



高等师范院校教师教育系列教材

教育部陕西师范大学基础教育课程研究中心组织编写

总主编 赵 彬 副总主编 党怀兴 石 云 王较过 张迎春

# 中学体育 教师教学技能

■ 史 兵 杨小帆 主编



陕西师范大学出版总社有限公司



高等师范院校教师教育系列教材

教育部陕西师范大学基础教育课程研究中心组织编写

总主编 赵 彬 副总主编 党怀兴 石 云 王较过 张迎春

# 中学体育 教师教学技能

主编 史 兵 杨小帆

编者 (以姓名拼音音序为序)

曹卫华 陈丽霞 胡小岗 雷 敏

马边鹏 钱 钧 史 兵 王飞雄

杨小帆

陕西师范大学出版总社有限公司

图书代号 JC11N1177

### 图书在版编目(CIP)数据

中学体育教师教学技能/史兵,杨小帆主编. —西安:陕西师范大学出版总社有限公司,  
2012. 2

ISBN 978 - 7 - 5613 - 5229 - 8

I. ①中… II. ①史… ②杨… III. ①体育课 - 教学法 - 中学 IV. ①G633.962

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 262802 号

## 中学体育教师教学技能

---

---

主 编 / 史 兵 杨小帆

责任编辑 / 王 娟

责任校对 / 徐筱溪

封面设计 / 鼎新设计

出版发行 / 陕西师范大学出版总社有限公司  
(西安市长安南路 199 号 邮编 710062)

网 址 / <http://www.snupg.com>

经 销 / 新华书店

印 刷 / 潼关县印刷厂

开 本 / 787mm × 1092mm 1/16

印 张 / 14

字 数 / 205 千

版 次 / 2012 年 2 月第 1 版

印 次 / 2012 年 2 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978 - 7 - 5613 - 5229 - 8

定 价 / 29.50 元

---

---

读者购书、书店添货或发现印刷装订问题,请与本社高教出版分社联系、调换。

电 话:(029)85303622(传真) 85307864

高等师范院校教师教育系列教材

 **编委会** 

(以姓名拼音音序为序)

|     |     |     |     |
|-----|-----|-----|-----|
| 白文新 | 傅钢善 | 高明  | 李三平 |
| 芦康娥 | 罗新兵 | 史兵  | 徐忠慧 |
| 杨小帆 | 张麦侠 | 赵克礼 |     |

陕西师范大学教师教育教材建设项目立项并资助

◆ 18 ◆ 19 ◆ 20 ◆ 21 ◆ 22 ◆ 23 ◆ 24 ◆ 25 ◆ 26 ◆ 27 ◆ 28 ◆ 29 ◆ 30 ◆ 31 ◆ 32 ◆ 33 ◆ 34 ◆ 35 ◆ 36 ◆ 37 ◆ 38 ◆ 39 ◆ 40 ◆ 41 ◆ 42 ◆ 43 ◆ 44 ◆ 45 ◆ 46 ◆ 47 ◆ 48 ◆ 49 ◆ 50 ◆ 51 ◆ 52 ◆ 53 ◆ 54 ◆ 55 ◆ 56 ◆ 57 ◆ 58 ◆ 59 ◆ 60 ◆ 61 ◆ 62 ◆ 63 ◆ 64 ◆ 65 ◆ 66 ◆ 67 ◆ 68 ◆ 69 ◆ 70 ◆ 71 ◆ 72 ◆ 73 ◆ 74 ◆ 75 ◆ 76 ◆ 77 ◆ 78 ◆ 79 ◆ 80 ◆ 81 ◆ 82 ◆ 83 ◆ 84 ◆ 85 ◆ 86 ◆ 87 ◆ 88 ◆ 89 ◆ 90 ◆ 91 ◆ 92 ◆ 93 ◆ 94 ◆ 95 ◆ 96 ◆ 97 ◆ 98 ◆ 99 ◆ 100 ◆

# 目录

|                      |         |
|----------------------|---------|
| 绪 论                  | ( 1 )   |
| 第 1 章 语言表达技能的培养与训练   | ( 10 )  |
| 第一节 语言表达技能的概念与分类     | ( 10 )  |
| 第二节 语言表达技能的应用        | ( 18 )  |
| 第三节 语言表达技能的训练与评价     | ( 24 )  |
| 第 2 章 器材辅助技能的培养与训练   | ( 35 )  |
| 第一节 器材辅助技能的概念与分类     | ( 35 )  |
| 第二节 器材辅助技能的应用        | ( 37 )  |
| 第三节 器材辅助技能的训练与评价     | ( 41 )  |
| 第 3 章 书写技能的培养与训练     | ( 59 )  |
| 第一节 书写技能的概念与分类       | ( 59 )  |
| 第二节 书写技能的应用          | ( 60 )  |
| 第三节 书写技能的训练与评价       | ( 61 )  |
| 第 4 章 动作示范技能的培养与训练   | ( 109 ) |
| 第一节 动作示范技能的概念与分类     | ( 109 ) |
| 第二节 动作示范技能的应用        | ( 112 ) |
| 第三节 动作示范技能的训练与评价     | ( 125 ) |
| 第 5 章 观察技能的培养与训练     | ( 132 ) |
| 第一节 观察技能的概念与分类       | ( 132 ) |
| 第二节 观察技能的应用          | ( 135 ) |
| 第三节 观察技能的训练与评价       | ( 142 ) |
| 第 6 章 动作练习帮助技能的培养与训练 | ( 149 ) |
| 第一节 动作练习帮助技能的概念与分类   | ( 149 ) |
| 第二节 动作练习帮助技能的应用      | ( 150 ) |

|      |                           |       |
|------|---------------------------|-------|
| 第三节  | 动作练习帮助技能的训练与评价·····       | (160) |
| 第7章  | 资料处理技能的培养与训练·····         | (164) |
| 第一节  | 资料处理技能的概念与分类·····         | (164) |
| 第二节  | 资料处理技能的应用·····            | (168) |
| 第三节  | 资料处理技能的训练与评价·····         | (171) |
| 第8章  | 简单处理运动损伤技能的培养与训练 ···      | (176) |
| 第一节  | 简单处理运动损伤技能的概念与分类<br>····· | (177) |
| 第二节  | 简单处理运动损伤技能的应用·····        | (178) |
| 第三节  | 简单处理运动损伤技能的训练与评价<br>····· | (180) |
| 第9章  | 实验技能的培养与训练·····           | (194) |
| 第一节  | 实验技能的概念与分类·····           | (194) |
| 第二节  | 实验技能的应用·····              | (200) |
| 第三节  | 实验技能的训练与评价·····           | (206) |
| 参考文献 | ·····                     | (214) |
| 后记   | ·····                     | (217) |

# 绪论

在体育师范生的教育实习过程中经常会出现这样一种现象:许多运动水平较高的实习生教学效果一般,而一些运动水平一般的实习生却能把课上得生动活泼,使学生学习起来非常快乐,运动水平提高非常快。前者的情况就是人们常说的“有货倒不出来”。在一些老教师身上我们经常会发现,虽然他的某一项运动水平并不是很高,但他能够很好地把这项运动教授给学生、提高学生的运动水平。甚至有一些教师对一些运动项目并不清楚,却能够根据运动规律发现学生存在的问题,进而给出提高的建议。面对这样的问题,很多实习生百思不得其解。而教师往往会告诉实习生要慢慢来,教学经验丰富了,这种状况就会改变的。

当人们解释这个现象时都会提到一个名词:经验。那么,这种经验到底是什么意思?其包含的本质内容是什么呢?其实,从教学研究的意义上说,这种经验就是“教学技能”的体现。虽然教学经验包含的内容很多,但其最重要的核心内容就是“教学技能”。本教材就试图解决这样一个问题:如何快速有效地提高教师的教学技能,从而形成个人独特的教学经验。

## 一、运动技能与教学技能

如前所述,教师的运动水平是运动技能问题,而能否将个人运动技能运用到教学中去则是教学技能问题。

要解释这个问题,首先需要明确几个概念:能力、技能、运动技能、教学技能。

对以上这几个名词的解释有很多,但从本质上说,这些名词的内涵是一致的。在此,笔者选用了一些主流的观点,为了避免造成歧义,最后都会对几种观点作一梳理,以便理解。

### (一)能力与技能

这里首先要明确一点,技能是能力的下位概念,即技能是能力的一个组成部分,二者之间是包含关系。

#### 1. 能力

能力的概念是最为复杂的,学者们从不同角度对其进行了一定的阐释。

比较一致的观点认为:能力就是指完成某一活动所必需的主观条件。也就是说,能力是个人所具备的各种主观条件的总和。由于人们需要完成不同的活动,能力也就分为不同种类,如运动能力、工作能力、社交能力、教学能力等。一个人能力的大小会影响到他所完成任务效率的高低。能力强的人往往能够高效地完成任务,反之,能力弱的人在执行任务过程中往往事倍功半。

能力总是和人完成某一种特定的活动相关,谈能力往往会指向具体活动,而对能力的发

展也是针对某一项具体活动的。

能力一般被分为五个层次,即:知识(knowledge),技能(skill),自我概念(self-concept),特质(trait),动机(motive)。

能力分为以下几类:

第一,一般能力和特殊能力。一般能力是指观察、记忆、思维、想象等能力,通常也叫智力。一般能力是人们完成任何活动都不可缺少的,是能力中最主要又最一般的部分。特殊能力是指人们从事特殊职业或专业需要的能力。例如音乐中所需要的听觉表象能力。人们从事专业性活动既需要一般能力,也需要特殊能力,二者的发展也是相互促进的。

第二,流体能力和晶体能力。晶体能力是以习得的经验为基础的认知能力,如学习的技能、语言文字能力、判断力、联想力等。与流体能力相对比,晶体能力受后天经验的影响较大,主要表现为运用已有知识和技能去吸收新知识和解决新问题。晶体能力在人的一生中一直在发展,它与教育、文化有关,人到了25岁以后,晶体能力发展的速度渐趋平缓。这些能力不随年龄的增长而减退,只是其中一部分在新的社会条件下变得无用了。流体能力指基本心理能力,它随年龄的衰老而减退。

第三,模仿能力和创造能力。模仿能力指通过观察别人的行为、活动来学习各种知识,然后以相同的方式作出反应的能力。而创造能力则是指产生新思想和新产品的能力。能力与大脑的机能有关,它主要侧重于在实践活动中的表现,即顺利地完 成一定活动所具备的稳定的个性心理特征。能力是在运用智力、知识、技能的过程中,经过反复训练而获得的。能力是人依靠自我的智力和知识、技能等去认识和改造世界所表现出来的心身能量。各种能力的有机结合称为才能。才能的高度发展、创造性地完成 任务的能力称为天才。

第四,认知能力、操作能力和社交能力。能力按照功能可划分为认知能力、操作能力和社交能力。认知能力指接收、加工、储存和应用信息的能力,它是人们成功完成活动最重要的心理条件。知觉、记忆、注意、思维和想象的能力都被认为是认知能力。美国心理学家加涅提出三种认知能力:言语信息(回答世界是什么的问题的能力)、智慧技能(回答“为什么”和“怎么办”的问题的能力)、认知策略(有意识地调节与监控自己的认知加工过程的能力)。操作能力指操纵、制作和运动的能力。劳动能力、艺术表现能力、体育运动能力、实验操作能力都被认为是操作能力。操作能力是在操作技能的基础上发展起来的,又成为顺利掌握操作技能的重要条件。认知能力和操作能力紧密地联系着,认知能力中必然有操作能力,操作能力中也一定有认知能力。社交能力指人们在社会交往活动中所表现出来的能力。组织管理能力、言语感染能力等都被认为是社交能力。在社交能力中包含有认知能力和操作能力。

本书研究的技能属于操作能力。

## 2. 技能

关于技能也有多种说法,比较一致的观点认为:技能是通过练习获得的能够完成一定任务的动作系统。也有观点认为,技能是通过练习而形成的合乎法则的活动方式。无论是动作系统还是活动方式,技能都直接指向了人完成某种活动的行为方式。

技能按其熟练程度可分为初级技能和技巧性技能。初级技能表示只是“会做”某件事,而未达到熟练的程度。初级技能如果经过有目的、有组织的反复练习,动作就会趋向自动

化,而达到技巧性技能阶段水平。

技能又可以分为职业技能和运动技能。职业技能指向人的工作目标,即为了完成某一项工作的动作系统;运动技能则指向个体,即个体自身的动作系统。

这里需要明确一个问题:技能是通过反复的练习而获得的,即技能是可以习得的。既然是一种可习得的动作系统,技能的形成不会一蹴而就。由于受到练习的时间、频率、方法等因素的影响,一个人技能的形成就会呈现出一定规律,即由低到高、由简单到复杂、由初级到高级。

## (二) 教学技能与运动技能

前面已经叙述了能力和技能的理论问题,从以上叙述中可以分析得出教学技能与运动技能的区别与联系。

### 1. 二者的概念

通常的研究认为:教学技能是指教师运用已有的教学理论知识,通过练习而形成的稳固、复杂的教学行为系统。教学技能比较强调教的能力和教的行为。

运动技能则更多地体现为个人身体参与各种运动的过程中所表现出的行为系统,主要针对肌肉的各种协调动作行为而言。

### 2. 二者的区别

教师是一种职业,教师的主要技能就是教学技能,教学技能是教师的职业技能。而运动技能是即使不从事体育运动也需要有的技能,故运动技能是人的一般技能,而非某一职业的特定技能。

由教学技能定义可以看出,教学技能首先是一种专业技能,即作为一个教师应具备的特殊技能;其次,教学技能是针对教学行为而言的,是教学行为的一般技能。当然,这其中包括了一些特定学科的特定技能。教学技能是教师从业者必须掌握并在职业生涯中不断练习提高的技能。

运动技能是一种人类的一般性技能,是每个人都需要掌握的。而对于体育教师来说,由于学科的特殊性,必须具备一定的运动技能才能够进行有效的教学活动。不过这并不是说,有了运动技能就可以进行体育教学,运动技能更多地表现为运动过程中个人的行为系统,并不能直接转化为教学能力。

### 3. 二者的联系

二者的联系基础是体育课程教学。在课程教学体系中体育课程教学是一个特殊的组成部分,具有鲜明的实践性。体育课程有其相对独立的学科体系,公共体育教学主要传授的是运动项目的专门技能、锻炼身体的方式、终身锻炼的习惯、体育文化传播、健康教育等,其中运动项目技能的传授是核心,是体育课程与其他课程的本质区别。

传授运动技能的普遍方式是刺激人体各种感觉器官和激发心智活动,其中刺激视觉神经最为重要。体育运动项目的运动技能是人体以肌肉为动力、以关节为支点、以骨骼为杠杆,按照一定规律发生的空间形态变化,是视觉感受器接收的主要信息。当然,当学习者已经具备了较多运动技能的时候,语言等高级信息也能够使其接受信息。但是,不可否认,视觉接受在体育运动技能学习过程中占有主导地位,这就要求传授者必须采取各种手段向学

习者展示运动的过程,最常见的方式是示范。

在目前的教学条件下,最常见的示范还是由传授者亲自来完成的。如果传授者有较高的运动示范水平,就可以将运动项目技能很好地表现出来,有利于学习者了解正确的运动技能。如果传授者自身的示范动作存在错误,学习者就会跟着学习到错误的技能。

现代教育技术的引入给予了传授者更多的选择,传授者可以通过录像、动漫及其他教具向学习者展示运动技能。但是,学习者在练习过程中会出现各种问题,这就需要传授者对特定运动技能的过程、重难点等核心问题有所了解,以便于指导。因此,对传授者来说,掌握必要的运动技能是提高教学水平的基础。

这并不是说有了较高的运动技能就一定能上好体育课。同时,传授者还需要掌握一定的教学技能。虽然示范在体育教学中是最重要的手段,但不是唯一手段,而且,示范本身是教学技能,有着丰富的内涵。若传授者可以作出很好的运动示范,但不懂得示范这种运动技能的内涵,同样不会取得好的效果。例如,示范过程要注意节奏、结构、主体等问题,这些属于教学技能范畴研究的问题。作为教师,还有一项非常重要的技能——观察。观察也是一种视觉行为,不仅要求自己做得好,并对动作概念十分清楚,还需要分析出现各类问题的原因。也就是说,观察不仅仅是一种简单的视觉行为,更需要心智的高级加工。由此不难看出,高水平运动技能不是观察技能的唯一要件,心智加工是作好观察的另一个构成要件。

教学技能和运动能力正是在以上这些层面上达成了一致。由于教学技能和运动技能随着环境的变化会出现很多新的内容,这就要求体育教师不断地努力学习,提高自身的运动技能水平。

## 二、教师素养与教学技能

当代进行的基础教育改革以及高等院校提高教学质量的目标都指向了一个人群——教师,进而指向了教师的素养。

教育是一种社会行为,学校是人类传承知识、提高能力、健康成长的主要场所。我国现代教育制度的建立可以追溯到20世纪初。21世纪初,我国教育界提出了基础教育改革的思想并付诸行动,高等教育更是提出了高水准的目标。

无论是基础教育改革还是高等教育改革,不仅要依靠政府的政策,更重要的是要靠教师素养(素质)的全面提高来实现。教师是教育实施的终端,一切政策和理念只有通过教师才能够落实。

### (一)教师素养

有关教师素养的研究由来已久,随着社会的不断进步,教育的不断发展,对教师素养的要求也有所变化。一般认为,教师的素养包括:

#### 1. 思想道德素养

这是教师的基本素养,是做好一个教师的基础。教师从事的事业是育人的事业,不仅自身要有较高的道德素养,还要将这些素养传授给学生。因此,对教师的思想道德素养的要求相对一般人来说更高一些。

我们经常看到一些报道,例如,某教师在处理有小偷小摸现象的小学生时,竟然在学生

的脸上刺字,无论情节轻重,这种行为本身就是封建社会观念的流毒。这无疑说明了当代一部分教师的思想道德素养严重匮乏,根本无法达到教师职业的基本要求。

同时,我们也应清醒地看到,教师中普遍存在着歧视学生人权、忽视学生健康的现象,这从更深层次说明我国教师的道德素养还需要大力提高。

## 2. 知识和能力素养

古人韩愈有一段关于教师职业的著名论断:师者,传道授业解惑也。时至今日,这一认识仍然具有重要的指导意义。

与古人不同,当代教师的学科分类更为明确。从学科教学的角度上说,教师应掌握本学科的基本知识,需要不断学习新的知识,所谓“授人一瓢,身有一桶”。同时,教师还需要具备一定的社会、经济、文化和其他学科知识,以备教学之需。

这里所说的能力素养自然是指作为教师的能力素养。不同职业人群都需要具备一些同样的素养,同时出于职业要求,又需要具备一些与职业的关系更为紧密的特殊能力。对教师来说,教学技能即属于职业能力素养之一,是教师完成教学任务的工具。如前文所述,教学技能水平有高有低,这就需要教师通过不断的练习来提高。

### (二) 教学技能

对于教学技能的本质特征有许多学者进行了大量研究,提出了许多观点。从本质上说,教学技能具有以下几个方面的特征:第一,教学技能是一项职业技能,是由教师职业的工作所决定的,也是该技能区别于其他职业技能的本质;第二,教学技能是经过教师反复练习获得的;第三,教学技能既有一般特征,即各学科都具有的一般技能,同时,又由于学科教学的特点而有一些专属于本学科的特色技能。

#### 1. 教学技能的分类

按照这样的思路,就需要对教学技能进行分类。所谓分类就是将一种事物按照其不同的侧面予以划分,以便于系统地认识该事物。在分类的过程中,事物的不同侧面就显得尤为重要。事物的各个侧面也是人的主观认识的不同方面,只是这种主观认识也需要有客观的依据,教学技能分类也需要这样一种认识,需要根据教学技能的不同侧面加以区分,否则就会陷入分类的混乱。

首先,教学技能可以根据课的顺序进行分类。按照这样一种分类原则可以将教学技能分为:教学设计技能、课前准备技能、导课技能、授课技能、结束技能、布置作业技能和评价总结技能。这种分类的依据是课程顺序,是将技能与课程结合在一起,认识起来比较简约,不过这种方法有一个弊病,即分类与技能本身无关。

其次,是按照大脑皮质的活动分类。前文已述,技能都直接指向了人完成某种活动的行为方式。既然是人的行为方式就需要考虑人体的认知结构。巴甫洛夫做过大量的实验后认为,大脑皮质最基本的活动是信号活动,从本质上可将条件刺激区分为两大类:一类是现实的具体的刺激,如声、光、电、味等刺激,称为第一信号;另一类是现实的抽象刺激,即语言文字,称为第二信号。对第一信号发生反应的皮质机能系统叫第一信号系统,是动物和人共有的。对第二信号发生反应的皮质机能系统叫第二信号系统,是人类所特有的。第二信号系统的活动是和人类的语言机能密切联系的神活动,是在婴儿个体发育过程中逐渐形成

的,也是在第一信号系统或非条件反射的基础上建立起来的。通过第二信号系统的活动,产生对现实的概括,出现了抽象思维,并形成概念、进行推理,不断扩大认识能力。由此,人能够更深刻地认识自然、认识世界,发现并掌握它们的规律。我们可以这样理解,教学过程即教师将知识、能力等变成一定的信号向学生传递的过程。即使是启发、引导、合作学习等新的教学方式,也需要教师用一定的信号传递。由此可见,教学技能就是教师向学生传递信号的技能。学生通过两大信号系统接受信号,教师就需要刺激两大信号系统,以完成信号传递。因此,教学技能可以按照传递信号来进行分类,刺激第一信号系统的技能有演示、口令、口号、触碰等;刺激第二信号系统的技能有板书、语言、现代教育技术等。以上这些技能是一般技能,不同专业应有一些专业技能。

再次,按照使用技能的目的又可以将教学技能分为:说课技能、授课技能、考试技能、批改作业技能、制作教具技能、纠正错误动作技能等。

根据以上分类不难看出,教学技能分类需要把握原则,每一种类型的内涵应具有相对一致性。而在实际的分类过程中,往往会出现将不同性质的技能混淆起来,导致认知混乱的现象。比如,有些研究将课堂导入技能和语言技能并列起来阐述。这种不分性质的并列研究就会导致学习者的思维混乱,难道导入不需要语言吗?显然,课堂导入大部分用的是语言类技能,只是两种技能反映了教学技能的不同侧面,不存在并列的逻辑基础。因此,对技能分类的研究就是解决技能分类的原则问题,而原则来源于人类对于教学技能的认知。

## 2. 教学技能的提高

技能具有习得性,由于掌握技能有先有后,把握应用时机的能力因人而异,以及教学技能与其他能力之间配合熟练程度各有不同,教学技能就会出现一定的层次性,即初级技能和高级技能。初级技能与高级技能并非两种技能,而是指不同层次的应用水平。

从理论上说,教学技能水平的提高是一个实践过程,也是一个时间过程。任何教师都不可能一夜之间达到高水平,提高教学技能需要经过一定的努力。

首先,要提高教学技能就要学习教学技能的基本理论。与前人不同,今人的教学研究日新月异,已经积累了大量可供参考的教学理论。教学技能理论研究也是如此,有关教学技能的理论非常丰富,为学习者提供了丰富的素材。初学者首先要学习教学技能的概念、分类、特点、应用原则等基本理论,对教学技能有初步的了解之后,要学习提高教学技能的理论。只有对教学技能有了基本的了解,才能够知晓提高的方式。学习教学技能记忆是必要的,但是学习者不能一味地接受,更不能死记硬背。教学技能具有很强的实践性,不同学科有着各自特殊的教学技能。因此,在学习理论的过程中需要与实践相结合,在实践中学习、琢磨。

其次,技能是后天习得的,这就需通过反复练习,不断建立正确的动作概念,逐渐达到熟练。一定数量的练习是必不可少的,只有在反复练习中才能逐渐认识技能的特点,掌握应用时机。不过,练习不是单纯的模仿,更不是简单的重复,任何教师都不可能在课堂上完全重复他人的教学技能。教学技能是职业技能,具有群体一般性,但是,掌握教学技能的又是不同的个体,必然有个体特征。模仿不是为了重复已有的技能,而是为了形成个体特色技能,好的教学技能往往具有个性特征,这就需要教师在练习中不断地总结规律、发现问题,找出适合个人特色的具体方式。

再次,注重教学技能创新。随着社会的不断发展,教学对象的特点也在不断变化,科学技术给我们提供了大量可供利用的新的方式。教学技能需要根据教学对象的变化、科学技术的进步和教师素质的变化不断创新,这就需要教师在实践中不断总结经验,不断结合新兴科学技术手段,创造性地提高教学技能水平,创造更多新的教学技能。

最后,终身学习与创造。教学无止境,教学技能亦无止境。教师需要建立起终身学习与创造的观念。面对日新月异的教学变迁,只有不断学习才能跟上时代的发展,才能不断创造出新的技能。教学研究不是教学研究者的研究,而是全体教育者共同的、持续的研究。

教学技能是教师素养的一个组成部分,是提高教师素养的一个重要环节。教师素质是综合性的,需要通过每一种素养的提高来达到综合素养提高的目的。

### 三、体育教学技能

关于体育教学技能的概念有不同的说法,综合来看,体育教学技能的对象是体育课程,即课程教学技能。体育教学技能首先具有教学技能的一般特征,同时,又有与体育课程特点相对应的特殊性。

#### (一)体育教学的特殊性

与其他课程相比,体育课程的特殊性主要表现在以下几个方面:

第一,体育课程是身体与心智共同得到发展的课程。从本质上说,体育课程是身体与心智共同运动的课程,从表现形式上说主要是身体运动。体育课程首先表现为人类身体的运动,无论是身体基础练习还是运动项目技能学习,大多都是通过身体运动来实现的。同时,体育运动又是一门提高心智的课程,身体运动的同时,学习者的心智也得到了锻炼。在我国已有的学校教学课程中,体育与艺术类的部分课程是以身体运动为主要方式的课程。这与其他以智力型活动为主要方式的课程有本质的区别。

第二,体育课程的教学环境是开放的。大多数理论课程在其学习过程中将学习者置于一个封闭的环境中(教室、实验室、图书馆等)。封闭环境范围有限、设备有限、人员有限,教育者能够很快发现学习者的各种动向,便于控制。而体育课程多数是在开放的操场内进行的。其教学范围更广,学习者活动空间更大,不同学习者之间更容易接触,学习者能够接触到更多的教学条件。开放环境增加了教育者控制的难度,要求教育者具备相应的控制方法。

第三,体育内容的逻辑关系复杂。体育课程内容非常丰富,21世纪初我国进行的课程改革中体育课增加了健康教育的任务,极大地丰富了体育课程内容。体育课程是以身体运动为主要方式的,大多数情况下又是以运动项目教学为主要内容的。运动项目内部技战术以及心智发展有较强的逻辑性,是项目教学安排的逻辑基础。所以,安排一个具体的项目教学计划是可以遵循一定的逻辑顺序的。但是,每一个运动项目有其自身的运动特点,运动项目种类又极为丰富。虽然各项目的技能可以互相迁移,但是也存在技能之间的相互干扰,也就是说,项目之间并不存在必然的顺序性。由于逻辑关系的复杂性,体育教学内容安排时只能考虑项目内部的顺序,很难顾及项目之间的顺序。教学中经常会看到,一节课安排两个完全不同的项目,学生学习过程被强制性地割裂开来。

第四,体育教学与学生课外运动直接相关。学科学习中,体育可以直接应用于学习者的实践。大量调查表明,人们从事的体育运动项目多数来源于学校的学习,体育教学与学习者的实践行为保持着高度一致性,学习的技能往往直接应用于实践过程。

## (二) 体育教学技能

体育课程的特殊性造就了体育教学技能的特殊性。作为体育教师除了要掌握一般教学技能外还需要掌握体育课程的特殊教学技能。

### 1. 体育教学技能及其分类

体育教学技能既有与其他课程教学技能相同的内容,同时也具有本课程特殊的内容,体育教学技能的特殊性是由课程特性所决定的。体育课是以身体运动为主要方式,以运动项目为依托,在室外进行的教学活动。体育教学更讲求直观性、可视性,对节奏感要求高,对视觉、声音更为敏感。从技能上来说,更讲求直观性。

为了便于分析,同时,为了更好地说明问题,补充其他分类方式,按照大脑皮质的活动可以将体育教学技能分为以下几种:动作示范技能、口令口号口哨类技能、语言类技能、板书技能、实验技能等。

### 2. 体育教学技能的学习与提高

技能具有习得性,技能提高是一个实践过程,体育教学技能同样也是一个实践过程。这个过程不仅包括纯粹教学技能的提高,而且还包括专业技能的提高。例如,为了做好运动技术和战术示范,教师就必须深入了解运动技术特征和运动战术的应用过程,掌握重点、难点,通过练习准确地做出运动技术和战术流程,只有这样,才能给学生作出清晰的示范。

体育教学技能的学习和提高主要通过以下方式进行:

第一,学习和练习运动技术和运动战术,自身基本掌握运动规律,习得正确的运动技术,形成正确的战术观念等,也就是说作为体育教师,首先应技术过硬,教师还要根据需要学习健康基本知识。

第二,从教学的角度出发,深入剖析运动技术与战术,掌握运动技战术的重点、难点,学习教学的基本方法和技战术特殊的教学方法。

第三,深入认识生命科学知识和人文理论,认识人类对运动技术和战术的学习过程,从宏观上和更高层次上去认识教学规律。

第四,加强实践锻炼,在日常教学和活动中应用习得的技战术和教学技能,不断提高教学技能。

第五,不断学习,勇于创新。教师要不断学习新的理论,特别要学习运动人体科学知识、体育人文社会学知识、教育学知识、心理学知识等,不断完善更新自身的知识系统。同时,在实践中要认真观察、仔细琢磨新的教学技能和应用方法。

体育教学技能的学习和提高贯穿于教师学习、教学的全过程。只有在实践中不断学习、不断琢磨、不断创造,教学技能才能够逐渐成熟,最终达到应用自如的境界。

## 思考题

1. 简述技能、教学技能、运动技能的区别与联系。
2. 体育教学技能应包括哪些内容?
3. 简述体育教学技能培养与训练的目的与意义。

# 第1章

## 语言表达技能的 培养与训练

语言是一种社会现象,是思维的工具,也是人与人相互交往的工具。人们通过语言来表达自己的思想和感情,并通过语言来影响和感染他人。而教师的语言具有向学生传道、授业、解惑的作用。因此,教师语言的作用远远超过了其他普通职业者。教师的工作是一门育人的艺术,主要通过语言来实现,若离开了语言工作就无法正常进行,所以语言成了教师进行教育教学的重要手段。苏联教育家苏霍姆林斯基说:“教师的语言修养在极大的程度上决定着学生在课堂上的智力劳动效率。”教学活动中教师的主导作用,教育过程中师生之间的交流,主要是通过语言来实现的。从教师的角度看,教师的言语表达不确切、不简练、不清晰,就会导致学生对概念、定理、法则的理解模糊或错误,形成错误的判断和推理。我们经常看到这样的情况,同样一句话,如果表达恰当,学生会心悦诚服、眉开眼笑,表达不当,学生则愁眉苦脸、难以理解。可见研究教学用语、训练语言表达技能、提高课堂说话艺术,是每位体育教师都应具备的基本功和必要素养。

### 第一节 语言表达技能的概念与分类

#### 一、语言表达技能的含义

语言表达技能是教师传递信息、提供指导的语言行为方式。语言表达技能并不独立存在于教学之中,它是一切教学活动的最基本行为。

体育教学绝不应被理解为单纯的身体活动,它是运用语言艺术进行的一种教育活动。体育教师是体育课堂教学的组织者、引导者,其教学的语言表达技能直接影响着教学效果。在体育教学中,教师讲授的内容能否被学生所理解,很大程度上取决于教师使用的语言能不能被学生所理解和接受。只有通俗易懂、生动形象的语言才能打开学生心灵的天窗,充分调动学生积极思维,引导学生掌握知识,发展学生智力。从学生学习掌握体育运动技术、技能来说,教师的语言也非常重要。因为任何一种技能的学习,都需要教师既要作示范表演,又要对这一技术动作进行解释和说明。当学生按照教师的要求进行练习时,教师也要借助于

语言进行必要的指导,而学生在学习这一技术动作时,总是要通过对教师语言的感知,调动记忆表象,在积极思维的情况下练习动作。另外,教师在传授体育知识、技术和技能的过程中,不仅要向学生揭示客观事物的内在联系,而且还要结合教学内容,通过语言对学生进行思想品德教育。

由于语言在“信息”传递上具有准确、方便、概括、明了的特点,所以在体育教学中充分发挥语言的作用,对学生掌握运动技术、技能,帮学生纠正错误动作,提高教学效果都具有重要的作用。因此,体育教师的语言艺术应始终渗透到教学的各个环节中去,达到全面提高体育课教学质量的目的。

## 二、语言表达技能的类型

从广义语言的角度划分,教师语言可以分为有声语言和无声语言两大类。

### 1. 有声语言

#### (1) 有声语言的分类

教师的有声语言可以从多个角度去划分。一是根据使用词语的情况,可以分为口语和书面语。由于纯粹的书面语教师用得很少,所以这里不专门讨论。教师的口语表达能力,是指教师在教育教学活动中,运用口头语言讲解道理和连贯地、有条理地传达教材信息、启发学生积极思维的能力。口语在教师语言中占的比例很大,是我们讨论的重点。二是根据教育教学的性质,可以将其分为教学语言、教育语言和访谈语言三种类型:①教学语言。教学语言主要是指传授科学文化知识的语言,其作用在于提高教学表达效果,研究教学语言的运用规律,以便更好地为教学服务。②教育语言。教育语言主要是指对学生进行思想品德教育的语言,它不包括课堂上对学生进行的系统、连贯的思想品德教育所运用的语言,此为教学语言范畴。教育语言的作用在于提高教育表达效果。研究教育语言的运用规律,能够更好地为教育服务。③访谈语言。访谈语言主要是指与学生及其家长交流时所使用的语言,其作用在于提高访谈语言表达的效果。研究访谈语言的运用规律,能够更好地为访谈活动服务。

#### (2) 有声语言的特点

教师以有声语言作为主要手段来完成教学任务。只有语言准确、清晰、生动、幽默和富有感染力,才能有效地提高教学质量。讲课是当着众多学生讲授知识的语言活动,运用有声语言是讲课必不可少的表达手段,有声语言运用的质量直接关系到讲课的质量。讲课与日常谈话、播音、朗诵有着明显的区别:日常谈话随意性大,不可能每一句话都经过仔细推敲,甚至还有许多依赖语言环境才能理解的省略;播音是“照本宣科”,忠实于原稿;朗诵有一种“朗诵腔”,语调特别夸张,语速偏慢;讲课则是教师使用自己的语言(其语言风格,就是自己平时讲话的风格,可以自由发挥,体现自己的独特个性和特征)阐述经过消化与领会的具有科学性、准确性、条理性、逻辑性的课程内容,可以根据需要随机应变,语言比较完整,口语规范化程度高。

综上所述,教学有声语言的特点表现在:①洪亮有力,圆润自然。圆润悦耳的声音能使学生感到愉悦,沙哑、刺耳的声音会刺激学生,教师的嗓音质量会影响到讲课的质量。但讲课