

教育部特级教师计划

中国特级教师文库

第三辑



蔡福全 著

育体与育心

——我对教育和谐发展的探索

人民教育出版社

教育部特级教师计划·中国特级教师文库

(第三辑)

育 体 与 育 心

YU TI YU YU XIN

——我对教育和谐发展的探索

WO DUI JIAOYU HEXIE FAZHAN DE TANSUO

蔡福全 著

人民教育出版社

·北京·

图书在版编目 (CIP) 数据

育体与育心：我对教育和谐发展的探索/蔡福全著.

—北京：人民教育出版社，2005

(中国特级教师文库·第三辑)

ISBN 7-107-19000-8

I. 育…

II. 蔡…

III. 中小学教育—研究

IV. G630

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 097583 号

人民教育出版社出版发行

网址: <http://www.pep.com.cn>

益利印刷有限公司印装 全国新华书店经销

2006 年 2 月第 1 版 2006 年 2 月第 1 次印刷

开本: 890 毫米×1 240 毫米 1/32 印张: 13.625 插页: 2

字数: 340 千字 印数: 0 001~2 000 册

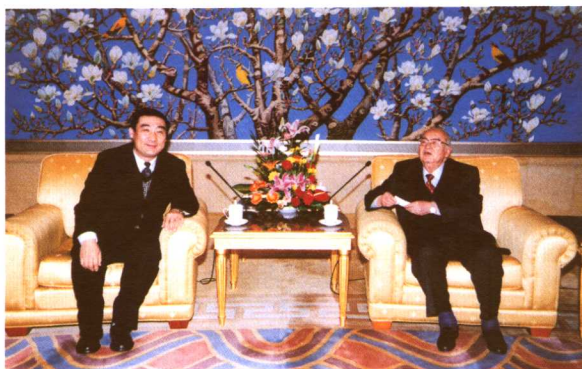
定价: 27.60 元

如发现印、装质量问题, 影响阅读, 请与出版科联系调换。

(联系地址: 北京市海淀区中关村南大街 17 号院 1 号楼 邮编: 100081)

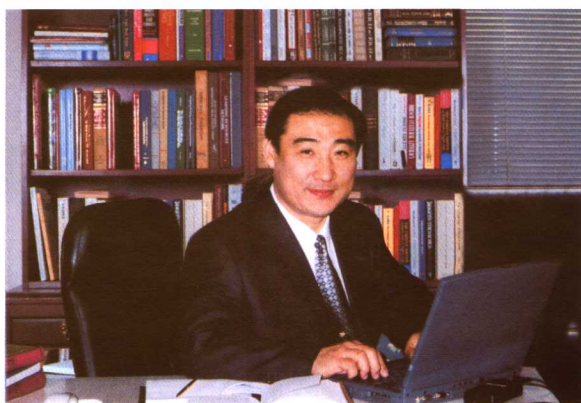


蔡福全 1955年生于北京。1971年起先后任北京市六十五中学体育教师、副校长，北京市五十五中学校长。1991、1997年分别毕业于北京师范大学体育系本科和教育管理专业硕士研究生班。1994年被破格评为北京市特级教师。2002年至今任北京市东城区教育委员会主任。兼任全国教育科学规划领导小组体育艺术学科专家组成员、全国基础道德教育委员会副主任及北京市举重裁判委员会主任、国际一级裁判。《中国学校体育》杂志社举办“蔡福全体育教学特色研讨会”，将其“育体育心同在、继承创新结合、主导主体相融、严肃活泼并存”的和谐教学法向全国推广；其教学经验曾五次在全国卫星电视播放。发表论文、经验总结等百余篇，撰著、主编、参编体育图书和教材12册。荣获北京市第一届胡楚南教学成果奖、全国优秀体育教师金质奖章，全国优秀教师、全国群众体育先进工作者、北京市劳动模范、北京市教书育人先进个人等称号和北京市“体坛英豪 教苑楷模”奖牌。1996年被提名为“全国十杰教师”，受到江泽民总书记等党和国家领导人的接见。



与王光英先生在一起

办公室工作照



国际裁判风采



队列队形教学

武术教学



军训教学

运动会合影



研讨会



校长论坛



全国电视讲座



在法国学校考察



“十五”国家重点图书出版规划项目
教育部特级教师计划

中国特级教师文库

教育部师范教育司 组织评审
教育部课程教材研究所

人民教育出版社赞助出版

《中国特级教师文库》

编审委员会

(按汉语拼音字母排序)

主	任	袁贵仁							
常	务	管培俊	韩绍祥	魏国栋					
副	主	吕 达	吕玉刚	宋永刚	徐 岩				
编	委	管培俊	韩绍祥	刘立德	鹿旭忠	吕 达			
		吕玉刚	宋永刚	汤才伯	唐京伟	王 莉			
		魏国栋	魏运华	谢维和	邢克斌	徐 岩			
		张民选	赵 江	朱保江					
秘	书	冯卫斌							

《中国特级教师文库》

出版前言

特级教师是国家为了表彰特别优秀的中小学教师而特设的一种既具先进性、又有专业性的称号。自 1978 年邓小平同志首倡在全国建立特级教师制度以来，已有数万名中小学教师荣膺这一称号。二十多年来，作为“师德的表率、育人的模范、教学的专家”的特级教师，以其高尚的师德，树立了人民教师的崇高形象；以其科学的教学方法和精湛的教学艺术，促进了教育教学质量的提高；通过指导青年教师等方式，带动了教师队伍整体素质的提高。许多特级教师不仅在教育教学改革实践中作出了突出贡献，而且在教育教学理论研究方面也进行了积极的探索。多年来，特级教师把他们对教育教学的思考和实践经验整理成文或撰写为专著发表、出版，为推动我国中小学教育理论的研究和发展作出了重大贡献，为广大教师提高教育教学水平提供了很好的学习材料，受到了广大教师的欢迎与好评。

为了培养一批在教书育人和教育教学研究方面造诣高深的中小学特级教师，造就若干名在教育界有重要影响的教育名师和教育家，并通过他们的带动和辐射作用，促进中小学教师队伍整体素质的进一步提高，推动中小学更好地实施素质教育，根据《面向 21 世纪教育振兴行动计划》的总体部署，教育部于 1999 年组织实施“跨世纪园丁工程·特级教师计划”。“特级教师计划”的一项重要内容是资助特级教师研究总结教研教改成果、出版教育教学专著，即《中国特级教师文库》（以下简称《文库》）。

编辑出版《文库》，既有利于更好地发挥特级教师的典型示范

和辐射作用，推广其优秀的教改实验、教育教学研究成果和成功经验；同时，也为全国广大中小学教师提供了展示成果、交流心得、相互切磋的园地，为教育科学研究工作者提供了大量的信息和丰富的资源，有助于教育理论研究更好地服务于教育教学实践。《文库》既可用作在职教师培训的生动教材，也可作为教师职前培养的重要学习内容。《文库》将分辑分批出版。

《文库》第一辑、第二辑是在教育部人事司领导下进行的；全国各省、自治区、直辖市教育厅（教委）对《文库》的编辑出版给予了大力支持；上海师范大学、上海申泰教育培训中心等受编委会委托为《文库》做了大量工作；各卷作者在繁忙的工作之余，不辞辛劳，孜孜以求，认真撰写，为《文库》付出了许多心血。在此，谨向他们表示诚挚的谢意！《文库》编辑出版工作中存在的不足之处，敬请广大读者给予批评指正！

教育部师范教育司

人民教育出版社

2005年7月

《中国特级教师文库》

总 序

《中国特级教师文库》由人民教育出版社出版，很有意义。编辑出版这套《文库》目的有二：一是支持一批特级教师总结自己多年教育教学实践，促进特级教师在思考、总结、提炼、升华实践经验的过程中登临新的境界。所以，《文库》的出版列入了教育部“跨世纪园丁工程”的“特级教师计划”。二是推广特级教师教育教学改革实验、教育科研的成果与经验，将特级教师在一所学校、一个地区的带动、示范作用扩大到更广的范围。后者是主要的目的。

改革开放二十余年来，我国基础教育的发展取得了历史性的成就。教育事业的发展有赖于建设的加强。课程教材建设、校舍校园建设、图书资料建设、仪器装备建设、后勤服务建设、教育信息化建设等等，这些建设都是教育事业发展的重要的不可缺少支撑；但是，对于教育事业来说，最重要的建设是教师队伍建设。决定教育质量的最关键的因素是教师的素质；决定教育水平的最关键的因素是教师队伍的水平。今天，我们实施基础教育课程改革，全面推进素质教育；我们建设高质量、高水平的基础教育；我们围绕全面建设小康社会的目标构建现代化的国民教育体系，最重要的工作依然是加强教师队伍建设。我们必须努力建设一支数量适当、结构合理、富有活力的高素质、专业化的教师队伍。我们只有把这项工作看得很重很重、抓得很紧很紧、做得很实很实，我们发展教育事业的宏伟蓝图才能够高质量、高效益地成为现实。

评选特级教师是我国新时期加强中小学教师队伍建设的一项富

有创造性的重要举措。特级教师是“师德的表率、育人的模范、教学的专家”。他们既有丰富的实践经验，又有较高的理论素养；不仅在教育教学实践方面成就突出，在教育学科科研方面也多有建树。有不少特级教师在教育教学的思考和研究方面有自己独到的精辟的见解。而这些见解不会是概念的推演，而是在长期的丰富的实践基础上总结升华出来的思想。这些思想是鲜活的，也是富有营养的。倡导、支持特级教师撰写专著，并且将特级教师的专著荟而萃之，出版《文库》，是一项对中小学教师队伍建设很有意义的工作。向为《文库》编辑出版作出贡献的同志们表示敬意。

《文库》第一辑在第十九个教师节来临之际面世，希望它能够受到广大教师的欢迎和珍视。

王湛

2003年8月于北京

（《中国特级教师文库》第一辑出版于2003年。这是时任教育部副部长、国家总督学的王湛同志为《文库》作的总序）

目 录

序言一	求实 求是 求索	陶西平 (1)
序言二	一位优秀教师的成功之路	王占春 (4)

上编 教育和谐发展探索

第一章	概述	(10)
一、	坚持科学发展观 推进教育改革	(10)
二、	认真贯彻教育方针 全面推进素质教育	(12)
三、	教育事业需要奉献、探索	(23)
四、	育体 育心 育己 育人	(26)
第二章	学生研究	(36)
一、	在反思与建构中贴近学生	(36)
二、	3~13岁少年儿童快速跑能力发展的初步研究	(49)
三、	关于高一男生引体向上成绩的调查分析	(56)
四、	中学男生心理特点与体育教学	(64)
五、	复习期间别忘锻炼	(69)
第三章	教学研究	(71)
一、	努力探索体育教学改革的规律	(71)
二、	话说教学中的教师注意分配	(79)
三、	在教学中应加强启发诱导	(80)
四、	我是这样进行武术教学的	(82)
五、	突出军事课特点 坚持育人方向	(86)
第四章	教师成长	(93)
一、	迎接第一次考验	(93)

二、迈好教育征途的第一步	
——新教师应注意的几个问题	(95)
三、事业的成功靠一代代人共同奋斗	(98)
四、青年教师要有理想 脚踏实地地为人民的教育事业 作贡献	(104)
第五章 学校管理	(116)
一、辩证思维出智慧	(116)
二、学会辩证才能创新	(122)
三、儒家管理思想与现代学校管理	(128)
四、教科研是学校可持续发展的必由之路	(132)
五、浅谈教育科学研究与教学研究之关系	(144)
六、好学不倦勤努力 力行不息贵自强	(145)
七、有思路才有出路	
——参加国家级省（自治区、直辖市）重点中学校长研修班 学习体会	(152)
八、深化教育改革 加快教育发展	(156)
第六章 和谐教育	(165)
一、《心理健康教育探索与实践》序	(165)
二、用人格的力量开发教育“能源”	(166)
三、全面提高教育教学质量 促进师生主动发展	(169)
四、将 EPD 教育融入区域教育改革之中 大力推进教育 实践创新	(174)
五、把不聪明的孩子变聪明 让聪明的孩子更聪明	(185)

下编 中小学队列队形教学

第一章 中小学队列队形教学的意义及作用	(192)
一、队列队形教学的意义	(192)
二、队列队形教学的作用	(193)

第二章 中小学队列队形教材分析	(195)
一、小学队列队形教材分析.....	(196)
二、中学队列队形教材分析.....	(199)
第三章 中小学生身心特点与队列队形教材要求的关系	(200)
一、中小学生身心特点与队列队形教材要求的一致性 ...	(200)
二、中小学生身心特点与队列队形教材要求的矛盾性 ...	(203)
第四章 教学有法 贵在得法	(210)
一、重视教法 研究学法.....	(210)
二、抓住重点难点 提出合理要求.....	(215)
三、中小学队列队形教学应注意的问题.....	(221)
四、重视学生骨干的培养和使用.....	(222)
第五章 教书育人 爱是基础	(224)
一、以爱动心 以严导行.....	(224)
二、教学应加强教育性.....	(225)
三、根据男生特点进行教学研究.....	(227)
四、言语与非言语手段的运用.....	(229)
第六章 队列队形基本知识	(232)
一、队列队形发展简况.....	(232)
二、队列队形基本概念.....	(233)
三、队列队形教学中的基本术语.....	(234)
四、口令.....	(235)
五、指挥者位置和符号说明.....	(237)
六、指挥者检查与纠正动作的方法.....	(239)
第七章 队列教学	(240)
一、集中注意力.....	(240)
二、立正、稍息、跨立.....	(242)
三、整齐、报数.....	(245)
四、集合、解散.....	(247)

五、蹲下、起立·····	(249)
六、停止间转法·····	(250)
七、移步·····	(252)
八、步法和立定·····	(253)
九、步法变换·····	(260)
十、行进间转法·····	(261)
十一、方向变换·····	(263)
十二、步法调整方法·····	(264)
十三、队列变化·····	(265)
第八章 队形练习及变化·····	(271)
一、队形练习·····	(271)
二、队形变化练习·····	(278)
第九章 体育课组织教学常用队形·····	(304)
一、体育课示范、讲解、练习队形的选择及应注意的 问题·····	(304)
二、体育课开始部分队形·····	(306)
三、体育课准备部分队形·····	(308)
四、体育课基本部分（部分教材内容）队形·····	(314)
第十章 队列游戏·····	(333)
一、原地队列游戏·····	(333)
二、跑动队列游戏·····	(336)
第十一章 团体操表演入场、退场的队形和路线简介·····	(342)
一、二路纵队沿人字行进·····	(342)
二、二路纵队成八字队形·····	(342)
三、二路纵队成一行横队·····	(343)
四、二路纵队成八字队形·····	(343)
五、二路纵队成半圆形·····	(343)
六、四路纵队成菱形队形·····	(344)