及在正反问项出现矛盾，因此界定为无效问卷。表 1 列出了问卷发放与回收的具体数值。

2.2.4. 数理统计法

将毕节市第三实验中学收集的调查问卷的各类信息和数据的统计，并将访谈的内容按照观点和分类进行归纳和整理，以得出一个直观、清晰的统计结果。

3. 研究结果与分析

3.1. 毕节市第三实验中学体育教学硬件设施状况

Table 2. A list of sports venues in Bijie No.3 Experimental Middle School

表 2. 毕节市第三实验中学的体育场地情况一览表

场地	篮球场	足球场	田径场	羽毛球场	乒乓球台
数量	5	1	1	4	10

体育场地和基本设施是开展体育教学的基本条件，由上表 2 可知，毕节市第三实验中学的体育教学场地较为充足，能够保证多个授课班级的同时教学，但是部分场地存在磨损严重等问题，如田径场和篮球场部分区域由于年久失修造成地胶损坏状况，存在安全隐患。

Table 3. A list of sports equipment in Bijie No.3 Experimental Middle School

表 3. 毕节市第三实验中学的体育器材状况一览表

器材	篮球	足球	田径器材(起跑器)	羽毛球拍	乒乓球、球拍
数量	30	50	8	20	50(副)
能否满足	不满足	基本满足	满足	不满足	满足
正常教学					

由表 3 可知，毕节市第三实验中学体育教学活动的开展时，大部分体育器材无法保证正常教学活动的开展，就会导致“场地充足、器材不够”的状况，加上部分器材由于损坏未及时更换的原因，使得新课程标准执行的效果不显著。

除教室上理论课的多媒体设施能够基本保证以外，该校的室内外体育场地的比例严重不均衡，导致在雨雪等天气无法保证教学计划和教学方案的正常实施。

通过了解得知，本校在 2022 年 8 月之后就开始按照新课程标准开展体育课，但主要是以在原有的体育课程的基础上进行改进，场地和器材也是充分利用本校自身的资源去加以改造，在部分内容的课上存在教学目的不清晰，教学器材无法满足正常教学活动的开展等问题。

3.2. 毕节市第三实验中学体育教师现状

3.2.1. 毕节市第三实验中学体育教师学历、职称分析

Table 4. List of academic qualifications and professional titles of physical education teachers in Bijie No.3 Experimental Middle School (N = 9)

表 4. 毕节市第三实验中学体育教师学历、职称一览表(N = 9)

学历/职称	研究生	本科	特级	高级	中级	初级
人数	2	7	1	2	4	2
百分比	22.2%	77.8%	11.1%	22.2%	44.5%	22.2%

了解教学现状是发现问题的前提,通过访谈的方式了解到该校9名体育教师的学历和职称如上表4,可以看出,拥有研究生学历的教师较少,仅占22.2%,而本科学历的体育教师则占77.7%的较大比例;而体育教师具有特级职称的仅有1人,该名教师教学年限较长,且在学术研究方面有所成就;高级和中级教师占66.6%,大部分教师的职称在这个阶段,而具有初级教师职称的两位老师是近几年刚入职的体育教师,教学年限短。由此可知,该校体育教师的职称与工作的年限以及教学、竞赛所取得的成果高度相关。

3.2.2. 毕节市第三实验中学体育教师类型特征状况

如下表5,该校的9名体育教师中,复合型的体育教师较少,而大部分教师则侧重于一个或两个方面较为突出,如:在教学或训练方面较为擅长,对于2022年秋季实施的义务教育体育与健康课程标准的要求来说,在教师素养方面,当前本校体育教师的教学素养大部分无法达到具备全面的知识结构和素养,从而培养全面发展的学生的要求。因此,要想教学水平和教学效果都进一步改善,定期组织体育教师进行相关的培训必不可少,同时,体育教师也应加强自主学习的能力,以适应体育教学发展的需要。

Table 5. A list of characteristics of physical education teachers in the third experimental middle school of Bijie City (N = 9)
表 5. 毕节市第三实验中学体育教师类型特征状况一览表(N = 9)

教师类型	以教学为特长	以训练为特长	以科研为特长	复合型教师
人数	4	2	1	2
百分比	44.5%	22.2%	11.1%	22.2%

3.2.3. 毕节市第三实验中学体育教师的教学素养状况

Table 6. List of PE teachers' evaluation of self-teaching literacy in Bijie No.3 Experimental Middle School (N = 9)
表 6. 毕节市第三实验中学体育教师对自我教学素养评价一览表(N = 9)

教学素养	完全符合	符合	基本符合	不符合
高尚的道德品质	33.4%	55.5%	11.1%	
宽广的理论基础与知识	22.2%	44.5%	33.3%	
深厚教育心理学知识	33.3%	44.5%	22.2%	
横向学科知识	11.2%	33.3%	55.5%	
全面的专业工作能力	22.3%	22.2%	55.5%	
良好心理品质	77.7%	22.3%		

由上表6,随着现代我国体育教育的不断发展,对体育教师的专业素养要求也更为广泛,这就需要体育教师在从事教育工作后仍要坚持学习,不断完善并提高自己,以适应培养全面发展的学生的需求。通过对毕节市第三实验中学体育教师的教学素养自我评价结果的归纳,所有体育教师基本符合当前体育教师应具备的教学素养,但从上表中可知多为体育教师的教学素养还需进一步提高,以自身素养的提高促进学生核心素养的形成,才能使体育课堂的教学朝着高质量的方向发展([4], pp. 92-94)。

表7为九名体育教师对新课标的不同熟悉程度,多数教师对其有深入了解,并在体育课开展中有所体现;但也有部分的教师未充分领悟新课标的内涵,从侧面也反映了本校缺乏定期的集中培训以及部分教师缺乏主动钻研新课程标注的意识。

Table 7. A list of nine physical education teachers' familiarity with the new version of physical education and health curriculum standards**表 7.** 九名体育教师对新版体育与健康课程标准的熟悉程度一览表

	非常熟悉	较熟悉	一般	不熟悉
人数	2	3	3	1
百分比	22.2%	33.3%	33.3%	11.2%

3.3. 新课程改革实施前后毕节市第三实验中学体育教学状况分析

3.3.1. 体育教学计划的制定

在新课程改革未实施之前,通过访谈了解到,毕节市第三实验中学制定的有体育教学计划,且设计都是以 2011 年版本的课程标准为指导,按照以往的教学经验来制定。新课程改革实施前该校的体育教学计划以牢固树立“健康第一”为体育工作的指导思想,以学生发展为本,坚持面向全体学生,开展丰富多彩具有广泛性的体育活动和小型竞赛活动,为培养德智美等全面发展的高素质人才而努力([5], PP. 16-24)。在实施后以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,注重中学生发展核心素养,引导学生明确人生发展方向,为社会主义现代化的建设培养接班人。与前者相比,更加注重学生长远的发展([6], pp. 1689-1690)。

由下表 8 可知,毕节市第三实验中学在实施新课程标准前都制定了学年、学期、课时计划,但没有制定单元计划,在制定学年教学计划时,按照大纲把教材的内容分在两个学期,但没有明确规定各项教材的上课课时数,一方面考虑到外在条件的变化可能会影响上课的具体时数的变化,另一方面忽视了学生只有在一定的时间内学习才能够掌握所学的教材内容,考核标准的制定较为单一,多以期末测试作为评判学生成绩的标准。在学期教学计划的制定上也较为简单,虽然将本学期教学内容安排到每节课中,但通过对学期教学计划的观察,就会发现在教材的安排上面欠缺系统性,未充分考虑教材的季节特点。由于每个学期只安排 1~2 个教学内容,由教师根据实际情况自主安排教学内容,长期教学同一内容可能会降低学生的学习兴趣,从而影响学生的学习效果。在课时教学计划的制定方面,设计的每一个环节都是完整的,只是在教学组织和教学方法的设计中缺乏与时俱进的意识。

在实施新课程标准(2022 年版)后,毕节市第三实验中学在体育教学计划四个部分的制定时,在制定体育教学计划之前,充分了解社会、家长、学生等多方面的意见,以及体育教师相互交流教学经验,共同制定出符合本校实际、切实有利于学生的成长与进步的体育教学计划,明确了整个体育教学计划制定都将服务于全体学生,增强了学生的主体地位。更加体现了科学性和合理性,弥补了以往单元教学计划的缺失,主要有三个方面的进步,一是教学计划的制定更加精细,每一个环节的设计都有理可循;二是更加注重教材内容安排的连贯性和科学性,使教材内容的安排能使学生在体育课上有所收获。三是教学任务以及教学重难点的设计符合学生的发展需要,与学生的身心状况和年龄特点相契合。但也存在不足,一是将新课程标准指导体育教学计划的制定的程度还不深,停留在表面;二是部分教师的专业素养不符合当前体育与健康课程的要求。

Table 8. A list of changes in the content of the physical education program before and after the implementation of the new curriculum reform in the No.3 Experimental Middle School of Bijie City**表 8.** 毕节市第三实验中学实施新课改前后体育教学计划的内容变化一览表

	实施前	实施后
是否制定学年体育教学工作计划	是	是
是否制定学期体育教学工作计划	是	是
是否制定单元计划	否	是
是否制定课时计划	是	是

3.3.2. 体育教学方案的设计

体育教学方案的设计上,在义务教育体育与健康课程标准实施前,毕节市第三实验中学的体育教师设计的由体育教学方案,按照以往的课程标准来设计,实施大单元教学(表9),以某一学期为例:本学期的教学内容主要是篮球和田径中的五十米短跑,由于篮球为期末考试的测试内容,所以75%的课时安排为篮球教学,25%的课时上田径,但并未实施模块化教学,在2022年以前的中考体育的内容和项目都是规定好的,所有学生的考试内容一致。以其中一名体育教师的教案为例,体育教学目标主要是运动参与、运动技能等四个方面,都是学生通过某一次体育课的学习能达到的技能的掌握程度以及培养“坚韧不拔、吃苦耐劳”的精神等。教学的重难点缺乏针对性。教案准备部分的设计以跑步热身和常规徒手操为主,很少有老师会在徒手操的设计中设计新颖的拉伸动作,以及很少设计与课程相关的体育游戏来增强体育课的趣味性。教案基本部分的设计围绕教材内容展开,有4个环节,包括教师示范、集体练习、分组练习、小组展示,但是组织形式较为单一,学生之间、学生与教师之间的交流不多。教案结束部分的设计以放松操和讲评本节课为主,缺乏布置课后作业的环节和学生心率变化曲线。对于同一年级多个班级的教学方案的设计,存在一份教案应用于多个班级的现象,未考虑到不同班级之间、不同学生的差异性,体现出教学方案的设计未能充分站在学生发展的角度出发。

在2022年8月之后,毕节市第三实验中学的体育教师按照新课程标准来设计体育教学方案,较之前有较大变化,既以大单元的形式设计体育教学方案,也实施了模块化教学,主要是根据中考体育规定的项目中的必考项目短跑,跳远和跳绳二选一,篮球、足球和排球任选一项,从下表10可知,选择跳远和跳绳的学生比例相近,而足篮排中选择篮球和排球的学生较多,也反应了学生的兴趣倾向。以其中一份篮球教学设计为例,在教学目标的设计时,严格按照运动能力、健康行为、体育品德三个方面提出一堂课学生应该达到什么目标,在教学设计的准备部分增加了多种形式的热身手段和体育游戏环节,体育游戏名为“突出重围”,融入了国防安全知识和地理知识,结合以往体育课所学的动作技能,调动了学生的积极性[7]。在体育教学设计的基本部分,在以往的基础上加入了课堂导入以及模拟篮球竞赛,增强了学生对本次课的体验,教师的讲解示范部分和学生练习形式也更为多样,结束部分采用本地特色的歌曲在教师带领下做放松舞蹈[8]。

Table 9. The comparison of physical education programs before and after the implementation of the new curriculum standard in the third experimental middle school of Bijie City

表 9. 毕节市第三实验中学实施新课标前后体育教学方案的对比状况

	实施前	实施后
是否按照课程标准设计	是	是
是否设计大单元教学	是	是
是否进行模块化教学	否	是

Table 10. A list of the number of students who choose each project after the implementation of the new curriculum standards (N = 100)

表 10. 实施新课程标准后学生选择各项目的人数一览表(N = 100)

	跳远	跳绳	篮球	足球	排球
人数	51	49	41	23	36
百分比	51%	49%	41%	23%	36%

3.3.3. 体育教学内容的选用

在体育教学内容的选用方面,在新课程标准实施前,该校在体育课程标准规定的基础上,该校结合

自身条件,以球类、操舞类和田径等作为主要的教学内容,在理论课上以观看体育比赛、竞赛规则和正确动作要领为主,但总体而言,在体育教学内容选用和一个阶段内体育教学内容的安排上较为单一,会影响学生对参与体育课的积极性。

实施新课程标准后,在维持原有正常体育教学内容的基础上,在课程内容的选用中加入了多个方面的内容,一是跨学科知识,如美术、地理等学科的知识通过体育游戏的方式传授给学生,语文、政治等学科的知识通过情景模拟等方式实现;二是劳动技能的教学,以“校园健步走”时看哪个小组拾得的垃圾多,来培养学生的爱护意识;以素质拓展训练的方式来帮助学生学有所获[9], PP. 7-8)。三是根据教育局规定的中考体育的项目,根据学生选择的结果灵活的安排童语教学内容,增强了学生的主体地位,四是注重体育品德和精神的培养,促进学生终身体育习惯的养成,在教授新项目或理论课时,以真实案例的学习来实现此目的。开设了校内定向越野、增加理论课的比重、跨学科知识等内容,实现了体育课程的创新,但开课的内容不够丰富,组织形式过于单调。

3.3.4. 体育教学活动的组织形式

在实施新课程标准前,随着教学经验的积累,体育教师在组织体育课时,除了极端天气以外,都是在室外组织练习课,室内理论课的安排次数较少,虽然室外教学时间较多,但不利于学生的全面发展,其次是在师生的互动形式方面,长时间形成了“老师教、学生学”的模式,更多的是老师与学生个体或与群体之间的交流,忽视了留出一定时间给学生交流,能使对体育知识的理解更深刻、技能更熟练。

新课程标准实施后,在以往单一的教学组织形式的基础上,通过以新课标为指导,组织体育教师进行专业培训后,体育教学活动的组织形式逐渐多样化,在分组教学方面更加注重小群体内学生的相互学习和共同进步,如采用帮教型分组和合作型分组的运用。其次是在师生的互动方面,教师在完成教学后,会留出更多的时间让学生进行练习和探讨,小组探究和对个体的指导运用的更为普遍,开发学生思维的同时,使学生的主体地位进一步深化。

3.3.5. 体育教学过程的实施

在体育教学过程的实施方面,在执行新课标前,无论是课堂常规和队列队形的运用上,体育教师都是严格按照要求进行,学生在学习过程中的自我约束的能力的到显著提升,并能够将这一行为习惯延伸到其他学科和日常生活中去。在体育课的密度和负荷的控制上,实施过程中会与预期的设计相差较大,负荷较小学生的身体素质得不到有效的提升,但负荷过大也会使学生造成运动疲劳或运动损伤。无法达到体育教学目标,教学方法与手段不够灵活。下表 11 是执行新课标后的体育教师自我对体育教学过程各方面的评价,可以看出体育教师在体育教学的实施过程中,大部分教师会严格按照体育教学方案的设计来开展体育课程,无论是教学内容和时间的安排都较为严谨,并灵活地组织教学活动,与预期设计相差不大。而少部分教师由于教学经验较少或教学方案的设计没有充分考虑实践教学条件和学生状况地原因,使体育教学实施过程和预期设计有偏离。

Table 11. A list of all aspects of physical education teachers in the physical education teaching process (N = 9)

表 11. 体育教师在体育教学过程中的各方面状况一览表(N = 9)

	好	较好	一般	较差	差
体育教学目标的达成	22.2%	44.4%	22.2%	11.2%	
体育教学内容的安排	33.3%	44.3%	11.2%	11.2%	
人际关系的处理	55.6%	22.2%	22.2%		
教学方法与手段的使用	33.3%	33.3%	22.2%	11.2%	
体育教学环境	22.2%	22.2%	44.4%	11.2%	
体育教学反馈	44.4%	33.4%	22.2%		

新课改实施后,如下表 12 所示,随机抽取的 100 名学生中,大部分学生在新课程改革实施后对体育课的参与兴趣明显提高,且能积极完成教师安排的教学内容和课后作业,且这部分人群在体育课的平时和学测试中都表现出较好的成绩,与实施前形成鲜明的对比。较少部分学生的参与情况低,甚至会出现不想完成相应任务或是想无理由请假见习的情况,形成了两种反差。学生对体育教学的态度变化侧面反映了教学过程的实施所取得的成效。

Table 12. A list of students' participation in physical education before and after the implementation of the new curriculum standard

表 12. 新课标实施前后学生参与体育课的情况一览表

参与情况	积极参与	正常参与	偶尔参与	不想参与
实施前(人数)	37	39	16	6
百分比	37.8%	39.7%	16.3%	6.1%
实施后(人数)	43	47	6	4
百分比	43.9%	47.9%	6.1%	4%

3.3.6. 体育教学评价

以往的体育教学评价中,未考虑到体育教学评价是循环往复、具有连续性的过程,且局限于对体育教学价值的评价。在对学生的评价方面,往往只以学生完成动作技能的准确性以及在某项测试中所获得的成绩来评价学生的学习效果和学习成绩的优与劣;在对教师的评价方面,侧重于对整个教学效果的综合评价,如听课或者其他同事、校领导的评价;在教学过程中,诊断性评价和终结性评价运用的较多,但缺乏针对不同内容的课程和不同状况的学生,灵活地采取最佳的评价方式。

新课改实施后,毕节市第三实验中学的体育教学评价朝着更加科学合理的方向发展,对学生的评价方面,从以往的单一指标评价改为综合性评价,期末测试不再是评判学生体育成绩好坏的唯一因素。如表 13,对学生参与新课程改革前后的学习感受进行了调查,学生对体育课的评价也受到了高度重视。大部分学生的乐于接受新的体育课教学方式和模式,在课中更能感受到体育课所带来的乐趣和多方面的知识收获,少部分学生群体习惯了传统的教学模式,还未真正融入到当前的体育课学习中去,这也暴露出了教师执行新课程标准的不足。

Table 13. The survey table for the comparison of students' physical education learning effects on the implementation of the new curriculum reform

表 13. 学生对新课程改革实施体育学习效果对比调查表

满意度	实施前的学习效果好	实施后的学习效果好
人数	22	76
百分比	22.5%	77.5%

Table 14. List of student satisfaction surveys after the implementation of the new curriculum standards

表 14. 学生对新课程标准实施后的满意度调查一览表

体育课程问题评价类别	很满意	满意	一般	不满意	很不满意
课程教学内容	21.4%	43.8%	21.4%	7.14%	6.12%
教学方式和手段	17.3%	40.8%	26.5%	8.16%	7.14%
教学方法	19.3%	42.8%	25.5%	9.18%	7.14%
理论、实践课安排	26.5%	51%	10.2%	8.16%	4.08%

上表 14 清晰地反映了不同学生对于新课程标准实施后的满意度不同,学生是体育课教学的直接参与

者，同时学生对于教学的评价与反馈也最能体现新课程标准实施后的好与坏([9], pp. 7-8)。从整体评价和学生前后的参与情况来看，体育教学的效果和质量有了提升，但与新课标注所提出达到的目标有差距，一些教学内容的融入只是“依葫芦画瓢”，并未从课程的本质和学生的整体出发，使得不同学生对体育教学的评价褒贬不一。

3.4. 毕节市第三实验中学学生体育学习现状

3.4.1. 学生对体育课的学习现状

Table 15. The status of students' preference for physical education

表 15. 学生对体育课的喜欢程度状况表

程度	非常喜欢、热爱	喜欢但不愿参加	一般	不喜欢、没兴趣
人数	54	13	20	11
百分比	55%	13%	20%	12%

Table 16. Analysis of reasons why students do not like physical education

表 16. 学生不喜欢体育课原因分析表

原因	怕累、受伤	身体素质差	没喜欢的项目	不喜欢体育老师	其他
人数	4	4	2	1	3
百分比	36%	36%	18%	9%	27%

通过表 15 和表 16，喜欢体育课的学生占 54%，比例较大，这类学生人群能够很好的参与到体育课中来并积极完成教师安排的学习任务；12%的学生对体育课不感兴趣，甚至不想参与，且不喜欢上体育课的原因多样，怕受伤以及怕因为自身身体素质差而无法融入到体育课中去等原因([8], p. 11)都必须引起重视，主要的一方面是体育教师需优化体育教学设计，考虑到不同学生群体的身体状况和性格爱好等，注重在教学中关注到不同的群体，尽量激发全班学生的参与，活跃课堂氛围。另一方面是学生要学会自我调节情绪，积极融入到集体中去，培养兴趣。

3.4.2. 学生课余时间参与体育运动的状况分析

如下表 17 和表 18，随着当前学校体育的发展，鼓励学生积极参加校内外体育活动，“锻炼健康、运动快乐”的观念深入人心，通过调查可知近一半的学生每天坚持锻炼 30~60 分钟，通过在自己家庭的周围或者在学校，采取同伴而行或在家长的陪同下参与锻炼，且锻炼的方式多样，这显示了学生的锻炼内容和形式的多样化一定程度上体现了体育课教学效果潜移默化的带动作用。27%的学生每天参与体育锻炼的时间在 30 分钟以下，时间过短可能会导致锻炼效果不明显，身体素质得不到有效提升，该部分学生由于身体素质差或自身兴趣等原因，参与的时间较少。而有个别的学生由于活泼好动、喜爱运动的原因每天锻炼的时间超过两小时，对于中学阶段的学生来说，身体各器官机能未发育完全，过度锻炼也会对身体造成不良的影响。

Table 17. A list of students' after-school exercise time

表 17. 学生课余锻炼时间一览表

课外运动时间	30 分钟以下	30~60 分钟	1~2 小时	2 小时以上
人数	26	51	18	3
百分比	27%	52%	18%	3%

Table 18. List of exercise methods chosen by students in their spare time**表 18.** 学生课余时间选择的锻炼方式一览表

锻炼方式	跑步	跳绳	篮球	乒乓球	自行车	其他
人数	21	17	19	16	16	9
百分比	21%	17%	20%	16%	16%	10%

如表 17 和表 18, 随着当前学校体育的发展, 鼓励学生积极参加校内外体育活动, “锻炼健康、运动快乐”的观念深入人心, 通过调查可知近一半的学生每天坚持锻炼 30~60 分钟, 通过在自己家庭的周围或者在学校, 采取同伴而行或在家长的陪同下参与锻炼, 且锻炼的方式多样, 这显示了学生的锻炼内容和形式的多样化一定程度上体现了体育课教学效果潜移默化的带动作用([10], pp. 86-87)。但少部分学生由于身体素质差等原因, 参与的时间较少。

4. 新课程标准实施后毕节市第三实验中学体育教学存在的问题与不足

4.1. 缺乏室内体育教学场地的状况未得到改善, 部分体育器材老旧或损坏严重

体育教育的发展需要长期的坚持和重视, 毕节市第三实验中学虽然室外体育场地充足, 能够满足多个班级的体育教学, 但在执行新课程标准后, 尤其是学生按照自我倾向选择中考体育的项目之后, 场地和器材的需求一定会较以往有所提升, 可见建设一定的室内场地和保持体育器材的充足的必要性。

4.2. 部分体育教师对新课程标准的理解程度不深, 缺乏长期系统的专业培训

师资队伍中各教师有自己所出众的方面, 但现在的中学体育需要的是综合性人才, 该校虽在第一时间以新课程标准为指导开展体育课程, 未定期对体育教师专业培训, 且教师之间的横向交流不足, 就无法到达建设一支优秀的师资队伍的目的。

4.3. 未立足于本校的实际情况及学生的状况制定体育教学计划和方案, 指向性不强

体育教学计划和体育教学方案的制定最终是要有利于体育教学效果的提升, 虽然体育教学计划和方案较未实施新课标前有了改进, 但在室内外场地严重不均衡、学生习惯了以往的教学方式的情况下, 如何使教学计划和方案的制定有利于学生的成长与进步就显得尤为重要。

4.4. 未能充分结合本校条件和环境开发体育课程资源

在课程建设方面, 虽然场地和体育师资能够满足正常教学的开展, 但现在的体育教学需求远不仅于此, 教师创新意识不足, 在教学内容的选用和教学活动的组织时, 没充分结合本校的优势的当地特色, 课程建设没有鲜明亮点。

4.5. 部分适应能力较差的学生无法融入新课程标准实施后的体育学习模式

低年级的学生对新课改后的体育课学习中, 会出现由于个人原因或是整个体育教学过程的组织和学习方式变化太大的原因, 部分内向的学生未能全身心的投入到体育课的学习中去。其次是在跨学科知识的体育课上, 学生习惯了传统“教与学”的模式, 对其他学科知识的迁移和理解存在问题。

5. 结论

5.1. 体育场地基本能够满足教学活动的需要, 但缺乏室内教学场地

毕节市第三实验中学的体育教学场地充足, 基本能够满足教学活动的需要, 但部分体育器材数量不

足或已损坏老旧严重，且缺乏室内场地，在极端天气等状况无法正常开展体育教学活动。

5.2. 学校体育教师的职称和学历结构能满足教学所需，对新课标的理解多只停留在表面

师资队伍中各教师有自己所出众的方面，但现在的中学体育需要的是综合性人才，该校未定期对体育教师专业培训，且教师之间的横向交流不足，就无法到达建设一支优秀的师资队伍的目的。

5.3. 按照新课标制定体育教学计划和体育教学方案，缺乏对新课标的深入钻研

毕节市第三实验中学在实施新课程标准后，体育教学计划的制定和方案的设计都更能体现当前多方面的需求，设计的流程和内容也更加规范合理。但大部分体育教师对新课程标准的理解还只停留在表面，要使教学计划和方案都得以质的改变，需加深对新课标的理解并融入自我的创新。

5.4. 教学过程的实施和组织形式多样化，但教学内容的选用和设计不是太合理

教学内容的选用主要是围绕中考体育的项目。在实施体育课的途径和方法上，存在形式单一、内容较少、特色不明显的问题，教师创新意识不足，没充分结合本校的优势的当地特色，课程建设没有鲜明亮点。

5.5. 实施新课程标准后学生对体育教学的整体评价提高，部分学生对新课程标准实施后的适应性不足

学生是体育教学的主体，学生对体育教学的评价会反作用与教学实践，学生的性格和思维对参与体育学习有重要影响，该校在如何提升全体学生的学习收获以及增强学生的整体满意度方面还需做改进。

6. 对策

6.1. 加强对执行新体育与健康课程标准的重视程度和支持，改善教学器材设施

毕节市第三实验中学学校领导应加强对执行新体育与健康课程标准的重视程度，为体育课程的改革提供持久而深沉的动力，无论是前期还是后续都要发挥“领头羊”的作用，始终以《义务教育体育与健康课程标准(2022年版)》作为学校体育工作开展的依据，使本校体育教学工作得到长足的进步。定期维护体育器材并及时做好更换，避免学生学习过程中造成损伤。

6.2. 定期组织体育教师进行培训和学习，加强体育师资队伍的建设

应加强体育师资队伍的建设，定期组织培训，尽快完成新版体育与健康课程标准和教师之间的有效衔接，使体育与健康课程标准中具有指导价值的概念和意见转化为体育教师在体育教学中可操作且效果显著的实践活动，不断提高教师的专业素养，进一步使教师的专业技能和教学能力适应当前学生全面发展的需要，以“教学相长”教育观念促进学生和教师的共同进步。

6.3. 充分考量本校的实际情况，切实站在学生发展的角度制定体育教学计划和方案

体育教学计划和方案的制定不同于新课改实施前，需坚持以体育课程育人为导向、优化课程内容、培养学生的核心素养。在教学实践中积累经验，并不断反思自我教学中存在的问题和不足，继而在后续的方案中改进，做到根据本校的实际情况和学生特点来达到“事半功倍”的效果。

6.4. 充分发掘地区和本校的资源优势，打造独具特色的体育课程

发掘地区和本校的资源优势，利用当前有限的条件，积极开发课程资源，打造独具特色的体育课程，以此达到促进学生发展、培养学生健全人格的目的，增强学生在体育课上的收获和体验，同时激发

学生对体育课的兴趣和养成终身体育的意识。

6.5. 树立“以人为本、健康第一”的理念，关注学生的个体差异性

关注学生的个性，开发学生的思维、增强学生的适应能力。对于兴趣不高，不乐于参与到体育学习中去的学生群体，采取适当、简单易懂的方式让学生融入到体育课的教学中去，体育教师需要做的是采取更为合理得当的方式去引导学生，使学生养成正确对待体育课的学习以及如何正确面对生活中的挫折等问题，树立以人为本、健康第一的观念。

参考文献

- [1] 义务教育体育与健康课程标准修订组. “健康第一”以体育人——义务教育体育与健康课程标准(2022年版)解读[J]. 基础教育课程, 2022(10): 74-80.
- [2] 林少琴. 新课改背景下体育教学目标设置若干现象分析[J]. 体育学刊, 2013, 20(4): 87-89.
- [3] 尹志华, 刘皓晖, 孙铭珠. 核心素养下《义务教育体育与健康课程标准》2022与2011年版比较分析[J]. 天津体育学院学报, 2022, 37(4): 395-402.
- [4] 邵伟德, 李红叶, 齐静, 李启迪. 体育学科核心素养与体育教学目标对接的方式、困境与策略[J]. 体育学刊, 2020, 27(6): 90-96.
- [5] 王晖, 杨瑞. 《义务教育体育与健康课程标准(2022年版)》实施下体育与健康课程跨学科学习的价值定位和路径——基于高阶思维的视域[J]. 体育教育学报, 2022, 38(4): 16-24.
- [6] 陈华卫, 潘绍伟. 对我国实施《中学体育与健康课程标准》现状的调查研究[J]. 北京体育大学学报, 2006, 29(12): 1689-1691.
- [7] 秦鹏飞. 体育游戏在初中体育教学中的应用研究[D]: [硕士学位论文]. 济南: 山东师范大学, 2011.
- [8] 冯遵章. 浅析兴趣教学法在初中体育教学中的应用[J]. 体育世界(学术版), 2012(9): 97-98.
- [9] 张铖. 新课程标准背景下重庆市中学体育教学现状及对策研究[D]: [硕士学位论文]. 重庆: 重庆大学, 2009.
- [10] 王孝贵. 关于初中体育教学中学生终身锻炼意识培养方法研究[J]. 安徽教育科研, 2022(24): 86-88.

附录

**《义务教育体育与健康课程标准(2022年版)》
实施下毕节市第三实验中学
体育教学现状调查问卷**

各位同学：

你们好！

为了解毕节市第三实验中学体育课程的开展现状，通过此问卷调查，本问卷不涉及学校及个人利益，采取不记名的方式收集信息，只用于收集和统计体育课的内容开展和学生满意情况调查。恳请同学们按照自己的真实情况选择答案，谢谢你的合作。祝同学们学习进步、生活愉快！

贵州民族大学 2019 级本科生：吴靖

2023 年 3 月 15 日

1. 你的性别[单选题] *
男 女
2. 你的年级是[单选题] *
初一 初二 初三
3. 当前你们体育课开设的内容有哪些(多选题)
球类 操类 田径 民族传统体育类项目 其他
4. 你对体育课的态度是(选择喜欢的不需回答第六题)
非常喜欢，热爱体育运动 喜欢但不愿参加 一般 不喜欢、没有兴趣
5. 你参与体育课学习的动机是什么(多选题)
锻炼身体、提高身体素质缓解学习压力学习体育知识和技能
升学 好玩 其他
6. 你不喜欢上体育课的原因是什么(多选题)
怕累、怕受伤 身体素质较差 没有自己喜欢的项目 不喜欢体育老师 其他
7. 你希望一周有多少节体育课[单选题]
1 节 2 节 3~4 节 4 节以上
8. 你对体育课的参与情况是[单选题]
积极参与 参与 偶尔参与 不想参与
9. 新课程标准实施后，你在体育课上学会了(多选题)
体育知识、技术、技能 体育品德 跨学科知识 锻炼方法 什么也没学会 其他
10. 你喜欢的体育项目是(多选题)
球类项目 操类项目 跑跳类项目 游戏趣味类项目 民族传统项目 其他
11. 你对体育教材和相关内容的阅读情况是[单选题]
经常阅读 偶尔阅读 很少阅读 不阅读
12. 雨雪等极端天气，你们的体育课如何进行[多选题]
停下 教室上理论课 改上其他课 观看比赛、教学视频
13. 你希望体育老师对学生的态度是[单选题]
严格要求 有紧有松 不同要求对待不同学生 散漫式教学

14. 你喜欢什么类型的体育老师[单选题]
幽默风趣 和蔼可亲 严肃对待 民主型
15. 你平均每天会有多少时间参与体育活动(除体育课以外)[单选题]
30 分钟以下 30~60 分钟 1~2 小时 2 小时以上
16. 你在自主锻炼时会采用什么样的方式(多选题)
跑步 跳绳 篮球 乒乓球 自行车 其他
17. 新课程标准实施后你们体育课加入的内容有哪些(多选题)
跨学科知识 劳动技能 体育品德、精神 国防安全知识 其他
18. 新课程标准实施后,你能适应当前的教学模式和方法吗[单选题]
完全能够适应 基本适应 一般 无法适应
19. 对于体育老师布置的课后作业,你的完成情况是[单选题]
总是认真完成 经常完成 一般 从不完成
20. 你认为是新课程标准实施前的体育课学习效果好还是实施后的学习效果好[单选题]
实施前的体育课学习效果好 实施后的学习效果好
21. 你对当前体育教师的教学方法满意吗[单选题]
很满意 满意 一般 不满意 很不满意
22. 你对学校体育课室内理论课和室外实践课的安排满意吗[单选题]
很满意 满意 一般 不满意 很不满意
23. 你对当前体育课教学内容的安排满意吗[单选题]
很满意 满意 一般 不满意 很不满意
24. 你对当前体育教师采用的教学方式和手段满意吗[单选题]
很满意 满意 一般 不满意 很不满意
25. 对你本校体育课程与新课程标准的结合与贯彻下更好的开展体育课,你有什么建议? [填空题]
-