

体育教育实践 教学指导

TIYUJIAOYUSHIJIAN
JIAOXUEZHIDAO

张孟红 著

辽宁民族出版社

体育教育实践 教学指导

TIYUJIAOYUSHIJIAN
JIAOXUEZHIDAO

江苏工业学院图书馆

张孟红 著

藏书章

辽宁民族出版社

© 张孟红 2008

图书在版编目 (CIP) 数据

体育教育实践教学指导 / 张孟红著. —沈阳: 辽宁民族出版社, 2008.6

ISBN 978-7-80722-630-7

I. 体… II. 张… III. 体育—教学研究—高等学校
IV. G807.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 089174 号

出版发行者: 辽宁民族出版社

(地址: 沈阳市和平区十一纬路 25 号 邮编: 110003)

印刷者: 沈阳航空发动机研究所印刷厂

幅面尺寸: 145mm × 210 mm

印 张: 7 $\frac{3}{4}$

字 数: 210 千字

出版时间: 2008 年 6 月第 1 版

印刷时间: 2008 年 6 月第 1 次印刷

责任编辑: 吴昕阳

技术编辑: 杨 雪

封面设计: 杜 江

责任校对: 侯俊华

定 价: 30.00 元

联系电话: 024-23284345

邮购热线: 024-23284335

E-mail: lnmz@mail.lnpgc.com.cn

如有印装质量问题, 请与承印厂调换。

编写说明

体育教育实践环节的教学是高等学校体育教育专业教学计划的重要组成部分,是培养学生实践能力和创新能力的重要环节,是体育教育专业学生必修的综合实践课程,也是检验教育教学质量,培养合格师资的必要措施,对学校保证人才培养质量、实现培养目标发挥着其他课程无法替代的作用。《教育部关于进一步深化本科教学改革全面提高教学质量的若干意见》(教高〔2007〕2号)中指出:“高度重视实践环节,提高学生实践能力。要大力加强实验、实习、实践和毕业设计(论文)等实践教学环节,特别要加强专业实习和毕业实习等重要环节。”

实践教学是根据人才培养方案,有计划地组织学生进行以增强专业知识,训练基本技能,提高实践能力为目的的各种实践教学活动。一般包括课内实践教学、集中实践教学和课外实践教学。笔者在近几年的专业教学和专业建设的实际工作中,对实践教学体系的构建和实施进行了一定的研究和实践,认为在具体的实施中需要理论指导和规范管理,在参阅了相关书籍和文献的基础上,编写了《体育教育实践教学指导》一书。

体育教育专业集中实践教学主要包括:教育实习、教育见习、裁判实习、学校体育调查、参与社区体育活动和毕业论文等。全书分为上下两篇。上篇集中阐述了体育教育专业集中实践教学的基础理论和方法,包括:教育实习概述,教育实习的内容,学校体育调查,毕业论文的撰写、报告与答辩等,试图为本专业集中实践教学

提供规范管理的指导。下篇为专题篇，主要针对教育实习中的具体问题，有针对性地选编了体育教育实习课的类型、实习课的结构、体育课教案的编写、课的练习密度与负荷、队列队形及口令的运用、场地器材的布置与使用以及体育教学创新教育教学案例等内容，目的在于强化学生的从师技能训练，提高教育实习质量。

在编写的过程中，得到了沈阳体育学院徐开春副教授、郝庆威教授，辽宁省基础教育教研培训中心中小学体育卫生研训部仓江主任，沈阳大学体育学院丁艺教授、李娟教授的大力支持。在本书的编写过程中，采集和选用了专家、学者和同行们的研究成果和实例材料，参阅了相关著作和参考文献。在此，一并表示感谢和敬意！

目 录

上 篇

第一章 教育实习概述	1
第一节 教育实习的历史发展	1
第二节 教育实习在体育教育专业教育中的作用	6
第三节 教育实习的目的任务及内容要求	8
第四节 教育实习的组织管理	11
[附] 教育实习管理细则	17
第二章 教育实习的内容	24
第一节 教育实习工作的准备	24
[附] 教育实习计划范例	38
第二节 体育教学工作实习	41
第三节 班主任工作实习 (教育工作实习)	57
第四节 课外体育活动工作实习	64
第五节 教育实习成绩的考核与评定	68
第六节 教育实习工作总结	74
第七节 教育见习	80
第三章 学校体育调查	83
第一节 学校体育调查与研究的基本程序	83
第二节 学校体育研究的主要问题	88
第三节 学校体育调查的主要方法	90
第四章 毕业论文的撰写、报告与答辩	110
第一节 毕业论文的撰写	110
[附] 本科毕业论文样本	119

第二节	毕业论文答辩报告的准备与设计	129
第三节	毕业论文答辩的一般程序与注意事项	132
第四节	毕业论文答辩后的修订与成果发表	135

下 篇

专题一	体育教育实习课的类型	138
专题二	体育实习课的结构	150
专题三	体育课教案的编写	153
专题四	课的练习密度与运动负荷	160
专题五	队列队形及口令的运用	168
专题六	场地器材的布置与使用	177
专题七	体育教学创新教育教学案例	183
	“珍珠球”教学课	183
	“自学、自练”体育教学模式教学案例	188
	学习篮球传球(男)、排球正面传球(女)技术动作 ..	192
	八年级《体育与健康》课时计划	197
	跆拳道教学课	201
	“尝、点、练、交”体育教学模式运用	205
	体育舞蹈——布鲁斯	212
	快乐“玩球”	216
	“参与、认知、体会、创造”——模仿走、游戏课 的教学案例	220
附录一	学校体育工作条例	227
附录二	学校卫生工作条例	233
参考文献		239

上 篇

第一章 教育实习概述

内容提要

教育实习是学生在教师指导下,进行教育和教学专业训练的一种实践形式。它是高等师范教育专业培养方案的重要组成部分,是贯彻理论联系实际原则、实现培养目标不可缺少的教学环节。通过教育实习,可使学生把知识综合运用于教育和教学实践,以培养和锻炼学生从事教育和教学工作的能力,巩固学生的专业思想,增强从事教育工作的光荣感和使命感。本章就教育实习在专业教育中的地位作用,教育实习的目的任务及内容要求,教育实习的组织管理等做概要介绍,使学生对教育实习有一个基本的了解,提高对教育实习的认识,为搞好教育实习奠定基础。

第一节 教育实习的历史发展

一、教育实习的历史沿革

纵观人类教育发展的历史,在欧洲文艺复兴前,没有专门培养教师的学校。16世纪末,英国的一位著名的中学校长(Richardmucastr 1531~1611)撰文,认为大学毕业生担任中学教师不行,主张办高

等师范学校培养中学教师。他的创意，逐步被人们所认识。1684年法国新教组织“基督教兄弟会”创办了第一所教师讲习所，1794年法国正式设立师范学校（辽宁师范大学教育科研所编辑《高师教育研究》，1983年4期第41页）。教育发展的历史使人类认识到，教育活动本身要求教师具有专门的职业素质，而这些专门职业素质的获得又必须经过专门学校的专门训练。教育实习恰恰是未来教师专门训练的重要手段。

我国自从创办师范教育开始，就很重视教育实习。清光绪二十二年（1896）盛宣怀创办南洋公学，分为四院，先设“师范院”，继设“外院”，为师范生进行“教育实习”的场所。1904年1月13日颁布的《奏定学堂章程》，规定把师范教育分为“初级”和“优级”两级。初级师范学堂培养高等小学堂和初等小学堂教员，优级师范学堂造就初级师范学堂和中学堂的教员。初级师范学堂章程规定“教育”是门重要课程，包括教育史、教育原理、教育法令、学校管理法和“实事授业”。所谓“实事授业”，就是“师范学生于附属小学堂练习教育幼童之方法”，即教育实习。辛亥革命后，师范学校和高等师范院校都规定有教育实习（《中国大百科全书·教育》第174页）。由于新文化运动推动了我国师范教育和体育学科的蓬勃发展，教育实习工作也得到了相应的重视，在一些综合性的大学里，教育实习有了明文规定。如1933年北平师范大学的《学则》中对各门课的教学都有“参观实习”的专门规定。1941年公布的《师范学校学生实习办法》，详细规定了有关教育实习的内容、时间、组织、领导、成绩考核与评分等具体办法。此后在颁布的《师范学校学生实习与服务办法》及《师范学校学生教育实习办法》中规定“修习教育科目22学分及各种教材、教法、教育实习8学分”（《中国近代史师范教育史资料》第544页），“专业训练科目之教育实习以每星期实际教学一小时，学期终了经实习导师评定分数，及格者为8学分，满16学分，方得毕业（《中国近代史师范教育史资料》第549页）”。由此可见，我国解放前师范教育的教育实习已

趋制度化（汪元榜等著，南京大学出版社出版《体育教育实习指南》第7页）。

建国后，为适应教育事业发展的需要，对教育实习更为重视，从而对培养合格师资起到了重要作用。1950年5月教育部颁布的《北京师范大学暂行规则》中规定：“本科各系实习参观为教学的组成部分，约占总时数的15%（《中国近代史师范教育史资料》第877页）。”1952年7月教育部颁发的《关于高等师范学校规定（草案）》中明确规定：“参观与实习为师范学校、师范专科学校，各系科教学计划中的重要组成部分，分平时参观实习与学期集中参观实习。”1954年教育部颁布了全国高等师范院校15个系的教学计划，规定教育实习所占比重为1/4。1961年9月教育部颁布的《直属高等学校暂行工作条例》明确指出：“教育实习是克服理论脱离实际，获得必要知识和进行实践的重要措施。”由此，我国高等教育实习纳入了整个教育体系之中，形成了完整的体系并有序地进行。

“文革”时期，师范教育受到严重干扰和破坏。教育实习被大批判、学工、学农、学军等取而代之。党的十一届三中全会以后，改革开放给我国的教育带来了前所未有的好局面，经过指导思想的拨乱反正，我国师范教育有了很大发展，教育实习也恢复了生机。1980年5月教育部召开了全国高等师范教育工作会议，重申教育实习的重要意义，并对教育实习的作用、任务和内容，以及成绩评定办法等作了具体说明。目前，随着改革开放的不断深化，师范教育的战略地位已被人们所认识，教育实习作为师资培养的重要环节已受到普遍重视，并日趋完善和规范化。《教育部关于进一步深化本科教学改革全面提高教学质量的若干意见》（教高〔2007〕2号）中指出：高度重视实践环节，提高学生实践能力。要大力加强实验、实习、实践和毕业设计（论文）等实践教学环节，特别要加强专业实习和毕业实习等重要环节。要采取各种有力措施，确保学生专业实习和毕业实习的时间和质量，推进教育教学与生产劳动和

社会实践的紧密结合。

二、我国体育系科教育实习的发展简况

体育系科作为我国师范教育的重要组成部分，其教育实习可追溯到 21 世纪初。从 1908 年徐一冰先生等在上海创建我国近代第一所培养体育师资的专门学校——中国体操学校时起，至今已有 100 年的历史。

解放前，旧中国虽兴办了一些体育师资培训机构，但多数不正规，质量不高，办办停停。据统计，从清末到 1949 年全国体育系科毕业生总计不过几千人，最多的一年也只有 154 人，其教育实习情况便可想而知。

建国五十多年来，体育师资培训工作有了很大发展，体育系科的教育实习得到了国家有关部门和校领导的重视，对培养合格的体育师资发挥了重要作用。概括目前我国体育院系的教育实习工作，有如下几方面：

（一）对教育实习工作认识不断提高

教育实习是一项系统工程，有赖于学校、社会各方面的共同努力。随着人们对师范教育战略地位认识的提高，对教育实习也更为重视。因此，在建立教育实习基地、确保教育实习时间和实习经费、建立健全教育实习组织机构等方面，无论是教育行政部门，实习基地校，还是体育院系都做了卓有成效的工作，为提高教育实习质量奠定了基础。

（二）立足对实习生的全面从师素质训练，实习内容丰富，实习任务明确具体

教育实习是学生毕业前的一次从师演习。因此，实习内容不仅是课堂教学，还包括课外体育工作、班主任工作以及调查研究等方面。内容丰富，计划有序；任务全面，有主有从，明确具体。

（三）教育实习组织形式多样

为取得最佳实习效果，许多院系在教育实习的组织形式方面进行了实验和探索，主要采用以下几种方式进行：

1. 以实习基地为主的集中实习。根据实习生的学习、思想、工作以及实习基地校的实际情况，将学生编成若干实习队（小组），分别在不同实习基地校按统一的计划进行实习。其优点在于便于教师指导，并能及时准确地反馈信息；缺点则是学生放不开手脚，容易产生依赖性，不利于学生能力的培养和锻炼。

2. 分散实习。分散实习是实习生根据自己的情况，选择实习地点和单位，进行个人单独实习的形式。这种形式的优点是可以减轻学校的工作负担，并能节省部分实习经费，同时能够发挥学生的独立自主能力，培养学生在实践中进行自我教育、自我管理，提高公关、社交和克服困难的能力。缺点是容易造成走过场的现象，实习的要求和评价标准不一致，实习单位的条件不具备时会使实习效果受到影响等。

3. 顶岗实习。这种实习形式是实习生完全深入到实习单位，并成为实习单位的一员，每月领取一定数额工资的一种形式。

4. 与就业相结合的方式。

（四）教育实习文件规范化、系列化

许多学校体育院系为了提高教育实习质量，围绕教育实习目的、任务、内容要求、实习成绩考核办法及标准、有关人员的职责及管理措施等，制定了系列文件，如“教育实习大纲”、“实习指导书”、“实习生守则”、“见习班主任职责”、“实习指导教师职责”、“带队教师职责”等。这些文件的制定，有利于教育实习的规范管理，提高实习质量。

（五）教育实习成绩评定日趋科学化、标准化

为了客观、准确、全面评定学生实习成绩，多数院系在总结经

验的基础上,研究制订了实习成绩评定标准,尽管各自的做法不同,但在客观、准确、全面、可操作性及定性定量结合等方面有着共同特点,改变了以往实习成绩评定随意性的做法,使之日趋科学化、标准化、系统化。

第二节 教育实习在体育教育专业教育中的作用

师范教育自诞生以来,就以教育专业训练为主要标志。教育实习作为教育专业训练的重要内容和手段,在师范教育中占有重要地位。教育实习是各级师范教育计划的重要组成部分,是贯彻教育方针、实现教育目的、体现理论联系实际原则的重要环节,是检验教育质量、培养合格师资的必要手段。

体育院系教育实习在专业教育中的作用,是由其内在特征、规律和功能所决定的,是通过培养合格体育师资表现出来的,概括起来有:

一、有利于实习生熟悉、了解中学实际,特别是学校体育的实际,为未来当一名合格的体育教师奠定基础

通过教育实习,学生广泛接触中学实际,全面参与教育、教学工作,对有关方针政策、规章制度,学校管理工作的各个环节,体育教师的工作性质和特点,学生的身心发展、思想状况、兴趣爱好以及教育、教学改革现状等,会有比较全面的了解,从而为今天的实习和明天的教学提供第一手材料,又便于从思想上做好充分准备。

二、有利于实习生深入学习、领会教育方针,正确认识学校体育的地位作用,对于激发实习生热爱体育教育事业,巩固专业思想具有积极作用

对于实习生来说,对体育在全面发展的教育中的地位、体育教

师的职业特点和社会作用的认识,多半停留在理论上,缺乏实践体验。也不排除有个别实习生对体育及体育教师工作存在偏见。实习期间,经过亲身实践,使实习生深受启迪和鼓舞。当目睹体育教师强健的体魄、娴熟的技术,面对上千学生指挥若定的大将风度,吃苦耐劳、勇敢顽强、机敏果断、乐观活泼的品格,实习生会油然而生敬意;当实习生教会学生一个动作,训练的学生取得了成绩,或经过耐心教育,后进的学生有了转变的时候,实习生会沉浸在当一名体育教师的欣慰之中;在实习过程中,领导的关心、老教师的鼓励、学生的期待,都在激励着实习生。所有这些,不仅使实习生端正了对体育及体育教师工作的认识,而且初步树立了忠诚党的教育事业的思想,增强了事业心和责任感。

三、教育实习是实习生将所学知识应用于实际的一次综合实践,有利于从师技能的培养和提高

在实习之前,不少的实习生认为自己的技术不错,跑得快、跳得高、球打得好,当体育教师不会有问题。实践证明,学会和会教完全是两回事。实习初,有的实习生不知如何处理教材,怎样选择教学方法;上课时不敢正视学生,四肢发抖,心跳加快,说话声音失真;不会运用口令调动队伍,两节课下来嗓子嘶哑;至于班主任工作更是束手无策。经过实习的实际锻炼,不仅使实习生对几年来的学习和掌握的知识、技能在实践中得到检验和运用,而且也培养和发展的他们独立从事教育和教学工作的能力。教育实习对于培养师范生的从师技能,必不可少。

四、教育实习是对师资培养质量的检验,具有反馈功能,对深化教学改革、提高教育教学质量具有促进作用

教育实习既是对实习生学习质量的检验,也是对体育院系教育、教学、管理质量的检验。几乎所有体育院系的领导都非常重视和珍惜教育实习这个机会,深入实习学校,了解实习生的工作情

况，征求中学的意见。实习学校也根据实习生在实习期间暴露的问题，及中学体育的实际需要，对体育院系的办学提出建议。通过教育实习，认真总结经验，分析存在问题的原因，无疑会促进改革的深化、教育质量的不断提高。

第三节 教育实习的目的任务及内容要求

一、教育实习的目的任务

根据我国的教育方针及专业培养目标，体育教育专业教育实习的目的是：使学生将所学到的专业知识、技术和技能，在实际的教育、教学中加以运用，初步掌握教育、教学工作的基本规律，能够独立地从事学校体育工作，并在实践锻炼中进一步巩固专业思想，增强事业心和责任感，使其毕业后能够胜任中学体育教师工作。

（一）使实习生结合教育、教学实践，进一步端正专业思想，深刻领会学校体育在素质教育中的地位和作用，树立忠诚党的教育事业的热爱学校体育工作的思想。

（二）通过教育实习，培养实习生做一名合格体育教师应具备的思想品德和政治素质。

（三）通过实习，使学生把所学的基础理论、基本知识、基本技术和基本技能初步综合运用于学校体育教学实际，熟悉学校体育的基本情况，初步掌握中学体育工作的一般规律。

（四）通过实习，使实习生了解中学体育工作现状和改革趋势，培养学生从事中学体育教学、训练、管理、竞赛组织等方面的能力。

（五）通过教育实习检查专业教育、教学质量，为深化改革、不断提高教育、教学质量提供依据。

二、教育实习的内容要求

(一) 体育课教学工作实习

体育课教学实习指室内理论课和室外实践课的全过程,包括备课、试教(讲)、上课、课后辅导、成绩考核等环节。每个实习生应做到:

1. 认真备课、编写教案。教案要字迹工整,合乎要求,并提前一天交指导教师检查,经指导教师审阅合格后方可上课。课后认真进行小结。

2. 每个实习生每周应上4节课,按8周计,累计上课不少于32节。其中必有1~2节室内理论课。

3. 每个实习生每周至少应看(听)两节课,实习期间累计看16节课,并要做好看课记录,参加评议。

4. 在指导教师指导下,每位实习生在实习期间至少要测定一次课的密度、测定一次课的负荷,并分别写出分析报告及全面分析课报告。

5. 实习生的第一堂课可配助手,从第二堂课后,应由实习生独立完成。每节课都应布置课后作业,并进行辅导。

(二) 课外体育工作实习

课外体育工作实习内容包括早操、课间操、班级体育活动、运动队训练及组织运动竞赛。具体要求是:

1. 结合任课班级、配合班主任,组织与指导班级课外体育活动。

2. 根据各实习校的活动内容和形式,在实习学校统一安排下,轮流领做广播体操。

3. 结合实习学校竞赛活动的安排,实习生应参加竞赛的组织编排、指导和裁判工作(如校田径运动会、各种项目的班际比赛)。

4. 根据实习学校的实际情况,征得同意后,组建运动队或训

练学校业余代表队。运动队训练应有计划进行，在指导教师指导下，制订阶段（实习期间）、周及课时训练计划，并经原教练员审阅后方可执行。

（三）教育工作（见习班主任工作）

1. 每位实习生可在一个教学实习班进行班主任实习（由指导教师与班主任协商安排）。

2. 加深对班主任工作重要意义的认识，全面了解班主任的工作内容，学习班主任的工作经验与方法，加强教书育人的责任感，有的放矢地对学生进行思想教育，初步培养从事班主任工作的能力。

（四）调查研究（专题研究）工作

每位实习生在实习期间完成专题研究论文一份。

教育实习过程中，针对学校体育的某一具体理论和实践问题，应用有关理论和方法进行调查研究，撰写专题研究论文。通过调查研究，培养实习生发现问题，分析、解决问题的能力，并为毕业论文工作奠定基础。

（五）实习生实习作业

体育院系结合本专业实际情况，印制实习生实习手册。该手册中就不同作业内容，印制固定格式（如教案、理论课教案、分析密度报告、分析负荷报告、看课记录、总结等）。以便按规范统一要求。在实习结束，将手册交系作为成绩考核内容之一。具体作业内容：

1. 周工作计划；
2. 全部教案；
3. 理论课讲稿；
4. 运动负荷测定与分析报告；
5. 课的密度测定与分析报告；
6. 全面分析课报告；