

# 基于能力提升的高校体育教师职后教育研究

李亮

辽东学院

DOI:10.12238/er.v7i11.5585

**摘要：**随着高校体育教育的不断发展，高校体育教师的能力提升显得尤为重要。本文基于能力提升的视角，探讨了高校体育教师职后教育的现状与存在的问题，分析了职后教育对教师职业发展的影响，并提出了相应的对策和建议。研究表明，通过有效的职后教育，高校体育教师的教學能力、科研能力、以及综合素质可以得到显著提升。本文建议高校应加强体育教师职后教育的系统性与针对性，从而更好地促进教师的专业发展。

**关键词：**高校体育教师；职后教育；能力提升；教师专业发展

**中图分类号：**G64 **文献标识码：**A

## Research on Post-service Education of College Physical Education Teachers based on Ability Improvement

Liang Li

Liaodong University

**Abstract:** With the continuous development of physical education in colleges and universities, it is particularly important to improve the ability of physical education teachers in colleges and universities. Based on the perspective of ability improvement, this paper discusses the current situation and existing problems of post-service education of physical education teachers in colleges and universities, analyzes the influence of post-service education on the professional development of teachers, and puts forward corresponding countermeasures and suggestions. The results show that through effective post-service education, the teaching ability, scientific research ability and comprehensive quality of college physical education teachers can be significantly improved. This paper suggests that colleges and universities should strengthen the systematic and targeted post-service education of physical education teachers, so as to better promote the professional development of teachers.

**Keywords:** College physical education teachers; Post-service education; Capacity improvement; Teacher professional development

### 引言

在现代社会，体育作为教育的重要组成部分，其地位与作用日益凸显。高校体育教师不仅承担着体育技能传授的任务，还肩负着培养学生身心健康的重要职责。因此，提升高校体育教师的专业能力，对于推动高校体育教育质量的提升具有重要意义。职后教育作为教师专业发展的重要途径，其有效性直接影响到教师能力的提升和教育质量的提高。本文旨在探讨如何通过职后教育有效提升高校体育教师的能力，以促进其职业发展。

### 一、研究背景与意义

随着我国教育事业的不断发展与改革，高校体育教育的重要性日益凸显。体育教育不仅是促进学生身体健康、增强体质质的关键环节，也是培养学生意志品质、团队合作精神的重要途径。然而，在高校体育教育逐步深化的过程中，对体育教师的专业素质和综合能力提出了更高的要求。高校体育

教师不仅需要具备扎实的体育理论基础和技能，还需掌握科学的教学方法、前沿的科研能力以及良好的沟通与管理能力。当前，高校体育教师的职后教育仍存在诸多问题。例如，职后教育的内容多为理论知识的更新，缺乏实践指导和实战训练；培训形式较为单一，未能充分调动教师的积极性和参与热情。此外，职后教育缺乏系统性和针对性，未能根据教师个体的需求进行定制化设计<sup>[1]</sup>。这些问题直接影响了职后教育的效果，导致部分高校体育教师在教學能力、科研水平以及职业素养等方面的提升有限。

研究高校体育教师的职后教育，特别是从能力提升的角度进行探讨，具有重要的现实意义和理论价值。首先，高校体育教师的能力提升是提升高校体育教育质量的前提和保障。通过科学、系统的职后教育，可以有效提高教师的教學能力和科研水平，进而推动整个高校体育教育的发展。其次，职后教育作为教师专业发展的重要途径，其设计与实施对教

师的职业生涯规划和发展有着深远影响。通过研究职后教育中的问题与挑战，提出有效的改进策略，有助于提升教师的职业幸福感和归属感，促进教师的长远发展。总之，基于能力提升的高校体育教师职后教育研究，不仅能够为主管部门和高校提供理论依据与实践指导，还能够为高校体育教师的专业发展提供切实可行的路径，进而推动我国高校体育教育事业的健康、持续发展。

## 二、高校体育教师职后教育的现状

高校体育教师的职后教育作为教师专业发展和教学能力提升的重要途径，其教育质量直接关系到体育教学的整体水平。然而，现阶段高校体育教师职后教育仍存在诸多不足，影响了教师的职业发展与教学效果。以下将从教育内容、培训方式以及系统规划与个性化设计三方面对当前高校体育教师职后教育的现状进行详细分析。

### （一）教育内容的单一性

1. 理论知识偏重于传统体育领域：高校体育教师的职后教育课程大多集中于传统体育项目的理论和技术培训，如田径、篮球、足球等常规体育项目。这些课程虽然能够巩固教师在这些领域的基础知识和技能，但忽视了现代体育教学中跨学科知识的重要性，例如运动心理学、体育教育学以及体育社会学等。缺乏这些跨学科知识的补充，使得教师在应对复杂多变的教學情境时显得力不从心。

2. 忽视新兴体育项目及科技应用：随着社会的进步与人们健康意识的增强，新兴体育项目（如瑜伽、健身操、极限运动等）逐渐受到广泛关注。然而，职后教育中对这些新兴项目的培训力度不够，导致教师在面对学生多元化的体育需求时，无法提供有效的指导。此外，现代科技的迅猛发展使得体育教学逐渐向信息化、智能化方向转型，但现有的职后教育内容对体育科技（如可穿戴设备、大数据分析等）的应用缺乏足够的重视，致使教师的技术更新滞后<sup>[2]</sup>。

3. 缺乏综合性课程设计：目前职后教育中存在着课程内容之间相对独立、缺乏综合性的问题。例如，体育教学中的心理辅导、运动损伤预防等内容常常被割裂开来，未能在职后教育中形成系统的知识框架，导致教师在实际教学中缺乏整体性的指导思路。

### （二）培训方式的单调性

1. 以讲座为主，缺乏互动性：现有的职后教育培训方式大多以传统的讲座形式为主，教师处于被动接受知识的状态，难以调动其参与的积极性和主动性。这种单向传授的方式使得培训内容无法与教师的教學实际紧密结合，教师在培训中遇到的问题和困惑也难以及时得到解答，影响了培训的实际效果。

2. 缺乏实践性，理论与实践脱节：体育教学本质上是一种实践性很强的活动，但目前职后教育中对实践教学的重视

程度不足，往往偏重于理论知识的灌输，忽视了教师在实际教学场景中的应用能力。缺乏实践环节的培训使得教师在面对实际教学问题时，难以将所学理论有效应用到教学实践中，造成理论与实践的脱节。

3. 培训周期短，缺乏持续性：大部分高校体育教师职后教育的培训周期较短，通常为几天到一周不等，难以形成系统的知识体系和技能提升。短期培训的方式虽能在短时间内提供集中性的知识补充，但因其缺乏持续性和系统性，教师难以在短期内真正消化和吸收所学内容，培训效果难以长久保持。

4. 培训资源有限，缺乏多元化：目前，很多高校在职后教育中存在资源配置不均的问题，尤其是中小型高校，其职后教育资源较为有限。培训课程内容往往单一，且多由校内教师主讲，缺少外部专家和实践型教师的参与，导致教育视角单一，无法为教师提供多元化的学习资源和机会<sup>[3]</sup>。

### （三）缺乏系统规划和个性化设计

1. 缺乏系统性规划：高校在设计 and 实施职后教育时，往往缺乏长远的规划和系统性设计，职后教育的实施较为零散，缺乏整体性和前瞻性。例如，某些高校的职后教育仅在学期初或学期末进行简单的集中培训，而缺乏基于教师职业生涯不同阶段的持续性培训方案。这种缺乏系统规划的职后教育难以形成对教师长期发展的有效支持，导致教育效果有限。

2. 个性化需求得不到满足：教师个体在职业生涯中的需求是多样且不断变化的，但当前的职后教育往往采取“一刀切”的模式，缺乏对教师个体差异的关注。例如，年轻教师与资深教师在教学经验、知识储备等方面存在显著差异，但职后教育中却很少针对不同职业阶段的教师设计相应的培训课程，无法满足教师个性化的职业发展需求。

3. 评价与反馈机制的缺失：在职后教育的实施过程中，评价与反馈机制往往未能得到充分重视。教师在参加培训后，其实际的能力提升情况缺乏系统的评价和跟踪，导致教育部门难以掌握职后教育的实际效果，也无法根据反馈信息进行及时的调整和改进。这种评价与反馈机制的缺失，使得职后教育难以实现其预期的能力提升目标。

## 三、提升高校体育教师职后教育的途径

### （一）优化教育内容

1. 扩大课程内容的广度和深度：职后教育内容应超越传统的体育技能和基础理论，涵盖更广泛的学科领域。首先，应引入现代教育学和心理学相关内容，帮助教师更好地理解学生的心理状态及行为特点，从而更有效地指导学生参与体育活动。其次，增加健康管理、营养学、运动康复等健康相关课程，以满足当前社会对体育教育的更高要求。通过引入这些跨学科的内容，丰富教师的知识体系，提升他们在实际

教学中的应变能力。

2. 引入新兴体育项目和科技前沿知识: 随着社会需求的变化和人们生活方式的多样化, 新兴体育项目逐渐受到重视。因此, 应在职后教育中增加关于新兴体育项目的课程, 如普拉提、极限运动、户外生存技能等。此外, 应重视科技前沿知识的传授, 如利用可穿戴设备进行体育数据监测、大数据分析在运动成绩提升中的应用等。这些新兴领域的知识将使教师能够更好地适应现代体育教学的发展趋势。

## (二) 丰富培训方式

1. 多样化的教学模式: 在职后教育中, 传统的讲座模式虽然有效, 但单一的教学方式无法全面满足教师的需求。应引入多样化的教学模式, 如研讨会、工作坊、情境模拟等。通过这些互动性强的培训方式, 教师不仅可以被动学习, 还能积极参与讨论, 分享经验, 从而在实际教学中更好地应用所学知识。

2. 线上线下结合的混合学习模式: 利用现代信息技术, 构建线上线下相结合的混合学习模式。线上课程可以提供灵活的学习时间和空间, 教师可以根据自己的时间安排学习。同时, 线下的面对面互动则可以加强实践操作和实时反馈。通过混合学习模式, 提升培训的灵活性和有效性, 满足不同教师的需求。

3. 注重实践性与体验感: 丰富培训的实践环节, 提升培训的体验感。例如, 可以设置体育专项技能比赛、户外拓展训练等实际操作性强的活动, 增强教师的参与感和学习动机。同时, 这些实践性活动还能提升教师的实际操作能力, 使其在教学过程中更具专业性和创新性。

4. 建立持续性学习机制: 培训不仅仅是短期的活动, 更应成为教师职业发展的长期支持机制。建立持续性学习机制, 例如年度培训计划、定期研讨会等, 使教师能够持续获得知识更新和能力提升的机会。此外, 可以通过网络学习平台、学习社区等形式, 为教师提供持续的学习资源和讨论平台, 确保职后教育的长期效果。

## (三) 构建多元化的教育模式

1. 校内外资源的有机整合: 构建多元化的教育模式, 首先应整合校内外资源。校内可以利用学校的科研和教学资源, 为教师提供理论与实践并重的职后教育课程。校外则可以借助其他高校、研究机构、企业和社会组织的力量, 拓展培训内容的深度和广度。例如, 邀请外部专家进行专题讲座, 组织教师参加行业研讨会或交流活动, 学习最新的教育理论和实践经验。

2. 构建教师学习共同体: 通过建立学习共同体或教师发展中心, 促进教师之间的合作与交流。学习共同体可以定期举办主题研讨会、经验分享会、教学反思活动等, 帮助教师

互相学习, 共同成长。通过这样的互动平台, 教师能够在共同体中获得支持和启发, 从而不断改进教学方法, 提高教学质量。

3. 加强个性化教育设计: 在多元化教育模式的构建中, 应注重个性化教育设计。针对不同职业发展阶段、不同专业背景的教师设计不同的培训内容和方式。例如, 针对年轻教师可以设置基础教学技能和班级管理课程, 而针对有经验的教师则可以提供更高阶的教育研究和领导能力培训课程。通过个性化的设计, 确保职后教育能够有效满足每位教师的职业发展需求<sup>[4]</sup>。

4. 应用现代教育技术: 利用信息技术手段推动职后教育的创新发展。建设在线学习平台, 提供丰富的学习资源, 如视频课程、在线测试、互动论坛等。同时, 可以通过虚拟现实(VR)、增强现实(AR)等技术模拟真实教学场景, 帮助教师在虚拟环境中练习和反思教学策略, 提升实际教学能力。

## 四、结论

高校体育教师职后教育的有效开展, 对于提升教师的专业素养和教学能力具有重要意义。通过优化教育内容、丰富培训方式、构建多元化教育模式以及强化教师的自主学习能力, 可以有效提升高校体育教师的职后教育质量, 促进其职业发展和能力提升。未来研究应继续关注职后教育的具体实施效果, 为高校体育教师职后教育的持续改进提供实证支持。

## [参考文献]

[1]管梦澜,李彦龙,卢绪鹏,等."新课标"背景下体育院校体育教育专业课程建设的问题聚焦与纾解路径[J].冰雪体育创新研究,2024(2).

[2]芦晓静.高职体育教师职前职后教育一体化问题与路径研究[J].运动精品,2023,42(9):29-31.

[3]张国栋,欧阳志萍.山西省高校体育教师职后培训现状研究[J].拳击与格斗,2022(8):3.

[4]韩金明,韩兵,潘建芬,等.中小学体育教师武术教学能力职前培养的问题与建议——基于20所高校体育教育专业武术课的调研[J].教师发展研究,2021,5(2):7.

## 作者简介:

李亮(1979-1-9),男,汉族,辽宁丹东人,学士学历,硕士学位,辽东学院讲师,研究方向:体育教育

## 课题名称:

2021年辽宁省职业教育与继续教育教学改革研究项目:《基于教师专业发展视域的高校体育教师职后教育研究》中期成果