

# 行为目标模式下的体育与健康大单元结构化教学内容的逻辑建构

## ——以篮球大单元教学为例

陈 萍

苏州高新区成大实验小学校 江苏苏州 215000

**摘 要：**《义务教育体育与健康课程标准（2022 年版）》明确提出体育与健康课程需要以结构化教学落实核心素养目标。本文基于行为目标模式，以马杰三要素理论（行为表现、条件、标准）为框架，从目标定位、内容序列、实施路径、评价反馈四个环节，系统建构体育大单元结构化教学内容逻辑体系。通过篮球大单元案例，验证“目标统摄—任务分层—动态诊断—循环进阶”模型的实践效能，为发展学生运动能力、健康行为与体育品德提供实践路径参考。

**关键词：**行为目标模式；体育与健康；大单元教学；结构化内容；逻辑建构

### 1 行为目标模式的理论内核与教学适配性

行为目标模式是教育领域中以可观测、可测量的学生行为变化为核心的教学目标设计理论，其发展脉络与体育教学的实践需求高度契合。该模式由美国教育心理学家拉尔夫·泰勒（R.W. Tyler）于 1949 年在《课程与教学的基本原理》中首次提出“目标行为化”概念，后由罗伯特·马杰（Robert Mager）在 1962 年《准备教学目标》中系统化发展为“行为目标三要素”理论，成为现代教育目标设计的里程碑。

#### 1.1 行为目标三要素包括：

（1）行为表现：学生能做什么，即学生能完成的具体、外显动作。如，在篮球教学中“完成三步上篮动作”。

（2）行为条件：在何种情境下达成，即动作发生的环境、设备或限制因素。如“在防守队员贴身干扰下运球突破”。

（3）达标标准：完成的质量要求，即动作完成的质量、数量或时效要求。如“投篮命中率 $\geq 60\%$ ，且动作符合规范评分标准”。

#### 1.2 行为目标模式与体育技能习得规律的深度契合：

行为目标模式与体育技能习得规律的深度契合构成结构化教学的逻辑基础。

##### （1）目标精准化：破解“空泛目标”顽疾

体育教学长期面临目标表述笼统的问题。例如“培养学生篮球兴趣”无法指导具体教学，而行为目标将其转化

为可观测行为，如“每课时主动参与小组对抗 $\geq 3$ 次”；可测量标准，如“课后自主训练打卡率 $\geq 80\%$ ”。

##### （2）内容结构化：构建“技能进阶链”

以行为目标为锚点逆向设计内容序列，形成“基础技能→组合应用→实战创新”的阶梯式能力发展路径：

##### （3）评价客观化：实现“数据驱动教学”

表 1 基于三要素开发评价工具，建立动态监测机制

监测要素	监测指标
运动能力	AI 视频分析系统捕捉动作轨迹（如投篮出手角度偏差值）
健康行为	智能手环监测运动负荷（如心率恢复速率 $\leq 120$ 秒达标）
体育品德	五级量表记录合作行为（如“主动扶起对手次数”）

### 2 大单元结构化教学内容的逻辑建构路径

结构化是体育与健康新课标提出的新要求，其核心在于强调知识、技能之间，以及知识与技能之间的内在关联。传统的教学往往采用小单元设计，侧重于单个技术的传授——例如，一节课专门练习双手胸前传球，下一节课学习原地运球，再下一节课则教授原地投篮。这种模式导致各项技能彼此割裂。即便部分学校采用小单元教学，也常因课时不足且每节课仅聚焦单一技术，使得学生难以真正掌握一项运动的完整技能体系。大单元结构化教学就是为改变这一状况，有意识地建立技能间的联系，将知识与知识、技能与技能以及知识与技能之间整合成一个有机整体，实施结构化的知识与技能教学，从而实现运动技能的关联

学习和进阶发展。

大单元结构化教学内容的逻辑建构路径可分为以下三个阶段：

### 2.1 计划阶段：以行为目标锚定大单元框架

表 2 围绕核心素养，定位三级行为目标

核心素养	行为目标（以篮球为例）
运动能力	在对抗中完成运球变向（标准：成功 3 次 /5 组）
健康行为	比赛中主动补水（标准：每节休息执行率达 100%）
体育品德	防守后主动扶起摔倒对手（标准：观察记录 $\geq 4$ 次）

步骤 2：创设真实情境，统整大单元主题

主题：“班级篮球联赛争霸赛”

任务：组建球队，通过 12 课时训练备战联赛，完成技术考核、战术设计、健康管理任务。

### 2.2 执行阶段：分层任务序列支撑目标达成

表 3 篮球大单元任务序列与行为目标对应表

阶段	子任务群	行为目标	内容结构化设计
基础技能	运球突破“封锁线”	连续变向运球过 5 个障碍（时限 $\leq 20$ 秒）	原地运球→移动运球→障碍运球
组合应用	攻防转换实战演练	3v3 快攻中完成传球 $\geq 3$ 次（成功率 $\geq 80\%$ ）	传接球练习→2v1 快攻→3v2 联防破解
实战创新	设计“绝杀战术”	小组展示 1 套自创战术（配合流畅度达标）	战术视频分析→分组设计→模拟演练

在以上案例中，大单元设计逻辑由纵向递进和横向融合组成。纵向递进使技能从单个到组合，情境从低对抗到高对抗。横向融合的每阶段嵌入健康行为（如训练后拉伸打卡）、体育品德（如战术讨论中倾听记录）。

### 2.3 检查阶段：基于行为数据的动态诊断与教学干预

新课标强调“教学评一致性”，在行为目标导向的大单元教学中，动态诊断系统成为串联目标设定与素养达成的关键枢纽。本阶段通过三维评价工具构建“数据采集—差距分析—精准干预”闭环，彻底改变传统体育教学“重练习轻反馈”“重结果轻过程”的弊端。

表 4 三维评价工具的科学化设计

评价维度	数据采集工具	行为指标样例（篮球大单元）	诊断价值
运动能力	AI 视频分析系统 + 教师观察量表	变向运球轨迹偏移度 $\leq 15^\circ$ ；三步上篮动作连贯性评分 $\geq 4$ 分（5 分制）	量化技能熟练度，识别动作模式缺陷（如起跳角度不足导致命中率降低）
健康行为	智能手环 + 电子健康日志	训练后拉伸完成率 100%；运动中每 15 分钟补水 1 次（手环自动记录）	监控运动负荷合理性（如心率恢复至静息状态时长 $\leq 90$ 秒为达标），培养终身体育习惯
体育品德	数字化同伴互评系统	战术讨论中主动发言 $\geq 3$ 次 / 课；防守后扶起对手记录 $\geq 2$ 次 / 场	将抽象品德转化为可观测行为（如“冲突调解有效性”按 1-5 级评分），促进社会化发展

## 3. 动态诊断的实施路径

### 3.1 阶段复盘会——用数据说话

每阶段末举办“目标达成复盘会”，严格对照行为目标核查差距：

建立数据汇总（如，三步上篮命中率 38%）——低于标准 60%）、目标比对（如，动作分析，起跳点过近导致出手角度不足）、归因分析（心理监测对抗下焦虑指数上升 20%）、干预决策（增补“篮下终结强化训练”子任务）操作序列

### 3.2 精准干预案例深度解析

问题：某小组在“对抗下三步上篮”阶段测评中，全小组平均命中率仅 38%（标准  $\geq 60\%$ ）。

动态诊断流程：

（1）AI 视频分析：73% 学生起跳点距篮筐  $< 1.5$  米（标准 1.8-2.2 米），导致出手角度  $< 45^\circ$ （标准  $\geq 50^\circ$ ）；

（2）心率数据分析：对抗环节平均心率达 175bpm（超过有氧区间），焦虑手环震动频次提升 3 倍；

（3）同伴互评反馈：65% 学生认为“防守者逼近时仓促出手”。

干预方案：

技术矫正：增设“起跳距离标记线训练”（达标：连续 10 次起跳点落于目标区）；

心理适应：设计“渐进对抗梯度”（无人防守→象征性干扰→实战对抗）；

战术优化：嵌入“三步上篮”替代动作（降低对起跳点依赖）。

干预效果：3 课时后复测命中率升至 61%，焦虑指数下降至基线水平。

## 4 从诊断到进化的能力构建

表 5 基于持续的行为数据积累，生成从个体到班级三维素养体系，  
实现教学决策的科学化

能力层级	运动能力指标	健康行为指标	体育品德指标	教学策略
基础层	技能达标率 < 50%	习惯养成率 < 60%	品德积分 < 70 分	拆分任务步骤，增加模仿练习
发展层	达标率 50%~80%	养成率 60%~85%	积分 70~85 分	设置挑战情境，强化应用迁移
创新层	达标率 > 80%	养成率 > 85%	积分 > 85 分	开放创作空间（如自编战术）

在以上案例中，发展层学生参与“3v3 战术设计赛”，需在防守压力下完成自创配合；基础层学生转入“技术巩固营”，通过 AI 矫正系统反复打磨投篮动作。

5 结构化评价的拓展价值

5.1 纵向贯通：搭建技能进阶阶梯

以篮球运球能力发展为例，形成递进式评价链：单个技术 → 组合应用 → 实战创新，即原地运球达标（球感测试）→ 掩护后传球达标（战术板模拟）→ 破解联防成功率（实战录像分析）。每链说明行为标准，确保 80% 学生达标后方可进阶。

5.2 横向融合：素养协同发展机制

在“攻防转换实战演练”任务中实施融合评价（表 6）

评价维度	行为指标
运动能力	快攻传球成功率（≥ 80%）
健康行为	攻守转换间隙主动补水（手环自动记录）
体育品德	对手倒地时暂停进攻（由 AI 系统识别并加分）

基于行为目标的动态诊断系统，使体育教学从“经验主导”转向“证据主导”。

用命中率、心率曲线等数据替代模糊评价的精准化干预，达到依据三维图谱实施分层任务推送的个性化进阶，呈现数字画像中学生全面发展轨迹的素养可视化。

5.3 处理阶段：循环迭代促进素养进阶

在体育与健康大单元结构化教学的处理阶段，循环迭代成为推动学生体育与健康核心素养持续进阶的关键策略。通过创设多样化的“运动情境”，教师不仅能够巩固学生在单元内习得的关键能力，还能促进这些能力在不同场景下的迁移与应用，从而提升学生的综合体育素养。①横向补充情境：以社区“3v3 街头赛”为例，这一情境旨在提升学生的陌生场地适应能力。在真实的街头环境中，学生在

通过参与室外天气变化等不确定因素的干扰中适应不同的场地条件，同时自主应用结构化的知识与技能。这种横向补充的情境不仅丰富了学生的比赛经验，还增强了他们的环境适应能力。②纵向深化情境：校级“全明星战术挑战赛”则是一个纵向深化的情境。在这一情境中，学生需要执行更为复杂的战术，如应对突发的夹击等。通过参与这样的挑战赛，学生能够在实战中深化对战术的理解，提升战术执行力。这种纵向深化的情境有助于学生在掌握基础技能的基础上，进一步提升战术素养，为专项运动技能的提高奠定基础。③跨域铺垫情境：“家庭运动营”则是一个跨域铺垫的情境。在这一情境中，学生不仅需要参与体育活动，还需要向家长演示热身要点等健康知识。这种跨域铺垫的情境不仅促进了学生体育技能与健康知识的结构化应用，还增强了他们的社会责任感和沟通能力。通过向家长传授健康知识，学生能够在实践中加深对健康生活方式的理解，同时提升自己的表达能力和自信心，增进亲子关系。

在未来的教学中，教师需要注意学习目标设计的精准性，结合学生的基线数据设定差异化的行为标准。通过了解学生的个体差异和现有水平，教师可以为每个学生量身定制适合他们的学习目标，从而确保每个学生都能在适合自己的难度下进行学习和挑战；教学内容设计的科学性，需要避免技能训练的碎片化，强化“技术—战术—素养”的结构化整合。通过构建层次分明、逻辑清晰的教学内容体系，引导学生结构化掌握体育技能，提升战术素养，最终实现体育素养的全面提升。同时，为了更准确地评估学生的学习成果，还需要开发更加适切的评价工具，提高评价工具的适切性。特别是针对体育品德等难以直接观测的素养，教师可以设计如“冲突主动调解次数”等可观测指标，通过量化评估来反映学生的体育品德水平。

参考文献：

[1] 马杰. 准备教学目标 [M]. 上海：华东师范大学出版社，2020.  
[2] 季浏. 体育与健康课程标准解读 [M]. 北京：高等教育出版社，2022.  
[3] 崔允漷. 学科核心素养与教学变革 [J]. 教育研究，2023(8): 12-19.

作者简介：陈萍（1973—），女，汉族、大学本科、从事中小学体育教育教学研究。