

附件 8

编号	
----	--

项目类别	立项
------	----

常州市教育科学“十四五”规划课题
结题鉴定书

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 5
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
组织鉴定单位 常州市教科院
填 表 日 期 2024 年 6 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、准确填写，用 A4 纸单面打印或复印一式两份。填写过程中如需增加表格页面，请勿改变表格格式。

2.项目类别分为：招标、重点、立项三类，由课题组根据课题所属类别分别填写。

3.课题编号由课题组根据各课题立项时所分配的编号准确填写。

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”、课题核心组成员原则上应与中期评估表上的核心成员保持一致，主持人不得超过两人、核心组成员不得超过 10 人。“课题主持人”、课题核心组成员、课题承担单位确需变更者，需填写《常州市教育科学“十四五”规划课题变更表》，由课题组所在单位盖章、（原）主持人签字，并报经辖市/区教师发展中心（辖市/区学校）和市规划办审批通过后，方予认可。

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				
姓 名		所在单位		联系方式
姜磊		常州市田家炳高级中学		13861001779
郑竣译		常州市田家炳高级中学		18952118939
二、课 题 组 成 员（不含主持人，限 10 人）				
序号	姓 名	职 称	工作单位	课题组分工
1	刘洁茹	中学一级	常州市田家炳高级中学	体育模块教学与体质健康监测
2	张宇成	中学二级	常州市田家炳高级中学	体育模块教学与体质健康监测
3	马俊波	中学一级	常州市田家炳高级中学	大课间、课外活动组织管理
4	沈默然	中学高级	常州市第五中学	体育学测方案优化与足球数据整理
5	宋杰	中学一级	常州市第五中学	体育学测方案优化与篮球数据整理
6	付兵	中学二级	常州市戚墅堰高级中学	体育学测方案优化与羽毛球数据整理
7	尹剑明	中学一级	常州市第二十四中学	体育学测方案优化与排球数据整理
8	张欣	中学一级	常州市第二中学	体育学测方案优化与乒乓球数据整理
9	缪昕宇	中学二级	常州市第五中学	体育学测方案优化与数据整理
10	陈姿璇	中学二级	常州外国语附属双语学校	课堂教学研究与数据整理

三、成果简要说明（限 2000 字）

（包含简要研究过程、研究发现或结论、主要研究成果等）

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，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。最后以这种研究结论反馈与模块教学的教学计划和教案设计，以改进模块教学的内容和手段，促进学生体质健康成绩的全面发展

一、课题实施的研究报告

1. 实施路径

1.1 对我校 2021 级新生进行体质测试，并汇总测试数据。

1.2 以我校开展的篮球、足球、排球、羽毛球、乒乓球和健美操等六个项目为主，开发各项目模块教学课程，实施专项体能练习，探索高中模块教学的有效方式，完善我校体育校本课程教学内容，每位专项老师开设其项目公开课，提高校本课程质量与标准，促进学生体质健康的教学实效，同时，不断从实践中反思，并结合文献资料，撰写其项目教学的学术论文。

1.3 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。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。

1.4 最后结合不同项目的教学内容和设计，分析出影响此类身体素质变化的教学因素，并根据数据变化的趋势与达标率，制定出我校校本学业水平测试评估标准。

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

2. 研究发现及结论

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项目班学生的体质健康测试项目的成绩结果为主。

2.1 篮球项目数据统计与分析

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。

根据该项目学生一学年的身体素质变化和学习内容的掌握程度，制定了篮球项目的校本化学业水平测试项目：

测试项目

考试项目	考试内容	分值（百分制）
专项素质	“V”脚步移动	20 分
专项技术	全场综合技术	50 分
	罚篮	30 分

2.2 足球项目数据统计与分析

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，其原因也市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。

根据该项目学生一学年的身体素质变化和学习内容的掌握程度，制定了足球项目的校本化学业水平测试项目：

测试项目

考试项目	考试内容	分值（百分制）
专项素质	25 米折返跑	30 分
专项技术	定点射门	30 分
	运球绕杆射门	40 分

2.3 排球项目数据统计与分析

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。

根据该项目学生一学年的身体素质变化和学习内容的掌握程度，制定了排球项目的校本化学业水平测试项目：

考试项目

考试项目	考试内容	分值（百分制）
专项素质	变向移动	30 分
专项技术	传垫球	40 分
	发球	30 分

2.4 羽毛球项目数据统计与分析

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。

根据该项目学生一学年的身体素质变化和学习内容的掌握程度，制定了羽毛球项目的校本化学业水平测试项目：

考试项目

考试项目	考试内容	分值（百分制）
专项素质	左右移动	20 分
专项技术	正手发高远球	40 分
	网前挑球	40 分

2.5 乒乓球项目数据统计与分析

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，原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。

根据该项目学生一学年的身体素质变化和学习内容的掌握程度，制定了乒乓球项目的校本化学业水平测试项目：

测试项目

考试项目	考试内容	分值（百分制）
专项素质	3.5 米移动	30 分
专项技术	发球	30 分
	自抛正手攻球	40 分

2.6 健美操项目数据统计与分析

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。

根据该项目学生一学年的身体素质变化和学习内容的掌握程度，制定了健美操项目的校本化学业水平测试项目：

测试项目

考试项目	考试内容	分值（百分制）
专项素质	纵劈叉（左、右）	10 分
	跳绳	20 分
	仰卧两头起	20 分
专项技术	规定动作	50 分

二、立项以来课题组成果

1. 课题研究

序号	姓名	课题名称	级别	参与情况	进展	备注
1	郑竣译	《体质健康测试背景下体育模块教学的实效性研究》	市级	参与	结题	常州市教育科学十三五规划课题
2	郑竣译	《模块教学背景下体能信息化教学与评价机制构建的实践研究》	市级	参与	立项	常州市教育信息化建设重点课题
3	马俊波	《体质健康测试背景下体育模块教学的实效性研究》	市级	参与	结题	常州市教育科学十三五规划课题
4	张欣	《体质健康测试背景下体育模块教学的实效性研究》	市级	主持	结题	常州市教育科学十三五规划课题
5	张欣	《模块教学背景下体能信息化教学与评价机制构建的实践研究》	市级	主持	立项	常州市教育信息化建设重点课题
6	张欣	《“微时代”体育媒介形象研究》	省级	参与	结题	江苏省高校哲学社会科学研究项目
7	张欣	基于体质健康促进背景下体育作业设计与“管理”信息化的实践研究	省级	主持	立项	江苏省学生体质健康促进研究中心课题
8	张欣	《信息技术支持下的高中高效课堂构建研究与实践》	市级	参与	立项	常州市教育科学十四五规划课题
9	张欣	《三新背景下高中四有好教师专业发展共同体的建设实践研究》	市级	参与	立项	常州市教育科学十四五规划课题

2. 论文发表

序号	作者	论文名称	时间	期刊名称	级别
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》	省级
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》	省级

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	市级
4	郑竣译	“立德树人”视角下高中体育课中的德育透视探究	2023. 01	教师周刊	省级
5	郑竣译	模块化导向下的高中体育高质量课堂构建	2023. 08	科教创新与实践	省级
6	张宇成	高中足球选项撞墙式二过一教学	2022. 04	《新体育》	省级
7	张宇成	民族体育视角下对黛玉式抑郁症构造初探	2023. 11	《武当》	省级
8	张欣	立定跳远技术分析 & 教学实践的探究	2022. 04	《中国基础教育》	省级
9	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	省级
10	张欣	信息化体能模块教学与评价机制构建的实践研究	2022. 01	《教学教研》	省级
11	张欣	“双减”背景下家长学校课程内容开发的现状研究	2023. 01	2023 年常州市家庭教育指导工作论文一等奖	市级
12	张欣	教学改革背景下高中体育信息化课堂教学刍议	2023. 02	《文学天地》	省级
13	张欣	双减背景下家长学校课程内容开发现状研究	2023. 06	《双语教育研究》	省级
14	张欣	信息化技术在高中体育与健康测试中的应用研究	2023. 09	《向导学术与研究》	省级
15	张欣	高中篮球教学中学生组织能力的培养研究	2023. 09	《知识与力量》	省级
16	张欣	双减背景下高中体育教学效率提升的路径探究	2024. 01	《时代教育》	省级
17	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	市级
18	刘洁茹	高中体育学习评价的改革探索	2021. 01	《读写算》	省级
19	刘洁茹	啦啦操高中课程体能训练方式	2022. 02	《新体育》	省级
20	刘洁茹	高中体育健美操训练方法的创新模式探讨	2023	网羽世界	省级
21	刘洁茹	谈高中田径教学的现状与教学策略	2023. 03	当代体育	省级
22	姜磊	高中足球选项教学中的体能训练	2021. 12	《拳击与格斗》	省级
23	姜磊	“教会、勤练、常赛”视域下提升体育教学质量的实施路径及实践——常州市田家炳高级中学走班制模式设计	2023. 07	《新体育》	省级

3. 公开课

序号	课题名称	上课时间	上课地点	级别
1	健美操	2021. 11	常州市田家炳高级中学	校级
2	啦啦操基本手位	2021. 12	常州市田家炳高级中学	校际
3	排球正面屈体扣球	2022. 05	常州市田家炳高级中学	校级
4	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
5	篮球掩护配合	2022. 01	常州市第五中学	校际
6	啦啦操手位创编	2022. 05	常州市田家炳高级中学	校级
7	篮球：四角传接球	2021. 09	新桥高级中学	市级
8	排球正面屈体扣球	2022. 06	常州市田家炳高级中学	市级
9	速度与灵敏素质练习	2022. 01	常州市第二中学	省级
10	篮球挡拆传切	2023. 01	常州市第二中学	市级
11	篮球-双手胸前传接球	2023. 03	金坛段玉裁初级中学	市级
12	足球：脚背外侧变向运球	2024. 03	常州市田家炳高级中学	市级
13	篮球交叉步持球突破	2020. 12	常州市第三中学	校际
14	正面双手头上前掷实心球	2021. 12	武进区庙桥初级中学	市级
15	体能模块之灵敏练习	2021. 12	常州市第二中学	市级
16	足球正面头顶球	2021. 12	常州市田家炳高级中学	市级
17	乒乓球	2021. 12	常州市第五中学	市级
18	耐久跑	2022. 05	常州市钟楼区昕弘实验学校	区级

4. 学科竞赛

序号	获奖姓名	奖项名称	授予单位	授奖时间	级别
1	马俊波	常州市区教师基本功比赛二等奖	常州市教科院	2023. 09	区级
2	马俊波	常州市区健康教育比赛二等奖	常州市教科院	2024. 01	区级
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	区级

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	区级
5	张欣	常州市区教师基本功比赛一等奖	常州市教科研	2023.09	区级
6	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	区级
7	张宇成	常州大市教师基本功比赛二等奖	常州市教科院	2023.09	市级
8	张宇成	常州市区教师基本功比赛一等奖	常州市教科院	2023.09	区级
9	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	区级
10	郑竣译	常州大市教师基本功比赛一等奖	常州市教科院	2023.09	市级
11	郑竣译	常州市区教师基本功比赛一等奖	常州市教科院	2023.09	区级

5. 讲座

序号	主讲人	主题	时间	地点	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	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	区级
3	刘洁茹	深化学校体育改革的创新举措	2023.03	常州市田家炳高级中学	市级

6. 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	2022.07	市级
2	刘洁茹	常州市中小学生体育、艺术社团“精品社团”、优秀指导老师	常州市教育局	2024.01	市级
3	张欣	常州市“教坛新秀”称号	常州市教育局	2022.01	市级
4	张欣	常州市“教学能手”称号	常州市教育局	2023.12	市级
5	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	2022.07	市级
6	张宇成	常州市“教坛新秀”称号	常州市教育局	2023.12	市级
7	郑竣译	常州市“教坛新秀”称号	常州市教育局	2023.12	市级

四、鉴定组鉴定意见

2024年6月5日，常州市教育科学规划办组织鉴定小组，对常州市田家炳高级中学姜磊、郑竣译老师主持的常州市教育科学“十四五”规划立项课题《学业水平测试背景下高中体育学科项目化评估优化研究》进行结题鉴定。鉴定组审以了听取了课题结题汇报，查看了过程性材料，与课题组成员进行了对话，对课题提出如下鉴定意见：

课题选题基于当前高中体育与健康学业水平测试过程中的具体问题，研究有较强的现实意义和较高的实践价值。课题对核心概念做了科学的界定，提出了明确的研究目标，采用文献研究法、调查研究法、行动研究法等，从学生体质健康测试出发、对体质健康各项测试及分析指标的纵向研究、体质健康测试成绩纵向变化的原因分析、基于学生身体素质整体性发展的模块教学内容的再优化等方面开展了具体的研究工作，并研制出校本化体育学业水平评估标准。

不足之处：

1. 量表应该体现前测后测的对比效果，可更直观展现训练的提升效果；
2. 应该提前准备英规好测试时所出现的不可抗因素，尽量做到数据最优化；
3. 结题报告中应增加部分中期前、后的具体过程分析。

课题自立项以来，能根据研究计划开展研究工作，研究中有相关论文发表，达到常州市教育科学规划立项课题的结题要求，建议准予结题，并建议课题组在后续阶段进一步推进校本化评价标准的普适性研究，争取产生更大范围的辐射影响。

鉴定组组长（签字）



2024年6月5日

五、鉴定组成员

序号	鉴定组职务	姓名	工作单位	签名
1	组长	孙蓉	常州市田家炳高级中学	孙蓉
2	组员	赵娟	常州市田家炳高级中学	赵娟
3	组员	戴旭光	常州市田家炳高级中学	戴旭光
4	组员			
5	组员			

六、辖市/区教育科研管理部门意见

单位公章:

年 月 日

七、常州市教育科学规划办终审意见

同意结题

单位公章:

年月日

2024. 6.

