



上海交通大学
SHANGHAI JIAO TONG UNIVERSITY



从新手到熟手：教学实践经验交流会 主题发言

如何开展体育教学

体育系：朱慧芳





- ① 各位尊敬的领导，亲爱的老师：大家好！
- ② 今天这种教学交流的形式是我工作 21 年来的第一次，各位都是高学历的年轻教师，20年前，我也是个新手，现在已是中年，应该算是熟手，作为一个小硕，能在此与大家交流，深感荣幸！各位教学的工作都有很高的文化含量，而我的体育教学仅是技术含量，还可以说，你们是脑力劳动者，我是体力劳动者。今天是我和大家分享的良好机会，也是我向大家学习的宝贵机会。以下算是我的一点工作汇报，分为两个部分：教学和科研



教学方面

- ① 第一，保持亲切自然、轻松愉快的教学风格，严而不厉，及而不过。

热爱体育，享受运动，乐观自信，追求“润物细无声”的教学境界，身体力行，做体育健身的践行者。说心里话，我自己觉得，要让学生喜欢体育课，首先要喜欢我们老师本人，正所谓“亲其师，信其道”。我经常看到，我们系里有一部分中老年教师已经把体育生活化了，比如赵文杰老师 / 徐持忍老师等，看到他们当了几十年的体育老师，都要退休了，还是那么喜爱体育，我很是敬佩。在体育课上，我也和学生一起锻炼。



- 记得三年前，有个女生对我说：“朱老师，你好有激情，好有活力啊，我妈妈和你差不多，我好久都没有看到她跑步了，你却跑得那么快。”
- 听了学生看似不经意的赞扬，我觉得自己更加要锻炼了，原来这就是活力啊！每次让学生跑步，我都尽量和他们一起跑，每学期我会让学生练习跑5-8次800米，我也尽可能地带领跑。



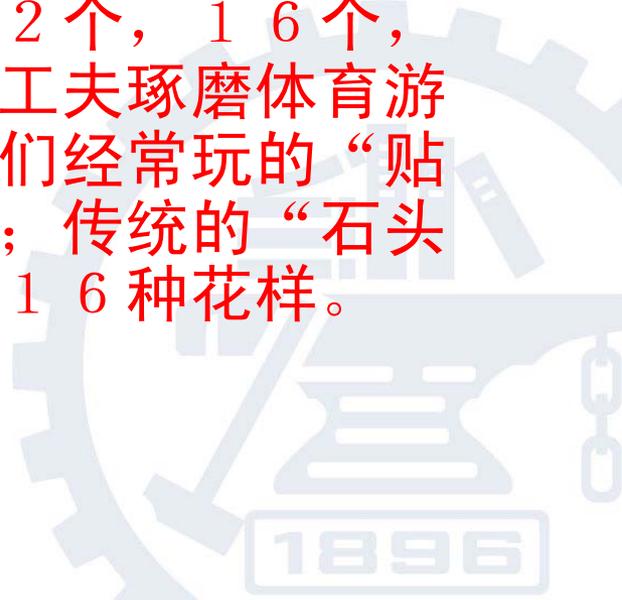


第二，做“平等中的首席”，建立融洽的师生关系

体育游戏：融洽师生关系的有效媒介，寓教于乐是体育游戏的精髓。

感悟：哪里有兴趣，哪里就有创新；哪里有研究，哪里就有提高。

- 说起体育游戏我就会一言难尽。想到2006年刚刚教学改革时，选我的排球课的学生仅仅12个，16个，我非常有挫败感，也很没面子，我就下工夫琢磨体育游戏，把游戏融入排球课的教学。比如我们经常玩的“贴膏药”游戏，我已经能玩出20种花样；传统的“石头 / 剪刀 / 布”也被我和我的学生玩出了16种花样。





- ① 体育游戏还能改善师生关系，增强教师的亲和力，我的课堂上基本上每节课都会有“笑声、掌声与歌声”，和学生一起玩游戏，我觉得我就是他们的体育委员，非常享受，这使我快乐指数和幸福感大大提高。
- ② 我觉得学生给我最高的评价就是：朱老师是我们遇到的最不像老师的老师。像朋友一样真诚；像同学一样亲切；像大姐姐一样爱护；像妈妈一样温柔。运动的确使我的心态年轻，富有激情，我喜欢这种感觉：我运动，我快乐。我觉得自己的这个职业就是：放羊拾柴火，一举两得啊！



第三，与学生做朋友，教学相长。

巧妙教授体育理论课，师生坦诚相待，亦师亦友。我会在排球教学的过程中，把排球文化、排球的基本理论、裁判规则等融入平时的课堂，而在理论课时，我就可以有更多的时间和学生坦诚交流。比如，我会向学生推荐最近看过的好书、好电影、好电视等，和学生分享美好。因为好书和好电影就是隐形老师，伴随成长。我还会在体育理论课时穿上漂亮的裙子、带上丝巾，给学生讲服装的搭配，丝巾的打法等。学生还会给我推荐他们最近读过的好书、好电影、好课程等，我很受用哦！

我有个精美的小本子，上面记录着学生告诉我的一些话语，表扬的我会更努力，建议的我会积极采纳，还有学生推荐的好书目录等，现在的学生阅读面很宽泛，我很羞愧，有不少书我都没看过，今后得加强阅读。由此，我们的师生情谊加深了。我也倡导学生喜欢体育、



④ 第四，顾全大局，乐于助人。

坚持专业发展，助人并自助。

④ 上学期，赵军民老师让我给汪慧峰老师带课，带了9周，这学期给刘萍老师代课，代了6周，汪慧峰教的是拉丁舞，刘萍老师教的是健身操，而我是教排球的，只能是边进修，边代课，自己也在努力并进步着。我觉得自己就是：小蚂蚁戴眼镜，不管自己有多大的脸。我相信勤能补拙，努力总有收获。





科研方面（一年来发表论文）

1. 对高校女生800米跑畏惧心理的分析及对策研究
《体育世界（学术版）》2011/2
2. 冲突与融合——中国传统体育文化与奥林匹克运动文化的互动发展 《搏击·体育论坛》2011/2
3. 论足球文化的社会影响力
《浙江体育科研》2011/4
4. 体育游戏：融洽师生关系的有效媒介
《运动》2011/4
5. 体育游戏：阳光体育的重要组成部分 《贵州体育科技》2011/6





6. 青奥会：奥林匹克精神的现代价值的再诠释
《山东体育科技》2011/6
7. 体育游戏的价值和教育优势
《福建体育科技》2011/12
8. 北京奥运会的教育效应及对南京青奥会的借鉴与
启示 《吉林体育学院学报》2011/12
9. 通识教育视野下的大学体育教学改革
《北京体育大学学报》2011/10
10. 基于人文篮球为理念的体育教育探索 《山东体
育学院学报》2010/11



主办单位 贵州省体育科学学会
贵州省体育科学研究所

贵州体育科技

GUI ZHOU TI YU KE JI



2011
总第102期

1



ISSN1002-2430
CN61-1019/G8

Sports world scholarly

体育世界

学术



ISSN 1002-2430



9 771002 243993

2011
下旬刊

2

浙江省体育科学学会主办

ISSN 1004-3624

浙江体育科学

ZHEJIANG TIYU KEXUE

ZHEJIANG SPORT SCIENCE



2

2011年 第33卷 VOL.33

ISSN 1004-3624



9 771004 362111

ISSN 1002-8840
CN 37-1017/G8

山东体育科技

SHANDONG SPORTS SCIENCE
& TECHNOLOGY

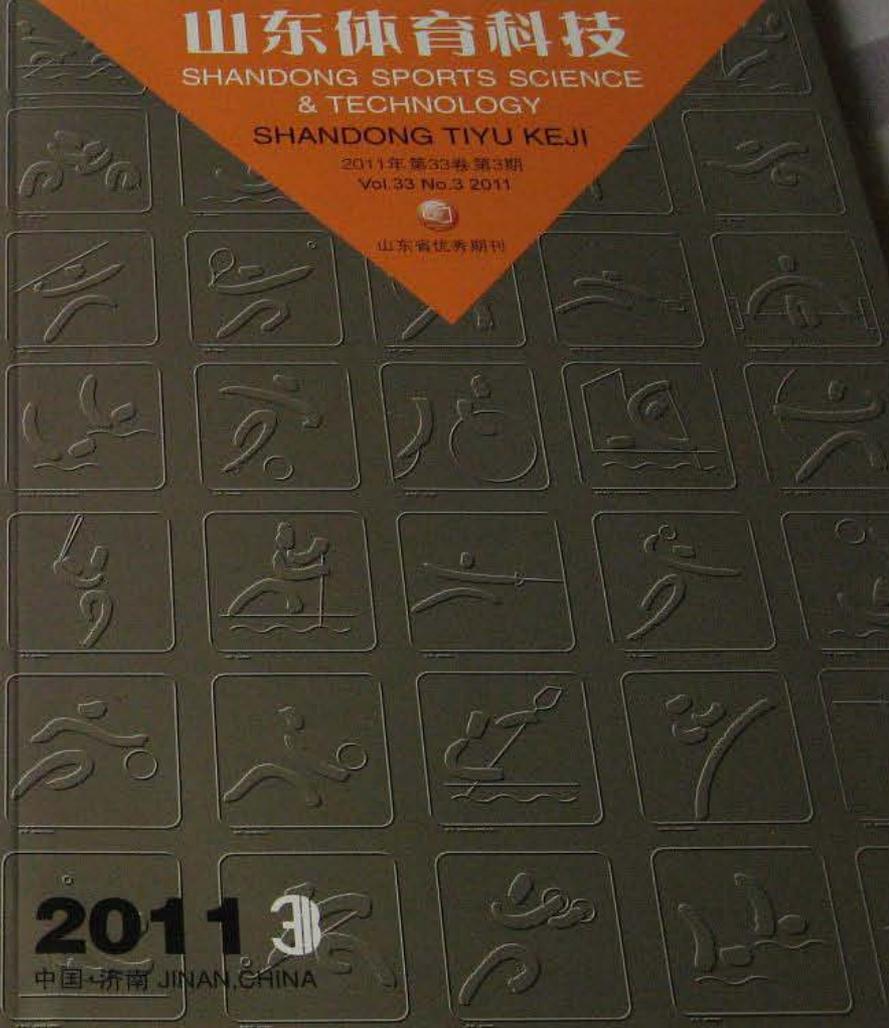
SHANDONG TIYU KEJI

2011年 第33卷 第3期

Vol.33 No.3 2011



山东省优秀期刊



2011

中国·济南 JINAN, CHINA

ISSN 1004-8790
CN 35-1093/G8

福建体育科技

FUJIAN TIYU KEJI

FUJIAN SPORTS
SCIENCE AND TECHNOLOGY

2011年6月
June 2011

第30卷
Volume 30

第3期
Number 3

ISSN1004-8790



福建省体育科学学会
福建省体育科学研究所

ISSN 1007-3612
CN 11-3785/JK



2011

北京体育大学学报

JOURNAL OF BEIJING SPORT
UNIVERSITY

ISSN 1007-3612



2011年 第34卷 VOL.34

10



全国中文体育核心期刊



ISSN 1006-2076
CN 37-1013/G8

山东体育学院学报

SHANDONG TIYU XUEYUAN XUEBAO

JOURNAL OF SHANDONG INSTITUTE OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

11

2011

2011年第27卷第11期

Vol.27 No.11 2011

中 国 济 南

JINAN, CHINA



- ① 以上是我2011年从事教学工作之余的科研成果，我的感悟是：厚积才能薄发，博观才能约取。
- ② 今后，学生选择或者不选择我的排球课，我都选择认真，坚持不懈；明天，得奖或者不得奖，我都选择努力，无怨无悔！感谢大家！





上海交通大学
SHANGHAI JIAO TONG UNIVERSITY



感谢聆听！
工作快乐！

