

教师职业技能丛书

体育活动组织与管理

王一鸣 康健 编著

中国人民公安大学出版社

教师职业技能丛书

体育活动组织与管理

王一鸣 康健 编著

中国人民公安大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

体育活动组织与管理/王一鸣,康健编著. —北京:中国人民公安大学出版社,1997.8

(教师职业技能丛书/王斌主编)

ISBN 7-81059-033-2

I. 体… I. ①王…②康… II. ①体育活动-组织管理-中小学②体育课-中小学-教学参考资料 IV. G633.963

中国版本图书馆 CIP 数据核字(97)第 15985 号

中国人民公安大学出版社出版、发行

(北京木樨地南里 邮编 100038)

新华书店北京发行所经销

河北省大厂县胶印厂印刷

787×1092 毫米 1/32 3.5 印张 112 千字

1997 年 8 月第 1 版 1997 年 8 月第 1 次印刷

印数 00001—20000 册

ISBN 7-81059-033-2/G·009 全套定价:160 元

序 言

教育是人类所特有的社会现象，是培养人的劳动。教育随着人类社会的产生而产生，随着人类社会的发展而发展。

人类的历史表明，一定社会的教育是由一定社会的生产力和政治、经济决定的，反过来，教育又促进了社会生产力和政治、经济的发展。教育为一定社会的政治、经济和生产所制约，同时它又具有一定的相对独立性。

百年大计，教育为本。经济建设、社会发展、科技进步，都仰赖于全民族的智力开发和人才的培养。现代化经济发展的实践表明，教育是劳动力再生产的必备要素，是提高劳动生产率的必备要素，是现代科学技术引入生产的桥梁。在世界范围的经济、军事和科技竞争中，谁掌握了人才，谁就掌握了未来。因此，在一定意义上来说，决定未来经济发展、军事胜利、科技进步的，在于课堂，在于学校，在于教育。教育的战略地位和作用从来没有象今天表现得这样突出，我们这里所讲的教育当然包括各级

I 体育活动组织与管理

各类教育在内。

目前,我国的社会生产力水平与发达国家相比,还有较大的差距。我们中华民族必须面对这个现实,通过我们勤奋努力的工作,赶上和超过世界上的发达国家。

光辉灿烂的五千年文明史,是中华民族的骄傲,但这已成为过去,激烈的世界竞争摆在我们面前。今天,我们必须面对中国国情的现实,树立起教育兴国安邦的战略思想,努力提高全民族的整体素质,创造祖国美好的明天。

教育是一门科学。要充分认识教育的科学性,尊重知识、尊重人才、尊重教育规律。牢固树立遵照教育规律办教育的观念,牢固树立与社会主义大生产、大经济、大科学相适应的全方位的大教育观。教育必须为社会主义经济建设服务,社会主义经济建设必须依靠教育。在我国社会主义经济发展的战略中,必须把发展科学技术和教育放在首要位置,使经济建设转到依靠教育、科学和提高劳动者素质的轨道上来。

教育大计,教师为本。教师在整个教育过程中,处于教育者、领导者和组织者地位,对教育对象的全面发展起着主导作用。在社会发展中,教师是人类科学文化知识的继承者和传播者,在社会的延续

和发展中起着不可缺少的桥梁和纽带作用。教师的劳动是培养人的教育劳动,即从事劳动力再生产、科学知识再生产和社会成员再生产的特殊劳动,是社会总劳动的一个组成部分。教师以其蜡烛精神对祖国的教育事业做出了无私的奉献,他们理所应当受到全社会的尊重。为了提高中华民族的素质,为了振兴和繁荣社会主义的教育事业,必须要建设好具有高水平的教育师资队伍。

振兴民族的希望在教育,振兴教育的希望在教师,建设一支具有良好的政治素质、业务素质、结构合理、相对稳定的教师队伍,是我国教育事业的根本大计。而这个根本大计的基础是建设一支合格的中小学教师队伍。

中、小学教师的整体素质正在稳步提高,这是一个大家都看到的事实。但我们也不应忽略广大的农村中、小学还有很大一批学校、很大一批教师还处于不合格状态。究其原因,一方面是知识的老化、滞后;更主要的还是职业技能方面的不足。这是每一级教委、每一所师范院校的领导们都应思考的问题。

这套近 30 本的《教师职业技能》小册子,正是为了解决以上问题而编写的。这里有必要作一点理论的阐述:

IV 体育活动组织与管理

教师职业技能是指中小学教师要掌握和运用的教书育人的技巧和方法的能力,也是中小学教师将书本知识转化为学生心智德能的中间环节和行为系统。对在职教师和师范院校的学生进行教师职业技能的训练和培养,使其掌握一整套从事教育和教学工作所必备的基本技能,是提高在职教师素质和师范院校实现培养目标的起码要求,是面向农村教育、适应基础教育转轨、突出“师范”特色、培养合格师资的前提条件,也是师范院校学生日后从师任教的基本能力。

近几年来,教育行政部门和师范院校根据国家教委的要求,结合中小学教育、教学工作的实际,正在采取各种措施,通过多种途径对在职教师和师范院校学生加强教师职业技能的训练和培养,并逐步纳入教学计划,旨在使学生的教师职业技能的训练和培养走上经常化、制度化、正规化的轨道,并持之以恒、常抓不懈,为提高教学质量、培养合格的师资打下良好的基础。

然而,当各地进行教师职业技能的训练和培养时,却几乎同时遇到一个问题——没有现成的教科书,也没有适合的参考材料。我们知道,教科书是对学生进行教师职业技能训练的主要依据,是提高教育质量、培养合格师资的重要工具,是师生教与学

的主要材料。没有教科书,所谓的训练计划、大纲、体系和一整套管理措施就无从谈起,要实现培养目标也是一句空话。所以,对师范院校学生进行教师职业技能训练的当务之急,就是根据教学计划和实际需要,尽快系统而简明地编写出适合师范院校特点的教师职业技能训练用书,哪怕这些书最初有点不够成熟、不够全面,也不要紧,可以在当前教学和训练的使用过程中,逐步充实、修订和完善起来。

这套书视野开阔,内容新颖,构架独特,收录完备,语言通俗易懂,文字简练平实。作者在科学性与实用性统一、师范性与专业性兼顾、现实性与前瞻性协调等方面也尽了很大努力,让现在和未来的教师都能读之有得、学之能用、用之见效。所以,《教师职业技能》丛书不仅是一套十分及时的书,而且也是一套相当有价值的书。

目 录

导 言

第一章 基本知识与技能

- 第一节 讲解····· (3)
- 第二节 示范····· (5)
- 第三节 喊口令与调动队形····· (7)
- 第四节 保护与帮助····· (8)
- 第五节 纠正错误动作 ····· (11)

第二章 制定计划

- 第一节 锻炼计划 ····· (14)
- 第二节 训练计划 ····· (15)
- 第三节 运动竞赛计划 ····· (19)

第三章 运动人材的选拔

- 第一节 运动人材选拔的要求 ····· (22)
- 第二节 运动人材的选拔方法 ····· (27)

第四章 少年儿童业余运动训练

- 第一节 发展少年儿童的力量素质 ····· (31)
- 第二节 发展速度素质 ····· (34)
- 第三节 发展耐力素质 ····· (37)

第五章 中小学运动竞赛的组织、编排

- 第一节 赛前准备工作 ····· (41)

2 体育活动组织与管理

第二节	赛中组织处理	(44)
第三节	赛后总结工作	(46)
第六章	科学指导学生锻炼身体	
第一节	医学检查	(48)
第二节	健康诊断	(49)
第三节	制定锻炼方案	(50)
第四节	锻炼实践	(51)
第七章	学生体质的测量	
第一节	身体形态指标的测量与评价	(54)
第二节	学生身体机能的测量	(57)
第三节	身体基本运动能力和身体素质的测定	(64)
第八章	训练水平的测量与评价	
第一节	测定训练水平的基本要求	(70)
第二节	训练水平的测定方法	(72)
第九章	画场地	
第一节	勺子画线	(75)
第二节	石灰槽画线	(76)
第三节	画线器画线	(77)
第四节	几种场地的画法	(78)
第十章	场地器材的布置、使用及管理、保养	
第一节	安排与布局要合理	(87)
第二节	注意卫生和安全	(88)
第三节	制定制度	(89)
第四节	场地与器材保养	(90)

第十一章 一般运动损伤处理

- 第一节 扭伤、挫伤····· (92)
- 第二节 擦伤····· (93)
- 第三节 骨折····· (94)
- 第四节 外伤性关节脱位····· (95)
- 第五节 脑震荡····· (96)
- 第六节 重力性休克····· (97)
- 第七节 肌肉痉挛(俗称“抽筋”)····· (98)
- 第八节 中暑····· (99)

导 言

学校体育活动包括体育课、早操、课间操、课外体育活动,运动竞赛,运动队训练以及其它群众性体育活动等。它是贯彻教育方针,培养学生德、智、体全面发展的一个重要方面。

作为一名中学体育教师,必须掌握多方面的知识与技能,才能很好地对中学体育进行组织与管理。

第一章 基本知识 与技能

- 讲解
- 示范
- 喊口令与调动队形
- 保护与帮助
- 纠正错误动作

第一节 讲解

教师在体育活动中的讲解要求目的明确,抓住关键,简明、准确、生动形象,通俗易懂,有启发性,注意时机和效果。

根据这一要求,体育教师在讲解时应做到:

第一,抓住关键,简明准确,善于总结归纳。

即能用几句话、几个字概括出较多的内容。例如原地推铅球,本来很长一段活的动作要领,归纳起来可以用“蹬、转、挺、推、拨”5个字。有时为了方便学生理解与记忆,也可采用口诀或顺口溜来讲解。如足球中脚背正面踢球,原来140个字的动作要领,可用30个字的顺口溜来表达:直线来助跑,脚落球侧方,大腿带小腿,由后向前摆,脚尖朝下指,用力来踢球。这样既有利学生理解,又利于学生记忆。

第二,讲解应生动形象,通俗易懂,有启发性,符合学生的特点。

体育活动中的每一项内容都涉及到多方面的知识,教师在讲解中应根据不同对象,采取不同的

4 体育活动组织与管理

讲解方法,使学生理解、掌握。例如,有很多技术动作中涉及到支点、力点、力臂、作用力、反作用力、离心力、向心力、入射角、反射角等许多知识,教师应了解学生学过哪些知识,并把这些知识运用到体育活动讲解中去,这样才能生动形象,有启发性。

第三,讲解应声音宏亮,使用普通话。

绝大部分的体育活动都是在室外进行,所以要求体育教师的讲解应声音宏亮、口齿清楚,使在场的所有学生都能听到,而且应使用普通话讲解,使所有的学生都能听懂。

第二节 示范

对体育教师来说,正确的示范是必须掌握的重要技能,包括示范动作正确,示范点恰当,示范面合理,示范时机合理,完整示范与分解示范的使用合理。

示范动作正确是指动作规范、熟练。示范点恰当是指示范的地点选择得好,能使在场的学生都能看清楚,同时,应注意队形的合理安排。示范面恰当是指根据动作的特点,在做示范动作时给学生看正面,还是背面、侧面、斜侧面等,目的是能让学生最准确地看清楚动作的关键。示范时机合理是指能根据学生练习情况,对大部分学生存在的共性问题及时地进行集中讲解示范和纠正错误。不应为少数学生的问题耽误大家的练习时间,而大家都存在的问题却不及时纠正。完整示范与分解示范使用合理是指学生如整个动作掌握不好应做完整的示范给学生看,而某一环节掌握得不好应做某环节的示范;另外,对一个新授或技术简单的动作,既要做完整的示范,还应强调动作的关键,把难度大的动作从

完整的动作中分解开来进行示范,让学生既能了解动作的全过程又能抓住动作的关键。