

教育的规律，提高教学质量。在完善体育教师的知识结构和提高队伍素质上，我们狠抓了学员的自学能力养成及各种体育能力的培养。

一、体育能力结构。

体育能力是指教师从事教学训练、课外活动、竞赛表演和科学研究等活动中发挥作用的特殊能力。体育教师的体育能力结构是指教师从事教学训练、科学研究和组织实施各种体育活动能力的搭配与排列。中学体育教师进修高师专科，受其自身条件的影响，具有成人性、在职性和高等师范性，其能力搭配组合包括主动的自学能力、以体育能力为基础的智能能力、运动能力、教育科研能力、教学能力和热爱体育教育事业的事业心等等。

1、注重差异，因材施教，培养主动的自学能力。

中学体育教师进修高师专科，因受全国成人统一招考和生源条件的制约，其文化水平、身体素质、体育基础能力、教学年限和年龄结构差异悬殊。例如：在我系专科毕业的65名学员中，入学前51名未学过体育专业，占毕业生总人数的79.7%；兼职体育教师和原不教体育来师训的29名，占毕业生总数的45.3%；就年龄而言，小者十八、九岁，大者四十岁；就体育教龄而言，少则三年，多则达二十余年。对某一个教学班来说，有的差别较小，有的差别较大，对整体而言，这种差别是普遍的。在这样的教学环境里，如果教学指导思想按同一个模式要求，很容易形成强者自傲厌学、弱者自卑畏学。因此，在提高学员各项运动技术水平和培养各项体育能力上，要区别对待，因材施教，循序渐进，不能一刀切和要求过高。另一方面，由于学员都有三年以上教龄（三年以上教龄才准予报考），大部分学员

都具有一定程度的教学训练经验和社会活动的实践经验，其中部分学员的运动能力、教学训练能力、组织指挥能力、计划能力和实际操作能力都达到了一定水平，他们培训深造，知道学什么和怎样学。实践证明，启发自觉性、有针对性的加以自学指导，教以自学自练的方法，培养提高自学研究能力，这对体育师资培训工作是至关重要的。

2. 培养以体育能力为基础的智能能力。

中学体育教师进修高师专科，其培养目标任务、课程设置、教学内容和各科教学计划等都有明确规定。如何实施和完成这个计划，它受办学人员对教学计划本身的理解、认识程度的制约和创造性的执行计划能力的影响，当然也受某些客观条件的影响，所以教学的最终效益差异很大。

师训专科计划的实施，无疑，各门学科的教学重点都应放在各种能力的培养上。应以培养体育能力为基础，其着重点是培养教学能力。但对于具有一定教学能力和一定实践经验的中学体育教师来说，各门学科在培养能力的同时，应从实际出发，加强智能教育，即培养灵活掌握运用知识和智力分析问题、解决问题的能力，培养教学研究能力、组织能力、管理能力和自学能力等等。多年来，我们的新学员从入学第一天起，系里就要求他们端正学习态度、明确学习目标，以科学的学习方法把自己锻炼培养成一名智力型体育教师。要求全体学员在培训进修过程中，多动脑、勤思考，努力学好专业基础理论知识和教育科学理论；刻苦锻炼，勇于实践，扎扎实实地掌握各项基本技术和技能，成为体育教学的内行。各科教学都要在加强基本理论、基本知识讲授的同时，理论联系实际，培养学员提出问题、分析问题和解决问

题的能力。这种理论联系实际，培养学员多动手、勤实践，多动脑、勤思考的要求，就是以培养学员的智能能力为目的，它既纠正了个别学员重技术轻理论的学习倾向，也纠正了个别学员夸夸其谈只说不练的倾向。

3. 运动能力。

师训体育专科，应非常重视运动能力的培养与训练。因为运动能力是构成体育教学能力的必要条件。它对教学能力的培养和发展具有极大重要性。如果通过两年进修，那些达不到规定的运动能力的学员，是不合格体育教师，当然也就不能准予毕业。

运动能力的培养涉及好多项目，各个运动项目的基本动作能力是受身体素质，如速度、力量、灵敏、耐久和反应等紧密联系的。成人学员的年龄跨度大、专项能力差别大、身体素质差，各项运动能力的差异是很大的。承认差异，不回避矛盾，目的是为寻求解决这些矛盾的途径和方法。

为解决学员运动能力差及客观上存在的差距，各任课教师要认真教学，加强课外辅导和训练，给每一个学员定出可行性目标，狠抓运动能力的提高。但在某一个运动项目上，对学员的要求切合实际，要求过高，会使原来基础较差的学员丧失信心；要求过低，则不能激发学习热情。因此在评定各个项目的运动能力标准上，应专项理论与其技术水平并重，运动成绩与其动作质量的技评并重。实践证明，这种理论与实践、质与量、水平与能力相结合的教学要求与考评办法，激发了学员的学习积极性，原来基础较差水平低的学员，通过课内外的艰苦学习与训练，各项运动的基本技术进步快，学习成绩也都较好。

4. 体育教育科学研究能力。

各级各类体育教学研究机构和学术团体的成立，促进了学校体育教

学研究活动的开展。在山东省，从省到市、县，每年都要层层举行中小学的体育教学研究活动。其活动内容：体育教学研究论文报告会及优秀论文评选；体育课观摩教学及优质课的评选。这两项活动的开展，把全省广大中、小学体育教师推入了体育教育科学研究的第一线。为满足学员的需要，理所应当的要把培养体育科研能力纳入师训轨道。

师训高师专科进行教育科研的目的，主要是学习和掌握从事体育科学研究的基本理论，基本途径和方法。通过专题介绍和学习，使学员写出心得体会、读书报告、专题总结，直至写出科研论文。

为了培养学员的科研能力，主要是要做好以下几个方面：

- ①. 加强理论课的教学，扩大学员的知识面，理论联系实际，培养学员运用已学过的知识解决自己在教学和训练中的实际问题。
- ②. 教学形式要加强讨论课、分析课、介绍课，善于鼓励学员提出问题、分析问题和解决问题的能力。
- ③. 提高教师科研的能力。教师要加强自我进修，不断知识更新，学识要渊博。教师本身要搞好教育科研。
- ④. 在指导学员进行科研时，要从学员的实际水平出发，不能要求过高，要教以方法、培养兴趣、注重平日的检查指导。
- ⑤. 有计划的开好系科和班级的论文报告会，做好论文评选工作，搞好材料征集和汇编。

5. 教学能力。

进修学员必须发展以运动能力为基础的教学能力。体育教学的涵义，不能偏面的理解教师教、学生学，应理解为教师通过各种教学手段达到教育的目的。其中包括基本理论、基本知识、基本技术的教学。

品德和行为规范教育做到教书育人。具体讲，教学能力包括教学基础能力和教学开发（或叫教学改革）能力。

< 1 > . 教学基础能力。

①. 具有制定教学方案、执行教学计划和完成教学任务的能力；

②. 掌握一定的理论知识，具有完成各项动作技术的教法能力。

即对大纲规定教材要做到会讲、会做、会教。

③. 具有提出问题、探索规律和进行科研的能力。

④. 具有运动训练的能力。

⑤. 具有组织教学、竞赛和裁判的能力。

⑥. 具有为人师表进行品德教育的能力。

< 2 > . 教学开发能力。

①. 在教学中注意教材内容要向多样、灵活、更新、实用的方向发展；教材结构应合理安排体育基本知识和卫生保健内容的比重；

②. 课的结构要敢于破旧模式，向“综合型”发展，要敢于创新；

③. 教学方法，提倡传统的体育教学法与锻炼身体法结合运用，提倡学生互帮互学和自学、自评和自我监督等方法；

④. 提倡启发式教学，发展学生的智能和实践能力，要重视教学中的思想教育。

⑤. 充分发挥教师的主导作用；

⑥. 不断改进考试内容、考试方法等等。

二. 体育能力的培养。

成人高师体育能力的培养，要充分利用学员基础知识较广、理解能力较强和一定的实践经验等这些优势，教育学员对提高体育能力的

认识,开阔视野、调动学习的积极性。培养体育能力,应搞好以下几个方面:

1. 理论课教学要符合师训的特点。

目前,师训高师专科在无统一的理论课教材下,多采用普通院校体育系科的教材。使用这套教材就要扬其所长,避其所短,使之适合成人在职师训的特点。

①. 增强教育学科,如教育学、心理学的学时数和体育教育学的內容;

②. 改革体育理论的教学内容和方法,多采用讨论课、习题课、作业课等形式,采用启发式,精讲多练;

③. 基础理论课和运动解剖学、运动生理学等课程,要理论联系实际,要上好实验课;

④. 利用讲座的形式,有计划的介绍体育统计学、运动生物力学、运动生物化学和先进运动技术等学科知识及其发展现状;

⑤. 把体育教育科学研究纳入理论课教学内容,并通过专题讨论、读书报告、经验总结及论文报告会等形式培养理论学习的兴趣及写作能力。

2. 改进技术课教学,培养运动能力。

各个运动技术项目的教学,都要根据成人在职体育专业培训的特点,在其身体素质、运动基础能力和训练水平差的情况下,加强对动作技术的分析、改进教学与训练方法,根据兴趣和爱好,成立各个项目的运动队,定教练、定时间、定人员、定地点,进行严格系统的训练,提高运动技术水平。

3. 广泛参加教学实践活动。

- ①. 练习指挥队列、队形变换能力;
- ②. 实习口令、带队、领操、做操的能力;
- ③. 参加各项竞赛的组织编排, 提高组织编排能力;
- ④. 学习各项竞赛规则, 参加各项比赛的裁判实践, 提高裁判水平;
- ⑤. 参与比赛计划的制定, 提高组织、运筹和实际指挥比赛的能力;
- ⑥. 上好实习课, 搞好教育实习, 提高编写课时计划、提高上好课和分析课的能力;

⑦. 参观学校体育工作开展好的学校, 听取学校体育工作介绍, 学习先进体育工作者模范事迹;

⑧. 争取参加高一级的学术论文报告会, 观摩教学和评选优质课等学术活动。

三. 结论。

中学体育教师进修高师专科, 其能力的培养依据成人在职学习的特点, 要区别对待、学以致用。其能力结构应以完善运动能力和以运动作为基础的教學、训练能力; 以体育学科知识和技能为中心的教學科研能力; 以热爱体育教育专业为前提的教书育人能力等等。

对其能力的培养应重视理论课的讲授, 重视理论与实践的结合, 搞好教育实习, 组织学员广泛参加各种体育实践活动, 在学和干中不断完善自己的知识结构。

1989年10月