



# 体育教学

体育教学交流的园地  
TEACHING OF PHYSICAL EDUCATION  
体育教师成长的平台

ISSN 1005-2410  
CN 11-3145/G8

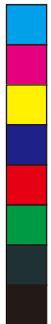
2019 06.15  
第39卷总第255期  
月刊

# 6



图片说明:

为转化浙江省学校体育综合改革成果, 转型与突破“学—练—评”一体化的学校体育区域综合改革, 规范实施体育与健康课程, 浙江省杭州市拱墅区依据《浙江省义务教育体育与健康课程指导纲要》的要求指导建议, 规范本区课程内容设置, 把器械体操(单杠)列为区域统一的必学内容, 双杠、支撑跳跃列为学校自选的校本必学内容。图为杭州市拱墅区在2019年5月22日承办浙江省九城区中小学体育教学联盟小学组第十届教学研讨活动中, 拱墅区进修学校附属学校洪愿老师执教的校本必学内容: 四年级“双杠: 多种形式支撑的活动方法(单元第5课时)——支撑摆动的练习方法4”展示课上, 学生正在进行协作练习。(章柳云/摄影)



北京市教育委员会 主管  
首都体育学院 主办  
中国体育科学学会学校体育分会 协办



## 北京市“一校一品”体育教学改革成果展示活动举行

为全面落实习近平总书记在全国教育大会上的指示精神,深入推进国务院办公厅印发《关于强化学校体育促进学生身心健康全面发展的意见》中提出的“让学生熟练掌握一至两项运动技能,逐步形成‘一校一品’‘一校多品’教学模式,努力提高体育教学质量”的要求,2019年5月25日至28日,北京市举行了“一校一品”体育教学改革成果展示活动及研讨会。本次展示活动以国家体育场(鸟巢)为主会场,以密云、延庆、通州等北京市17个地区为分会场(“1+17”)的展示模式,充分展现了首都青少年健康的精神风貌和学校体育教学改革成果。



## P04 文/李海燕

### 「刊首」

01. 学校体育的韧性 王子朴

### 「消息报道」

04. 北京市“一校一品”体育教学改革成果展示活动举行 李海燕
06. 重拾器械体操 再研单元教学  
——记浙江省九城区中小学体育教学联盟小学组第十届教学研讨活动 王成 廖晓英 徐敏
08. 区域教研促发展 携手同行共圆梦  
——德州朝山与南通海安两地学校体育交流研讨活动 胡献利 石冰冰 袁云飞
10. 全国校园足球师资培训“送教到疆”活动在阿拉尔市举行 李小伟

### 「专题讨论/体育学科核心素养」

11. 论核心素养下体育锻炼意识与习惯和健康行为的关系 尹志华
15. 论发展健康行为视野下高中中学生体育锻炼意识与习惯的培养及其教学建议 胡滨
17. 深度学习下体育健康行为素养培育的教学策略 关爱军
20. “四有”体育课堂视角下“体能发展”的常见问题与策略 祝兴军
21. 浅谈开放式运动技能教学 邱洪祥

### 「专题报道/浙江四地教研」

23. 探究教学“关系” 优化教学策略  
——“高、湿、粘、身”四地举办小学体育课堂教学专题研讨活动 潘益明
25. 基于“关系”探究下的小学篮球单元构建策略探得 林亦敏 钟张阳 郑杰
27. 创设真情境 过渡伪关系 优化教学策略 何敏
28. 多措并举促发展 “健康上德”惠学生  
——浙江省绍兴市上虞区学校体育工作的思与行 江斌

### 「专题报道/重庆高中课程创新基地成果展」

30. 教研引领 基地辐射  
——教育者基础教育课程教材发展中心、课程教材研究所普通高中体育与健康学科重庆教研基地平行启动仪式
32. 探索实践课例创新 深化高中体育课程改革  
——渝北区区域构建高中体育课程改革的实践探索与思考 王艳 侯正斌
34. 依托地方性举种促进大中小学体育课程一体化发展的策略  
——以重庆市南牟中学体育课程改革为例 程红梅 个晚 屈明 李蓉
35. 排舞在高中选项教学中的开展与反思 谢文平
37. 游戏化教学让空竹在体育课堂中飞舞 解正科
38. 高中体育选项教学的实践探索  
——“陪练家”一课引发的思考 谢代明

## 论核心素养下体育锻炼意识与习惯和健康行为的关系

锻炼意识是人作为锻炼主体对锻炼活动的自觉认识、情感和意志的统一,具有先导性、主体性、变动性的特征,锻炼习惯是个体在生理、心理、行为和社会等多个方面体现出的一种综合性的固定模式,具有自觉性、稳定性、持久性的特征,在锻炼意识和锻炼习惯之间还存在着锻炼行为这一中介变量,从而将二者串联起来,关于与健康行为的关系,认为体育锻炼意识与习惯在健康行为素养的表现中与运动项目最紧密,是评判健康行为水平的指标,其养成需要“全域”助力。

## 青少年足球启发式训练

启发式教学理论深深地扎根于东西方的古代文明之中,足球发达国家已经把启发式教学理论融入到了青少年足球训练中,达到了非常好的效果。但是时至今日,我国青少年足球训练在设计、组织与实施的过程中,还未充分认识到启发式训练对青少年足球训练的重要性,青少年足球启发式训练对我国青少年足球训练来说是既懂懂又困惑的课题。基于此问题的思考,本研究力图探索青少年足球训练的“愤排”过程,以期促进青少年足球训练水平的不断提高。

# P11

文/尹志华

### 「理论与实践探索」

39. 体育教学质量提升的曙光:体育走班制教学  
张媛媛 程天佑 施多多 毛振明
40. 北京市中小学生体育素养现状研究  
何百娟
- \*42. 发展学生的下肢力量练习方法和教学  
周光峰 尹军 刘志浩

### 「教学探赜」

45. “四到位”提高小学生校园定向竞赛水平  
袁勇华 杨凯磊
47. 构建中学生体适能自主管理体系的实践研究  
李群 刘红梅
49. “学校、家庭、社区”三元联动体育新模式  
李晓春 徐元
51. 初中校园“三大球”在体育课的创新实践研究  
柯秋萍 董晓霞
52. 学科核心素养背景下的学校体育课程规划  
徐健能
55. 小学二年级“体操技巧·前滚翻”单元教学思考  
李健 谢超 王强
58. “逆向教学设计”视角下高中篮球掩护配合单元教学设计研究  
苏馨伟
60. 高中生体质监测数据管理与应用  
黄国勇 郑虎成 孙玉琴
62. 生命教育视阈下中学体育课程融入逃生技能教学的研究  
王赛楠
64. 中考体育背景下初中生体育观认知及态度的研究  
——以厦门市14所初中的调研为例  
宋超美 张皓培

### 「赛案选登」

- \*66. 水平四(八年级)排球“中一二”进攻战术教学设计  
徐刚强

# P74

文/李强

- \*67. 基于核心素养的体操横箱分腿腾越的单元设计与实施

刘小国 孙卫军

70. 水平二(四年级)“跳跃:跨越式跳高”教学设计  
夏欣
72. 小篮球:曲线运球的练习方法教学设计  
严伟良

### 「校园足球」

74. 青少年足球启发式训练  
李强
78. 足球运控球组合动作技术提升策略研究  
汪振荣 顾玉丹

### 「教学一得」

79. 弹力绳在中学体育教学中的应用  
孟祥玉 陈健
80. 连挥巧利用 教学有妙招  
宋鑫 王艺霖 刘延波
82. 巧用毛巾进行身体素质练习  
王芳 刘柱
83. 乒乓球初学者手腕手指能力训练及运用  
孙国军
85. 提高单杠“支撑后摆下”动作数量的教学实践  
廖峰帆 吕永生
87. 彰显评价魅力  
——为爱伤的心灵打开一扇窗  
林德华

### 「场地器材」

88. 足球射门限制网的制作与应用  
顾迎迎
89. 接力环的应用  
杨蓉

### 「信息窗」

46. 2019年《体育教学》“专题讨论”栏目选登

(新体验:标\*的文章配有二维码,手机微信扫码可观看相关视频资料)