

| 中小学教师培训课程指南丛书 | 总主编：钟祖荣

# 中小学体育教师 培训课程指南

北京教育学院体育教师培训课程指南项目组

编著



ZHONGXIAOXUE  
TIYU JIAOSHI  
PEIXUN KECHENG ZHINAN



北京师范大学出版集团  
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP  
北京师范大学出版社

| 中小学教师培训课程指南丛书 | 总主编：钟祖荣

# 中小学体育教师 培训课程指南

北京教育学院体育教师培训课程指南项目组

编著



本册主编：陈雁飞 潘建芬 韩 兵

ZHONGXIAOXUE  
TIYU JIAOSHI  
PEIXUN KECHENG ZHINAN



北京师范大学出版集团  
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP  
北京师范大学出版社

---

图书在版编目(CIP)数据

中小学体育教师培训课程指南 / 北京教育学院体育教师培训课程指南项目组编著. — 北京: 北京师范大学出版社, 2015. 4  
(中小学教师培训课程指南丛书)  
ISBN 978-7-303-17893-3

I. ①中… II. ①北… III. ①中小学—体育教师—教师培训—指南 IV. ①G633.962-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 184831 号

---

营销中心电话 010-58802181 58805532  
北师大出版社高等教育分社网 <http://gaojiao.bnup.com>  
电子邮箱 [gaojiao@bnup.com](mailto:gaojiao@bnup.com)

---

出版发行: 北京师范大学出版社 [www.bnup.com](http://www.bnup.com)  
北京新街口外大街 19 号  
邮政编码: 100875

印 刷: 北京东方圣雅印刷有限公司  
经 销: 全国新华书店  
开 本: 170 mm×230 mm  
印 张: 17.75  
字 数: 257 千字  
版 次: 2015 年 4 月第 1 版  
印 次: 2015 年 4 月第 1 次印刷  
定 价: 35.00 元

---

策划编辑: 路 娜 责任编辑: 路 娜 王佳媛  
美术编辑: 焦 丽 装帧设计: 焦 丽  
责任校对: 李 菡 责任印制: 陈 涛

**版权所有 侵权必究**

反盗版、侵权举报电话: 010-58800697

北京读者服务部电话: 010-58808104

外埠邮购电话: 010-58808083

本书如有印装质量问题, 请与印制管理部联系调换。

印制管理部电话: 010-58800825

# 中小学教师培训课程指南丛书

编委会

顾问 罗洁 李方 吴武 李海燕

主编 钟祖荣

编委 (按姓氏笔画排序)

|     |     |     |     |
|-----|-----|-----|-----|
| 王漫  | 王永红 | 王远美 | 方美玲 |
| 巩平  | 汤丰林 | 孙章华 | 李宝荣 |
| 李慧芳 | 余新  | 邸磊  | 陈红  |
| 陈晓波 | 陈琳  | 陈雁飞 | 张丹  |
| 张芳  | 张金秀 | 张学君 | 张素娟 |
| 周玉芝 | 胡玉华 | 赵楚  | 顿继安 |
| 韩兵  | 廖明华 | 潘建芬 |     |

# 总 序

北京教育学院 钟祖荣

课程是教师培训的核心问题，因为人的素质实质是课程内容的内部转化，从某种意义上可以认为，课程的内容指向决定着人的素质的结构和水平。因此，对于教师培训工作而言，抓好课程建设是一项关键性工作。课程建设大致可以分为三个层面的工作：一是教师的专业标准研究，它是课程的基本依据，决定着课程的目标与内容结构；二是课程体系的设计，即课程的体系、结构设计，也可称之为培训课程标准(或指南)研制；三是某一具体课程的内容研究，即教材、资源建设。第一个层面的工作，教育部颁布了《幼儿园教师专业标准(试行)》《小学教师专业标准(试行)》《中学教师专业标准(试行)》，我们也在2012年出版了《中小学教师专业发展标准及指导丛书》(共9册)，为研究、开发培训课程体系奠定了基础。第二个层面的工作，即课程体系建设或培训课程指南的研发，也属于上位的顶层设计工作，它对于培训者和受训者而言，都十分必要和重要。

我国对于教师教育课程建设历来重视，在新时期尤其加强了建设力度。2011年教育部颁布了《教师教育课程标准(试行)》，其中对在职教师教育课程进行了基本的设计。2012年又研制颁布了《“国培计划”课程标准》，结合各类项目、各个学科设计了比较翔实的课程标准，在“国培计划”实施过程中发挥了积极作用。北京市教委高度重视教师培训课程建设工作，在《北京市“十二五”时期中小学教师培训工作的实施意见》中把“教师培训课程体系开发”作为教师培训基础工程建设计划之一。北京教育学院作为承担市级教师培训重点工作的主要院校，为了落实此工程，由我牵头于2011年申报了市级项目“北京市中小学教师培训课程体系开发”，组织学院及区县骨干培训力量，着力进行了教师培训课程体系的研究、开发工作，《中小学教师培训课程指南丛书》就是该项目的成果。

如何做好培训课程体系的设计？应该说，在职教师教育课程问题，既是个薄弱环节，也是个难点问题。钟启泉先生在《教师教育课程标准解读》一书中说：“有专家提出，相比职前教师教育课程目标和课程设置，在职教师教育部分显得很薄弱，应有所强化。”他解释说：“职前和在职教师教育课程需要分别探讨，在职教师教育课程目标和课程设置需要作为独立部分来呈现。”“在职教师专业发展的需求多样而复杂，因此《教师教育课程标准（试行）》很难对不同层级、类型、指向的在职教师教育的课程目标和框架做出刚性规定，只能提出原则性的课程功能指向和课程设置的建议框架，表明需要特别关注的内容或方向。”我认为这些分析都是很符合实际的。我们在本指南研发过程中，努力借鉴教师专业发展理论、成人学习理论、培训课程理论，开展培训课程建设相关问题的研究，结合一线教师的培训需求，结合长期从事教师培训的经验，力求在培训课程的设计上有所发展、有所进步。

关于培训课程指南的设计，我认为，主要应解决三个问题：课程体系问题，课程结构问题，内容针对性和先进性问题。我们在整个研制过程中一直在探讨解决这几个问题。

本指南设计的课程体系，可以用“三分”表示，即分学科、分学段、分层次。前两个“分”比较容易，因为学段的培养目标、学科的课程标准都有明确的规定；后一个“分”，即把教师分出不同的层次或发展阶段，则不容易。因为，关于教师发展阶段的研究在国外时间也不长，在国内的研究则更短，且理论模型多，具有可操作性的模型少，再加上教师的专业维度多，不同专业维度的素质发展存在不平衡特点，有的高有的低，有的快有的慢，所以，分几个层次，怎么分，就是很复杂的问题。2009年以来，我们在过去关于教师发展阶段研究的基础上又通过实证研究，提出了教师发展的六阶段理论模型，这为分层次培训的研究奠定了比较扎实的基础。考虑到最高层次（教育专家层次）在培训中很少涉及，我们就设计了五个层次的培训课程体系。所以，每个学科，各三个学段，五个层次，共计十五套课程指南。也有少数学科，考虑到特殊性和分层次的复杂性，简化为四个层次。我们共设计了语文、数学、英语、思想政治、历史、地理、物理、化学、生物、科学、通用技术、体育健康、美术、音乐、国际理解教育十五个学科的课程指南。

课程结构是课程体系的形态。如何设计课程体系组成要素与结构？我们考虑了四个结构：第一，内容结构，包括学科专业课程、教育类课程、通识类课程，具体分学科知识、学生知识、学科教学法知识、教师教学研究知识、教师专业发展知识等方面。各类课程之间又有一定的比例关系，针对目前的实际，以学科知识和学科教学法知识为重点。第二，性质结构，包括公共课、专业必修课、专业选修课三类，公共课单独设计，未在本指南中体现。本指南以专业必修为主，约占80%的课时；适当体现选修，约占20%的课时，以满足教师多方面个性化的需求。第三，层次结构，不同层次的教师，其培训课程结构、侧重点不同。这主要是根据教师发展各阶段的特点、发展任务和主要需求来设计课程的侧重点和内容的层次。层次结构大体上有两种情况，一种情况是递进的逻辑，在某一课程内容上随发展层次而不断深化、拓宽，比如对学科和学生的理解等；另一种情况是突出重点的逻辑，某个阶段有什么特定的需要，就设计什么样的课程，这个课程只有这个阶段有，别的阶段不涉及或很少涉及。当然，教师的各项素质能力并非都是由低到高的线性发展，个性也有较大差异，因此，还要考虑个性化需要，这主要通过选修课程来解决。第四，要素结构，作为一套课程指南，我们设计了培训目标、课程结构、实施与评价、专题与单元说明四部分。其中，专题与单元说明是主体部分，每个说明包括课程目标、课时安排、课程主要内容、培训方式要求、相关资源推荐等核心内容。在结构问题上，我们坚持突出重点和多元平衡的统一。突出重点，是使培训的课程能够增强针对性、实效性，解决教师发展的重点和难点问题；多元平衡，则有助于教师的全面发展和平衡发展，比如，教育思想与教学技术的平衡、价值理性和工具理性的平衡、整体性知识与局部难点知识的平衡。

内容的针对性和先进性，既反映在专题课程的设计上，又体现在专题说明的具体内容中。专题是否反映教师发展的困惑和需求，具体内容要点是否指向教师的困难点、困惑点及空白点，同时是否体现了本领域先进的理念、方法和技术，这是课程指南编写中更重要的问题。而这主要取决于编写者对教师发展实际、基础教育实际的把握程度，也取决于编写者对相关学术领域发展前沿动态的把握程度。应该说，我们的编写人员绝大多数是有培训经验、有学科专长的教师，这“两有”是长期积淀的基础。在良好基础上，又经过了项目组多次的培训和研讨，强调了编写过程中的研究和

学习，并邀请本学科领域的专家特别是教研培训专家审定把关。正是基于以上条件，课程指南在培训内容的针对性和先进性方面是有较好保障的，体现得是比较好的。当然，由于教师培训的复杂性、基础教育的发展性、编写人员的差异性，在体现内容的针对性和先进性方面，也存在一定的不足和水平差异。

课程指南出台不易，因此我们期望能够得到大家的关注和应用。本指南至少有三方面用途：第一，培训院校、培训机构的同行在设计教师培训项目、培训课程时，无论培训项目大小，都可以参考本指南，这是课程指南最核心的功能；第二，中小学开展校本培训、加强队伍建设，也可以参考本指南，并且可以将其作为教师个人设计专业发展规划时的参考；第三，培训研究者，或者教师教育研究者，可以以本指南作为案例或素材，分析和探讨教师培训课程的理论问题和设计方法问题，从而改进我们的课程设计，推动教师培训事业的发展。

本指南的形成和修改完善，历经了三年多的时间，其中融合了近百位编写者和众多参加审核的学科专家、学科教育学专家的智慧与汗水，在此向他们表示衷心的感谢！教育部教师工作司在2012年委托我作为《“国培计划”课程标准》研制专家组组长，也给了我一个更大的平台和向全国同行学习的机会，这为我们完善课程指南提供了借鉴，在此向教师工作司的许涛司长等领导和全国各学科的专家表示谢意！本指南也是为北京市“十二五”及“十三五”教师培训提供 references 的，研制过程中，北京市教育委员会罗洁委员、叶茂林副主任、吴武处长、李海燕主任等领导给予了大力支持和指导，借此书出版机会向他们表示衷心感谢！北京教育学院马宪平书记、李方院长等领导对学院重点学科和课程建设高度重视，对本项目的研制给予了有力的指导和支持，在此也向他们表示衷心的感谢！最后，还要感谢北京师范大学出版社的支持！

本指南必定有很多不足，恳请专家、培训同行和读者提出宝贵意见。

2014年5月

# 前言

《中小学体育教师培训课程指南》根据《北京市中长期教育改革和规划纲要(2010—2020年)》的原则精神和《北京市“十二五”时期中小学教师培训实施意见》的具体要求制定。本指南旨在探索并建设高品质的中小学体育教师培训课程体系,提高培训的科学性和实效性,切实促进并提升中小学体育教师的专业化发展水平。

## 一、建设中小学体育教师培训课程体系的意义

课程的本质是什么?形象地说,课程就是引领学习者在跑道上奔跑,最终使之无须引领、自能奔跑。培训课程是教师培训改革的着力点,是实现培训目标的主要途径和教育教学活动的直接载体,在很大程度上决定着培训的质量和效益。优质的课程是教师培训机构的核心竞争力,课程建设反映了培训机构的专业化程度,因此,在课程设计时要注意把握两个关键问题:一是“跑道的规划”;二是必须让学习者“跑起来”。构建随着社会、时代的发展而发展,满足体育教师专业化发展的需求,具有指南性、参考性的培训课程体系,将是未来体育教师培训项目体系的重要支撑。

## 二、定位中小学体育教师培训课程的目标

中小学体育教师队伍经过多年的建设,整体规模与基础教育发展的要求基本匹配,学历层次相对较高,专业化水平明显提升。但是,仍存在着与实施素质教育和培养创新型人才的要求不相适应的地方,表现如下:体育教师队伍总体呈年轻化态势;区际和校际的教学水平存在明显差异;教师的教育观念、教育教学能力、综合素养有待提升;名优型师资短缺。因

此，中小学体育教师的培训目标主要集中于：继续提高体育教师对于“教书育人”的深刻认识，学习先进的教育教学理念，树立“促进学生全面、健康、可持续发展”的教育教学观念；强化课程标准，尝试解决体育课程改革实践中遇到的关键问题，有效提高体育教师的教学实践能力；把握体育学科的本质和特殊性，切实提升体育教师的专业素养；加强体育教师的文化修养，不断提高科技素养、人文素养、创新素养等综合素养。

### 三、设计中小学体育教师培训课程体系的原则

第一，整体设计和分段侧重原则。按照体育教师的发展阶段构建相应的课程体系，体现终身学习的思想。在体育教师发展的各个阶段中，将体现专业情意、专业知识、专业能力的“健全人格与职业道德、学科与教学专业技能、促进学生的学习和发展、体育教学研究与专业发展”模块整体设计。同时，根据不同发展阶段体育教师的不同特点，各个阶段的课程和专题各有侧重。

第二，按需设计原则。将课程标准的引导与实践问题的导向相结合，将体育教师的共性需要与个性需要相结合，将规范性与选择性相结合，兼顾社会发展、学生发展和体育教师发展的多方需要，课程设计坚持满足与引导需要相结合，考察体育教师的全面发展。

第三，实践取向原则。课程设计直指体育教师的实践需要，旨在帮助解决体育教师在新课程背景下体育教学实践中的问题以及专业成长中的困惑；并以问题为切入点，以案例为载体，鼓励体育教师的亲身体验和参与。同时，注重理论结合实践，引领体育教师在对实践感性认识的基础上进行理性分析，在实践中对于学习的理论加以解释和应用。

第四，引领性原则。在设计课程和专题时，力求吸取体育教育研究和体育教师实践的前沿成果；在设计课程和内容时，力求体现体育教师专业发展的不同方面；在设计课程和模式时，采用讲授为主类、实践为主类和网络形式类等形式，体现北京市的体育教师培训在全国的引领作用。

第五，创新性原则。在参考已有的体育教师培训课程资料的基础上，吸收优秀的课程成果，并进一步转化提升；在关注体育学科及教育领域新成果、新进展的同时，广泛查阅文献，理性总结经验，开发新的专题，研发新的课程。

#### 四、构建中小学体育教师培训课程体系的框架

体育教师的专业发展是一个循序渐进、不断深入的过程,体育教师在较短时间内达到专业成熟是不可能的,不同发展阶段的体育教师存在着不同的专业发展问题和需求,培训课程设置应体现出不同阶段体育教师的培训需求,引导体育教师有意识地朝着专业成熟方向持续前进,为下一阶段的专业发展奠定良好的基础。

培训课程设计就是将培训目标转化为培训课程的过程,是为实现培训目标寻找可行的课程框架,使培训成效显著、成果突出。根据体育教师专业发展适应期、熟练期、成熟期、骨干期、卓越期 5 个层次,按照小学、初中、高中 3 个学段,本书设计了 15 套体育学科教师培训课程指南(见表 1)。其中,每套课程指南是指某一学段、某一层次的体育教师培训的课程体系与具体说明,包括:培训的定位和目标,培训的课程体系结构及说明,培训各单元内容说明(单元名称、课时建议、目的和目标、主要内容要点、参考书目或资源、教师资源、实施方式建议),培训课程的总体实施建议和评价建议,对各专题课程资源的分析等。

表 1 体育教师培训课程体系基本框架

| 学段  | 发展层次                                                                         |                                                                                                            |                                                                      |                                                   |                                                        |
|-----|------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
|     | 适应期                                                                          | 熟练期                                                                                                        | 成熟期                                                                  | 骨干期                                               | 卓越期                                                    |
| 小学  | √                                                                            | √                                                                                                          | √                                                                    | √                                                 | √                                                      |
| 初中  | √                                                                            | √                                                                                                          | √                                                                    | √                                                 | √                                                      |
| 高中  | √                                                                            | √                                                                                                          | √                                                                    | √                                                 | √                                                      |
| 侧重点 | 使体育教师学会分析教材,能正确把握分年级教材内容;初步掌握教学设计基本过程,能独立撰写教学设计;体验有效的体育教学实施技能,形成必要的体育教学常规技能。 | 使体育教师会分析教材内容体系,能正确把握教材所反映的技能体系和呈现逻辑;了解学生体育学习的一般特点和规律,了解学生研究的基本方法;掌握必要的促进学生学习和发展的基本技能,进一步发展体育教学能力,增长体育教学经验。 | 使体育教师把握体育知识体系和思想方法,提升对体育学科的整体把握、研究学生、解决教育、教学问题的能力,对自己的教育教学进行反思和初步研究。 | 使体育教师开展教育研究实验,总结反思教学,对自己的教学风格开始进行梳理,理解体育学科的本质和思想。 | 使体育教师深刻理解体育学科本质,总结教学思想和特色,全面提高体育教学改革能力、教育科研能力以及示范引领能力。 |

## 五、解析中小学体育教师培训课程体系的结构

体育教师的培训课程体系建设，从纵向结构来看，可分为模块—专题—单元内容—课程属性—课时建议—课程形态六个要素，如表2所示。

表2 体育教师培训课程体系的纵向结构

| 问题模块 | 专题构成 |     | 单元内容 | 课程属性 | 课时建议 | 课程形态 |
|------|------|-----|------|------|------|------|
|      | 名称   | 总学时 |      |      |      |      |

第一，模块(问题模块)是指为解决某一问题而设置的、由若干个专题构成的单元内容集合体，是专题的类别。所谓问题是处于某一专业发展阶段教师所面临的制约其发展的核心或关键问题。参考不同专业发展阶段教师的活动任务水平，结合学科特点进行细化。

第二，专题是构成问题模块的基本单位。一个专题往往针对性地解决某一核心问题的某个方面。

第三，单元内容是构成问题模块的最小单位。每一个专题包含若干个单元，单元反映某一个专题中独立的具体培训内容。

第四，课程属性是指某一单元内容的具体属性。分为必修、选修两种。必修针对共性问题，选修针对个性化问题。

第五，课时是指学员完成某一单元内容所学的学时，一般为4课时、8课时、16课时或24课时。

第六，课程形态是某一单元内容在实施时呈现出的形态。分为讲座、案例分析、小组研讨、网络交流、分组实践、说课展示、成果交流等多种形态。

体育教师的培训课程体系建设，从横向结构来看，通常分为三类：通识课程、专业课程和教职课程。一般来说，某一阶段体育教师比较共同的问题和需求适宜设计为必修课程；比较个性化的问题和需求可以设计为选修课程。五个层次的必修和选修的课时分别为：适应期(180+20)；熟练期(180+20)；成熟期(160+40)；骨干期(160+40)；卓越期(140+60)。鉴于不同发展阶段体育教师的需求不同，各套方案在问题模块、专题构成及单元内容上都有差异，而且必修内容与选修内容的比例也不尽相同。

# 目 录

|                            |       |
|----------------------------|-------|
| 第一部分 小学体育教师培训课程指南 .....    | ( 1 ) |
| 第一套 适应期小学体育教师培训课程指南 .....  | ( 1 ) |
| 第二套 熟练期小学体育教师培训课程指南 .....  | (19)  |
| 第三套 成熟期小学体育教师培训课程指南 .....  | (37)  |
| 第四套 骨干期小学体育教师培训课程指南 .....  | (54)  |
| 第五套 卓越期小学体育教师培训课程指南 .....  | (71)  |
| 第二部分 初中体育教师培训课程指南 .....    | (88)  |
| 第六套 适应期初中体育教师培训课程指南 .....  | (88)  |
| 第七套 熟练期初中体育教师培训课程指南 .....  | (107) |
| 第八套 成熟期初中体育教师培训课程指南 .....  | (125) |
| 第九套 骨干期初中体育教师培训课程指南 .....  | (141) |
| 第十套 卓越期初中体育教师培训课程指南 .....  | (159) |
| 第三部分 高中体育教师培训课程指南 .....    | (176) |
| 第十一套 适应期高中体育教师培训课程指南 ..... | (176) |
| 第十二套 熟练期高中体育教师培训课程指南 ..... | (194) |
| 第十三套 成熟期高中体育教师培训课程指南 ..... | (213) |
| 第十四套 骨干期高中体育教师培训课程指南 ..... | (233) |
| 第十五套 卓越期高中体育教师培训课程指南 ..... | (251) |
| 后 记 .....                  | (269) |

# 第一部分 小学体育教师培训课程指南

## 第一套 适应期小学体育教师培训课程指南

### 一、培训的定位和目标

适应期的小学体育教师一般是指刚刚走上教师岗位、工作 1~2 年的新手教师，他们往往没有或刚刚取得初级职称，教学技能不熟练，缺乏教学的实践经验。

根据适应期体育教师的特点和需求，此阶段教师培训主要任务是学会分析体育教材，掌握基本技能与规范。

具体的培训目标如下：

(1)在熟悉教材内容和学生的基础上，能进行教学设计与教学计划撰写。

(2)在实践操练指导的基础上，掌握课堂教学讲解提问和体育教师动作示范的基本技能。

(3)在常规教学组织的基础上，提高组织体育课集体学习和处理体育课堂中突发事件的能力。

(4)在做德行兼备体育教师的基础上，具有小学体育教师从事体育教学和组织管理的多项专业能力。

### 二、培训的课程体系结构及说明

适应期小学体育教师培训课程体系共设 5 个问题模块、13 个专题和 33 个单元。其中设公共必修课 20 课时，专业必修课 164 课时，专业选修课 16 课时。具体培训课程体系结构见表 1-1 和表 1-2。

表 1-1 适应期小学体育教师培训课程体系结构说明

| 问题模块       | 总课时 | 专题构成 | 单元内容 | 课程属性      |
|------------|-----|------|------|-----------|
| 如何理解职业素质   | 20  | 2    | 5    | 公共必修      |
| 如何把握课程教材   | 68  | 3    | 9    | 专业必修      |
| 如何实现“一专多能” | 36  | 3    | 7    | 专业必修+专业选修 |
| 如何发展教学技能   | 56  | 3    | 8    | 专业必修      |
| 如何拓展专业能力   | 20  | 2    | 4    | 专业必修      |
| 合计         | 200 | 13   | 33   |           |

表 1-2 适应期小学体育教师培训课程体系

| 问题模块     | 专题名称 | 课时 | 单元内容                            | 课程属性 | 课时建议 | 课程形态  |
|----------|------|----|---------------------------------|------|------|-------|
| 如何理解职业素质 | 师德修养 | 8  | 如何做一位德行兼备的小学体育教师                | 公共必修 | 4    | 讲座+互动 |
|          |      |    | 体育教师的“爱心”与小学生健康成长               | 公共必修 | 4    | 讲座+互动 |
|          | 职业发展 | 12 | 教育法规解读                          | 公共必修 | 4    | 网络+互动 |
|          |      |    | 做学生的良师益友——师生沟通能力的培养             | 公共必修 | 4    | 网络+互动 |
|          |      |    | 团队融入，角色适应——素质拓展项目体验             | 公共必修 | 4    | 实操+互动 |
| 如何把握课程教材 | 课标认识 | 4  | 从新教师视角解析《义务教育体育与健康课程标准(2011年版)》 | 专业必修 | 4    | 网络+互动 |
|          | 教材把握 | 8  | 小学体育与健康课程教材内容整体介绍               | 专业必修 | 8    | 网络+互动 |
|          | 教材分析 | 56 | 小学体育与健康课程田径教材分析                 | 专业必修 | 8    | 讲座+案例 |
|          |      |    | 小学体育与健康课程体操教材分析                 | 专业必修 | 8    |       |
|          |      |    | 小学体育与健康课程球类教材分析                 | 专业必修 | 8    |       |
|          |      |    | 小学体育与健康课程武术教材分析                 | 专业必修 | 8    |       |
|          |      |    | 小学体育与健康课程游戏教材分析                 | 专业必修 | 8    |       |
|          |      |    | 小学体育与健康课程舞蹈教材分析                 | 专业必修 | 8    |       |
|          |      |    | 小学体育与健康基础知识教材分析                 | 专业必修 | 8    |       |

续表

| 问题模块       | 专题名称          | 课时 | 单元内容                  | 课程属性 | 课时建议 | 课程形态     |
|------------|---------------|----|-----------------------|------|------|----------|
| 如何实现“一专多能” | 技能要求          | 4  | 小学体育教师运动技能的特点与要求      | 专业必修 | 4    | 讲座+互动    |
|            | 基本技能          | 16 | 田径重点运动技能的学习与能力提升      | 专业必修 | 8    | 实践+互动    |
|            |               |    | 体操重点运动技能的学习与能力提升      | 专业必修 | 8    | 实践+互动    |
|            | 薄弱技能<br>(4选2) | 16 | 武术重点运动技能的学习与能力提升      | 专业选修 | 8    | 实践+互动    |
|            |               |    | 球类重点运动技能的学习与能力提升      | 专业选修 | 8    | 实践+互动    |
|            |               |    | 韵律操重点运动技能的学习与能力提升     | 专业选修 | 8    | 实践+互动    |
|            |               |    | 民族传统体育重点运动技能的学习与能力提升  | 专业选修 | 8    | 实践+互动    |
| 如何发展教学技能   | 计划撰写          | 12 | 小学体育与健康教学工作计划的撰写与要求   | 专业必修 | 12   | 讲座+实践+研讨 |
|            | 教学实施          | 24 | 小学体育教师基本功——动作讲解       | 专业必修 | 8    | 讲座+实践    |
|            |               |    | 小学体育教师基本功——动作示范       | 专业必修 | 8    | 讲座+实践    |
|            |               |    | 体育课基本结构分析             | 专业必修 | 8    | 网络+互动    |
|            | 组织管理          | 20 | 体育课堂常规的养成             | 专业必修 | 4    | 网络+互动    |
|            |               |    | 有效选择和运用体育教学的组织形式      | 专业必修 | 8    | 讲座+实践+研讨 |
|            |               |    | 保证小学体育与健康课安全性的方法      | 专业必修 | 4    | 讲座+案例    |
|            |               |    | 小学体育与健康课堂中生成性资源的利用和处理 | 专业必修 | 4    | 讲座+案例    |
| 如何拓展专业能力   | 体育测试          | 8  | 小学生体育与健康课成绩考核的基本形式与方法 | 专业必修 | 4    | 讲座+互动    |
|            |               |    | 《国家学生体质健康标准》解读        | 专业必修 | 4    | 讲座+案例    |
|            | 阳光体育          | 12 | 阳光体育运动与学生体质健康         | 专业必修 | 4    | 讲座+互动    |
|            |               |    | 小学体育与健康课间操的组织实施与管理    | 专业必修 | 8    | 讲座+案例    |

### 三、培训课程的总体实施建议和评价建议

#### (一)课程实施建议

##### 1. 突出适应期小学体育教师特点

在适应期教师培训项目设计与实施中,抓住此阶段教师特点及学习重点,结合具体人物事例强化师德教育;练讲结合,加强体育专业技能和常规教学技能课程的比重。

##### 2. 注重观摩体验,尽快转变角色

适应期教师面临的任务是成为一个真正合格的小学体育教师,这不仅需要教师学习必要的理论,更重要的是利用观摩,进而通过实践来体验如何在最短时间内胜任小学体育与健康教学。因此,在具体课程实施中要加强教师的观摩与体验。例如,对于“如何把握课程教材”这门课程,将技能培训与教材分析相结合,通过亲身体验来思考教材的编写意图。

##### 3. 注重理念引领,初步解读课标

在新课程背景下,做一名合格教师需要先进教育理念的引领,因此设计必要的理念学习课程也是重要的,比如,课程标准的基本理念、课程目标和核心词解读。

##### 4. 多种形态的课程相结合

适应期教师培训课程的实施应采用多种课程形态,如讲座与案例分析相结合、课堂观摩与讨论相结合、自我实践与交流相结合等,为教师提供情境化、现场化的学习资源,引领学员有效地把理论和实践结合起来。同时,也要注意必修和选修的有机结合、面授和网络学习的有机结合。

#### (二)课程评价建议

##### 1. 教师专业技能展示

##### 2. 体育课程标准纸笔测试

##### 3. 教学计划撰写

##### 4. 现场教学或教学实录