

常州市第二中学校级课题

开题论证书

课 题 名 称_____学生体质健康测试视角下的高中_____
_____体育模块课教学的实效性研究_____

课 题 负 责 人_____张 欣_____

负责人所在教研组_____体 育_____

填 表 日 期_____2018 年 4 月_____

拟 结 题 时 间_____2020 年 12 月_____

常州市第二中学教师发展处制

2018 年 3 月

一、开题活动简况（开题时间、地点、评议专家、参与人员等）

2018 年 4 月 3 日，在学校师发处的组织下，于行政楼三楼会议室举行了校级课题的开题报告。本次报告会教科院专家王俊等人以及学校李校长、房校长，教科室徐展、张珩主任、课题组核心成员等参与。

二、开题报告要点

（一）课题的核心概念及其界定

1. 体质健康测试

1.1 产生背景

青少年阶段是身心健康和身体素质发展的关键时期，现阶段青少年的身体活动不足的问题尤其突出，久坐少动与超重肥胖的问题日益严重，学生的耐力、力量、柔韧、肺活量等方面呈现了不断下滑的趋势。针对青少年体质健康持续下滑的局面，教育部、国家体育总局积极贯彻落实《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》和《关于基础教育改革与发展的决定》的重要举措，并联合颁布《国家学生体质健康标准》要求全国范围内的各级学校全面实施。

1.2 现状

现阶段普通高中男、女学生的体质健康测试的主要项目包括：（男：身高、体重、肺活量、坐位体前屈、引体向上、50 米跑、立定跳远、1000 米跑；女：身高、体重、肺活量、坐位体前屈、仰卧起坐、50 米跑、立定跳远、800 米跑）。按相关文件要求，每年在全国范围内的各级各类学校组织开展各学段的体质健康测试并记录数据后上报统计，这种“测试”已经成为学校年度体育工作的重要组成部分。然而学校方面和体育教师将主要的精力放在学生体质健康数据的采集和宏观统计分析上，忽略了学生各项体质健康测试项目成绩所反应出来的实际问题。在体质评价方面，将学生的体测总分作为最主要的参考依据，而根据体测数据所反应出来的学生各项身体素质指标的所反应出来的问题却被忽视，这些身体素质指标恰恰是影响学生体质健康水平的决定性因素。体育教学缺乏对学生实际问题针对性的改进措施，也就无法达到教学大纲中所提到的全面性的教学要求。

2. 体育模块教学

《普通高中体育与健康课程标准（2017 年版）》中提出“模块教学”，并贯彻“健康第一”的指导思想，增进学生的身心健康，注重学生的学习兴趣 and 个性的发展，以全面发展体育学习能力和提高所学的技能水平，养成学生终身体育意识的课程理念。它强调体育学科核心素养是当下高中体育教学的热点，学

校体育教学正从学科性向教育性转变，学校体育正努力向着“立德树人”这一教育根本任务迈进。体育教学应该摒弃传统教学中单一知识和技能的传授，而提神为多种形式的展示、比赛，引导学生学生顽强拼搏、自尊自信和团结合作等良好体育品德的培养。简而言之就是运用模块式的教学方法来开展体育教学。

“模块式”教学顾名思义就是需按照一定的模块，将学生实际的体育与运动需求合理的划分为不同的区域，不同的区域之下也包含不同的系列，在系列之下也由多个模块联合而成。而在一个完整的体育教学模块中，应由相对完整的若干内容构成，这也就便于学生根据自己的运动发展需求选取合适的模块展开系统化、科学化的体育学习。

3. 体育模块课教学的“实效性”

本课题提到的体育模块课的“实效性”是基于模块课堂教学效果的评价，这种“效果”是基于学生为主题的评价。本研究提到的模块课教学效的评价是基于体育健康测试内容而进行的学生身体素质的评价，即本课模块课“实效性”是基于学生体质测试的数据结果而进行的量化分析。通过测得学生参与一阶段模块课学习前、后各项体质指标值得变化来评价各模块教学实效。

（二）课题的研究价值

新课改提出不再以“教师”、“课程”为教学中心，而是充分强调“学生”在体育教学发展中的主要地位与作用，为此“模块教学”应时而生。“模块教学”作为体育课程改革的一个亮点，为未来学校体育教学的发展指明了方向。如何在教学实践中通过学生的实际反馈而作用于教学内容和手段的再设计，是一线体育教师所必须具备的素养。在实际模块教学中学生参与不同的模块选项课学习，其身体素质指标必然会出现受运动模块选项差异而各有倾向，学生的身体素质随参与运动模块的不同而呈现出不同变化结果，这种身体素质的变化呈一定的项目特征，而这种随参与模块差异而导致的身體素质指标的变化并不都是积极意义的，部分体育项目的运动特点无法促成学生体质健康水平的整体性发展而引发“木桶理论”，这与“健康第一”的指导思想背道而驰。如何兼顾模块差异下学生身体素质整体性的发展对体育教师而言是一个新的挑战。

另一方面“体质健康测试”作为学校年度体育工作的重点，在全国范围内

广泛实行，其测试项目的设定能够有效反应学生体质健康的综合水平。然而实际操作中体育教师将主要的精力放在学生体质健康数据的采集和宏观统计分析上，却忽略了体质测试数据结果所反应出来的实际性问题，在体质评价方面将学生的体测总分作为最主要的参考依据，而测得的各项身体测试素质指标所反应出来的实际问题却被忽视，这些身体素质指标恰恰是影响学生体质健康水平的决定性因素。学生的体质健康水平得不到科学的反馈和分析，也就无法起到指导学生体育锻炼或身体活动的作用。

本研究旨在有效利用体测数据的结果（比较同一体测指标在“干预”前后数据变化量的大小）作为反应高中体育模块教学质量效果好坏的重要依据，并以此为基础分析引起测试结果出现变化的原因，最后结合高中体育模块课的教学实际以及相应的运动规律提出教学方案的改进建议，以促进模块教学设计和手段的改善。

（三）研究目标

以国家规定学生体质健康测试为契机，通过测得的同一批学生在参与一学年的模块课学习前后，其各项体测成绩数据的纵向变化，来反馈、评价各模块教学的质量效果，并从主导各测试项目的身体素质角度入手，分析出现各项测试成绩变化的体质因素。最后将此类因素与原有体育模块课教学的实际情况相结合，重新优化各模块课的教学内容与设计，形成一系列更加全面、科学的体育模块课教学计划。在充分发挥各运动模块项目优势的基础上，尽可能兼顾学生多项身体素质的整体性发展，从而更科学、更全面的提升学生的体质健康水平，并达到学生运动技能的优化发展。

（四）研究内容

1. 学生体质健康测试的手段标准

学生体质健康测试主要依赖于传统的测量手段，为了尽量避免在操作测试过程中产生的误差，本课题的第一部分的内容即：统一各运动项目测量的操作标准，包括教师操作的标准、学生参与的标准以及天气、环境等无关因素。

2. 体质健康的各项测试及分析的各项成绩指标的纵向研究

按照本课题中的统一标准，对同一批测试学生模块课学习前后个进行一次相关项目的测试，并将测试成绩按照国家划定的评分标准统一量化，将同一测试项目的测试评分进行纵向比较和分析，得出分析结论

3. 探讨体测成绩纵向变化而原因

分析总结主导学生各项测试成绩的体质因素（如立定跳远成绩与个体下肢肌肉的爆发力，腰腹肌肉力量等有重要关系），其次将这些体质因素与其参与的模块课教学实际相结合，探讨引起这些身体素质发展变化的教学行为和策略。

4. 基于学生身体素质整体性发展的模块教学内容再优化

针对体测成绩变化的结论，以及主导各项测试成绩的相关身体素质的形成规律，结合体育模块课教学的实际，重新优化升级原有模块课教学内容与课堂设计，而后再施行，以达到各教学模块的动态反馈改良。

（五）研究方法

1. 文献资料法

2. 专家访谈法

3. 逻辑推理法

4. 数理统计法

（六）实施步骤

1. 高一新生 9 月入校后先进行体质健康的培训，培训内容包括测试意义，要求，标准，方法等。

2. 组织学生进行第一轮的体质健康测试，要求在统一测量操作，统一进度，将测试结果输入计算机保存，并进行横向的测试结果分析。

3. 体质测试结束后即开设模块教学，提供篮球、排球、足球、羽毛球、乒乓球五项供学生选择，并统计各学生的选择意向。

4. 体育教师根据个人的授课模块制定教学内容和计划，各模块教学间统一进度，并认真按原定计划完成各自模块课的教学。

5. 所有参与第一次测试的学生于第二年同一时间再次进行相同操作要求和

内容的体质健康测试，将测得各项数据以模块选项班的分类进行汇总，并进行横向的测试结果分析。

6. 将同一学生在参与一学年的模块课学习前后测得的同一测试项目评分进行纵向分析，分析各模块班参与选项课前后同一测试项目成绩的变化规律，并从主导该项测试内容的身体素质角度入手分析出现这种测试数据变化的原因。最后结合不同模块选项课的教学内容和设计分析出影响此类身体素质变化的教学因素。

7. 根据前面总结得出的各模块教学方面的因素，以及体质测试相关的要求，改善原有教学内容和设计，以达到学生促进学生体质健康和运动技能形成全面发展的目标要求。

8. 新编模块课教学设计的再实施与测试。以此循环不断更新。

（七）主要观点与可能的创新之处

1. 主要观点

学生参与一阶段不同运动模块的学习必将使其产生不一样的身体素质变化，这种变化呈现出运动选项特点，从体质健康测试的角度来分析，这种身体素质的变化有利有弊，通过对各模块课教学内容和计划的改善，能更有效的达到促进学生体质健康全面发展的效果。

通过学生参与不同模块选项课前、后的体测的数据的纵向变化，分析得出引起这种体测成绩变化的身体素质指标因素，总结此类身体素质变化的原因，并反馈于各模块的教学设计，并在此基础上结合各运动模块的项目特点以最大程度的发挥体育模块课的体质促进作用，从而提高体育与健康课程的教学效果。

2. 创新之处

（1）分析参与模块课学习前后一年两次体质健康测试的结果，并将每一项结果数据进行纵向分析，能够更精确的得出各测试项目的变化结果，以更针对性的分析原因，从而采取措施。

（2）在“健康第一”的教学指导思想下，学生的体质健康水平也是评价课堂教学效果的重要指标，模块课的教学评价不仅仅局限于学生对于运动技能的掌握情况，也可以增加与体测项目有关的身體素质考核

三、专家评议要点（侧重于对课题组汇报要点逐项进行可行性评估，并提出建议）

1. 对课题的文本要再精练，着重强调课题研究的价值与实际操作的意义，对课题研究的具体流程再细化、具体。
2. 丰富、完善课题申报中的相关研究概述，同一研究的国内研究现状已经较为完善，但是国外相关的研究仍需补充。
3. 课题研究的成果要具有实践价值，能够给体育课堂教育或训练提供进步的参考。
4. 课题组成员的分工需要具体化，各成员之间的分工应紧密联合，符合逻辑。

四、重要变更（侧重说明对照课题申报评审书、根据评议专家意见所作的研究计划调整）

无

课题主持人签名 张欣

2018年 4月 30日