《**体育教师教学基本技能**》课程教学大纲

**一、课程基本信息**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **英文名称** | Basic Teaching Skills of PE Teachers | **课程代码** | PEED2070 |
| **课程性质** | 专业选修课程 | **授课对象** | 体育教育专业、民体、运训 |
| **学分** | 2学分 | **学时** | 36学时 |
| **主讲教师** | 陈瑞琴、袁益民、谈强、陈松  史得丽等 | **修订日期** | 2022年8月1日 |
| **指定教材** | 张涵劲主编，《体操》，高等教育出版社，2015年3月第3版 | | |

**二、课程目标**

（一）**总体目标：**

以队列队形、徒手体操和常用身体素质练习为主要教学内容，掌握开展常规体育教学的基本知识、技术和技能。以实践操作为主要教学手段，提高学生指挥队伍、徒手操编排与教学、促进一般身体素质的能力，增进学生执行体育活动组织管理、实施体育常规教学内容的基本教学技能，以胜任《体育与健康》课程的教学工作。以教学组织的合理性、教学实施的规范性、教学效果的有效性为中心，培养学生开展各种体育实践活动的基本教学能力。逐步使学生掌握体育教育的基本教学方法和手段，形成严谨规范的教学行为准则，树立坚定不移的师范专业意识。

（二）课程目标：

**课程目标1：**使学生了解开展体育活动所需教学基本技能的内容、功能和价值，树立高效组织、规范实施体育教学活动的意识，明确掌握体育教师基本教学技能对成为合格体育师资的重要意义。

**课程目标2：**使学生掌握队列队形要领和动作、徒手体操和轻器械体操规范动作、基本身体素质练习手段，熟悉儿童少年心理特征及其发展规律，掌握现代教学理论与方法，胜任九年制义务教育《体育与健康》课程的教学工作。

**课程目标3：**使学生具有熟练指挥队列队形的能力，能创编简单合理的徒手体操和轻器械体操，具有徒手体操和轻器械体操教学的能力，掌握促进基本身体素质的常用方法。

**课程目标4：**使学生能根据教学目标和情形合理使用体育教师教学基本技能，在内容选用、教学步骤、教学组织、教学方法等方面既有传承，也有所创新。

**课程目标5：**结合具体的教学内容，发挥学生学习的自主性和合作学习能力，尊重学生个性，提倡团结协作精神，适应现代教育发展的需要。

（三）课程目标与毕业要求、课程内容的对应关系

**表1：课程目标与课程内容、毕业要求的对应关系表**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **课程目标** | **对应课程内容** | **对应毕业要求** |
| 课程目标1 | 基本体操概论 | 1-1  2-1、2-2  7-1 |
| 课程目标2 | 队列队形  广播体操  基本身体素质练习 | 3-1、3-3  4-3  8-1、8-2 |
| 课程目标3 | 队列指挥  徒手操教学  基本身体素质练习 | 3-1、3-2、3-3  4-2、4-3  8-1、8-2 |
| 课程目标4 | 基本体操的术语  基本体操的编排原则与方法  基本体操的教学和比赛 | 3-2、3-3  4-1、4-2、4-3、4-4  7-2、7-3 |
| 课程目标5 | 队列指挥  徒手操教学  基本身体素质练习  基本体操编排原则与方法 | 1-2  2-1、2-3  3-3  4-2、4-4  6-1  8-1、8-2 |

**三、教学内容**

**第一章理论篇**

**（一）基本体操概论**

1.教学目标：了解基本体操概念、内容、分类、特点和功能

2.教学重难点：基本体操的概念

3.教学内容：基本体操概念、内容、分类、特点和功能

4.教学方法：结合PPT和教学实例进行讲解，适时提问

5.教学评价：完成以下课后思考题

（1）基本体操的概念是什么？

（2）基本体操包括哪些内容？按不同的分类标准可以分为哪几类？

（3）基本体操在体育实践中有哪些功能？

（4）掌握基本体操对体育教学有什么意义？

**（二）基本体操术语**

1.教学目标：了解队列队形和徒手体操动作术语

2.教学重难点：基本体操术语的规范使用

3.教学内容：队列队形和徒手体操动作术语

4.教学方法：结合PPT和教学实例进行讲解，适时提问

5.教学评价：完成以下课后思考题

（1）队列练习和队形练习有什么区别？请举例说明。

（2）请用术语正确描述常见的热身活动动作（上肢、下肢和上体各2个）。

**（三）基本体操编排的原则与方法**

1.教学目标：了解基本体操创编原则、要素、影响动作效果的因素、创编步骤、创编动作的方法等

2.教学重难点：创编徒手操的方法

3.教学内容：创编原则、要素、影响动作效果的因素、创编步骤、创编动作的方法

4.教学方法：结合PPT和教学实例进行讲解，适时提问

5.教学评价：完成以下课后思考题

（1）在创编徒手体操或轻器械体操时要遵循哪些原则？

（2）创编徒手体操或轻器械体操时可以从哪些方面进行创新？请举例说明。

（3）创编2节徒手体操，其中包括名称、重复次数、简图、文字说明、注意事项等。

**（四）基本体操的教学和比赛**

1.教学目标：了解基本体操教学的原则和方法和教学设计，基本体操比赛的评价方法

2.教学重难点：基本体操教学常用教学方法和比赛的裁判方法

3.教学内容：基本体操教学的原则和方法和教学设计，基本体操比赛的评价方法。

4.教学方法：结合PPT和教学实例进行讲解，适时提问

5.教学评价：完成以下课后思考题

（1）基本体操教学中有哪些常用的示范方法？它们分别适用于哪些教学场景？

（2）基本体操教学时讲解要符合哪些原则？在教学过程中什么时机讲解比较合理？

（3）基本体操比赛的评分方式有哪几种？分别适合什么比赛场景？

（4）基本体操比赛时对动作评分时从哪些方面进行评价？在教学中如何提高动作质量？

第二章实践篇

**（一）队列队形**

1.教学目标：正确熟练掌握常用队列练习、步法及其转换、队形练习

2.教学重难点：常用队列练习正确动作及口令

3.教学内容：队列练习、步法及其转换、队形练习

4.教学方法：示范、讲解、集体和分组练习

5.教学评价：正确完成考核规定内容并完成以下课后思考题

（1）向左（右、后）转走时，其动令应该落在哪只脚上？

（2）当一列横队变换成二路纵队时，是先转方向还是先由一变二？

（3）三种步法的步频和步度分别是多少？

（4）分队走和裂队走、并队走和合队走、开口螺旋形和闭口螺旋形的区别是什么？

**（二）徒手体操和轻器械体操**

1.教学目标：正确规范掌握徒手体操（广播操）基本动作、了解轻器械相关知识

2.教学重难点：基本位置和姿态的准确性

3.教学内容：身体各部位的基本位置和姿势、广播操成套动作正确做法、轻器械体操

4.教学方法：示范、讲解、集体和分组练习

5.教学评价：正确完成考核规定内容并完成以下课后思考题

（1）在徒手操练习中如何体现动作的准确定位？

（2）在徒手操练习中如何体现动作的力度和幅度？

（3）在徒手操练习中如何快速记忆和熟练掌握一节徒手操？

**（三）基本身体素质练习**

1.教学目标：主要了解促进各部位力量和柔韧的常用方法

2.教学重难点：肩带、腰腹和髋关节的力量和柔韧

3.教学内容：肩、肘、髋、膝、踝腰部和腹部的力量和柔韧练习

4.教学方法：举例和提问

5.教学评价：完成以下课后思考题

（1）上肢与肩带主要有哪些肌肉？它们分别收缩时会引发哪些动作？哪些练习可以促进其力量和柔韧的发展？分别举例说明。

（2）下肢与髋关节主要有哪些肌肉？它们分别收缩时会引发哪些动作？哪些练习可以促进其力量和柔韧的发展？分别举例说明。

（3）腰部和腹部主要有哪些肌肉？它们分别收缩时会引发哪些动作？哪些练习可以促进其力量和柔韧的发展？分别举例说明。

第三章技能篇

**（一）队列指挥**

1.教学目标：对原地队列、行进间三面转法、齐步走、跑步走进行准确指挥

2.教学重难点：行进间三面转法指挥

3.教学内容：原地队列指挥、行进间三面转法指挥、齐步、跑步走指挥

4.教学方法：示范、讲解、集体和分组练习

5.教学评价：正确完成考核规定内容并完成以下课后思考题

（1）队列指挥时，司令员站姿、站位和出入列有何注意点？

（2）在发口令时，口令应具备哪些特征？为什么？

（3）口令有哪些类型？在呼喊口令时有哪些注意事项？

**（二）徒手操教学**

1.教学目标：掌握徒手操示范、讲解、练习、纠错、评价等教学的方法

2.教学重难点：示范法、讲解法

3.教学内容：广播操镜面示范及动作讲解

4.教学方法：示范、讲解、正误对比纠错等

5.教学评价：正确完成考核规定内容并完成以下课后思考题

（1）徒手操教学时，一般采用什么步骤？结合认知规律解释。

（2）不同的示范位置和朝向对学生的观察和学习有什么效果？

（3）对于徒手操不同类型的错误动作，该怎样纠正错误动作？

**四、学时分配**

**表2：各章节的具体内容和学时分配表**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 章节 | 章节内容 | 学时分配 |
| 第一章 | 基本体操概论 | 1 |
| 基本体操术语 | 1 |
| 基本体操编排原则和方法 | 1 |
| 基本体操教学和比赛 | 1 |
| 第二章 | 队列队形 | 6 |
| 徒手体操和轻器械体操 | 8 |
| 基本身体素质练习 | 4 |
| 第三章 | 队列指挥 | 4 |
| 徒手操教学 | 6 |

**五、教学进度**

**表3：教学进度表**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **周次** | **日期** | **教学内容** | **时 数** | **要求** | **备注** |
| 1 |  | 理论：基本体操概述基本体操术语 | 2 | 对照实践，掌握相关理论，加深理解 |  |
| 2 |  | 理论：基本体操编排的原则与方法基本体操的教学与比赛 | 2 | 对照实践，掌握相关理论，布置课外作业，加深理解 |  |
| 3 |  | 1.原地队列：集合、立正、稍息、看齐、报数及指挥 2.徒手体操：前举、上举、侧举及手型，广播体操 3.身体素质：肩带 | 2 | 掌握规范动作和口令呼喊，了解整理素质练习方法 |  |
| 4 |  | 1.原地队列：一列变二、三列，二列变三列（路）及还原及指挥 2.徒手体操：胸前平屈、侧上（下）举、肩侧屈等，广播体操 3.身体素质：肩带 | 2 | 掌握规范动作和口令呼喊，了解整理素质练习方法 |  |
| 5 |  | 1.队列：原地三面转法、齐步走、跑步走及步伐转换 2.徒手体操：前（侧、后）踢、蹲、弓步、跑跳、开合等 3.身体素质：肩带 | 2 | 掌握规范动作和口令呼喊，了解整理素质练习方法 |  |
| 6 |  | 1.行进间队列：向左（右、后）转走及指挥 2.徒手体操：前（侧、后）屈、转体、送（顶）髋等，广播体操 3.身体素质：腹部 | 2 | 掌握规范动作和口令呼喊，了解整理素质练习方法 |  |
| 7 |  | 1.行进间队列：向左（右、后）转走及指挥 2.徒手体操：各部位组合动作，广播体操 3.身体素质：腰部；技巧简单动作及变化 | 2 | 掌握规范动作和口令呼喊，了解整理素质练习方法 |  |
| 8 |  | 1.行进间队列：向左（右、后）转走及指挥 2.徒手体操：广播体操（含教学） 3.身体素质：腰腹组合练习；双杠简单动作及变化 | 2 | 掌握规范动作和口令呼喊，了解整理素质练习方法 |  |
| 9 |  | 1.行进间队列：向左（右、后）转走及指挥 2.徒手体操：广播体操（含教学） 3.身体素质：髋部；单杠简单动作及变化 | 2 | 逐渐向指挥和示范过度，养成规范体育教学习惯 |  |
| 10 |  | 1.队列：左（右）转弯走、左（右）后转弯走及指挥 2.徒手体操：广播体操（含教学） 3.身体素质：髋部力量；跳跃简单动作及变化 | 2 | 逐渐向指挥和示范过度，养成规范体育教学习惯 |  |
| 11 |  | 1.队形：直线（绕场、错肩）、斜线（对角线、交叉）行进及指挥 2.徒手体操：广播体操（含教学） 3.身体素质：腿部；专门器械练习介绍 | 2 | 逐渐向指挥和示范过度，养成规范体育教学习惯 |  |
| 12 |  | 1.队形：曲线（蛇形、8字形螺旋形）行进 2.徒手体操：广播体操（含教学） 3.身体素质：腿部；专门器械练习介绍 | 2 | 逐渐向指挥和示范过度，养成规范体育教学习惯 |  |
| 13 |  | 1.队形变换：裂队走、并队走；分队走、合队走及指挥 2.徒手体操：广播体操、轻器械体操 3.身体素质：双人互助、协同、对抗练习 | 2 | 参与到教学的设计和实施中，进一步了解掌握体育基本能力 |  |
| 14 |  | 1.队列队形综合练习 2.徒手体操：广播体操、轻器械体操 3.身体素质：双人互助、协同、对抗练习 | 2 | 参与到教学的设计和实施中，进一步了解掌握体育基本能力 |  |
| 15 |  | 1.队列队形综合练习 2.徒手体操：广播体操、轻器械体操 3.身体素质：身体素质综合练习 | 2 | 参与到教学的设计和实施中，进一步了解掌握体育基本能力 |  |
| 16 |  | 队列队形指挥考核 | 2 | 按要求完成考核内容 |  |
| 17 |  | 广播操考核 | 2 | 按要求完成考核内容 |  |
| 18 |  | 机动 | 2 |  |  |

**六、教材及参考书目**（四号黑体）

1.黄燊主编，《体操》,高等教育出版社，2000年第3版

2.柳光植主编，《体操》,高等教育出版社，1999年5月第二版

3.邰崇禧、汪康乐等主编，《中学体育教材教法》，苏州大学出版社，1998

4.柳克奇，《体操教学与方法论》，湖南大学出版社，2004

5.童昭岗主编，《体操》，高等教育出版社，2005年7月

6.韦广中主编郑湘平副主编，《基本体操理论教学与实践》，武汉大学出版社，2006年8月

7.童昭岗主编，《体操》，高等教育出版社，2010年7月第2版

8.张涵劲主编，《体操》，高等教育出版社，2015年3月第3版

**七、教学方法**

（一）理论课

1.以课堂讲授为主，结合课后作业进行相关资料查询和讨论

课堂教授中，教师通过梳理知识点和构建理论框架，帮助学生建立课程知识体系。通过教学和训练实践事例的分析和讲解，让学生了解本课程在实践中的作用和价值，重视体育教师教学基本技能的学习和养成。

2.通过提前设问和随机提问的方式，引发学生对相关专业问题的思考，进行适当的专题或开放性讨论。通过徒手操创编作业，一方面考察学生编操流程和原则的掌握情况，另一方面评价其运用术语的规范性和发掘学生的创造力。

3.结合基本教学技能学习，把所学理论运用到学习实际行为中，理论指导实践，实践验证和加深理论。

（二）技术课

1.以示范和讲解为主要教学方法，以学生练习和纠正错误为主要达成途径，引导学生掌握规范的队列队形动作、徒手体操动作、基础的身体素质促进手段。

2.结合教学中常用的队列队形、徒手体操和身体素质练习，进行实际操作和演练，逐渐形成规范动作、规范用语、规范组织的专业习惯，避免随意化、口语化、无序化的教学方式。

3.充分发挥小组或团队的力量，调动学生学习的自主性和探究能力，适当竞争，以赛带练。通过学生互评和教师评价，注重过程性评价和结果性评价的结合，设定更高、更具体、更实际的学习目标，使所有学生在原有基础上有明显长进。

（三）技能课

1.以队列队形综合练习指挥和中学生广播体操镜面示范为模板进行练习和展示，分别考察学生队列队形指挥和徒手操示范的能力。包括：指挥和示范位置的选择、出入列(进出场)的规范性、口令呼喊的正确、响亮和节奏、动作的规范性和质量等方面。

2.结合学校体育课的常规内容和练习，在掌握模板的基础上引导学生基本能设计合理的教学组织方式和展示规范的徒手操示范能力。通过观看示范课、评优课的视频，对其中教学组织、准备活动示范、身体素质内容实施的情况进行记录和分析，了解其教学意图和实现方式，丰富和拓宽对体育教学实践的认识，使自身学习更有指向性和实用性。

**八、考核方式及评定方法**

**（一）课程考核与课程目标的对应关系**

**表4：课程考核与课程目标的对应关系表**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **课程目标** | **考核要点** | **考核方式** |
| 课程目标1 | 基本体操理论知识 | 回答问题、课外作业 |
| 课程目标2 | 基本体操常用动作 | 抽查演练、期末考核 |
| 课程目标3 | 基本体操教学技能 | 抽查演练、期末考核 |
| 课程目标4 | 教学技能的运用及创新 | 课外作业、期末考核 |
| 课程目标5 | 学习态度和能力的养成 | 出勤纪律、练习情况 |

**（二）评定方法**

**1．评定方法**

**平时成绩（20%）：**包括学习态度、考勤、课堂回答问题、抽查演练等。

**期末考试：80%（考核小组评分）**

（1）队列队形综合操练及指挥（40%）。

队列队形综合操练及指挥。包括队列练习常用内容，考查操练者动作的准确性，指挥者出入列的规范性、指挥位置的合理性、口令和哨音的响亮度和准确性、场地使用的有效性。

（2）广播体操镜面示范及口令（40%）。

广播操体操镜面示范及口令。以《舞动青春》为例，在音乐（或口令节拍）下进行动作的镜面示范。主要考查其姿态的规范性，动作的力度、幅度、准确性及与节拍的吻合度。

**2．课程目标的考核占比与达成度分析**

**表5：课程目标的考核占比与达成度分析表**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **考核占比**  **课程目标** | **平时** | **技术** | **技能** | **总评达成度** |
| 课程目标1 | 20% | 40% | 40% | 课程目标1达成度={0.2ｘ平时目标1成绩+0.4ｘ期中目标1成绩+0.4ｘ期末目标1成绩}/目标1总分。其余同上计算。 |
| 课程目标2 | 20% | 40% | 40% |
| 课程目标3 | 20% | 40% | 40% |
| 课程目标4 | 20% | 40% | 40% |
| 课程目标5 | 20% | 40% | 40% |

**（三）评分标准**

| **课程**  **目标** | **评分标准** | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **90-100** | **75-89** | **74-60** | **0-59** |
| **优** | **良** | **中/合格** | **不合格** |
| **A** | **B** | **C** | **F** |
| **课程**  **目标1** | 清晰了解开展学校体育所需教学基本技能的内容、功能和价值，形成了高效组织、规范实施体育教学活动的意识，认同掌握体育教师基本教学技能对成为合格体育师资的重要意义。 | 较好了解开展学校体育所需教学基本技能的内容、功能和价值，基本形成了高效组织、规范实施体育教学活动的意识，较好认同掌握体育教师基本教学技能对成为合格体育师资的重要意义。 | 基本了解开展学校体育所需教学基本技能的内容、功能和价值，大致形成了高效组织、规范实施体育教学活动的意识，基本认同掌握体育教师基本教学技能对成为合格体育师资的重要意义。 | 没有了解开展学校体育所需教学基本技能的内容、功能和价值，没有形成高效组织、规范实施体育教学活动的意识，不认同掌握体育教师基本教学技能对成为合格体育师资的重要意义。 |
| **课程**  **目标2** | 熟练掌握队列队形要领和动作、徒手体操和轻器械体操规范动作、基本身体素质练习手段，熟悉儿童少年心理特征及其发展规律，掌握现代教学理论与方法，胜任九年制义务教育《体育与健康》课程的教学工作。 | 较好掌握队列队形要领和动作、徒手体操和轻器械体操规范动作、基本身体素质练习手段，比较熟悉儿童少年心理特征及其发展规律，较好掌握现代教学理论与方法，能较好胜任九年制义务教育《体育与健康》课程的教学工作。 | 基本掌握队列队形要领和动作、徒手体操和轻器械体操规范动作、基本身体素质练习手段，基本熟悉儿童少年心理特征及其发展规律，基本掌握现代教学理论与方法，基本能胜任九年制义务教育《体育与健康》课程的教学工作。 | 没有掌握队列队形要领和动作、徒手体操和轻器械体操规范动作、基本身体素质练习手段，不熟悉儿童少年心理特征及其发展规律，没有掌握现代教学理论与方法，无法胜任九年制义务教育《体育与健康》课程的教学工作。 |
| **课程**  **目标3** | 具有准确熟练指挥队列队形的能力，能创编简单合理的徒手体操和轻器械体操，具有徒手体操和轻器械体操教学的能力，掌握促进基本身体素质的常用方法。 | 具有比较准确熟练指挥队列队形的能力，能较好创编简单合理的徒手体操和轻器械体操，具有较好的徒手体操和轻器械体操教学的能力，较好掌握促进基本身体素质的常用方法。 | 具有基本准确熟练指挥队列队形的能力，基本能创编简单合理的徒手体操和轻器械体操，具有基本的徒手体操和轻器械体操教学的能力，基本掌握促进基本身体素质的常用方法。 | 不具有准确熟练指挥队列队形的能力，不能创编简单合理的徒手体操和轻器械体操，不具有徒手体操和轻器械体操教学的能力，没有掌握促进基本身体素质的常用方法。 |
| **课程**  **目标4** | 能根据教学目标和情形合理使用体育教师教学基本技能，在内容选用、教学步骤、教学组织、教学方法等方面既有传承，也有创新。 | 能较好根据教学目标和情形合理使用体育教师教学基本技能，在内容选用、教学步骤、教学组织、教学方法等方面既有较好传承，也有较好创新。 | 基本能根据教学目标和情形合理使用体育教师教学基本技能，在内容选用、教学步骤、教学组织、教学方法等方面既有基本的传承，也有简单的创新。 | 不能根据教学目标和情形合理使用体育教师教学基本技能，在内容选用、教学步骤、教学组织、教学方法等方面既无法体现传承，也没有合理创新。 |
| **课程**  **目标5** | 结合具体的教学内容，发挥学习的自主性和合作学习能力，既尊重学生个性，又提倡团结协作，能适应现代教育发展的需要。 | 结合具体的教学内容，较好发挥学习的自主性和合作学习能力，既能较好尊重学生个性，又能较好提倡团结协作，能较好适应现代教育发展的需要。 | 结合具体的教学内容，初步发挥学习的自主性和合作学习能力，意识到既要尊重学生个性，又要提倡团结协作，基本能适应现代教育发展的需要。 | 结合具体的教学内容，无法发挥学习的自主性和合作学习能力，既忽视尊重学生个性，又无法提倡团结协作，不能适应现代教育发展的需要。 |

**十、学习建议**

1.本课程偏重大量实践操作的学习，不仅需要反复的练习，还需要认真理解，深入思考。建议在准确熟练掌握体育教师基本技能的前提下，自行认真阅读参考书籍和相关专业期刊的优秀论文，并撰写学习笔记，以构建完整的理论框架，摸索适合自身的学习方法。

2.对于课程所涉及的徒手操创编技能，需要参考相关的文献、教案和视频资料，以拓宽思路、激发创意。建议在课外通过自主学习、小组研讨的方式展开，提高课外作业的质量。

3.本课程会有较多的体育教学技能的展示和讲解，因此需要同学们回顾技术类课程学习的历程，结合《学校体育学》的相关理论，及时记录、不断小结、通过反思、沟通、课外学习和团队协作，增进技术类课程的学习效果，发挥自身优势进行体育教学技能的创新与尝试，提高发现问题、分析问题、解决问题的能力。