

理解体育课程内容标准：一个六维分析框架

朱伟强

(华东师范大学 体育与健康学院, 上海 200062)

摘 要: 体育课程内容标准从运动参与、运动技能、身体健康、心理健康和社会适应 5 个方面描述了体育课程各领域的学习结果。基于课程目标分类理论, 提出一个六维分析框架, 从“展示完成多样的体育活动所需的动作技能和运动模式的能力”“在体育活动中获取、运用体育与健康认知性知识并证明对它们的理解”“有规律地参与体育活动”“达成并维持一个增进健康的体能水平”“在体育活动中尊重自己和他人、展现负责任的个人和社会行为”“理解体育活动对健康、娱乐、挑战、自我表现和社会交往的价值” 6 个方面来理解体育课程内容标准, 为开发基于标准的体育课程提供分析工具, 以期指导当前的体育课程实践。

关 键 词: 体育课程; 内容标准; 课程目标分类; 六维分析框架

中图分类号: G807 **文献标识码:** A **文章编号:** 1006-7116(2008)09-0056-05

Understanding physical education curriculum content standards: a six dimensional analysis framework

ZHU Wei-qiang

(School of Sport and Health Care, East China Normal University, Shanghai 200062, China)

Abstract: Physical education curriculum content standards describe the results of learning in various areas in the physical education curriculum in such five aspects as sports participation, sport skill, physical health, mental health and social adaptation. Based on curriculum objective classification theories, the author established an analysis framework to understand physical education curriculum content standards in such six aspects as “showing the ability of move skills and motion modes required to fulfill various sports activities”, “acquiring and applying cognitive knowledge of sports and health and proving the understanding of such knowledge”, “participating in sports activities regularly”, “reaching and maintaining a health promoting level of physical stamina”, “respecting oneself and others and showing responsible individual and social behaviors in sports activities”, and “understanding the value of sports activities for health, entertainment, challenge, self expression and social communication”, and to provide the standard based physical curriculum with a tool to interpret curriculum standards, so as to hopefully guide current physical education curriculum practice.

Key words: physical education curriculum; content standard; curriculum objective classification; six dimensional analysis framework

体育课程标准根据三维健康观、体育的特点以及国内外体育课程发展的趋势, 在课程总目标的基础上, 从运动参与、运动技能、身体健康、心理健康和社会适应 5 个方面描述具体目标, 并根据课程目标体系构建体育课程的内容标准^[1]。内容标准描述的是课程各领域、主题、知识点的学习结果, 而不是对教学内容特

别是知识点和单项技能的具体规定^[2]。“学习结果”是加涅在学习结果分类理论中的用语, 在“课程论”概念系统中称课程目标, 在“教学论”概念系统中指的是教学目标, 而泰勒在《课程与教学的基本原理》、布鲁姆在《教育目标分类学第一分册: 认知领域》、豪恩斯坦在《教育目标的一种概念架构——对传统分类学

的整合》以及2001年版教育目标分类学中用的“教育目标”，虽然概念和话语系统不一，但实际表达的是同一个问题。本文基于课程目标分类理论，提出一个帮助教师理解体育课程内容标准的六维度分析框架，为开发基于标准的体育课程提供分析工具，以期指导当前的体育课程实践。

1 体育课程目标分类的理论基础

体育课程目标的分类，一方面可以促进与体育课程目标有关的知识的沟通，另一方面也有助于对不同体育课程目标分类彼此间关系的了解，在实际运用方面还有助于通盘了解设计、开发的体育课程是否具有周延、均衡、适切的课程目标。

从科学性的角度来讲，体育课程目标的分类系统应该提出一整套范畴，范畴与范畴之间是相互排斥的，且整个范畴体系必须能够涵盖所有体育教育的可能性。但是，到目前为止，关于教育目标分类体系的研究还不能做到这一点。

将体育课程目标分门别类，反映了我们所重视的人类经验的某些面向。在教育学上，课程目标分类的目的是为了指引教师以不同的教学途径来达到不同的教学目标，比如，知识的目标意味着教学方法上的表现，技能的目标则需要学习者的实践；评价的形式通常也会随着课程目标的不同而改变，如达标、技评等测验方法通常是用来评价可预测的结果性目标，但用它来评价学习态度的改变却不是一个有效的方法。

对体育课程设计者来说，要想真正将体育课程目标作为体育教学活动的核心，使得教学内容的选择、教学方法的确定、教学组织形式的选定等，都围绕体育课程目标来进行，并使之有效实现。那么，就要充分考虑到不同类型的体育课程目标的存在，尽可能地对其予以统筹安排。有学者将体育课程目标分为：身体发展领域(又分无病、健康2个层次)、认知领域(又分记忆、理解、应用3个层次)、动作技能领域(又分体验、模仿、组合、熟练4个层次)、情感领域(又分接受、兴趣、态度3个层次)^[9]。其实这些都是基于布鲁姆等人的“教育目标分类学”理论、加涅的5种学习结果分类理论、霍恩斯坦的4种领域分类观点，加上促进身体发展这一体育基本功能提出的分类方法。

布鲁姆等人认为，完整的“教育目标分类学”应包括以下3大领域：认知、情感、动作技能^[4-6]。豪恩斯坦(A. Dean Hauenstein)于1998年在《教育目标的一种概念架构——对传统分类学的整合》一书中，对布鲁姆等人在认知、情感和动作技能领域中所做分类之利弊进行了检核，着眼于教学系统的结构、功能机制，

突出教育目标分类的整体统一、简洁明快、协调均衡、聚焦行为等特点，推出了一个教育目标分类的新架构：认知领域、情感领域、动作技能领域、行为领域^[7-9]。而就体育课程的学习结果来讲，除了豪恩斯坦提出的4个领域之外，还有一个有别于其它学科课程的学习结果——体能领域^[3, 10]。

2 体育课程内容标准的六维度分析框架

我国九年义务教育、全日制普通高级中学《体育(与健康)课程标准》中关于内容标准的陈述，有5个领域、6个水平、16项领域目标、99项水平目标、284项内容指标^[1, 11]。如何理解体育课程的内容标准？基于课程目标分类理论以及体育学习结果分类，如果学生在2、4、6、9、12年级结束时达成了课程标准，则可以从以下6个方面来把握：

维度1：展示完成多样的体育活动所需的动作技能和运动模式的能力；

维度2：获取体育与健康的认知性知识，在体育活动的学习和表现的过程中运用体育与健康的概念、原理、策略、技巧、战术、规则等，证明对它们的理解；

维度3：有规律地参与体育活动；

维度4：达成并维持一个增进健康的体能水平；

维度5：在体育活动环境中尊重自己 and 他人，展现负责任的个人和社会行为；

维度6：理解体育活动对健康、娱乐、挑战、自我表现和社会交往的价值。

其中，维度1对应的是动作技能领域，维度2对应的是认知领域(理解体育与健康学科本身的知识)、维度3对应的是行为领域，维度4对应的是体能领域，维度5对应的是情感领域，维度6对应的是认知领域(理解体育活动的功能和价值)。

体育课程内容标准的6个维度给我们分析体育学习结果提供了一个框架。一名学生可能具备完成多样体育活动所需的动作技能和运动模式的能力(维度1)，但在体育活动中表现得独断专行、不顾及他人，缺乏负责任的个人和社会行为(维度5)；或者能理解体育活动对健康、娱乐、挑战、自我表现和社会交往的价值(维度6)，在体育活动环境中能尊重自己 and 他人，乐于帮助同伴(维度5)，但缺乏足够的知识和技能(维度2和维度1)；抑或是具备了完成多样体育活动所需的动作技能和运动模式的能力(维度1)，在体育活动的学习和表现的过程中能运用体育与健康的概念、原理、策略、技巧、战术、规则等(维度2)，但不能有规律地参与体育活动(维度3)，也就不能达成长久地并维持一个增进

健康的体能水平(维度4)。作为体验学校体育课程的结果,理想的愿景是学生能在所有这6个维度上得到全面的发展。

维度1强调的是积极参与体育活动所必需的运动技能的发展。掌握基本运动技能,建立运动基础,促进以后动作技能的习得,授予学生展现成功的、高水平的动作技能水平的能力,促进日常运动参与的可能性。在小学阶段,学生掌握运动技能的概念和基本动作技能(如跑、跳、投、击等),在概念和动作技能结合的基础上,促进基本技能使用上的成熟和完善;在初中阶段,进一步精熟、联合、改进基本技能以及由此发展而成的特殊技能(如特定的舞步、胸前传球、用手套接球等)的运动模式,逐渐地在更复杂的运动环境中使用,包括技战术、策略的使用;高中阶段,学生有规律地参与运动,在兴趣和能力的基础上,选择一两项活动,掌握更高级的技能。高中毕业时,学生获得参与各种闲暇活动和与工作相关的体育活动的基本能力,为成年时期做好准备。

维度2强调的是促进学生认知能力的发展,学生使用认知信息,理解和提高动作技能的习得和表现,在日常生活中表现出对健康的持久性理解。课程标准的这一维度旨在提高使用理智控制或指导学生的表现能力,包括应用来自学科(如动作技能学习和发展、运动心理学、运动营养学、人体生理学和运动生理学等)的概念,例如,通过动作协调产生合力来增加力量,动作表现时受“焦虑”的影响,健身锻炼的特殊性原则、可逆性原则,平衡膳食“宝塔”理论等。理解这些概念和原理并应用这些知识,能提高自主学习的可能性,因而能更有规律、更有效地参与体育活动,促进并维持终身健康。在小学低年级,重点强调建立运动词汇和运动概念的最初应用;小学高年级和初中,重点强调这些概念在贴近真实生活的体育活动情境中的应用和概括;在高中阶段,重点强调学生自主地在日常运用复杂的体育与健康的概念、原理。毕业的时候,学生发展了足够的知识和能力,满足他们自主运用已有知识获得新知识新技能的需要。

维度3强调的是学生建立有规律地参与有意义的体育活动的生活方式。这一维度上的每条标准把学生在体育课程中所做的和学生的课外生活连接起来。学生在体育课上的运动参与是非常重要的,是发展一个积极的、健康的生活方式的关键,学生在体育课堂之外所做的一切,能帮助学生预防现在和将来各种不同的健康问题的出现。当学生在课外参与有规律的体育活动时,创造性地运用在体育课上所学的技能 and 知识;当学生有规律地参与体育活动时,他们表现出有效的

自我管理能力。自发的运动参与往往来自于最初的运动体验,这样的体验也同样来自于参与所必须的技能 and 能力。如果学生有机会发展个别化的兴趣,他们将更有可能参与。在运动参与过程中,学生学会享受体育锻炼,也学会了为获得锻炼效果而承担一定水平的个人责任并认真锻炼。鼓励学生参加有助于发展运动能力的适当的活动,参与各种比赛;随着学生的成长,活动的复杂程度不断增加,不同类型的课外体育活动的参与机会也会增加。这一维度标准的达成希望学生以适当的频率、持续时间和强度参与体育锻炼,形成健康的生活方式。

维度4强调的是让学生拥有能力和愿望,为个人的体能承担责任,为引领一个积极、健康的生活方式,为胜任工作和参与闲暇活动而培养较高层次的基础体能和体育能力。与健康有关的体能包括心肺耐力、肌肉力量、肌肉耐力、柔韧性和身体成分等,考虑到个体差异,对学生体能水平的期望应建立在每个个体原有能力的基础之上,而不应在规定的年级水平上为所有学生设定一个单一的标准,或把一个学生与另一个学生作比较。内容标准的这一维度要求学生在体育活动中,不断提升体育能力,计划、执行和监控发展体能的体育活动。小学阶段,重点培养体能成分的意识,有兴趣参与增进健康的体能活动。中学生进一步理解体能的各组成部分,懂得怎样发展并维持体能。高中生能设计并且发展一个合适的个人体能计划,使他们能够达成并维持希望的体能水平。

维度5强调的是在活动环境中促进个人和团队成功的自我教育、自我管理的意识和行为方面的成就,包括安全措施、遵守规则和程序、礼仪、合作和协作、运动中的伦理行为,以及积极的社交。达到这些标准的关键是在体育活动中通过积极的相互作用发展学生对个人的共同特征和差别的尊重,这些异同特征包括文化、民族、社会经济地位、性别、年龄、动作技能表现、能力、身体特性(如力量、高度、体形)等。小学低年级学生从认识并遵守课堂规则、程序及安全规则开始,到小学高年级,学生学会独立工作,学会与同伴一起配合,学会融入到小组中去,整个小学阶段学生开始认识个人的异同特征,并能在体育活动中进行合作;在初中,青少年学生理解规则和程序的目的和意义,并且参与建立指导具体活动情境的规则和程序的决策过程,他们能与不同特征和背景的人合作,积极参与体育活动;高中学生表现出负责任的行为,独立而负责地工作,在体育活动环境中积极地影响他人的行为,能和别人一起活动,能避免或解决冲突,能认识到体育活动中不同个体的价值,并且发展包容

他人的行为策略,并能逐渐理解成人的工作任务与家庭责任是怎样影响他们关于体育活动的决定的。

维度6强调的是发展一种积极参与体育活动的价值意识,理解参与那些能提供个人意义的体育活动的益处。体育活动提供了自我表现和社会交往的机会,并且能给人带来愉快的享受、挑战的刺激以及无穷的乐趣。这些好处能发展一个人的自信,提升个人积极的自我形象,因而能引导人们继续参与活动并贯穿终生。小学生从运动感觉和经验中获得乐趣,这些挑战与喜悦使他们的运动能力不断提升,感觉到成长的快乐;在初中水平,参与体育锻炼为挑战、社会交往和组织团队提供了重要的机会,为运动技能及其应用环境方面,为个人的继续发展提供机会;在高中阶段,参与体育活动继续为学生带来快乐和挑战,给学生的自我表现和社会交往提供机会。由于这些参与体育活动所固有的益处,学生将开始积极追求满足他们自身需要的终身体育活动。

这6个维度既有区别又有联系。维度1侧重于动作技能方面的学习结果,学生在动作技能和运动模式方面有了足够的力量,才能对体育与健康知识有相对持久的理解(维度2),才能在体育活动中有足够的自信和信心、敢于迎接挑战(维度6),进而能有规律地参与体育锻炼(维度3),才能达成并维持健康所需的体能水平(维度4);维度2侧重于认知方面的学习结果,学生有了足够的体育学习能力,有利于动作技能的学习(维度1),有利于理解体育的功能和价值(维度6),能在体育活动中表现出负责任的个人和社会行为(维度5),进而能有规律地参与体育锻炼(维度3),达成并维持健康所需的体能水平(维度4);维度3侧重于运动参

与方面的学习结果,有规律地参与锻炼,为达成并维持健康所需的体能水平(维度4)、提高动作技能水平(维度1)提供了可能,也有利于学生理解体育活动对健康、娱乐、挑战、自我表现和社会交往的价值(维度6);维度4侧重于体能方面的学习结果,制订一个锻炼计划并按此实施,达成并维持健康所需的体能水平,要求有规律地参与体育锻炼(维度3),这基于对体育的功能和价值的深刻理解(维度6)和对自己的体能与健康高度负责(维度5);维度5侧重于态度、价值观和道德品质方面的学习结果,学生在体育活动中尊重自己和他人,展现负责任的个人和社会行为,需要对体育有深刻的理解(维度6),有了这样的责任,学生能认真、自觉地参与体育锻炼(维度3)、学习体育与健康的知识和技能(维度1和2),能形成健康的生活方式,达成并维持健康所需的体能水平(维度4);维度6侧重于情感、意志等心理健康方面的学习结果,理解了体育的功能和价值,体验到体育锻炼的意义,能促进学生在体育活动中进一步尊重自己和他人,展现负责任的个人和社会行为(维度5),为达成终身健康而努力(维度1和2),形成有规律地参与体育活动的、积极向上的、健康的生活方式(维度3)。

3 基于六维框架的体育课程标准分析

基于六维分析框架,笔者对体育课程的284条内容标准逐一进行审查,分析体育课程标准的5个学习领域在同一水平上的内容标准与6个维度的对应关系,表1显示了每级水平上体育课程标准在6个分析维度上的分布情况。

表1 体育课程标准在6个分析维度上的分布

维度	水平1	水平2	水平3	水平4	水平5	水平6	合计
1	5	7	9	7	7	1	36
2	5	11	20	28	32	14	110
3	2	2	2	3	2	3	14
4	5	3	4	3	4	1	20
5	4	1	5	6	14	25	55
6	5	7	12	5	18	2	49
合计	26	31	52	52	77	46	284

从表1可以看出,体育课程标准的内容标准数量从水平1~5不断增加,这与水平段的划分有关(水平1、2、3的跨度各为2年,水平4、5的跨度为3年),也与课程所涉及的学科内容有关,小学的学校体育课程称“体

育”,初中、高中称“体育与健康”,把健康教育的有关内容也有有机地纳入了学校体育课程范围。体育课程标准的内容标准在6个维度上的分布极不均衡,维度2上有110条标准,维度5上有55条标准,维度6上

有49条标准,维度1上有36条标准,维度4上有20条标准,而维度3上只有14条标准,但这并不能说明课程标准在6个维度上的主次关系,它们只是内容数量上的区别,在重要性上,6个维度是相同的。由于篇幅原因,更进一步的详细讨论,笔者将另辟文章阐述。

笔者在此要强调的是,不要把这个六维框架看作是理解体育课程内容标准的唯一方式。这里所提供的分析框架只是便于我们理解体育课程内容标准,使体育课程内容标准看上去更精简一些,使用课程内容标准时更方便一些。它有助于对不同内容标准和课程目标彼此间关系的了解,在实际运用方面还有助于通盘了解设计、开发的课程是否具有周延、均衡、适切的课程目标。它不是严格的科学性划分(其实也不太可能甚至没有必要具备严格的科学性划分),我们在这里所讨论的六维框架,是指示性的,其功能并不在于建立泾渭分明的界线,而是基于一定的逻辑层面,提供课程实施的焦点与重点,以指导基于标准的课程和教学活动的设计、开发,指引教师以不同的课程模式和教学途径来达致不同的内容标准和课程目标。

参考文献:

- [1] 中华人民共和国教育部.普通高中体育与健康课程标准(实验)[S].北京:人民教育出版社,2003:4.
[2] 钟启泉,崔允漷.新课程的理念与创新[M].北京:高等教育出版社,2003:67-68.

- [3] 季浏.体育与健康课程与教学论[M].杭州:浙江教育出版社,2003:44.
[4] 布卢姆.教育目标分类学·认知领域[M].罗黎辉,译.上海:华东师范大学出版社,1986.
[5] 克拉斯沃尔,布卢姆.教育目标分类学·情感领域[M].施良方,张云高,译.上海:华东师范大学出版社,1989.
[6] 哈罗,辛普森.教育目标分类学·动作技能领域[M].施良方,唐晓杰,译.上海:华东师范大学出版社,1989.
[7] A Dean Hauenstein. A conceptual framework for educational objectives: a holistic approach to traditional taxonomies[M]. Boston: University Press of America, Inc, 1998.
[8] 丁念金.霍恩斯坦教育目标分类学述评[J].外国中小学教育,2004(5):35-39.
[9] 马兰,盛群力.教育目标分类新架构——豪恩斯坦教学系统观与目标分类整合模式述评[J].中国电化教育,2005(7):20-24.
[10] 朱伟强.体育教学设计[M].上海:上海科学普及出版社,2004:141.
[11] 中华人民共和国教育部.体育(1-6年级)、体育与健康(7-12年级)课程标准(实验稿)[S].北京:北京师范大学出版社,2001.

[编辑:黄子响]

科学研究呼唤宁静致远

“宁静致远,淡泊明志”出自诸葛亮的《戒子篇》:“夫君子之行:静以修身,俭以养德。非淡泊无以明志,非宁静无以致远。夫学须静也,才须学也。非学无以广才,非静无以成学。他教儿子以“静”来做学问,以“俭”修身,俭不是节省用钱;自己的身体、精神也要保养,简单明了,一切干净利落,就是这个“俭”字。“非淡泊无以明志”,就是养德方面;“非宁静无以致远”,就是修身治学方面;“夫学须静也,才须学也”是求学的道理;心境要宁静才可求学,才能要靠学问培养出来。

当今社会是信息过剩的时代,也是烦躁和物欲横流的时代。太多人一曲成名,又有太多人一战成名,之后便踪影全无。“速食”文化只是绚烂一时,能够安静下来,看一本书、听一首歌、写一行诗,似乎变得很难。据《瞭望》周刊2000年第2期消息,瑞士洛桑国际管理开发研究院发表的1999年度《国家竞争力报告》:在47个国家和地区中,中国科技竞争力从1998年度的世界第13降至25位,1996年度为21位。分析这个排名的26项指标发现,中国占相对优势的大多是作为人口大国的绝对数,如果按科技发展的质量,中国

还远远在这个名次之后。看来,要认真做学问,必须有平和的心态,摒弃唯功利的思想。

科研人员首先应当是真正的知识分子,是那些能够沉于学术与思想,并以此为自己的乐趣、理想的人。教授的尊严和地位来自它超越社会而又引导社会的学术,而不是它功利的角色。他需要的是具有质疑,批判、否定、知识更新品格,拒绝的是实用主导选择、效益高于一切,盲目跟从潮流……只要我们保持宁静、淡泊的心态,就会活得充实、轻松。宁静是大师的境界,是科研人员必备的素质。宁静不是封闭,不是自满,也不是静止、停滞,而是时刻关注自身、关注变革、关注学术、超越现实、抵制诱惑。宁静要求我们坚定学术本位,不能为“发展”而放弃原则,为“生存”而改变信仰。因为只有保持这种宁静的心态,才能保持人们的清醒和理性,明确自己的使命和目标,守护科学精神和原则,激发对于学术的兴趣和追求。因此,可以说追求学术就是追求崇高的事业,追求学术呼唤宁静的心态!

(湖南师范大学体育学院 马卫平教授)