

中小学体育教师 工作理论与实践

屈明 主编



G6
644.0

中小学体育教师 工作理论与实践

屈明 主编



图书在版编目(CIP)数据

中小学体育教师工作理论与实践 / 屈明主编. -- 重庆 : 重庆出版社, 2010.12
ISBN 978-7-229-03431-3

I. ①中… II. ①屈… III. ①体育课-教学研究-中小学 IV. ①G633.962

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 002736 号

中小学体育教师工作理论与实践

出 版 人: 罗小卫

责任编辑: 孙 曙 李 欣

版式设计: 何钊泷

封面设计: 毛代洪



重庆出版集团 出版
重 庆 出 版 社

重庆长江二路 205 号 邮政编码: 400016 [Http://www.cqph.com](http://www.cqph.com)

重庆升光电力印务有限公司 印装

开本: 787mm×1092mm 1/16 印张: 15.5 字数: 190 千
2010 年 12 月第 1 版
2010 年 12 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-229-03431-3

定价: 30.00 元

版权所有 侵权必究

前言

振兴民族的希望在教育,振兴教育的希望在教师,建设高质量的师资队伍,是全面推进素质教育的基本保证,也是当前推进课程改革实践的关键环节。而作为“授健身强体之知识,铸健康强体之体魄”的体育教师,在大课程体系下,他们的整体素质更是决定着学生综合素质中之身心素质、意志品质、社会适应能力的培养和提高。同时学校体育从课程功能、指导思想、目标、结构、内容、实施评价和管理等方面都有了重大的创新和突破,我们每一位体育教师都将在这场革命面前实现新的“蜕变”、新的超越。这就要求我们体育教师必须善于学习,改善自己的知识结构,把自己整个人生,所有的生活都变成有学习意义的生活,造就自己的发展人生,以一种开放的心态,一种自我认识的需要,一种发展的追求来完善自己。

而许多基层体育教师在从事学校体育工作时,不知从何处着手,怎么做?为什么做?还比较茫然,希望在开展体育教学、课余训练、活动组织、体育科研等方面有一定的理论支撑和实践参考。本书主编基于基层体育教师的真正需要,率领一群善于思考和实践创新的教研员、基层学校领导、一线体育教师根据学校体育工作的发展,以“为了每一个孩子健康幸福生活,每一位体育教师身心愉快工作”为宗旨进行编写。

本书紧紧围绕学校体育工作的全面开展,从素质篇、管理篇、教学篇、活动篇、科研篇、资源开发篇六个方面比较系统全面地进行了阐述。考虑本书主要适用于一线体育教师,编者在编写时力求简洁实用,对推动学校体育工作有较高的参考性;同时注重理论与实践相结合,在阐述新理论、新思想、新方法的同时强调应用性和可操作性。如在体育教学、体育活动、体育科研等方面列举了大量的案例,对广大体育教师具有较好的指导意义。期望我们的不懈努力能给基层体育教师开展工作带来方便,为体育教师的专业化发展做出贡献。

由于时间仓促和水平有限,书中难免存在不少问题,有些章节显得比较单薄,恳请读者批评、指正。本书引用了不少学者专家的理论和方法,在此表示衷心的感谢!书中如出现遗漏被引用者姓名和论著出处的情况,在此深表歉意。

屈明

2010年10月10日

编委会

总顾问:钟 燕

顾 问:夏 蒂 吴 术 钟及龙 蔡 渝 赵小刚 阳亚雄

牛 晓

主 编:屈 明

副主编:王晓峰 杨志兵 朱必勤

编 委(排名不分先后):

齐 凯 刘 刚 付培义 张健波 江 涛 刘 爽 邹 渝

王建华 沈清敏 汤晓春 王益才 杜才友 周绪田 王和平

魏世春 唐嘉宾 陈小平 龚 灿 张中柱 刘平平 刘 群

罗立勋 杜力勋 罗 玲 刘海霞 童世敏 王 强 郭 平

李先平 刘懿辉 屈芸帆 刘怡兰 刘沫含 张世学 吴 棋

张世平 谭红莉 牟显明

目 录

第一章 素质篇

第一节 体育教师的思想素质	1
第二节 体育教师的专业素质	3
第三节 体育教师的科研能力	6
第四节 体育教师的创新能力	8

第二章 管理篇

第一节 学校体育管理制度的制定原则	10
第二节 体育课教学常规的管理	11
第三节 学校体育教研管理	12
第四节 学校运动场地(馆)安全使用管理	13
第五节 学校体育课余管理	15
第六节 体育教师的考核评价	16

第三章 教学篇

第一节 体育基本教学理论	40
第二节 体育教学设计	42
第三节 体育教学方法	60
第四节 体育课堂教学的组织与实施	72
第五节 体育课堂教学的评价与反思	80
第六节 学生体育成绩的考核与评价	86

第四章 课余活动篇

第一节 课余体育活动概述	89
第二节 体育大课间活动的组织与管理	93
第三节 学校体育活动节的组织与管理	104
第四节 学校课外体育训练的组织与管理	123
第五节 课外体育锻炼的组织与管理	143
第六节 社区体育活动的组织与管理	150

第五章 科研篇

第一节 中小学体育科研概述	157
第二节 体育科研项目的选定	165
第三节 体育科研方案的制定	170
第四节 体育科研中的研究方法	179
第五节 体育科研成果的形成	192
第六节 农村体育教师开展教育科研简明攻略	203
第七节 对中小学教育科研问题的思考	207

第六章 资源开发篇

第一节 资源开发的意义概述	213
第二节 人力资源的开发	217
第三节 场地器材的开发	218
第四节 校本教材的开发	222
第五节 课外体育资源和野外体育资源的开发	229
第六节 其他资源的开发	232
第七节 开发利用体育课程资源应该注意的问题	232



第一章 素质篇

教师是发展教育事业的主要力量,教师是培养合格人才的关键。邓小平同志曾指出:“一个学校能不能为社会主义建设培养合格的人才,培养德智体全面发展、有社会主义觉悟的有文化的劳动者,关键在教师。”教师是科学文化知识的传播者,是精神文明的建设者,是人类灵魂的工程师。在任何一种教育教学活动中,教师的主导作用是不能忽视和轻视的,因为这一主导作用是关系教育方针能否贯彻、培养目标能否实现、教育教学任务能否完成和达到的关键。学校体育是国民体育的基础,是全面发展教育的重要组成部分,它与德、智、美育和劳技教育互相配合、互相促进,构成了培养有理想、有道德、有文化、有纪律和体魄强健的具有现代化特征的一代新人的完整内容,是培养社会主义建设所需合格人才的一个重要方面。邓小平同志早就指出:“只有好的教员,才能教育出好的学生”。作为学校体育的具体实施者,体育教师应该具备什么样的素质,才算一个好的教员,才会无愧于时代的要求,较好地完成体育教育的任务?教师素质教育要培养和提高教师的哪些素质,是一个值得思考的问题。我们认为,要适应素质教育的要求和我国现阶段教育教学实际,通过教师素质教育工程力求培养和提高教师以下几方面素质。

第一节 体育教师的思想素质

政治素质是从事教育教学工作的精神支柱和政治保障;思想素质是行动的指导和导向。这里思想素质不仅指向哲学、政治、社会、法律、经济等诸方面,而且更强调指向教育教学方面,实施素质教育的关键就在于教育思想的转变。那种应试教育的思想素质不是我们所要求的,而是要克服的,而与素质教育要求相适应的教育思想素质是我们要培养的、要发展的和要达到的。作为一名体育教师应具有以下思想



道德素质:

一、端正思想,提高认识

1.端正教学思想,明确德、智、体的含义。即,德育主要是政治思想和道德品质的教育,智育主要是发展智力的教育,体育主要是发展体力、增强体质提高心理素质、磨练意志品质、增强社会适应能力与综合素质的教育。道德品质,文化知识,健康的身体是全面发展一代新人所不可缺少的重要素质,三者相辅相成,缺一不可,只有德、智、体三者有机的结合,才能为社会主义造就合格的人才。为此,“爱岗敬业”是教师的天职。

2.提高认识,特别是体育教师要明确自己所从事的工作有着特殊的意义以及此项工作在学校这块阵地上所起的作用。毛泽东早在五十年代就提出“学习好、工作好、身体好”的三好要求。青少年时期是长知识、长身体的黄金时期,只有端正教学思想,提高认识,做好本职工作,才能培养提高学生的身体素质,促进学生全面发展,为搞好学习或走向社会和建设祖国打下坚实的基础。所以必须认清学校体育不是学校的一般任务,而是培养和造就社会主义建设人才的基地。

二、情系体育,注重师德素质修为

1.职业理想是体育教师搞好教学工作的动力。如何搞好教学工作呢?首先要有强烈的事业心、责任感。教师的职业就是教书育人,要忠诚党的教育事业,要有无私奉献的决心和精神,这样才能担负起教书育人的崇高职责。只有对教育事业热爱,对自己的职业充满信心,才能在实施教育过程中大显身手,才能在种种困难面前不灰心、不低头。只有坚定信念,才能以顽强的毅力努力钻研业务,改进教学方法,提高教学质量。

2.热爱学生是体育教师的天职。学校体育由体育课、课外活动、课余体育训练和体育竞赛四个部分组成,在实施过程中,体育教师和学生接触得较多,这就要求体育教师要热爱学生、关心学生的成长。教育实践证明,如果教师热爱学生,对他们抱有较高的期望,学生便会感受教师的爱护和鼓励,他们就会以积极的态度回报教师,他们会更加自



信、自强,奋发向上。

3.以身作则,为人师表是体育教师的形象体现。教师的表率作用 and 良好形象,特别是言行举止等对学生都起着潜移默化作用。青少年学生的模仿倾向尤为突出,教师的一举一动都是学生的一面镜子,“其身正,不令而行;其身不正,虽令不行”。所以教师在施教过程中必须严于律己,以身作则,言行一致,文明礼貌,助人为乐,发挥体育教师以身立教的示范作用,引起学生对教师行为的模仿,那么在学生群体中就会逐渐形成积极鲜明的群体规范。同时还要注意对待言行不一的学生要一视同仁,不可偏爱,更不能讽刺挖苦。要用自己渊博的知识、端庄的仪表、高尚的情操去影响、感染学生,要和学生建立一种新时代的师生关系,对待学生要循循善诱,诲人不倦,因材施教。只有这样,学生才会尊敬老师,把感情转移到学习上来。

第二节 体育教师的专业素质

体育教师的专业素质,包括从事教育教学所应具备的学科专业知识与技能,从事素质教育及其研究所必需的教育教学知识以及哲学、法学、科学、管理学等领域的原理、技术及方法,以及从事教育管理工作的计划能力、组织能力、指导能力、协调能力及社会实践能力,以及打破传统教育观念、教育思想、教育理论的束缚,大胆教改教研、创新求异的技能和方法。

没有深而广的知识储备不能成为一个好教师。知识是永久的财富,是无穷的力量。在知识的山峰上攀登得越高,眼前展现的景色就越壮阔。一个人掌握知识的多少,知识面的宽窄,决定着一个人认识问题 and 理解问题的广度和深度,也决定着一个人的能力和水平。另外,一个称职教师所需要的知识,是不能只靠大学期间的学习就可以一次到位的。因此,要成为一名胜任工作、得到学生尊敬的好教师,还必须树立终身学习的观念,结合工作实际继续努力学习。只有这样,体育教师才能不断充实和完善自己。体育教师如何继续努力学习呢?我们认为在以下几个方面应有所掌握与了解。



一、体育教师要有扎实的理论知识

1. 学习基础理论知识

体育教学训练从外在形式看,似乎就是简单的跑跳及其它的一些练习。但如果想要通过这些练习得到最佳的锻炼效果,就必须将练习动作设计得合理,各种练习组合得恰当,运动负荷安排得合适。这些因素无论少了哪一个,都会对锻炼效果产生消极的影响。因此,体育教师必须掌握和具备扎实的基础理论知识,其中包括:解剖学知识,生理、生化理论知识,运动生物力学知识,运动训练学知识,心理学、教育学知识等。

2. 学习专业理论知识

根据中学体育教学大纲规定,田径、体操约占中学体育教学基本内容的60%,篮、排、足、乒、羽、武术、健美操、体育舞蹈等约占40%。因此,体育教师必须经常学习田径、体操、球类、武术等专业理论知识,不断提高专业理论水平。这样,才能够有的放矢、正确地选择最为有效的方法和手段,制定出符合专项特点的教学训练计划和具体要求,使教学训练工作取得事半功倍的理想效果。

3. 学习体育学科相关知识

在现代科学技术迅猛发展的今天,知识更新的周期愈来愈短,各学科之间横向联系更加密切,并相互融合形成新的学科。如体育管理学、体育情报学、体育经营学、体育比较学、体育未来学、体育与健康知识等等。如果对新兴学科一无所知或知之甚少,是很难胜任当代学校体育工作的。

4. 学习现代教育技术手段

基于网络资源教育的能力。因特网的飞速发展与广泛应用使教育和学习的数字化成为可能。21世纪网络技术将有更大的发展,网络资源将更加丰富,人类创造的最新资源也将以最快捷最优先的方式上网储存传播。谁不学会基于资源的学习,谁就将成为文盲。而教师则应成为学生基于资源学习的引导者、辅导者、促进者和合作者。

在当今飞速发展的信息社会中,人类获取信息的渠道多种多样,尤其是因特网的发展给人类获取信息提供了更为便利的条件,使人们可以在最短的时间内获得所需要的信息。因此,体育教师要认真接受



计算机基础知识和技能的培训,适应时代发展的要求,掌握和运用现代教育技术手段,以促进体育学科的建设与发展,及时了解和掌握教育、体育信息,丰富教育、教学手段。

二、体育教师应有全面的实际工作能力

教学能力的评价主要包括体育教师对体育与健康课程目标、内容的认识与理解,对于现代教育理论、教学方法的掌握以及实际运用的情况,掌握从事体育教学必需的基本技能的情况,如体育教学的设计、讲解、示范、提高、观察、组织教学等技能,激发和保持学生的运动兴趣的能力,运用现代化的教育技术的能力,开发和运用体育资源的能力等。

学校体育的整体内涵主要包括体育教学、早操、课间操、课外体育活动、业余代表队训练、体育教研和体育竞赛等。为了完成好上述工作,体育教师必须具备全面的实际工作能力。

1. 教学能力

教学能力主要包括体育教师对体育与健康课程目标、内容的认识与理解;对于现代教育理论、教学方法的掌握以及实际运用的能力;掌握从事体育教学必需的基本技能的能力,如体育教学的设计、讲解、示范、提高、观察、组织教学等技能,激发和保持学生的运动兴趣的能力,运用现代化的教育技术的能力,开发和运用体育资源的能力等。

体育教学是学校体育的核心,其目的除了教授体育知识、传授运动技术技能外,还要培养学生的优秀品质,增强他们的体质。根据体育教学大纲要求,中学生要学习田径、体操、球类、武术等课程,所以,体育教师首先得门门精通,如果仅仅掌握某种运动技能,那是无法胜任教学的。其次,体育教师在教学实践中还要有对大纲和教材的驾驭、处理能力;具有科学地选择教学方法、手段,合理安排运动量,有效地组织好各种教学活动的课堂组织能力;具有能调动学生学习积极性,增强学生兴趣的正确、优美的示范能力;具有能引起学生的丰富联想,有助于建立技术概念的清晰生动的讲解能力。另外,在教学中,体育教师还必须具有对学生进行思想教育的能力,善于观察了解学生行为和锻炼情况并能迅速分析判断的能力,具有保护帮助,纠正错误,运用现代



化教学手段的能力等等。

2.指导业余运动队训练的能力

学校业余运动队是体育教学的延续,是我国培养优秀运动员的“金字塔”基础,也是体育教师实现在学校工作的自我价值,赢得社会、学校的支持和重视不可缺少的重要组成部分。我们作为普通中学的体育教师,应根据实际情况开展以田径和本地区重点项目为主的业余运动队训练。怎样才能使业余训练工作做出成效呢?众所周知,在运动训练过程的诸多因素中,教练员是起着决定性作用的。一个教练员水平的高低,基本上决定着他所训练的运动员成绩的高低。由此可见,担任学校业余训练工作的体育教师还必须具有教练员特有的素质和能力,才能使训练工作沿着明确快捷的道路顺利进行,从而取得好的成绩。

3.组织早操、课间操、课外体育活动、体育竞赛的能力

学校的早操、课间操、课外体育活动、校内体育竞赛都是属于群众体育活动,是活跃、改善、优化教学环境,增进学生身心健康,提高学习效率所必不可少的重要手段。体育教师必须增强事业心、责任感,按时到堂组织好、指导好上述活动。另外,对于学校每年召开的大型运动会,体育教师应具备大会的组织、场地器材的布置、裁判员和工作人员的培训学习、指导管理的能力,以保证运动会的顺利进行。

第三节 体育教师的科研能力

教育科研能力主要包括根据教育发展的情况主动学习、不断充实和完善自身的能力,要求能够发现和提出与本课程内容有关的课题,并写出有一定内容和见解的科研论文,能够针对与实施本课程内容有关的问题进行调查研究,并写出有分析的调查报告,能够创编出有新意的教学活动方式、游戏或运动方法。

一、体育教研能力

体育教研是体育教师从事教育教学工作一项富有创造性的工作,是体育教师业务水平高低的重要体现。体育教师必须在体育教改教研



上狠下功夫,以增强自己的专业知识和相关学科知识,了解和掌握学科前沿的研究动态,学习最新体育理论,并通过撰写科研论文,把自己的实践经验升华为理论。

二、体育科研能力

传统教育模式造就了许多传授型的教师。传统教育观认为教师的职责就是“传道、授业、解惑”,因此以传授知识为主。为深化教育改革,全面实施素质教育,培养学生的创新精神和实践能力,社会对教师的素质提出了新要求。我们的教师必须是科研型教师,体育教师也理应如此,必须具备高水平的体育科研能力,否则无法适应这一新要求。我们认为体育教师要从以下三个方面下功夫:

1.要树立和增强从事科研的意识和自觉性

多年来,我们发现不少教师缺乏教育科研的意识。他们怕改革、怕影响升学率、怕家长抱怨,因而一直处在陈旧落后的教育模式之中,年复一年、日复一日苦干、加班,超负荷地工作。而有些体育教师头脑中则存在这样一些错误的观念和意识,诸如“教育科研神秘观”,即把教育科研神秘化,认为搞科研是高深莫测、很难做的工作;“教育科研无用论”,认为教师的任务就是教书,搞科研是额外负担;有些人则把教育科研简单化,认为能写出文字、发表文章就是搞科研等。这就进一步削弱了教师的研究意识和研究能力。因此我们必须使教师转变观念,从而树立全新意识。这就是:从事教育科研是每一位教师份内的工作,仅仅会教课而不会教育研究的教师,不是新时期的合格教师。

2.要注重学习,勇于实践

教育理论是指导教学活动强有力的武器,也是提高研究能力的首要条件。只有掌握了一定的理论,才能在理论指导下有目的地进行探索。这里说的探索包括教师个体的独立研究和教师群体的共同研究。就目前教师的研究能力来看,多数教师还不具备独立开展课题的实力,因此,应提倡多开展群众性的专题研究活动,还要认真学习优秀教师的先进经验。

3.要努力掌握从事教育科研的基本方法

进行教育科研首先是提出问题并确立课题。科研课题的来源应该



主要是本校教育实践中急需解决的问题,这是我们研究的重点。教育科研不排除抽象的纯理论研究,但对于教师来说,应侧重与现实生活密切相关的、有实用价值的课题,这样既可扬其实践经验丰富之长,避其理论功底不足之短,又可以使研究直接服务于教学需要。当前教师的科研课题应该主要涉及以下内容:创新教育观念、创新教学模式、创新与各科教学、现代教育技术的运用、学生心理健康的指导、班主任工作等。其次是进行课题论证,查阅文献资料:一是要了解前人或他人在这一领域的研究现状;二是获得更多的教育理论知识,在查阅文献的基础上进行课题论证。课题论证是有组织地、系统地鉴别研究的价值,分析研究条件,完善研究方案的评价活动。最后是具体实施,即严格按照方案进行。整理分析研究资料,归纳结果,写出报告或论文,把研究的全过程以及取得的成果用文字完整地表达出来。从目前看,广大教师参与教育研究主要是这个方式。

第四节 体育教师的创新能力

变革和创造将是21世纪人们生存和发展的基本方式。人类发展史表明,人的创造潜力是无限的。如同“芝麻开门”的暗语能打开宝库一样,人的创造潜力必须通过激活才能变为现实的创造力。21世纪的教育必须将学生培养成为会创造之人,使他们通过一个个会创造的头脑和一双双会创造的手,创造出新的生活、新的时代和新的世界,这是教育的根本追求。因此,体育教师必须具有通过创造性教育培养学生的创造性人格、创新精神和激活学生创造性的能力。

一、创造型教师的特征

1.成功的、富有创造性的教师总是善于吸收最新教育科学成果,将其积极地运用到教育、教学、管理等过程中,并且富有独创新见,能够发现行之有效的新的教学方法。

2.在个性品质上往往表现为幽默、热情、乐观、自信,乐于接受不同观点以及对其工作之外的其它事情也表现出强烈的兴趣并积极参与。



3.在教育教学方面,注重教育艺术和机智,有强烈的求知欲和成就动机。在教学风格和技巧上,善于经常变换各种教学手段,激发学生积极思考,鼓励学生参与课堂教学相互交流并讨论各自观点。驾驭教材能力很强,对学生的课堂反应有很强的敏感性;凭直觉进行教学,想象力非常丰富,不拘泥于已有的规划或既定的程序。

4.在班级管理方面,创造型教师在对班集体和学生管理时都表现出:努力创设并维护一种易于创造力得以表现的师生关系、同学关系及班集体风尚。信任、公平、宽容、自由、安全、富于创造性的集体气氛是创造型教师进行班集体和学生管理时所追求的目标。

二、创造型教师的品质

1.勇于开拓创新

勇于开拓创新是体育教师应具备的基本品质。这种品质表现为不断进取的精神,胸怀大志的气质,勇于拼搏的勇气,不怕失败的毅力。体育也是一种开拓性的工作,一种新的教学方法、一套新的训练模式,都需要勇于开拓创新的精神。不能开拓的人,即使他有创新意识,也会因缺乏勇气而无法行动。勇于开拓意味着改革创新,也就意味着向风险挑战,不怕失败,善于在失败中探索,将失败转化为成功。

2.强烈的使命感

体育教师要有改变目前体育工作面貌的迫切愿望,要有促进学校体育取得更大业绩的强烈使命感。许多体育教师全身心地投入到教学和训练的改革创新中去,除了学校具有良好的创新文化氛围外,还因为教师通常将学校看作自己的家,将体育看成自己生命的一部分,具有强烈的使命感。

3.乐观热情

乐观是一种超脱豁达的心态,为人乐观对人对事业必然热情,这种品质是优秀体育教师所必需的。体育教学、训练、竞赛过程绝非一帆风顺,必然存在困难、挫折和失败,不为人理解或遭到他人嘲笑的可能性也很大。在这种条件下,体育教师如果没有乐观热情的品质,很可能丧失信心。反之,乐观与热情可使体育教师在创新过程中始终能做到干劲十足,充满信心,增加创新成功的可能性。



第二章 管理篇

第一节 学校体育管理制度的制定原则

一、全面发展的原则

学校体育工作应全面实现体育的任务,全面发展学生身体的各项素质,培养其运动美、体态美、协调素质、灵巧素质和耐力素质,这既是体育目的,也是体育动力。

二、增进健康的原则

学校体育工作应增进学生体质健康,学生运动量大小要适当,不要超过生理负荷,引起不良反应。保证每个学生每天都有适当的锻炼时间,中午休息时间不宜过短,夏季应留出午睡时间,冬季应组织全体学生进行长跑活动。

三、群体活动的原则

学校体育要面对全体学生,增强体质。体育教学、早操(课间操)、课外体育活动、各种训练队的竞赛都是群众性的体育活动。要发展本校的传统性体育项目。要创造条件,大面积提高运动技术水平。在此基础上,也要注意发现体育运动有特长的学生,积极培养或输入到专业院校深造。

四、经常锻炼的原则

学校体育贵在平时经常锻炼,不走形式,不搞突击。学校师生应共同锻炼,预防保健工作也应积极开展。传授体育卫生知识,培养良好的