

附件 6

项目类别	
------	--

编号	
----	--

常州市教育科学“十四五”规划 备案课题中期评估表

课 题 名 称 学业水平测试背景下高中体
育学科项目化评估优化研究

研 究 方 向 教育教学

课 题 主 持 人 姜磊 郑竣译

主持人所在单位 常州市田家炳高级中学

填 表 日 期 2022 年 12 月

常州市教育科学规划领导小组办公室

二〇二一年三月制

填 表 说 明

1. 本表用计算机认真准确地填写，用 A4 纸单面打印两份，第四、五、六项需保持在同一页，左侧装订成册。

2. 项目类别分为：招标、重点、立项类。其中招标课题、专项课题的项目类别栏由课题组分别填写招标课题、立项课题；其他课题的项目类别课题组不填写，由市教育局规划办根据评估结果填写重点课题或立项课题。

3. 招标课题、专项课题的课题编号由课题组根据课题立项时所编号码填写。其它课题的课题编号栏课题组不填写，课题通过中期评估后由市教育局规划办公布。

4. “研究方向”栏按“课题指南”中“选题与领域”的分类填写，如选题隶属于“教育综合改革研究”，则研究方向栏填写“2”，如选题隶属于“课程与教学研究”，则研究方向栏填写“5”，其它类别课题以此类推。申报自选课题者，研究方向栏填写“自选课题”。

5. “课题主持人”、课题核心组成员、课题承担单位原则上应与课题申报书上的相应内容保持一致，主持人不得超过两人、核心组成员不得超过 10 人。

6. 备案课题中期评估表不可代替中期研究报告。

常州市教育科学规划领导小组办公室办公地址：常州市紫荆西路 6 号

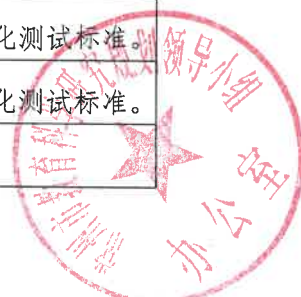
邮政编码：213000

联系电话：86696829，86699812

网 址：<http://jky.czedu.cn/class/HBCBNEAF>

一、课题主持人及核心组成员（成员不超过 10 人）研究概述

姓 名	主 要 成 果
姜磊	课题主持人，组织分工，组织实施体质健康测试，规范、统一测试手段与评价手段，负责两次体质健康测试成绩的汇总。实施模块班体质测试，并进行该模块班数据的采集汇总，开展乒乓球模块教学。针对所授模块积极参与分析讨论，课程改革，初步制定校本化测试标准。
郑竣译	课题主持人，组织分工，组织实施体质健康测试，规范、统一测试手段与评价手段，负责两次体质健康测试成绩的数据分析。实施模块班体质测试，并进行该模块班数据的采集汇总，开展排球模块教学。针对所授模块积极参与分析讨论，课程改革，初步制定校本化测试标准。
张宇成	实施模块班体质测试，并进行该模块班数据的采集汇总，开展足球模块教学。针对所授模块积极参与分析讨论，课程改革，初步制定校本化测试标准。
刘洁茹	实施模块班体质测试，并进行该模块班数据的采集汇总，开展健美操模块教学。针对所授模块积极参与分析讨论，课程改革，初步制定校本化测试标准。
张欣	实施模块班体质测试，并进行该模块班数据的采集汇总，开展羽毛球模块教学。针对所授模块积极参与分析讨论，课程改革，初步制定校本化测试标准。
马俊波	实施模块班体质测试，并进行该模块班数据的采集汇总，开展篮球模块教学。针对所授模块积极参与分析讨论，课程改革，初步制定校本化测试标准。
宋杰	针对所授模块积极参与分析讨论，课程改革，初步制定校本化测试标准。
沈默然	针对所授模块积极参与分析讨论，课程改革，初步制定校本化测试标准。
尹剑明	针对所授模块积极参与分析讨论，课程改革，初步制定校本化测试标准。
付兵	针对所授模块积极参与分析讨论，课程改革，初步制定校本化测试标准。
陈姿璇	负责前期数据汇总和后期数据分析等工作。



二、课题研究进展情况

1. 中期阶段所做的主要研究工作（限 2000 字以内）

本研究是基于学生参与模块课学习前后体质测试成绩结果纵向比较的结果分析，并以这种数据分析的结果来评价各个模块教学的实效性，为此在过去的一年中以及开展的研究工作主要是以学生的在参与模块课学习前后体质健康测试项目的成绩采集、汇总、分析上，在相同的测量手段及测量条件下将学生两次测试获得的体质健康成绩数据进行纵向分析，找出同一测试项目在干预前后的变化规律，并分析出现这种变化的具体原因，原因的分析是以学生从身体素质变化的而导致的测试项目成绩的变化为主线。最后总结得出不同模块课学习对于学生各方面身体素质的总体性影响结论。

由于学校师资和场地条件的限制，规定健美操模块只针对女生开放，而足球、篮球模块仅针对男生开放，羽毛球、乒乓球、排球模块男女生均可报名。本课题的研究对象主要是以这六个模块班学生的体质健康测试项目的成绩结果为主。

篮球项目男生通过一学年的训练，在肺活量和 1000 米项目上有明显的提升，篮球项目作为同场竞技类项目，运动负荷较大，课上教师针对项目特点也会安排一些高强度间歇性训练，并对体能有较高的要求，长期大负荷的运动锻炼能有效刺激参与者的心肺等内脏器官，能显著提高参与者的心肺功能指标。此外，坐位体前屈评分下降，导致其原因为男生在高中阶段还处于生长发育时期，体育课上的力量训练较多，运动参与增强了学生关节周围肌肉的收缩力量，附着在关节周围肌肉的力量增加限制了关节的运动幅度。

足球项目男生经过一学年的训练后，肺活量、1000 米跑的评分有显著提高，其原因也得益于足球项目的特点，足球项目属于同场竞技类项目，对参与者的要求非常严格和全民，尤其时在比赛中要克服所遇到的速度型、耐力性和对抗性的问题，因此足球专项体能训练就显得异常关键，所以任课教师在每节课上都会安排专门性的体能训练，故此项目男生的 1000 米和肺活量评分提升较多；引体向上评分下降的原因在于足球项目训练多注重下肢训练，对上肢训练较为欠缺，从而导致上肢力量减弱，评分下降。

排球项目男生在经过一年的训练后，50 米、立定跳远和坐位体前屈的评分有增长，其中立定跳远最为突出，由于排球项目中有很多技术动作需要跳跃，尤其是扣球技术，需要助跑后双脚起跳，在空中完成扣球动作，大部分男生在课上学习兴趣较高，经常在课后自行练习扣球技术，导致弹跳素质、协调素质和腰腹肌力量，下肢力量有所提高，间接性的提高了下肢爆发力，而在排球比赛中，为了应对快速的发球和扣球，要求学生要迅速作出反应，也直接的影响了学生随机应变的灵敏素质与速度素质，从而直接提升了 50 米跑的成绩。

排球项目女生在经过一学年的学习后，立定跳远和 800 米项目评分变化较大，其中立定跳远的因为排球项目的特点，为了练习扣球技术，教师会在课堂上练习弹跳相关的内容，而且助跑扣球的动作需要双臂摆动，并且双脚起跳，这对与立定跳远是有动作正迁移的；而 800 米成绩的下降，是因为受排球场地的影响，场地较小，学生活动范围小，而项目特点又无需大量的跑动，故在 800 米跑项目上有所下降。

羽毛球项目的男生通过一学年的学习后，在肺活量、50 米、立定跳远和 1000 米项目评

分上有所提升,羽毛球项目是一项隔网对抗类运动,专业的羽毛球比赛有运动强度大、每个回合运动员需要在各个方向快速移动、80%单球持续时间少于10s、回合之间有一定间歇的特点,长期从事羽毛球运动可以改善心肺功能,故学生的肺活量和1000米评分有所提升。而且羽毛球项目的步法对髋关节的要求比较高,股四头肌的运用较多,学生在比赛时为了应对一些放网小球、后场杀球,需要迅速作出反应,也间接锻炼了灵敏素质,故学生的50米跑和立定跳远评分有所提升。

羽毛球项目的女生在一年的学习后,各个测试项目评分均有小幅度变化,其中50米和立定跳远变化幅度相较于其他项目增幅较大,究其原因因为每节羽毛球课都会设置专项步法练习,羽毛球步法要求参与者能够在场上使用娴熟的步法,快速移动击球,有实验证明综合移动步法可以提高学生的平均心率,激发学生的兴趣和积极性,提高移动步法的连续性,加快移动步法的速度,故女生在一学年的练习后,下肢力量爆发力、肌力和速度耐力有所提升;而且不同方向的步法移动,也对参与者的柔韧素质有一定要求,要求学生在移动的过程中尽量以大步幅去移动,变向的时候髋、膝、踝关节也要迅速做出反应,所以学生的髋、膝盖、踝关节灵活性也有相应的提高,这也是导致女生在50米和立定跳远项目上有明显提高的原因。

乒乓球项目男生测试评分变化较大的是肺活量、50米和1000米项目,都有较大幅度的正增长,究其原因也符合乒乓球项目的体能发展规律,就以这乒乓球运动的项目而言,主要包括速度反应能力、看见球后的判断以及决策能力、快速的步伐移动能力、击球时的指尖末端爆发力、击球时手臂的摆速和乒乓球的专项耐力。其中速度反应能力、移动能力和爆发力对应50米跑,较快的反应能力,让学生在50米起跑时能够获得更快的起跑反应时,而快速的移动能力,对学生的脚踝力量和腿部力量有较高的要求,让学生在50米跑的中段获得更好的加速效果,专项耐力对应1000米跑,每节课的专项体能练习(3.5米移动或者1分钟跳绳)对心肺功能有明显的提升,也直接影响1000米跑的成绩。

乒乓球项目女生800米和仰卧起坐项目评分变化较大,其中800米项目评分下降较多,究其原因是因为女生对乒乓球项目的兴趣较低,上课期间主观能动性不足,虽然每节课那排了体能训练,但是完成度较低,故学生心肺功能不能得到锻炼,专项耐力也随之下降;仰卧起坐项目评分正增长最多,究其原因因为女生在练习技术动作是较为认真,虽然上肢力量较弱,但是整体协调性较好,能够充分运用下肢和腰部力量去击球,所以核心力量得到充分锻炼,故仰卧起坐项目评分提高较多。

健美操项目通过一学年的学习后,除800米以外,其余项目评分均有不同程度的增长,其中坐位体前屈增长幅度最大,健美操项目能锻炼身体各个部位的动作舒展、自然、协调,发展肌肉力量、速度、弹性,是一项集健身、健美、健心于一体的特色运动,而健美操训练过程中,动作伸展幅度的大小不仅取决于肢体动作的标准性,更多的是关节的活动范围和韧带组织的柔韧性,故学生的柔韧素质得到了充分的发展,而优秀的柔韧素质也间接的影响了学生的跑步步幅,使得50米跑的成绩有所提升;在项目训练的过程中,常常伴有高强度的运动负荷,这也有效的提高了学生的心肺功能,使得肺活量评分有所增长。

2. 课题中期取得的成果（包括已出版、发表的成果，请注明出版或发表的时间、刊物或出版社；已产生的实践效应；相关领域专家的评价等。）

论文发表

序号	作者	论文名称	时间	期刊名称
1	郑竣译	高中体育课外作业的价值、困境与思路	2021.12	《教育科学发展》
2	郑竣译	浅析多元化评价在高中排球教学中的运用研究	2022.04	《中国基础教育》
3	郑竣译	追加反馈对高中女生排球垫球技能掌握的影响研究	2021.12	常州市教育学会年会论文一等奖
4	马俊波	跨学科主题学习视域下情境化体育教学的教学设计与实施	2021.12	常州市教育学会年会论文一等奖
5	刘洁茹	高中体育学习评价的改革探索	2021.01	《读写算》
6	刘洁茹	啦啦操高中课程体能训练方式	2022.02	《新体育》
7	姜磊	高中足球选项教学中的体能训练	2021.12	《拳击与格斗》
8	张宇成	高中足球选项撞墙式二过一教学	2022.04	《新体育》
9	张欣	立定跳远技术分析及教学实践的探究	2022.04	《中国基础教育》
10	张欣	金泰尔技能分类理论下的篮球传接球技术教学与评价策略的研究	2021.12	江苏省“师陶杯”一等奖
11	张欣	信息化体能模块教学与评价机制构建的实践研究	2022.1	《教学教研》

学课竞赛获奖

序号	获奖姓名	荣誉奖项名称	授予单位	授奖时间
1	郑竣译	常州市区体育与健康评优课一等奖	常州市教科院	2022.09
2	张宇成	常州市区体育与健康评优课二等奖	常州市教科院	2022.09
3	张欣	常州市区健康教学技能比赛二等奖	常州市教育局	2021.12
4	张欣	常州市区体育与健康评优课二等奖	常州市教科院	2022.09

公开课

序号	课题名称	上课时间	上课地点	级别
1	篮球掩护配合	2022.01	常州市第五中学	校际
2	啦啦操基本手位	2021.12	常州市田家炳高级中学	校际
3	篮球交叉步持球突破	2020.12	常州市第三中学	校际
4	排球正面屈体扣球	2022.05	常州市田家炳高级中学	校级
5	健美操	2021.11	常州市田家炳高级中学	校级
6	啦啦操手位创编	2022.05	常州市田家炳高级中学	校级
7	排球正面屈体扣球	2022.06	常州市田家炳高级中学	市级
8	体能模块之灵敏练习	2021.12	常州市第二中学	市级
9	正面双手头上前掷实心球	2021.12	武进区庙桥初级中学	市级
10	足球正面头顶球	2021.12	常州市田家炳高级中学	市级
11	乒乓球	2021.12	常州市第五中学	市级
12	足球回传反切二过一战术配合	2022.05	常州市田家炳高级中学	市级
13	《篮球：四角传接球》	2021.09	新桥高级中学	市级
14	《速度与灵敏素质练习》	2022.10	常州市第二中学	省级
15	耐久跑	2022.05	常州市钟楼区昕弘实验学校 校	区级

讲座

序号	主讲人	主题	时间	地点	人数	级别
1	马俊波	深度学习视域下实心球大单元教学设计与实施	2021.12	武进区庙桥初级中学	50 人	市级
2	马俊波	“学、练、赛”一体化教学下初中体育课堂的研究	2022.05	常州市钟楼区昕弘实验学校	40 人	区级

其他荣誉

序号	获奖者	荣誉（奖项）名称	授予单位	授奖时间	级别
1	刘洁茹	2022 年常州市中小学优秀学生社团和优秀辅导员	常州市教育局	2022 年 7 月	市级
2	张宇成	2022 年常州市第七届残疾人运动会“体育道德风尚奖”裁判员	常州市第七届残疾人运动会组委会	2022 年 7 月	市级
3	张欣	常州市教坛新秀	常州市教育局	2022 年 1 月	市级

3. 课题研究中存在的问题或不足

研究中存在的问题主要分为三个方面。首先是体质健康测试结果的统计与分析上，数据采集时的客观误差对于数据比较结果的科学性有很大的影响，学生的测试的主观态度一定程度上也会造成数据采集的不准确性

其次是分析体质测试项目成绩变化规律时的误差。我们都知道运动项目测试成绩的因素条件是多方面的，而本研究分析主要集中在探讨主导各测试项目运动成绩的主要身体素质入手，在后期的教学练习手段的选择上针对性、全面性不足。

最后是模块教学的局限性，虽然本课题是通过体测数据反馈以提醒、帮助体育教师能够更好的设计安排体育模块课的教学内容及课堂设计以帮助学生更全面的提升其体质健康水平，但由于运动项目的局限性以及各运动项目技能学习的特殊性，这种运动项目带来的身体素质差异没有办法完全避免，本研究只是在尽量平衡学生的各项身体素质水平，以促成其体质健康的全面性发展。

4. 下阶段研究计划

下一阶段的研究计划主要是在前期研究的基础上进行干预与动态监测评价，逐步完善体育模块课的优化升级，并将校本化的学业水平测试指标进一步完善。

动态干预即在已有研究结论的基础上根据各个运动模块实际情况选择、增加相应的身体素质练习手段，在原有课堂教学内容的基础上融入此类身体素质练习内容，从而全面提升学生的身体素质，提高其体质健康水平，以使得各模块教学效果更具科学性和整体性的特点，同时保障学生掌握必要的运动技能同样也是模块教学不可忽视的一方面。

其次是动态监测评价，将更新修改后的学业水平测试标准作为组间干预手段，为期一学年，将第三次体质健康测试结果数据与前两次的数据进行纵向比较，找出数据变化的规律，分析出现此类变化的具体原因，最后从提高学生身体素质的角度入手，在模块教学中融入相对应的身体素质练习内容，完善项目技术评价体系，进而再次反馈作用于各模块课教学内容和设计以及学业水平测试方案的测试标准，促使各模块教学设计的动态优化升级和校本化学业水平测试方案的完善。

三、评估小组意见

《学业水平测试背景下高中体育学科项目化评估优化研究》课题自立项以来按课题既定内容和进度扎实有效推进各项研究。专家组成员在线上听取了课题主持人郑竣译老师的课题结题汇报，经集体讨论，我们对此课题形成如下评估意见：

课题选题具有较强的实践价值，紧紧抓住学业水平测试的现实问题，对当前学校体育教学促进有重要的现实意义；课题研究方法选用恰当，科学性、操作性较强，该课题主要采用体质健康测试、课堂教学改进等形式，遵循引导教师边研究边实践、着力解决教育实践中的详细问题、改善教师的教育行为、提高教育智慧的思路进行研究；课题资料全面、详实、丰富。课题前期研究过程中收集了大量数据和资料，并用文字、图标等多样化形式进行了记录，真实反映了课题研究的过程和轨迹，有利于后期进一步研究；

将课题的名称改为“学业水平测试背景下高中体育学科项目化评估优化研究”；另外体育教学的最终目的是学生能够掌握某项运动技能，在体育课堂教学的手段和方法得调整上应与模块教学的主题紧扣，在测试手段上可采用现代教育技术，以增加测试结果的准确性。

四、评估小组成员

评估组职务	姓 名	所 在 单 位	签 名
组长	王俊	常州市教科院	王俊
组员	龚国胜	常州市教科院	龚国胜
组员	黄天庆	常州市教科院	黄天庆

五、主持人所在单位意见

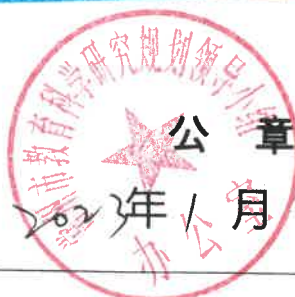
同意该课题参加中期评估。



2023年1月 日

六、市教育科学规划领导小组办公室评估意见

同意为常州市教科研立项课题



2023年1月 日

(请保持四、五、六项在同一页)