Machine Translated by Google

11

澳式足球：
引领儿童基础教育运动和运动技能发展

蒂莫西·林奇，英国普利茅斯大学

介绍

本章重点分析了澳式足球在小学低年级阶段的重要性。
近期研究报告显示，澳大利亚儿童的基本运动技能（PMS）在过去30年中有所退步（Craw，2015），许多儿童进入中学时基本运动技能仍然有限（Barnett等，2013）。此外，澳大利亚政府于2014年发布的《澳大利亚课程修订版》建议，将“健康与体育教育”这一关键学习领域在小学低年级阶段仅进行非正式教学，并在三年级开始正式授课。然而，尽管存在这些令人担忧的报告，研究也表明，小学校长们强烈希望从小学一年级开始就开展体育教育（Lynch，2015）。因此，澳大利亚小学低年级（5-7岁）儿童的“体育教育”似乎存在缺口，而这一需求也为传统上广受欢迎且技术要求高的运动 澳式橄榄球 提供了发展机遇。

体育运动被定义为学校体育教育（PE）课程的合理延伸（英联邦）。
澳大利亚，1992年）。在澳大利亚，这种关系已经得到了几十年的拥护：

> 20世纪40年代末，体育教育开始被定位为儿童参与体育运动的“基石”，是培养参与体育运动所需技能的场所，并首次明确地将体育与运动联系起来。
>
> 学校体育教育与终身参与体育活动之间的联系。 Kirk，2014

事实上，体育和体育课在历史上一直被认为是同一个概念，直到 1979 年（第 vii 页）“体育”一词才与“体育教育”一词分开（Zeigler，1979）。

本章论述了澳大利亚橄榄球这项独特而广受欢迎的国民运动，是培养儿童基本运动技能和引入体育技能的理想选择。作者结合相关理论，并借鉴其作为澳大利亚橄榄球联盟（APL）青少年发展官员、教师、健康与体育专家、橄榄球运动员、研究员、幼儿学校负责人和橄榄球教练的丰富经验，就如何更好地实现这一目标提出了建议。

本文将通过三个主要主题，探讨和理解澳式足球对儿童基本运动和运动技能发展的重要性：

- 澳式足球的基本运动技能
- 符合发展阶段的体育教育和运动
- 通过高质量的澳式足球体验来培养孩子的体能

澳大利亚足球的基本动作

基本运动技能，也称为基本动作技能（PMS），是参与体育运动的基础，理想情况下需要尽早掌握。熟练掌握基本运动技能的儿童更容易参与体育运动。

Machine Translated by Google

更有可能享受积极的生活方式（Barnett 等,2013）。澳大利亚课程:健康与体育教育（ACHPE)的定义指出,体能技能“为胜任和自信地参与各种体育活动奠定基础”（澳大利亚课程、评估和报告局（ACARA）,2015）。体能技能可分为运动技能、非运动技能和操作技能（物体控制）。

运动技能和非运动技能包括:跑、跳、单脚跳、跳绳、跳跃、落地、疾驰、翻滚、滑行、停止、扭转、转弯、摆动、躲闪和行走（澳大利亚体育委员会，1997）。此外,还包括:平衡、慢跑、漂浮和在水中移动身体（澳大利亚课程、评估和报告局,2015）。操控技能包括:控球、投掷、追踪/接球、踢球和击球（澳大利亚体育委员会,1997）,其中“控球”包括弹跳和接球（澳大利亚课程、评估和报告局,2015）。

运动技能“可以定义为有目标、可改进的动作,需要移动身体的全部或部分才能成功完成”（Williams,2014,第 63 页）。

舞蹈动作的核心是芭蕾;同样,可以说所有运动和体育课动作的核心都是体操。构成体操基本动作的主要动作模式（DMP)包括:落地、移动、摆动、静止、弹跳和旋转（ACHPER,1998）。虽然落地、静止、移动、弹跳和旋转很容易在橄榄球场上识别出来,但“摆动”作为一种主要动作模式却并非如此（因为这项运动中不涉及双杠）。摆动是“身体向前或向后围绕身体某一部分旋转的运动。它们可以培养空间意识、身体张力和抓握力”（ACHPER,1998,第1页）。为了探讨澳式橄榄球,摆动动作将代表任何围绕身体某一部分旋转的运动。

在澳大利亚橄榄球运动中,以DMP为基础的PMS（球员移动策略)可以根据其主要使用的比赛阶段进行分类。比赛分为三个阶段,每个阶段主要使用特定的技能组合:

i.球在球队控球中-控球技巧和传球技巧;

二、球在对方控球时　施压技巧;以及

iii.球处于争议状态（例如:出界、球在空中、球在人群中）

- 抗压能力、控球能力和处理球能力。

考虑到澳式足球这项运动以及自信且熟练地参与比赛所需的技能,我们可以开始识别参与者需要的以及这项运动所培养的各项能力（DMP)和综合能力（PMS）（表1）。也可以说,这项运动所需的技能比小学开设或提倡的许多其他运动都要多。然而,澳式足球涉及的能力数量表明,尽管这项运动最适合培养广泛的技能,但它需要时间和持续的努力。

研究表明,目前许多小学和幼儿教育中存在差距。

本章论述了在小学低年级阶段,所有学生,无论男孩女孩,都可以成功地学习和发展各种技能。儿童并非自动学习或发展这些技能,因此,有些儿童入学时已经通过之前的机会掌握了所有运动技能,而有些儿童则不幸地在小学毕业时仍未掌握这些技能。“正如儿童需要学习字母表才能读写一样,他们也需要学习基本的运动技能”（巴内特）。

等,2013,第 1 页）。也就是说,PMS 是可以学习的,应该在小学低年级进行明确的教学。

研究表明,儿童学习和提升运动技能的最佳时期是学前班和小学低年级（Branta、Haubenstricker 和 Seefeldt,1984;澳大利亚联邦政府,1992;Espenschade 和 Eckert,1980;Lynch,2011;2014）,因为这段时期也是“培养健康体育活动习惯的关键时期”（昆士兰州政府,2003,第1页）。儿童发展的这一阶段具有优势,因为它与儿童的自然游戏结构相吻合,且干扰活动较少,从而使儿童有更多的时间专注于发展运动技能。此外,早期发现运动问题有助于开展早期干预项目,从而减少许多生理及相关的心理问题（Arnheim & Sinclair, 1979; Commonwealth of Australia, 1992; Johnson & Rubinson, 1983; Lynch, 2013a; Seefeldt, 1975; Small, 1974）。既然已经确定澳式足球的技能非常适合在小学低年级引入,那么现在就需要了解如何以一种吸引人且符合儿童发展规律的方式来教授这些技能。

Machine Translated by Google

技能集	主导运动 Patt,rns(DMP)	基本动作技能 （FMS）
属间运动· 1游戏	洛科莫特隆	跑步
一般比赛中的移动	运动	慢跑
一般比赛中的移动	运动	步行
一般比赛中的移动	春天	跳
一般比赛中的移动		跳跃
一般比赛中的移动	旋转	滚动
一般比赛中的移动	降落	坠落
一般比赛中的移动	春季着	跳跃
集体游戏期间的动作	陆	拉丁
一般比赛中的移动	静止的	停止
一般比赛中的移动	静止的	平衡
一般比赛中的移动	摇摆	扭曲
一般比赛中的移动		转弯
控球技巧	运动	闪避/躲避（奔跑）
控球技巧	运动	闪避/躲避（侧步）
控球技巧	合并	追踪/诱捕
控球技巧	合并	身体附近控球
控球技巧	运动/静止	弹跳（从手中）
控球技巧	运动/静止	弹跳（轻敲地面）
控球技巧	合并	接球/标记（手）
拥有技能	合并	捕捉/标记（胸部）
控球技巧	合并	捕捉/标记（高空）
控球技巧	合并	接球/标记（双臂伸到身前）
控球技巧	合并	捡起
控球技巧	运动/旋转	盲转
控球技巧	运动/静止	假的
控球技巧	合并	耸肩铲球
处置技能	合并	踢腿-快速绕身
处置技能	合并	踢球 - 沿地面运球
处置技能	合并	踢球 足球场外踢球
处置技能	运动	踢球-栖息远距离
处置技能	合并	踢球-短传/传球
处置技能	合并	手球-短球
处置技能	c9组合	手球 以速度和距离为目标
处置技能	合并	击打（击打/掌击）
压力技能	合并	窒息
压力技能	合并	擒抱 - 包裹
压力技能	合并	擒抱 抓住
压力技能	合并	碰撞
压力技能	合并	破坏
压力技能	合并	牧羊
压力技能	摇摆	摇摆

表1:澳大利亚足球技巧。

Machine Translated by Google

“符合发展阶段”:体育教育与运动

澳大利亚课程、评估和报告局 (ACARA) 的成人健康与体育教育 (ACHPE) 草案提倡从入学之初就开展“符合发展阶段”的健康与体育教育 (HPE)。ACHPE 的首要任务是:“为学生提供持续的、符合发展阶段的机会,让他们练习和运用必要的知识、理解和技能,以维护和提升自身及他人的健康和福祉”(ACARA,2012,第 4 页)。在探讨“符合发展阶段”这一概念与体育教育和运动的关系时,Bailey (2012) 指出:“数十年来对儿童和运动的研究成果可以概括为:‘儿童不是缩小版的成人’(第 4 页)。”

21)。

儿童的身心运作方式与成人不同,正如前文所述,他们首先需要掌握基本运动技能(FMS),而当参与者具有内在动机时,这些技能的发展最为理想(Bailey,2012;Calicott、Miller 和 Wilson-Gahan,2015)。对于任何逐步发展为体育运动的游戏而言,这都是不言而喻的。参与者需要具备兴趣、能力、投入度和竞争意识(程度因人而异),才能体验到乐趣。值得注意的是,虽然有些孩子可以通过与兄弟姐妹和朋友玩耍来学习基本运动技能,但正如本章研究已指出的那样,遗憾的是,大多数孩子无法做到这一点。正如 Calicott、Miller 和 Wilson-Gahan(2015)所言,“现在很明显,练习、鼓励以及正确、高质量的指导对于儿童熟练掌握基本运动技能至关重要”(第32页)。

Anshell (1990) 建议,在学习 FMS 时,“练习并不能使人完美:正确的练习才能使人完美”(第 21 页)。正确的练习包括“在初始阶段提供各种不同的情境条件,然后提供大量的练习机会”(Anshell,1990,第 21 页)。这需要有意识地进行教学和学习。

“早期儿童教育专业人员认识到,在儿童生命的前八年里,教育的重点会逐渐发生转变,从游戏过渡到正规环境中更结构化的学习”(教育和早期儿童发展部 (DEECD),2009 年,第 12 页)。因此,在体育课上学习基本运动技能时,儿童应该参与成人引导的学习、指导下的游戏和学习,并在适当的时候参与儿童自主的游戏和学习。

在幼儿教育领域,人们对“游戏式教学法”及其与体育课的关系普遍存在误解。我认为,高质量的体育课并不包括让学生自由体验运动器材的时间,在时间紧迫的学校,这种自由体验往往被视为浪费体育课时间。游戏式教学法的定义是……

“其中,游戏被定义为一种有计划、有目的的活动,围绕着一个资源丰富的环境展开,并且
与成人进行丰富的互动”(英国教育研究协会早期教育特别兴趣小组(BERA-SIG),2003)。游戏式教学法需要专家提供支架式指导,帮助儿童掌握技能。因此,正如儿童在图书馆学习阅读时不会被单独留在座位上一样,如果目标是正确学习,那么在课堂上也不应该让他们独自“玩”教具。

此外,孩子们在午餐和课间休息时都有机会进行自主游戏和学习。
课间休息和日常教学活动中,体育活动也应纳入其中。孩子学会阅读后,就可以自由探索图书馆里丰富的书籍和故事;同样,当他们的基本运动技能达到一定水平后,就可以和朋友们一起享受更多自主游戏和学习的乐趣。这一点在小学低年级体育教学中尤为重要,但往往因为教学内容的过多而被忽视。

Hickey (1992) 警告说,当教师无法提供有意义的体育课程时,社会就会质疑体育在课程中的必要性,澳大利亚近期发布的课程审查报告及其令人担忧的建议 从三年级正式开始健康、体育和体育课(澳大利亚政府,2014) 就证明了这一点。Graham、Holt-Hale 和 Parker (1998, p.4) 指出,“体育教育应该是一种符合儿童发展阶段的教育体验,旨在提供即时和终身的益处 这些重要的益处通常只在体育课上教授”。因此,儿童需要具备早期教育专业知识的体育教师,他们能够自信且胜任地将内容和教学知识应用于早期教育。这种自下而上的教育方法经常被提倡,但由于包括教师专业发展和培训在内的诸多障碍,未能得到有效实施 (Lynch, 2013a)。Callcott 等人 (2015, p.29) 也指出:

> 接受过幼儿体育教育培训的托儿服务人员和幼儿教师很少见……因此,职前教师需要接受培训,以便在包容性课程中提供全面、符合儿童发展阶段的体育活动教学方法。

Machine Translated by Google

如果放任儿童自由探索和玩耍,就会出现问题。许多儿童很快就会失去内在动力,而贝利指出,这种内在动力对于符合儿童发展阶段的体育教育和运动至关重要。此外,如果让儿童仅仅通过自主游戏进行学习,还会导致他们学习错误或养成“死胡同”式运动模式的可能性增加。这些错误或模式需要日后纠正,因为它们会损害运动潜能,甚至可能导致受伤。

“尽管从新手到专家的转变是一个漫长且可以说是连续的过程,但大多数学习者至少会经历三个可识别的阶段”(Abernethy,1991,第92页)。Fitts和Posner(1967)首次将运动技能习得的三个阶段描述为:

i.认知阶段(学习者利用有关如何执行技能的信息)

二、联想阶段(学习者完善技能的操作技巧)

iii.自主阶段(]技能获得者可以自动执行技能a11y)

运动学习阶段理论仍然有用(Rink, 2010),它表明,如果儿童不断反复练习错误的技能,他们就会达到自主阶段。此时,技能可以自动执行,“根深蒂固、高度学习的动作执行(或技术)错误可能极其难以纠正,甚至不可能纠正”(Abernethy, 1991,第93页)。

在体育课上,符合儿童发展规律的体育活动是什么样的?对于初学者来说,技能发展会循序渐进,通常是在静止状态下进行,属于“封闭式技能”:此时环境条件稳定且可预测(Rink,2010)。随着时间的推移和正确的练习,技能会逐步发展,最终能够以越来越快的速度和越来越复杂的动作进行,变得高度不可预测,被称为“开放式技能”(Gentile,1972)。这种解释听起来很简单明了,但却是体育课的基本原理,在实际教学中却常常被忽视。

根据Rink(2010)的说法,学习一项运动技能有一些要求,这些要求在实践中经常被违反。
参与者需具备一定的运动能力、身体能力和发展适应能力。儿童需要清楚了解任务内容,积极参与学习过程,有充足的练习机会,并获得外部反馈以及通过内部反馈进行自我评估的机会。

了解学习者如何处理信息有助于澳大利亚足球教师和教练选择合适的提示,并为学习者设计合适的反馈(Rink,2010)。具体而言,这包括:让儿童接触相对较少的刺激并保持活动简单;放慢呈现刺激的速度;在刺激出现之前提供提示和/或比喻,以帮助学习者进行预判;避免信息过载;更多地使用视觉信息而非语言信息;示范运动技能及其在比赛中的运用;语速放慢并保持指令简洁;尽量减少环境干扰;通过事先讨论和预测来减少反应的不确定性;识别当前技能与已掌握技能的相似之处;按正确的顺序练习技能;练习模拟比赛情境;在比正常情况慢的条件下练习决策策略;使用经过调整和合适的器材;以及以敏感和鼓励的方式提供反馈。

感知运动计划(PMP)旨在促进小学低年级阶段适当的指导、提示、反馈和一般教学法。此外,PMP在30年前曾被澳大利亚小学低年级阶段广泛应用,尽管如今仍在学校中使用,但其实施质量和规律性令人质疑(Stephenson、Carter和Wheldall,2007)。PMP将在下一小节“通过高质量的澳式足球体验进行儿童体能教育”中得到更详细的讨论。然而,维多利亚州、西澳大利亚州和新南威尔士州的研究表明,儿童的基本运动技能(FMS)较30年前有所下降(Craw,2015),因此,或许通过澳式足球项目在小学低年级阶段重新审视并有效实施PMP是及时且符合儿童发展规律的,并有望取得成功。

通过高质量的澳式足球体验来培养孩子的体能

澳大利亚橄榄球联盟(APL)是澳大利亚橄榄球的管理机构,提供名为“Auskick”的入门课程。该课程旨在帮助5至12岁的儿童学习澳大利亚橄榄球的基本动作技能(FMS)。其目的是向孩子们介绍和吸引他们参与这项运动,并提升他们的FMS水平,使他们能够作为俱乐部成员继续享受这项运动的乐趣。“Auskick”课程在实现其目标方面取得了巨大的成功。

Machine Translated by Google

其目的是让更多儿童接触并参与到这项运动中来,每年都有大量儿童参与。根据新南威尔士州澳式足球协会（AFLNSW)的数据,2012年悉尼西部地区的澳式足球参与人数增长了27 % ,从2011年的28,306人增加到37,000人（Masters， 2012）。澳大利亚国民银行（NAB)是Ausk.ick项目的赞助商,并认为;

> NAB与Aus1ckk的合作持续为遍布全国2900个中心的超过18万名参与者和2万名志愿者提供急需的支持。在NAB的支持下，参与者人数增加了超过4.3万人。诸如NAB年度AFL Auskick奖、NAB AFL Auskick本地活动基金和NAB AFL Auskick任意球计划等项目,都体现了NAB为推广这项运动所做出的更多努力。 (http://www.aflauskick.corn.au/nab-and · the-afV)

然而,Masters （2012)对Auskick项目持批评态度,认为这项运动的发展还有更多空间。Masters （ 2012)质疑Auskick的实际参与人数,并引用墨尔本大学的一份报告指出:“为了提高新南威尔士州和澳大利亚首都领地（ ACT)的参与人数,学校（校内Auskick)和课后活动中心（社区Auskick)大力推广了Auskick的简化版,并经常提供补贴……青少年俱乐部的反馈表明,校内和社区版Auskick有时会损害俱乐部Auskick的发展。” Masters认为Auskick未能达到预期目标的原因是,其他体育组织提供了更合适的替代方案:

> 悉尼的孩子们从小接触的是其他运动项目的改良版,这似乎与他们来自其他首府城市的孩子有所不同,他们更喜欢竞技比赛而非技能训练。报告指出: “足球、橄榄球联赛和橄榄球联盟的入门课程基本上都是改良版的比赛,而澳式橄榄球入门中心则侧重于技能训练。访谈和调查显示,悉尼的孩子们更倾向于通过更多游戏性的活动来补充技能训练内容。”

这正是本章一直暗示的问题所在。在改良版澳式橄榄球比赛中取得成功所需的技能十分复杂（表1） ,可以说比马斯特斯提到的其他运动所需的技能更难培养。幼儿喜欢玩游戏（Arthur、Beecher、Death、Dockett 和 Fanner,2015） ,但他们需要能够成功地参与游戏,这涉及到“正确地”运用各项技能（ Anshell ,1990;Calicott 等人,2015）。如前所述,儿童首先需要具备基本运动技能（FMS） ,而当参与者具有内在动机时,这些技能的发展最为理想。此外,游戏参与者需要对游戏感兴趣、有能力、积极投入,并且具有不同程度的竞争意识,才能真正享受游戏的乐趣。

对于一代 FMS 有限的儿童来说,针对多技能游戏的简短入门体验课程是不够的（Craw， 2015； Barnett 等人,2013） ,而且其发展适宜性也值得怀疑。
在昆士兰州、新南威尔士州（NSW)和澳大利亚首都领地（ACT） ,这种情况尤为严重,因为澳式足球在这些地区的文化中不像在维多利亚州、南澳大利亚州、西澳大利亚州、北领地和塔斯马尼亚州那样根深蒂固。也就是说,这些地区的大多数儿童在掌握这项运动的基本技能方面都是新手。因此,有报告指出,在所有州,儿童的发育水平都不足以让他们参与这种需要综合技能的改良版比赛,而这种说法在这些发展中的州更为突出。

橄榄球类运动只需传球（掷球)即可开始模拟比赛,而足球类运动则需要从地面踢球才能开始比赛,这相当于将肢体使用量减少了一半,远低于澳式足球。因此,儿童能够更早地参与改良版的橄榄球和足球比赛。

目前Auskick提供的活动包括:课程旨在拓展已掌握“基本”技能的儿童,同时,在多元化的班级、小组或团队中,也为经验有限的初学者（技能水平有限)创造机会。这种情况对教师、教练和发展官员来说都是一个挑战,并且在试图保持每个幼儿的内在动力时,这一挑战将持续存在。此外,必须强调的是,不应将学习者置于他们无法成功的环境中。技能发展是一个循序渐进的过程,这有助于说明儿童在缺乏掌握基本运动技能（FMS)的机会时所面临的一些困难。改编自Seefeldt、Reuschlein和Vogel （1972）、 Thomas （1984)以及Callcott、 Miller和Wilson-Gahan （2015)的研究,技能的精进将带来终身的身体锻炼。

活动作为一个过程如图1 所示:

Machine Translated by Google

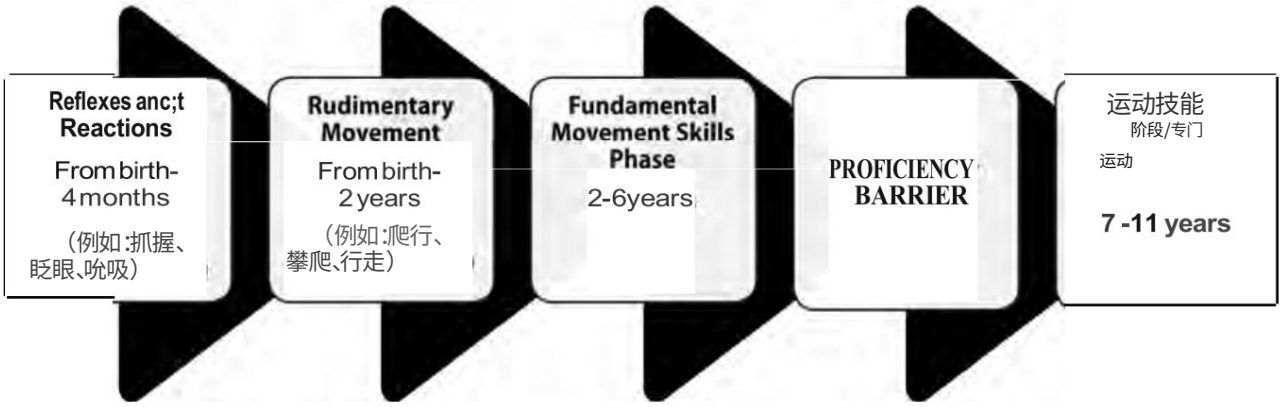


图1:技能精进促进终身体育活动

对于所有儿童而言,达到熟练度门槛（运动技能发展的起点)至关重要,这能确保他们充分体验澳式运动启蒙计划 (Auskick) 的乐趣。这也再次强调了尽早掌握基本运动技能 (FMS)的必要性,最好是在澳式运动启蒙计划开始之前。理想情况下,熟练度门槛通常在小学三年级左右（7岁到8岁)达到,此时髓鞘形成将完成， “髓鞘形成允许神经冲动的传递,但出生时尚未完全完成”（Gallahue & Donnelly， 2003,第31页）。这使得儿童的运动技能更加复杂,并在大约7-8岁时完成。

在当前形势下， Auskick项目面临着两难选择:是尽早引入与澳式足球技能差异较大的改良游戏,还是着重培养澳式足球的基本运动技能（FMS）,为Auskick项目做好准备?我认为第二种方案能够帮助孩子们更快地掌握这些技能,更快地过渡到改良游戏,从而提升所有人的乐趣。后一种方案也最符合澳大利亚所有小学,特别是低年级儿童的利益,有助于克服目前儿童基本运动技能（FMS)方面的危机。此外,澳式足球是推动这项计划的理想选择,因为它比大多数其他运动包含更全面的运动技能。

在所有学校的早期阶段,针对学前班（4岁到5岁)和一年级（5岁到6岁)的儿童实施完善的PMP ,将是及时、符合发展规律且非常成功的。
感知是指“学习者试图感知（理解）”（Anshell， 1990,第18页)接收到的信息。因此,PMP（运动技能训练)旨在帮助儿童理解如何正确运动,并包含体操、PMS（运动技能训练）、音乐、健身和舞蹈等多种活动。PMP能够发展DMP（动态运动技能)和FMS（功能性运动技能）;包括运动技能、非运动技能和操作技能（物体控制）。具体活动包括:识别身体部位、身体感知、平衡练习、动物动作练习、行走、单脚跳、跳跃和落地、使用弹跳箱进行梯子练习（从高处跳下）、障碍训练、跑步、跳跃、跳绳、奔跑、滑行、与伙伴合作、控球运动、滚动球、弹跳和接球、投掷和接球、运球（手和脚）、击球、方向感（外部定位）、左右感（左右概念）、指尖精细动作控制、绳索活动（运动和力量发展）、呼啦圈活动、沙包和节奏棒活动、轮胎和降落伞活动（Capon,1990）。PMP 也被认为可以提高读写能力和计算能力（Blackmore & Corrie,1996） ,但本文将重点关注 PMS 的发展。

> 知觉运动技能是指感知过程与运动活动之间相互关系的能力,以及个体接收、解释和准确应对内部或外部刺激的能力。知觉运动学习涉及所有感官:视觉、听觉、触觉、味觉、嗅觉和运动觉。
>
> （Capon,1990,第12页）

小学低年级阶段的PMP （家长参与式教学)通常以小组形式开展,孩子们轮流参与各种活动,这些活动往往由家长志愿者协助管理（图2）。这些活动形式多样,旨在侧重于特定的基本运动技能（FMS） ,并且可以根据学生的需求进行调整。

家长在帮助孩子之前接受良好的指导至关重要,他们可以提供有价值的反馈和鼓励（教育部， 1998）。

Machine Translated by Google



图 2:感知运动程序

结论

澳式橄榄球联盟（AFL)应在澳大利亚国民银行（NAB)等机构和各级政府（州和联邦政府)的财政支持下,设计一项旨在引导儿童了解澳式橄榄球运动（包括文化和规则)并培养其基本运动技能（FMS)的体育项目计划（PMP）。每项技能（表1）:包括一般比赛中的移动、控球技巧、传球技巧和抗压技巧,都将在每节课中循序渐进地进行练习,这些技能代表了动态运动计划（DMP)和基本运动技能（FMS）,将使所有儿童终身受益于体育活动。该项目每年可持续6-8周（每周一次40分钟的课程）,并为每所学校提供器材和专业培训。体育教师或幼儿大使可以负责项目的实施和学校管理。该项目应优先在校内进行,以便所有儿童都能参与并有机会发展基本运动技能。该项目将采用基于优势的社区合作方法（Lynch,2013b;2014）,该方法值得推荐。

> 理想情况下,儿童应在幼儿期和小学阶段通过各种机会发展基本运动技能,包括非结构化的主动游戏、与父母、兄弟姐妹和照护者的互动、高质量的体育教育、学校体育运动和社区项目。（Barnett et al., 2013）

总而言之,高质量的比赛包含四个方面,而所有这些方面都会在澳式足球启蒙阶段得到提升。
介绍预备课程 ½.uskick PMP ：

i.对所有玩家都安全;

二、包容性 所有玩家均可参与。这意味着玩家应具备安全、愉快地参与游戏的技能水平;

三、互动性强 玩家的参与度得到优化,等待时间被消除或降至最低;

四、享受是首要考虑因素。

（Lynch,2013c,第19页）

关于儿童缺乏运动技能的报道令人担忧。尽管澳式橄榄球联盟（AFL)的Auskick项目取得了巨大成功,但批评之声也凸显了该项目仍有改进的空间。AFL有机会在解决儿童运动技能发展不足的问题上进行创新,同时吸引更多儿童参与澳式橄榄球运动,并取得成功。

Machine Translated by Google

参考

Abernethy, B.(1991).运动技能的习得。载于 FS Pyke，《更好的教练 高级教练手册》（第69-98页），堪培拉，
澳大利亚：澳大利亚教练委员会。

Anshell, M.(1990).信息处理方法在教授经验不足的运动员运动技能中的应用。SportsCoach ,13,16-22 。

Arnheim, DD, & Sinclair, WA (1979).《笨拙的孩子》（第2版）。伦敦：CV Mosby出版社。

Arthur, L., Beecher, B., Death, E., Dockett, S. 和Farmer, S. (2015).幼儿教育机构的规划与设计（fSd 版）。South
澳大利亚维多利亚州墨尔本：Cengage Learning。

澳大利亚健康、体育和娱乐委员会 (ACHPER)。 (1998)。小学低年级体操。里士满，南区
澳大利亚：ACHPER。

澳大利亚课程、评估和报告局。 (2012)。澳大利亚课程草案：健康与体育教育。检索自http://www.a.cara.edu.au/hpe.html

澳大利亚课程、评估和报告局。 (2015)。澳大利亚课程1.1lum健康与体育教育。
摘自：http://www.austra.liancurriculum.edu.au/download/fl0

澳大利亚政府。(2014)。澳大利亚课程审查：最终报告。检索自https://docs.education.gov.au/
system/files/doc/other/review_of_the_national_curricolum_final_report.pdf

澳大利亚体育委员会。(1997)。Sportit!迈向2000年教师资源模式：发展性体育技能计划。堪培拉：
PiriePrinters。

Blackmore, A. & Corrie, L. (1996). 什么时候才算一份值得做的工作?对感知运动程序的考察。论文发表于西澳大利亚珀斯伊迪丝·科文大学举办的伊迪丝·科文纪念会议。

Barnett, LM, Hardy, LL, Lubans, DR, DP Cliff, Okely, A. D., Hills, A. P. & Morgan, P. J. (2013). 澳大利亚儿童缺乏
保持活力和健康所需的基本运动技能。《澳大利亚健康促进杂志》。检索自http://www.qorf.org.au/
wpcontent/uploads/2014/03/Children_lack_Basic_Movement_Skills.pdf

Branta, C.、 Haubenstricket和 Seefeldt, V. (1984)。儿童和青少年时期运动技能的年龄变化。《运动与体育》
科学评论，12，467-520 。

英国教育研究协会幼儿教育特别兴趣小组（BERA-SIG）。(2003）。幼儿教育研究：教学法、课程和成人角色、培训和专业精神。检索自https://www.bera.ac.uk/files/reviews/
beraear1yyearsreview3l 2003年5月.pdf

Calicott, D., Miller, J. & Wtlson-Gahan, S. (2015).健康与体育教育：为未来培养教育者（第2版）。Port出版社。
澳大利亚墨尔本：剑桥。

Capon,JL(1990),感知运动发展第一册：基本运动活动。澳大利亚： Hawker Brownlow Education。

澳大利亚联邦政府。 (1992)。体育与运动教育 参议院环境、娱乐常设委员会报告
以及艺术。堪培拉：参议院印刷局。

Craw, V. (2015年1月30日)。研究显示，澳大利亚儿童的投掷和接球能力不如30年前。News.com.atJ 。检索自 research-shows-aussie-kids-cant-throw-or-catch-as-well-as-30-
http://www.news.com.au/lifestyle/parenting/ years-ago/story-
fnet08ui-1227201846373

维多利亚州教育和幼儿发展部(DEECD)。 (2009)。维多利亚州幼儿学习和发展
适用于从出生到八岁所有儿童的框架。墨尔本：DEECD。

维多利亚州教育部。 (1998)。基础教学技能：课堂教师活动资源。墨尔本：维多利亚州教育部。
维多利亚州教育部门。

Espenschade, AS, & Eckert, HM (1980).运动发展（第2版）。悉尼：Merrill。

Pitts, PM, & Posner, MI (1967).H1.1man performance.Belmont, CA:Brooks/ Cole Publishing.

Gallahue, DL & Donnelly, FC (2003).面向所有儿童的发展性体育教育（第 4版）。伊利诺伊州香槟市：Human Kinetics 出版社。

Gentile,AM(1972).技能习得的工作模型及其在教学中的应用。QtJest; 27,3-23。

Graham, G.、Holt-Hale, SA 和 Parker, M. (1998)。儿童运动 反思性体育教育方法（第 4 版）。
加州山景城：梅菲尔德

Hickey, C. (1992).维多利亚州小学体育教育：现状回顾。ACHPER国家期刊，138，
18-23。

Johnson, R. 和 Rubinson, R. (1983)。学习障碍儿童和正常儿童的身体机能水平。《美国矫正疗法》
期刊，37，56-59 。

Kirk, D. (2014). 体育教育未来发展的关键时期?探索弗里茨·杜拉斯的遗产， 《亚太健康与运动杂志》。
体育教育， 5 (2),103-116。DOI： 10.1080 /18377122.2014.906055

Lynch, T.（2011年12月17-23日）。澳大利亚小学健康与体育教育（HPE)课程的典范是什么样的?论文发表于第53届国际健康、体育、娱乐、运动与舞蹈理事会（ICHPER-SD)周年
世界大会暨展览会，埃及开罗。http ://www.ichpersd.org/i/publications/Proceedings_for_Caim。

pdf doi:10.13140/2.1.2783.1682

Lynch, T. (2013a).小学健康与体育教师：补充讨论。澳大利亚健康、体育与休闲委员会(ACHPER) 《积极健康杂志》，20(3/4)，10-12。doi:10.13140/2.l.2889.6644

Lynch, T. (2013b). 学校卓越教学中心 (SCTE)：理解学校和大学在健康与体育教育方面的新方向。《亚太健康、运动与体育教育杂志》，4(3)，249-266。doi: 10.1080/l
8377122.2013.836770 1。Lynch, T. (2013c). “毒球”还是魔法药水?一个臭名昭著的游戏背后的秘密。《澳大利亚健康、体育教育委员会》

和娱乐（ACHPER)Active and Healthy Magazine，20（2），19-21 doi:10.13140/2.1.3282.8806

Lynch, T.(2014).澳大利亚课程改革：健康与体育教育(HPE)。欧洲体育教育评论，20(4)，
508-524.doi:10.1177/1356336Xl4535166

Lynch, T. (2015h). 健康与体育教育（HPE）：小学实施情况。国际教育杂志

Machine Translated by Google

研究,70（c）,88-100。doi:10.1016/j.ijer.2015.02.003

Masters, R. (2012年10月24日)。澳式足球启蒙计划让悉尼的孩子们望而却步。《时代报》。检索自http://www.theage.eom.au/afl/afl-news/auskick-putting-sydney-kids-off-20121023-283ge.html

昆士兰州政府。(2003)。《昆士兰州活力计划:幼儿早期教育资源》。布里斯班:昆士兰州政府印刷局。

Rink, JE (2010). 体育教学促进学习（第6版）。波士顿:麦格劳-希尔出版社。

Seefeldt, V. (1975年3月)。关键学习期和早期干预项目。提交给AAPHER的论文。会议中心,新泽西州大西洋城。

Seefeldt, VB, Reuschlein, S. & Vogel, P. (1972). 体育课程中运动技能的排序。论文发表于……美国健康、体育和娱乐协会会议,休斯顿。

Smoll, FL (1974). 运动障碍与社会发展。《美国矫正治疗杂志》,28,4-7。

Stephenson, J., Carter, M. & Wheldall, K. (2007). 仍在平衡木上跳跃:感知运动程序的持续使用澳大利亚学校。澳大利亚教育杂志,51（1）,6-18。

Thomas, JR (1984). 发展性运动技能习得。载于 JR Thomas (编). 儿童期和成年期运动发展青春期（第 125 页）。明尼阿波利斯,明尼苏达州:伯吉斯出版社。

Williams, BJ (2014)。人体运动和运动技能。载于 Garvis, S. 和 Pendergast, D. (编),《儿童时期的健康与福祉》（第 199-199 页）。61-72）。澳大利亚墨尔本:剑桥。

Zeigler, EF (ed.) (1979) 体育教育和运动史。新泽西州恩格尔伍德克利夫斯:普伦蒂斯霍尔出版社。