

怎樣做一個小學
體育教師



自序

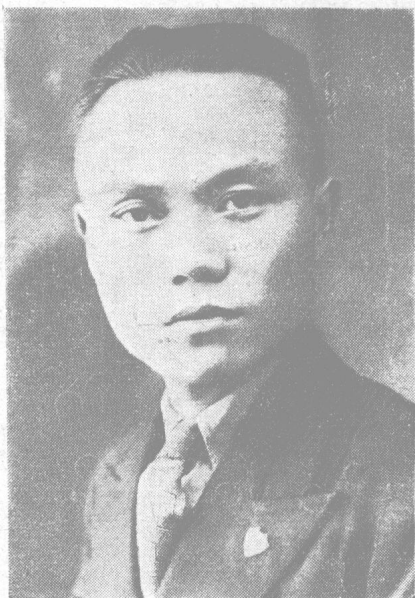
俞子箴

小學體育，是體育的基本。因為運動是人們的天性，在小學時代，正無時不思活動，以舒展身心；那末當小學體育教師的人，就應該因勢利導以適應需要，使兒童天性發展，養成良好的習慣，健美的身軀，強健的國民，使大中華民族永存於世界。照這樣說來，小學體育是十分重要的！

我是一個道地的小學體育教師，我寫了這本「怎樣做一個小學體育教師」，目的是希望將做小學體育教師或已做小學體育教師的人們，讀了這本書，對於小學體育教師的地位，有了澈底的認識；對於小學體育教師的職務，有了濃厚的興趣；對於小學體育教師的技術，有了相當的改進。簡單的說，就是希望同志們都做一個好的小學體育教師。究竟好的小學體育教師應該怎樣做？本書所說的，對於小學體育教師應有的條件，是否完備？還請同志們多多指正。

俞子箴先生

(本書著者)



俞子箴先生小史

俞君子箴，字竹銘，安徽東流人。自上海東亞體育專科學校卒業後，即回皖歷任安慶市教育局體育指導，第二模範小學，第二實小，三湘小學，成德中學，第一實小，法治街小學，天柱閣小學等校體育教師十餘年，並爲廣州體育導報，香港體育月報，上海體育週刊，天津體育週報，上海勤奮體育月報撰述之職。在課餘之暇，專攻小學體育。君之著述已出版者，有小學體育，怎樣做體育哲學，小學民間遊戲（康健書局出版），怎樣做小學體育教師，小學壘球訓練法，國花人體圖案健身操教材，兒童手球訓練法（勤奮書局出版），近又與黃祥霖君合編體育史（廣州晨曦體育研究社出版）。正在編輯之中，有小學體育原理，與兒童體育常識問答，體育教師備覽，機巧運動基本動作操。君爲中國研究小學體育之有數人材，亦爲不可多得之小學體育優良教師也。

怎樣做一個小學體育教師目錄

第一章 小學體育教師應有的態度和方針 (一)

一 對於學校方面 (一)

二 對於事業方面 (二)

三 對於同事方面 (三)

四 對於兒童方面 (四)

五 對於校工方面 (六)

六 對於自己方面 (七)

第二章 小學體育教師應有的技術 (九)

第三章 小學體育教師怎樣進修 (一二)

第四章 小學體育教師怎樣自省 (一八)

一 理想方面 (一八)

二 身體方面 (一九)

第五章

小學體育教師的任務

- | | | |
|----|--------------|------|
| 三 | 品性方面 | (一九) |
| 四 | 常識方面 | (二〇) |
| 五 | 生活方面 | (二〇) |
| 六 | 技能方面 | (二一) |
| 七 | 教學方面 | (二二) |
| 八 | 訓育方面 | (二三) |
| 九 | 處事接物方面 | (二四) |
| 十 | 研究進行方面 | (二五) |
| 十一 | 休閒娛樂方面 | (二六) |
| 十二 | 其他方面 | (二七) |
| | | |
| 一 | 開學時的任務 | (二八) |
| 二 | 每日早晨及課前的任務 | (三〇) |
| 三 | 每日開課至散課時間的任務 | (三一) |
| 四 | 散課後的任務 | (三二) |
| 五 | 每週的任務 | (三四) |

第六章

小學體育教師怎樣的服務和指導

(四〇)

第七章

一個新任小學體育教師應當注意的

事件

(四三)

第八章

小學體育怎樣實施

(四九)

六 星期日的任務

(三五)

七 每月終的任務

(三六)

八 學期末的任務

(三七)

九 假期中的任務

(三七)

十 不定期的任務

(三九)

一 未到校前應注意聘書上的條件

(四三)

二 到校後應調查的事項

(四三)

三 應計劃的事項

(四四)

四 對於體育經費的處理

(四六)

五 應訓練的人員

(四七)

六 開學第一週應做的事項

(四七)

第一・行政方面

一 組織系統

(四九)

二 體育經費

(四九)

三 運動分組

(五六)

四 運動比賽歷

(五七)

五 成績考查

(七〇)

六 體育表冊

(七二)

七 健康檢查

(八六)

八 健康比賽

(八八)

九 競技比賽

(八九)

十 課外運動

(九一)

第二・設備方面

一 場地設備

(九三)

二 固定設備

(九六)

三 消耗設備

(九七)

第三・課程方面

一 體育課

(一〇〇)

(一〇二)

第九章

二 醫療操	(一〇六)
三 課間操	(一〇七)
兒童的體育訓練是怎樣	(一一一)

第十章

一 訓練的真義和方針	(一一一)
二 賞罰和訓練的方法	(一一四)
三 兒童自治	(一二七)
各項運動指導的要點	(一二〇)

第十一章

一 遊戲	(一二〇)
二 球類	(一二二)
三 田徑	(一二三)
小學體育衛生的標準	(一二六)

第十二章

怎樣起草體育實施計劃大綱	(一二三)
--------------	-------

一 目標	(一二三)
二 要旨	(一二二)

三	組織	(一三三)
四	環境佈置	(一三三)
	一・場地	(一三三)
	二・標語	(一三四)
	三・圖表	(一三五)
五	體育內容	(一三六)
	一・早操	(一三六)
	二・正課	(一三七)
六	課外運動	(一四三)
七	修學指導	(一四四)
八	其他體育設施	(一四六)
第十三章	怎樣編配體育教材進度表	(一四八)
第十四章	怎樣促進家長注意兒童體育	(一五五)
第十五章	怎樣佈置運動場	(一五七)
第十六章	領袖的訓練	(一六〇)

第十七章

兒童適用的體育狀況卡片

- 一 體育幹事的職責
- 二 體育組長的職責

(一六一)
(一六二)

一 製法

(一六三)

二 呎吋

(一六三)

三 內容

(一六四)

四 填法

(一六六)

五 保存法

(一六六)

六 記載法

(一六七)

第十八章

行政與活動歷

(一六八)

第十九章

小學體育部應用的圖表

(一八九)

一 坐立走姿勢圖

(一八九)

二 本校歷屆運動會成績比較表

(一九〇)

三 教育實施週錄

(一九一)

四 體重比較表

(一九二)

- | | | |
|----|------------------|-------|
| 五 | 身長體重實足年齡比較表 | (一九三) |
| 六 | 體重身高胸圍統計表 | (一九四) |
| 七 | 中國男兒童正常身高體重年齡標準表 | (一九四) |
| 八 | 中國女兒童正常身高體重年齡標準表 | (一九五) |
| 九 | 各國兒童身長比較表 | (一九五) |
| 十 | 各國兒童體重比較表 | (一九六) |
| 十一 | 每週工作事項預定表 | (一九七) |
| 十二 | 每學月終工作報告表 | (一九八) |
| 十三 | 正常體重身高測量表 | (一九九) |
| 十四 | 課外運動支配表 | (二〇〇) |
| 十五 | 教材進度表 | (二〇一) |

鍾祥古池與上田 伍培生

小學體育教師的不把這種計劃與學校當局商榷，那末，將來難免發生阻力。

三、力爭體育經費獨立：

學校當局既明白小學體育的重要，對於實施計劃，當然無有異意，那末我們當小學體育教師的應當向學校請求體育經費獨立。因為普通一般小學，對於體育總是敷衍，即令口頭上說得好聽，而實際上也是不肯去做。根本的原因，就是沒有指定專為體育的經費。所以做小學體育教師的應當與學校當局，力爭體育經費的獨立，然後才能進行無礙。

二、對於事業方面

一、教材的支配：

體育教材支配得合宜，施設有力，就容易收到效果，所謂「事半功倍」。倘若做小學體育教師的，不詳細審察從前學校體育方面的經過程序是怎樣？兒童對於體育的情形又是怎樣？根據體育原理的教材支配更當怎樣？而一味的隨便去上幾點鐘體育課，那末事業的成功，就有很難的希望了。

二、注意課外運動：

一個小學體育的普及，運動成績優良，絕對不能專靠着每週幾小時的

體育正課而能達到此目的，必須注重課外運動的實行，方可使全校體育逐日蓬勃向上。此點是做小學體育教師應當特別注意的。

三、注意兒童的健康：促進身體的健康，是體育中目的的一種。當小學體育教師的要和校醫通力合作，檢驗兒童的身體，預防兒童的疾病，選配適合生理的運動，改良衛生課的教法，養成兒童良好的衛生習慣，並藉此造成合乎衛生的小學校環境，使其日趨健康。

四、聯合地方團體提倡體育：欲謀體育成績的進步，第一在自己的練習；第二在互相觀摩；第三在互相比賽。做小學體育教師的除了出全力求本校體育普及，使每個兒童有相當的練習之外，更應當時常率領各種運動隊，與其他團體常時比賽，以資促進。當其他運動比賽時，更領帶兒童前去參觀，以資觀摩。

三、對於同事方面

一、交際聯絡：體育教師，尤其是小學體育教師，一向為一般教職員所輕視，雖說人家成見太深，恐怕也是有被人輕視之道，咎由自取罷？我們做事，自己的相當地位失去，不為他人

重視，那末影響事業很大。當小學體育教師的應當十分活潑，與同事多多交際，把自己的人格，以及體育的意味，在無形中表露出來，使同事的逐漸明白體育，認識小學體育教師自有相當的地位，非江湖賣技者之流可比，然後就有許多利益，輔助體育的進行。且小學總務主任和體育事業有密切的關係，小學體育教師更應當隨時同他聯絡商量，共策進行，以免掣肘的弊端。

二、組織同事的體育團體：教職員的運動機會很少，我們當小學體育教師的，應負計劃同事的體育活動的責任，使教職員注意體育的重要，和幫助學校體育發展。

四、對於兒童方面

一、以身作則的提倡體育：兒童的模仿本能很大，這是人所共知的。要知道兒童的反對本能也很大；小學體育教師終日的勸兒童注重體育，若果自己並無運動的習慣，嗜煙成性，愛酒如命，不能以身作則，怎樣能使兒童注意體育？希望全國小學體育教師以身作則，使兒童於不識不知之間，潛移默化了。

怎樣做一個小學體育教師