



西昌学院“质量工程”资助出版系列教材

体育教育

实习指导教程

■ 主编 韩 勇



 **北京理工大学出版社**
BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

西昌学院“质量工程”资助出版系列教材

体育教育实习指导教程

主 编 韩 勇
副 主 编 付明忠



北京理工大学出版社

BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

内 容 简 介

本书从实用角度出发,结合新课程改革的相关内容,对体育教学实习所面临的问题进行了全面的介绍。本书共分12章,前4章主要阐述了对体育教育实习的认识和准备;第5章至第11章对学校体育教育实习工作内容、方法、技能等进行了全面阐述,让学生能全面地体会教育实习中各项工作的具体内涵;第12章阐述体育教育实习的结束工作。除此之外,附录1和附录2收集了新课程标准和与学校体育工作相关的行政法规,为教育实习学生提供实用性帮助。

本书既可作为高等学校体育教育专业学生教学实习实践课程教材,也可作为体育教师与学校体育管理人员的参考书。

版权专有 侵权必究

图书在版编目(CIP)数据

体育教育实习指导教程/韩勇主编. —北京:北京理工大学出版社, 2014.3

ISBN 978-7-5640-8663-3

I. ①体… II. ①韩… III. ①体育教育-教育实习-高等学校-教学参考资料
IV. ①G807.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第044541号

出版发行/北京理工大学出版社有限责任公司

社 址/北京市海淀区中关村南大街5号

邮 编/100081

电 话/(010) 68914775(总编室)

82562903(教材售后服务热线)

68948351(其他图书服务热线)

网 址/http://www.bitpress.com.cn

经 销/全国各地新华书店

印 刷/北京泽宇印刷有限公司

开 本/787毫米×1092毫米 1/16

印 张/19

字 数/429千字

版 次/2014年3月第1版 2014年3月第1次印刷

定 价/49.00元

责任编辑/刘娟

文案编辑/刘娟

责任校对/周瑞红

责任印制/李志强

图书出现印装质量问题,请拨打售后服务热线,本社负责调换

序 言

西昌学院校长 夏明忠

为了贯彻落实党中央和国务院关于高等教育要全面坚持科学发展观，切实把重点放在提高质量上的战略部署，经国务院批准，教育部和财政部于2007年1月正式启动“高等学校本科教学质量与教学改革工程”（简称“质量工程”）。2007年2月，教育部又出台了“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”。从此，拉开了中国高等教育“提高质量，办出特色”的序幕，将中国高等教育从扩大规模正式向“适当控制招生增长的幅度，切实提高教学质量”的方向转变。这是继“211工程”和“985工程”之后，在高等教育领域实施的又一重大工程。

西昌学院在“质量工程”建设过程中，全面落实科学发展观，全面贯彻党的教育方针，全面推进素质教育；坚持“巩固、深化、提高、发展”的方针，遵循高等教育的基本规律，牢固树立人才培养是学校的根本任务，质量是学校的生命线，教学是学校的中心工作的理念；按照分类指导、注重特色的原则，推行“本科学历（学位）+职业技能素养”的人才培养模式，加大教学投入，强化教学管理，深化教学改革，把提高应用型人才培养质量视为学校的永恒主题。先后实施了提高人才培养质量的“十四大举措”和“应用型人才培养质量提升计划20条”，确保本科人才培养质量。

通过7年的努力，学校“质量工程”建设取得了丰硕成果。已建成1个国家级特色专业，6个省级特色专业，2个省级教学示范中心，3位省级教学名师，2个省级卓越工程师人才培养专业，3个省级高等教育“质量工程”专业综合改革建设项目，16门省级精品课程，2门省级精品资源共享课，2个省级重点实验室和1个省级人文社会科学重点研究基地，2个省级实践教学建设项目，1个省级大学生校外农科教合作人才培养实践基地，4个省级优秀教学团队等等。

为了搭建“质量工程”建设项目交流和展示的良好平台，使之在更大范围内发挥作用，取得明显实效；促进青年教师尽快健康成长，建立一支高素质的教学科研队伍，提升学校教学科研整体水平。学校决定借建院十周年之机，利用2013年的“质量工程”建设资金资助实施“百书工程”，即出版优秀教材80本，优秀专著40本。“百书工程”原则上支持学校副高职称的在职教学和科研人员，以及成果极为突出的中级职称或获得博士学位的教师。学校鼓励和支持他们出版具有本土化、特色化、实用性、创新性的专著，结合“本科学历（学位）+职业技能素养人才培养模式”的实践成果，编写实验、实习、实训等实践类的教材。

在“百书工程”实施过程中，教师们积极响应，热情参与，踊跃申报，一大批青年教师更希望借此机会促进和提升自身的教学科研能力；一批教授甘于奉献，淡泊名利，精心指导青年教师；各二级学院、教务处、科技处、院学术委员会等部门的同志在选题、审稿、修改等方面也做了大量的工作；北京理工大学出版社和四川大学出版社也给予了大力支持。借此机会，向为实施“百书工程”付出艰辛劳动的广大教师、相关职能部门和出版社等表示衷心

的感谢！

我们衷心祝愿此次出版的教材和专著能为提升西昌学院整体办学实力增光添彩，更期待今后有更多更好的代表学校教学科研实力和水平的佳作源源不断地问世，殷切希望同行专家提出宝贵的意见和建议，以利于西昌学院在新的起点上继续前进，为实现第三步发展战略目标而努力。

出版人 王明华

西昌学院建校以来，在上级主管部门和广大师生的共同努力下，办学规模不断扩大，办学水平不断提高，办学特色不断凸显。此次出版的教材和专著，是学校教学科研实力和水平的集中体现，也是学校办学成果的重要展示。我们衷心感谢各位专家学者的辛勤工作和无私奉献，感谢广大师生的支持和鼓励。我们将继续秉承“厚德博学，知行合一”的办学理念，不断提升办学水平，为培养更多高素质人才而努力。

前言

体育教育实习是高等院校体育教育专业教学工作的重要组成部分，是培养学生实际操作能力、保证人才培养质量的重要实践课程。21世纪初中国的基础教育改革全面启动，新一轮的教育改革带来了新思想、新理念、新方法、新知识，相应地对学校体育教育和体育教师提出了新的要求，也对教育实习工作提出了新的挑战。为了能适应时代发展对课程的要求，根据多年来我们在体育教育实习中获得的经验和我院对“本科学历+职业技能素养”的本科应用型人才的培养要求，我们对传统的教育实习进行了反思和总结，在继承和发扬体育教育实习的优秀传统文化的基础上，对体育教育实习做出进一步深入研究和探索，为体育教育实习的老师和学生编写出这本既具理论指导意义又有助于提高实际操作能力的实用教程。

全书共分十四个部分：体育教育实习概述、体育教育实习的组织与管理、体育教育实习的准备、“体育与健康”新课改基本理论、体育教育见习生基本工作、体育教育实习中的教学设计、体育教育实习中的教学技能、体育教学实习工作、怎样做好班主任实习工作、课外体育活动实习工作、体育专业教育实习的调查研究、体育教育实习结束工作，以及体育与健康课程标准、我国学校体育主要行政法规。该书有如下特色：①突出新课程改革的时代性。本书在继承以往有关教育实习知识的基础上，将有关新课标的新知识、新理念、新方法等融入教材中，使学生对体育与健康课程新标准有一个系统的、清晰的、全方位的认识，熟练掌握相关的知识，提高相关的能力。②突出教材的实用性。为了对学生实践动手能力有实际的指导意义，我们向学生提供大量生动、具体的案例，来提高学生学习效率，使其快速将所学知识内化。③注重实践的经验性。本书的编写充分吸取我院体育教育专业近30年来的教育实习指导成功经验，针对体育教育专业学生在新时期教育实习中应具备的知识和能力进行系统的阐述，给予学生全面、科学的教育实习指导。

本书由韩勇任主编，付明忠任副主编。韩勇编写了第1~13部分，付明忠编写了第14部分。本书在编写过程中，参阅、引用吸收了许多专家、学者的著作及研究成果，由于教材编写体例的统一要求，不能一一详列，主要参考文献附于文后，在此对作者一并表示诚挚的谢意！该书的顺利出版，还要感谢西昌学院的领导和老师们给予的大力支持和帮助。

由于我们水平有限和时间仓促，书中难免存在不妥之处，请读者原谅，并提出宝贵意见。

编者

目 录

1 体育教育实习概述	1
1.1 体育教育实习的目的与任务	1
1.1.1 体育教育实习的目的	1
1.1.2 体育教育实习的任务	1
1.2 体育教育实习的内容和要求	3
1.2.1 体育教育实习的内容	3
1.2.2 体育教育实习的要求	5
1.3 体育与健康教育实习中需注意的问题	7
1.3.1 加强对体育教育实习内容的全面理解	7
1.3.2 正确处理好实习时间和实习内容的矛盾	7
1.3.3 正确处理好传统教学大纲与新课标授课要求的矛盾	7
1.4 小结	7
1.5 练习题	7
2 体育教育实习的组织与管理	8
2.1 体育教育实习组织与管理的意义与原则	8
2.1.1 组织与管理的意义	8
2.1.2 组织与管理的原则	9
2.2 体育教育实习组织与管理的任务、方法和内容	10
2.2.1 组织与管理的任务	10
2.2.2 组织与管理的方法	11
2.2.3 组织与管理的内容	11
2.3 体育教育实习组织与管理的机构和职责	12
2.3.1 组织与管理的机构	12
2.3.2 组织与管理机构的职责	13
2.3.3 实习指导教师的职责	14
2.3.4 指导教师应具备的基本条件	15
2.3.5 实习队队长的工作职责	16
2.3.6 实习生守则	16
2.4 体育教育实习的类型	17
2.4.1 集中实习	17
2.4.2 委托实习	17
2.4.3 分散实习	17

2.4.4 顶岗实习	18
2.4.5 分段实习	18
2.4.6 综合实习	18
2.5 小结	18
2.6 练习题	18
附: 范例资料	19
3 体育教育实习的准备	27
3.1 体育教育实习前期准备工作的意义	27
3.1.1 做好准备工作是完成实习任务的重要保证	27
3.1.2 做好准备工作是提高实习质量的重要保证	27
3.1.3 做好准备工作是增强社会适应能力的重要方面	27
3.2 体育教育实习前期准备的范畴	28
3.2.1 体育教育实习的内容	28
3.2.2 实习学校的具体情况和条件	28
3.2.3 实习生的思想、理论知识、专业能力的具体情况和条件	28
3.2.4 体育教育实习的周期及时间长短	28
3.3 体育教育实习前期准备的内容	28
3.3.1 思想准备	29
3.3.2 心理准备	29
3.3.3 业务知识及能力的准备	30
3.3.4 组织准备	32
3.3.5 物质准备	33
3.3.6 了解实习学校基本情况	34
3.4 体育教育实习前期准备的程序	34
3.4.1 计划实习、开始准备阶段	34
3.4.2 检查汇报落实阶段	35
3.5 体育教育实习前期准备的要求	35
3.5.1 要提高全体实习人员对体育教育实习和前期准备的 认识, 充分发挥大家的自觉性和积极性	35
3.5.2 要从实际出发	35
3.5.3 要狠抓教学基本功和一专多能的训练	36
3.5.4 从难、从严要求	36
3.5.5 加强检查督促, 发现问题及时处理	36
3.6 小结	36
3.7 练习题	36
附: 范例资料	37
4 “体育与健康” 新课改基本理论	45
4.1 体育与健康课程的概念、性质、价值与理念	45

4.1.1 体育与健康课程的基本概念	45
4.1.2 体育与健康课程的性质与价值	45
4.1.3 体育与健康课程的基本理念	46
4.2 体育与健康课程的目标体系	47
4.2.1 制定体育与健康课程目标的依据	48
4.2.2 体育与健康课程目标及其结构体系	48
4.2.3 体育与健康课程的领域目标	50
4.3 小结	62
4.4 练习题	62
5 体育教育见习生基本工作	63
5.1 体育课见习	63
5.1.1 随班看课, 做好笔记	63
5.1.2 了解原任课教师的教学风格	63
5.1.3 把握学生的学习情况	63
5.2 课外体育活动见习	64
5.2.1 参与早操、课间操的管理	64
5.2.2 班级体育锻炼见习要点	64
5.2.3 协助运动队训练	64
5.3 班主任工作见习	65
5.3.1 参与班级管理	65
5.3.2 掌握全班学生的实际情况	65
5.4 小结	66
5.5 练习题	66
附: 范例资料	67
6 体育教育实习中的教学设计	69
6.1 中学体育教学内容的开发和组织	71
6.1.1 中学体育课程内容资源及其开发	71
6.1.2 中学体育教学内容的组织	73
6.2 体育教学过程设计	74
6.2.1 体育课的类型	74
6.2.2 体育课的结构设计	76
6.2.3 体育教学方法与方式的确定	77
6.2.4 体育教学组织的设计	81
6.3 小结	86
6.4 练习题	86
附: 范例资料	87

7 体育教育实习中的教学技能	96
7.1 体育教学语言	96
7.1.1 体育教学语言的特征	96
7.1.2 体育教学中的讲解技能	97
7.1.3 体育教学口令运用的技巧	99
7.1.4 体育教学指示和口头评定成绩的技巧	100
7.1.5 体育教学中的忌讳语言	101
7.2 体育教学的演示技能	102
7.2.1 动作示范的技能	102
7.2.2 模型演示的技能	106
7.2.3 挂图演示的技能	107
7.3 体育教学的提问技能	108
7.3.1 体育教学提问的作用	108
7.3.2 体育教学提问的一般方法	109
7.3.3 提问后的导答与指答技巧	111
7.3.4 候答与理答的技巧	113
7.4 体育课堂教学的调控技能	113
7.4.1 体育课的导入技能	114
7.4.2 体育课的应急技能	117
7.4.3 体育课堂气氛调节技能	118
7.4.4 体育课表扬与批评技能	119
7.4.5 体育教学节奏的调节技能	122
7.4.6 体育课堂纪律管理的技能	124
7.4.7 体育课的结课技能	128
7.5 小结	131
7.6 练习题	131
8 体育教学实习工作	132
8.1 备课	132
8.1.1 备课的主要作用和形式	132
8.1.2 备课的要素和要求	133
8.1.3 了解学生(备学生)	134
8.1.4 考虑教法(备教法)	135
8.2 怎样编写教案	135
8.2.1 编写教案的作用	135
8.2.2 教案的设计形式	135
8.2.3 编写教案的方法与步骤	135
8.3 搞好试教(试讲)	137

8.3.1 试教的意义和作用	137
8.3.2 试教的形式	137
8.3.3 基本要求和应注意的问题	138
8.4 上课	138
8.4.1 课前准备	138
8.4.2 技术课教学	139
8.4.3 理论课教学	140
8.4.4 课中的应变能力	141
8.4.5 课后小结	141
8.5 评议	142
8.5.1 看(听)课、评议的意义和作用	142
8.5.2 看(听)课和评议的方法与步骤	143
8.5.3 看(听)课、评议的要求与注意事项	145
8.6 课外辅导	146
8.6.1 课外辅导的目的与任务	146
8.6.2 课外辅导的形式与方法	146
8.7 密度和负荷测试	147
8.7.1 体育课密度的评价	147
8.7.2 体育课运动负荷的评价	150
8.8 说课与说课稿的撰写	152
8.8.1 说课的特点	152
8.8.2 说课与讲课的区别	152
8.8.3 说课的具体内容	153
8.8.4 说课的方法及要求	154
8.8.5 说课稿的书写格式	154
8.9 小结	155
8.10 练习题	155
附: 范例资料	156
9 怎样做好班主任实习工作	178
9.1 班主任工作要求	178
9.2 班主任工作内容	179
9.3 班主任工作方法	180
9.3.1 了解情况	180
9.3.2 制定班主任实习工作的计划	181
9.3.3 演练与见习	181
9.3.4 实际锻炼法	182
9.3.5 实习与总结	182
9.4 日常教育	182

9.4.1	注重思想品德教育工作	182
9.4.2	注重文化学习的管理	184
9.4.3	学生日常生活管理	185
9.5	主题班会	186
9.5.1	确定主题班会的主题	186
9.5.2	召开主题班会的形式	186
9.5.3	组织主题班会的方法和步骤	187
9.6	班级文体活动	188
9.6.1	班级文娱活动	188
9.6.2	班级体育活动	188
9.7	突发事件的处理	188
9.7.1	突发事件的种类	189
9.7.2	处理突发事件的基本原则	189
9.8	小结	190
9.9	练习题	190
	附: 范例资料	191
10	课外体育活动实习工作	195
10.1	做好课外体育活动的实习工作	195
10.1.1	课外体育活动的特点	195
10.1.2	课外体育活动实习的要求	196
10.2	课外体育锻炼	197
10.2.1	怎样开展体育锻炼	197
10.2.2	如何评价体育锻炼效果	198
10.3	课余体育训练	199
10.3.1	怎样参与实习学校的课余训练	199
10.3.2	怎样制订训练计划	202
10.4	组织竞赛	203
10.4.1	怎样设计学校竞赛活动	203
10.4.2	怎样组织好小型竞赛活动	205
10.5	校园体育文化	206
10.5.1	校园体育文化的功能	206
10.5.2	怎样开展校园体育文化活动	207
10.5.3	怎样组织体育知识竞赛活动	209
10.6	小结	212
10.7	练习题	212
	附: 范例资料	213
11	体育专业教育实习的调查研究	220
11.1	调查研究的要求与原则	220

11.2 调查研究的内容与方法·····	221
11.3 调查研究的选题与拟写·····	223
11.4 小结·····	225
11.5 练习题·····	225
12 体育教育实习结束工作·····	226
12.1 体育教育实习工作总结·····	226
12.2 体育教育实习成绩评定·····	227
12.3 离校前的工作·····	234
12.4 返校后的反思与提升·····	237
12.5 小结·····	239
12.6 练习题·····	239
附：范例资料·····	240
附录1 体育与健康课程标准·····	243
附录2 我国各学校体育主要行政法规·····	268
学校体育工作条例·····	268
原国家教委关于印发《初中毕业生升学体育考试工作实施方案》的通知·····	272
教育部、国家体育总局关于印发《学生体质健康标准（试行方案）》 及《〈学生体质健康标准（试行方案）〉实施办法》的通知·····	274
学生伤害事故处理办法·····	277
教育部关于保证中小学体育课课时的通知·····	282
教育部关于落实保证中小學生每天体育活动时间的意见·····	283
参考文献·····	285

体育教育实习概述

体育教育实习是体育方向大学生根据体育各专业的培养目标、任务和要求,在具体的组织形式下,通过自身所掌握的知识和所具备的能力,在实习指导教师的指导下,参与实习学校的教育活动,为逐步完善独立工作能力所进行的一种教育过程。体育教育实习是体育院校、普通高等学校体育相关专业教育方案中的重要组成部分,通过实习,实现培养目标,对进行职业教育、专业思想教育、培养和检查实习生的各种能力,都具有十分重要的意义。

1.1 体育教育实习的目的与任务

1.1.1 体育教育实习的目的

教育实习就是教育实践,它是对大学生在课堂上所学到的知识的印证、巩固、加深和发展,它是培养未来中学体育教师的重要手段之一,也是一门集实践性、专业性、教育性为一体的综合性重要课程。通过实习,对实现培养目标,进行职业教育、专业思想教育,培养和检验专业学生的各种能力,都具有重要的意义。

(1) 了解和熟悉中小学实际,体验教师生活,为今后工作及教育改革打下良好基础。高校体育专业学生实习的目的,就是为今后当一名合格的中小学体育教师打下良好的基础,也是将来就业的前奏。

(2) 巩固专业思想,培养良好的职业道德。通过教育实习,接触教育对象,体会教师工作,履行教师职责,使实习生感悟到师德的内涵,加深他们对体育教育事业的认识,明确教育发展的远景和体育教育改革对教师的需求,从而增强对教育事业的责任感和使命感。

(3) 在实践中寻找差距,完善知识和技能。通过实习,培养学生理论与实践创新相结合、运用所学知识和经验分析问题和解决问题的能力。同时,加深了解所学专业工作的内容、特点和改革动态、经验,从而巩固和提高自己的专业理论知识和技能,培养和提高独立工作能力;检验教学效果,反馈教学与组织管理信息,促进教育质量的全面提高。

1.1.2 体育教育实习的任务

实习是一种专门的教育实践活动,实习生为了实现体育教育实习的目的,必须承担体育课堂教学、课外体育活动、班主任工作、教育社会调查等任务,从而了解中学教育的全过程,在实践中获得相应的能力。通过上述系列实习活动过程,寓思想品德教育、精神文明教

育于教育实习的实践之中,真正做到为人师表、教书育人。具体任务有以下几点:

1. 学习新课标,改变旧观念

在基础教育课程改革的大潮中,课程标准将取代传统的教学大纲。体育与健康课程标准是在“健康第一”思想的指导下,依据《国务院关于基础教育改革与发展的决定》和《基础教育课程改革纲要(试行)》制定、由国家教育主管部门颁发的关于中小学体育与健康课程的指导性文件,它规定了课程的性质、基本理念、目标、内容标准和评价等,体现了国家对体育与健康课程改革和发展的基本思路 and 基本要求。体育与健康课程是一门以身体练习为主要手段、以增进中小学健康为主要目的的必修课,是学校课程体系的重要组成部分,是实施素质教育和培养德、智、体、美全面发展人才不可缺少的重要途径。它是对原有体育课程进行深化改革、突出健康目标的一门课程。在新的形势下,实习生要把握机遇,认真学习,刻苦钻研,充分利用实习机会,学习借鉴实习学校所取得的教改经验,思索探究,实践创新,积累和完善教师的知识技能。

2. 初步掌握教学程序和方法,培养教学基本能力

体育课教学实习是指实习生进行体育理论课和实践课教学的整体过程。实习生的首要任务之一就是进行体育课课堂教学。通过课堂教学,实习生向实习对象传授体育健康的知识、技能,增进学生健康,培养其运动兴趣和爱好,使其形成坚持锻炼的习惯、具有良好的心理品质、表现出人际交往的能力与合作精神等。同时实习生也锻炼了自身的素质,提高自己的课堂教学能力。课堂教学组织和实施也关系到实习生能否保障课堂任务完成,取得学生的信任,缩短实习生和实习对象最初阶段的情感心理距离,从而为课外体育活动、班主任实习等工作奠定良好的基础。为搞好体育课的教学,实习生必须了解体育教学的基本规律,并能根据体育与健康课程标准和体育教学内容的进程,明确每次课的目标、要求、重点和难点,选择与安排好组织教法与学生的学法。实习生还要了解所授班级学生的综合情况,对学校体育教学组织和教材内容以及学生实际做到心中有数。只有如此,才能备好课,设计出符合学生实际、适应性强、有弹性的课时教学计划,才能在教学过程中,保证教学计划的顺利实施,达到预期的教学目的。体育课程的教学是理论与实践相结合的综合教学过程,也是对实习生知识和能力的综合考验和检测。因此,实习生不仅要注意教学内容的选用,并寓思想道德教育于体育教学之中,做到教书育人,同时还要重视提高教学技能和教学方法的可接受性、艺术性、趣味性。体育场地、器材的布置,实习生的仪表体态、口令和对技术动作的示范形象,体育课的组织与指挥等,都是综合教学能力的组成部分。

3. 初步了解课外体育活动的组织方法

课外体育活动的实习是指实习生对早操和课间操、班级课外锻炼、运动竞赛、运动队或传统体育项目训练工作的实践过程。实习生应担负起课外体育活动的组织任务,通过有计划地参与课外体育活动实践,探索课外体育活动的规律,积累组织课外体育活动的经验。

4. 了解班主任工作内容,掌握班主任工作的一般方法

从学校实际和体育教师本身的专业特点出发,实习生在实习学校相关教师指导下,对一个班的学生进行世界观教育和全面的思想、行为、学习、生活等方面的管理实践,是锻炼实习生掌握体育教师综合教育管理能力的的重要手段,对毕业后快速适应工作岗位十分有益。所以实习生在教育实习中,必须要熟悉班主任工作的内容、程序,掌握班主任工作的一般方法。班主任工作实质上是对学生进行综合思想教育管理和学习生活活动管理的工作。做好体

育教育实习中的班主任工作,有助于学校对实习生的思想道德品质、敬业精神、勤奋朴实的作风进行检验与考核,也是锻炼和培养实习生独立工作能力的重要机会,所以实习生要主动承担这项综合性实习任务,遵循现代教育规律,做到:教育者首先重视自我教育,重视调查研究,把握学生的特点和爱好、缺点和不足,循循善诱,晓之以理,动之以情,通过爱的感召,来逐步树立自身的形象。实践证明,体育教师兼任班主任工作与其他任课教师相比,由于专业的特点,对学生更有特殊的影响力,这为实习生利用自己的专业优势胜任班主任工作提供了有利条件,也有利于提高实习生的综合教育能力。

5. 搞好教育调查

搞好教育调查也是体育教育实习的一项基本任务,是实习生向社会学习,提高综合能力的重要手段;它是实习生了解社会,从社会吸取知识营养,提高自己专业水平和科研能力的好方式。对学校来说,通过实习生的实习活动,可以进一步深入社会,了解需求,拓宽办学渠道,争取社会支持,获得教学改革途径。

近些年来,随着我国政治经济体制改革的深入和教育科学的发展,新生事物不断出现,新的问题也不断产生。这些都可以通过教育实习中的社会调查分析,来协助学校寻求解决的途径。对于体育教育专业的实习生来说,由于都是第一次接触教育实践,在从事教育实习过程中进行社会调查必然有很多困难,因此,实习生要精心思考与制订调查方案,合理选择适宜的调查对象,按照调查的规律,运用科学的调查方法,有序地收集有关信息,整理分析材料,阐明自己的观点。在调查过程中,向有关教师、领导虚心学习、请教,以增加自身的社会知识,提高调查的质量和效率。

1.2 体育教育实习的内容和要求

1.2.1 体育教育实习的内容

体育教育实习是检验高等师范院校教学成果和评价学生综合素质与能力的重要手段。因此,体育教育实习效果的好坏将直接影响到整个教育实习的质量,影响到高等学校办学的社会效益。

体育教育实习的基本内容主要应包括以下几方面,即:体育课教学工作、课外体育训练与锻炼活动、班主任工作与教育调查。

1. 体育课教学工作

按照教学计划和大纲的要求进行的体育教学,又称为体育课。体育课主要分为理论课和实践课两种类型。实践课实习的内容一般有见习、备课(包括备体育教学大纲规定的教材、备学生、备教法、准备场地器材、写教案)、试教、上课、课后小结、评课等。理论课教学实习应包括备课、讲授课和批改作业等。体育教学实习的重点内容是体育实践课。通过将各种体育运动项目和某些锻炼形式作为基本内容,向学生传授体育的基本知识、基本的运动技能和锻炼身体的方法,增强学生的体质,发展学生的个性,对学生进行思想品德教育。

2. 课外体育训练与锻炼活动

课外体育活动在实践中与体育课密切配合,通过自主性体育活动,让学生运用所学的体育知识、技术,培养自我计划、自我组织、自我评价体育实践的能力;通过丰富多彩的体育活动锻炼学生的身心,培养学生良好的意志品质和终生参与体育活动的习惯。

学校应认真推行《国家学生体质健康标准》和《全民健身计划纲要》，全民健身计划以全体国民为实施对象，以青少年和儿童为重点。课外体育活动是实现上述标准和计划的主要形式，也是培养和发现体育人才的重要途径。实习生应积极参加和组织课外体育活动，这对提高组织综合性体育活动的 ability、了解学生、做好班主任工作、掌握课余运动训练规律等都有重要的意义。

(1) 早操与课间操的实习。早操是学生上午课前进行的体育锻炼活动，也是一种良好的健身手段。课间操通常是安排在上午第二节课后的体育锻炼活动。早操与课间操的实习内容，主要是组织以徒手体操为重点的专门性锻炼活动。早操与课间体育活动在大多数学校是以班为单位，是全体学生参加的集体性体育活动。参与这种体育活动的实习有利于培养实习生组织指挥与控制的能力。早操与课间操的种类较多，实习生应在实习前根据学校具体情况尽可能多地储备一些必备的知识和技能，以适应这一实习工作的需要。

(2) 班级体育锻炼的实习。班级体育锻炼是以班为单位、以锻炼小组的形式进行的课外体育活动。它有助于弥补课堂教学不足，促进和增强学生体质，充实班集体活动内容，强化班级凝聚力和集体主义意识，对提高实习生组织管理和指导能力都有很好的作用。

(3) 课余训练的实习。针对部分有体育才能和爱好的学生，利用课余时间，以运动队的形式组织训练，可以提高他们的基本运动技术水平；通过参加社会与校际竞赛，全面发展他们的身心素质，有效增强他们的体质，挖掘与发现竞技体育人才。

(4) 运动竞赛的实习。运动竞赛是实现学校体育教学的目的与任务的重要途径，是最受学生喜欢的群体社团活动形式。其主要实习内容是协助体育教师和班主任做好竞赛的计划与组织及裁判工作。组织运动竞赛是一项艰苦而细致的工作，对活跃实习学校校园文化，开展精神文明教育，培养实习生的敬业精神、组织教育和管理才能以及裁判能力均有着重要的意义。

3. 班主任工作实习

(1) 班主任工作实习的意义。

班主任工作实习是教育实习的重要内容之一，是培养实习生教育能力的又一重要途径。它应以党的教育方针以及教育教学的理论为指导。通过实习，可以使实习生加深对人民教师这一崇高职业的认识，逐步培养人民教师的职业道德，进一步巩固专业思想；同时通过理论联系实际，可以进一步使他们了解和掌握中学教育与教学的规律，提高班级管理教育工作的能力。

(2) 班主任工作实习的内容。

班主任工作实习的内容，一般包括了解班级的情况、制订班主任工作计划、对学生进行思想品德教育、管理并指导班级日常工作、开展多种多样的班级活动。班级活动包括召开主题班会、开展文体活动等。

4. 教育调查实习

(1) 教育调查实习的意义。

教育调查是高校体育教育专业学生教育实习的又一个重要方面，也是实习生必须掌握的教师职业基本技能之一。它对实习生了解社会现状、关心国家大事、巩固专业思想、检查在校学习的成效、培养和训练教育科研能力、锻炼与提高专业教学水平、提高班主任管理工作的能力、促进高等学校与中学教育相互沟通、推动教育改革都有着重要意义。