

## 学校体育学完整复习资料

### 第一篇：学校体育学完整复习资料

**体育教学：**是教育学的统一活动，是在教师有目的、有计划的指导下，积极主动地学习与掌握体育、卫生保健基础知识和基本技术、技能、锻炼身体，增强体质，促进健康，发展运动能力，培养思想品德的一种有组织的教育过程，是实现学校体育目标的基本途径之一。

**体育教学目标：**指在一定时间范围内，师生经过努力后所要达到的教学结果的标准、规格或状态。

**体育教学过程：**是教育学的统一活动，是在教师有目的、有计划的指导下，积极主动地学习与掌握体育、卫生保健基础知识和基本技术、技能、锻炼身体，增强体质，促进健康，发展个性体能，形成良好思想品德的学习与实践活动统一的过程。存在于体育教学实践活动中，是实现学校体育目标的过程。

**体育教学内容：**是反映为了达到体育教学目标而选用的体育知识和技能体系。**广义的体育教学手段：**包括教学原则、教学内容、教学方法和一切组织与技术措施。**狭义的体育教学手段：**特指为了达到体育教学目标所运用的物质方面的场地、器材、仪器、设备等。

**体能：**指有机体在运动活动中所表现出来的能力，主要包括身体基本活动能力和身体素质两个方面。

**重复法：**是指在不改变动作技术结构和生理负荷的表面数据的条件下，所进行的反复练习的方式。

**变换法：**是指在体育教学中为发展学生体能所采用的变换练习的环境、条件和动作的组合等情况下，进行锻炼的方法。

**持续法：**指在体育教学中，组织学生练习时，在相对较长的时间里，用比较稳定的强度、不间断地进行练习的锻炼方法。

**间歇法：**是指根据对象、教材内容的特点和生理负荷的大小，调整与控制各练习之间的间歇时间，以提高发展体能效果的方法。

**循环法：**又称巡回法，是指在体育教学中根据发展体能的要求，选择若干练习或动作，分设若干作业点，要求学生在每个作业点上完

成规定的练习个负荷，一个接一个进行作业的轮换，循环往复地进行练习的锻炼方法。

**综合法：**指重复法、变换法、持续法、间歇法等各种发展体能的方法结合起来加以运用的锻炼方法。

**分解法：**将一个完整的动作技术，合理地分解成几个部分与段落，逐个进行教授，最后完整教授动作技术的方法。

**学练法：**指学生在教师知道下，按照一定的要求，相对独立地进行学习与练习的方法。**自学法：**在教师的知道下，学生学习体育与卫生保健知识，学习理解掌握动作技术的方法。**自练法：**在教师的知道下，以学生自身的独立活动为主，有目的地反复进行身体练习或实际操作，掌握体育与卫生保健知识，形成巩固提高运动技能的方法。

**模仿练习：**是指学生按照提供的动作模式进行棋布性练习，体验运动感觉，形成运动技能或操作技能的方法。

**反馈练习：**是为获取学生自己所掌握的运动技能、操作技能与标准动作模式之间差异的信息，以加强自我诊断，不断改进与提高运动技能、操作技能的方法。

**强化练习法：**是在多次反复练习的基础上，为了更好地掌握运动动作，创设比较复杂多变的练习条件与外部环境，通过自我强化，进一步巩固提高运动技能的方法。**体育的组织工作：**是指为实现课的教学目标所采用的各种合理措施与手段。

**体育课堂常规：**是为使课堂教学有一个严密的组织和正常秩序，保证体育教学工作的正常进行，对师生所提出的一系列基本要求。

**体育教学的组织形式：**是指为了实现课的教学目标，根据教材内容特点、学生具体情况、教学环境而合理采用的教学方式。

**分组不轮换：**是将学生分成若干组，在教师统一指导下，各组按教材内容安排顺序，依次独立进行学习完成教学目标。

**分组轮换：**是将学生分成若干组，在教师的知道和小组长的协助下，各组分别学习不同性质的教材内容，按预定的时间轮换学习内容的教学组织形式。

**体育课密度：**也称一般密度或综合密度，是指课中各项教学制合

理运用的时间与上课的总时间比例，以及各项活动之间的时间比例。

不合理的时间：凡是课中的时间，消耗在教学和教学辅助无关的方面均为浪费时间，即不合理的运用时间。

体育课的生理负荷：是指学生在课中从事身体练习时所承受的量与强度对机体的刺激程度。体育课的心理负荷：是指在课中学生心理所承受各种刺激量与强度的程度。注意：是心理活动对一定对象的指向和集中。

情绪：人认识客观事物时产生的态度、体验。

意志：指学生根据自身确定目标，克服困难，努力实现的心理过程。

体育教学过程包括体育科学理论知识的教学和体育技术、技能的实践课教学。体育教学过程的基本要素有 教师 学生 体育教材 传播媒介 教学目标。

清朝政府在《奏定学堂章程》中规定各级学堂要开设体操科。教材内容的排列方式有 直线排列、螺旋排列、混合排列 三种。运动技能教学的 3 个阶段：粗略掌握动作阶段、改进和提高动作阶段、巩固与运用自如阶段。体育知识与运动技能教学方法有 讲授法、谈话法、演示法、讲练法。

预防与纠正错误的方法有 强化概念法、转移法、降低难度法、信号提示法、外力帮助法。自练法包括 模仿练习、反馈练习、强化练习。

体育教学中思想品德教育的途径：体育课堂常规、体育教材内容、课的组织教学、突发事件处理。

体育教学中思想品德教育的方法有 说服法、榜样法、评比法、表扬法、批评法。实践课有 新授课、复习课、综合课、考核课 四种。

体育课生理负荷测定与评价方法有 学生自我感觉 观察法 生理测定法 体育课生理负荷的评价 几种。

备课的形式有 集体备课和个人备课 两种。

编写理论教案的步骤、方法与要求有：确定课时教学目标、找准并弄清教学重点和难点、精心设计与编写教学内容和过程、设计板书、课后小结 几个步骤。一.制定体育教学目标的依据？

1. 学校体育目标与体育课程标准。2. 体育教学的本质特征与功能。  
3. 学生身心发展的特点及其规律。4. 实际条件和可能。

二. 体育教学过程的一般规律? 1. 社会制约性规律 2. 认识规律

3. 学生身心发展的规律 4. 教育学辩证统一的规律

5. 教育、教养和发展相统一的规律 6. 教学内容和教学过程相统一的规律

7. 教学效果取决于教学基本要素合力的规律 8. 体育教学过程的控制反馈规律 三. 体育教学过程的特殊规律 1. 动作技能形成的规律 2. 人体机能适应性规律

3. 人体生理机能活动能力变化的规律 四. 编选体育教学内容的原则? 1. 教育性原则

2. 适应学生身心特征的原则

3. 实用性和趣味性相结合的原则 4. 理论与实践相结合的原则 5. 统一性与灵活性相结合的原则

6. 教学内容与《国家学生体质健康》的内容相结合的原则 五. 小学体育教材特点? 1. 体育与卫生保健常识 2. 游戏

3. 基本运动 4. 韵律活动和舞蹈 5. 基本体操 6. 小球类

7. 民族民间体育

六. 中学体育教材特点 1. 体育基本理论知识 2. 跑、跳、投掷 3. 体操 4. 球类

5. 韵律体操和舞蹈 6. 民族传统

7. 发展身体素质练习

七. 运动能力与身体素质的关系

运动能力与身体素质, 既有区别, 又密不可分。运动能力是身体赖以表现和运动形态, 而身体素质是提高运动能力的基础。一般是通过发展运动能力来提高身体素质水平, 反之身体素质水平提高了则又有助于运动能力的发展, 两者相辅相成, 都是体质基本内涵的重要部分。习惯上把两者叫做体能。八. 发展体能的原理 1. 全面性原理 2. 适量性原理 3. 持续性原理 4. 健康性原理 九. 全面性原理

全面性原理是指在体育教学过程中, 在教师的指导下, 学生从事

各种身体活动，从而促进身体形态、功能、体能都得到全面和谐的发展，特别表现在各种运动能力和身体素质的全面发展。

1.既要全面发展，又要突破薄弱环节。

2.正确处理好发展运动能力与身体素质的关系。3.合理选择内容。

十. 适量性原则

是指在体育教学中，科学、适量地安排运动负荷的量与强度，使学生承受恰当的生理负荷。

1.要根据课的目标、教材性质、课的类型和学生的特点等合理安排课的生理负荷。2.正确处理生理负荷的量与强度关系。

3.正确处理生理负荷的表面数据与内部数据的关系。4.帮助学生学习并使其具备自控与检测负荷的方法和能力。十一.健康性原则

1.全面理解和贯彻体育教学大纲 2.加强学生健康意识的培养和教育 3.健康教育要贯穿于体育教学的全过程。

十二.粗略掌握动作阶段

1.根据教材特点与学生的实际，运用语言与直观法，使学生明确动作学习的意义与任务，建立正确动作表象与一般概念。

2.为了让学生建立正确的动作结构，在学生具有完整动作概念的基础上

3.适宜的运动负荷

4.由于本阶段学生分析运动感觉的能力有限，所以这一阶段的评价主要是来自于教师的语言和本身视觉的监督。5.应尽可能缩短课与课之间的间隔

6.要及时预防与纠正动作技术中的严重错误 十三.体育知识与运动技能教学的原则主要包括？ 1.知识技能教学与能力培养相结合原则 2.直观与思维相结合原则 3.区别对待与因材施教原则 4.循序渐进原则

十四.完整法与分解法

1.完整法的优点是保持动作的完整结构和环节的内在联系，有利于学生建立完整的动作概念，完整的掌握动作。不足是学习难度较大，不利于掌握完整动作中较为困难的环节。2.分解法的有点是降低难度，简化教授过程、有利于提高学生的学习信心，掌握动作的困难环节。

不足之处是动作易割裂，破坏动作的完整结构，影响正确的动作技能的形成。十五.产生动作错误的原因？

1.运动生物学方面的原因:学生在完成动作的时候动作概念不正确，完成动作的方法不符合运动生物力学的基本原理。2.生理方面的原因:身体素质与运动能力未达到完成动作所要求的水平

3.教育心理方面的原理：师生关系紧张，教学内容不符合学生实际，缺乏系统性，方法失当，学生学习目的不明确

4.外部客观条件方面的原因：场地、器材、设备不符合学生的实际，外界气氛条件干扰 十六.体育教学中思想品德教育的原则？ 1.方向性原则 2.正面性原则

3.尊重学生与严格要求相结合原则 4.集体力量教育的原则 5.知行统一的原则 十七.体育教学对学生个性发展的作用？ 1.体育教学能使学生个性得到充分的展示和发展 2.体育教学对学生个性发展能起稳定作用 3.体育教学对学生个性发展起调整作用 十八.体育实践课结构的理论依据？ 1.学生生理机能活动能力变化规律 2.学生的心理活动变化规律

3.教学过程的一般规律 十九.准备部分的目的？

教学常规活动是指每节课开始时所需进行的一些基本活动，主要包括全班整队，检查人数、宣布教学目标与要求、检查服装、布置见习生活动内容、队列队形练习等。一般准备活动：是指促进学生身体全面发展的活动

专门性准备活动：是指其动作的性质和结构与基本教材有关或相近似的练习准备部分的内容选定应具有全面性、多样性、针对性、渐进性。二十.教学场地器材的布置？

1.场地器材的布局与使用要合理，可移动器材应尽量向固定器材靠拢

2.布置的场地器材应符合锻炼、卫生安全的要求，课前应认真周密检查，严防发生伤害事故。

3.场地器材的布置要有利于练习轮换时的队伍调动，有利于增加练习密度和适宜的生理负荷。

4.场地器材的布置便于教师对课的调控和辅导学生。

## 二十一.体育课生理负荷的安排？

1.课的生理负荷的量与强度的安排，应符合学生的身心发育水平 2.根据课型和组织教学形式的要求安排生理负荷

3.要考虑教材内容的性质、结构、难易程度、练习强度及气候环境等条件来安排生理负荷 4.要依靠负荷强度大小，适当地安排间歇时间，使练习与休息交替进行 二十二.体育课的生理负荷的调控？

1. 改变练习的某些基本要素，如速度、速率、幅度
2. 改变练习的顺序和组合，安排合理间歇、练习与休息合理交替
3. 改变练习内容的性质
4. 改变练习的密度
5. 改变练习的限制条件
6. 改变课的组织教法与形式

7. 调整课中各项活动的时间比例以及调节生理负荷 二十三.体育课生理负荷测定与评价方法 1. 学生自我感觉 2. 观察法

3. 生理测定法

4. 体育课生理负荷的评价

心率：小学生 120 ~130 次/min ，初中生 120 ~140/min ，高中男生 120 ~140/min 二十四.体育理论课的准备

1. 理解情况；掌握教学班的学生人数、年龄、思想、身体健康等
2. 钻研教材教法
3. 准备教具学具
4. 设计编写教案，要以课的整体与各环节的联系作通盘考虑
5. 预讲

二十五.体育实践课的准备 1.了解学生情况 2.研究教材教法 3.准备好场地器材 4.编写教案 5.培养体育骨干 6.教师预练

二十六.体育课评价的具体方法 1.全面评价 2.专题评价

二十七.评价课效果的形式 1. 自我评价

2. 听课评价

二十八.体育评价时的注意事项？、 1.理论与实践相结合 2.定性与定量相结合

3.全面分析与专题相结合 4.主管与客观条件相结合 二十九.体育教学工作计划？ 1. 2. 3. 4. 全年教学工作计划 学期教学工作计划 单元教学工作计划 课时计划

三十.制定全年教学工作计划的步骤与方法? 1.确定学年体育教学目标

2.确定本学年的教材内容和教学的总时数 3.确定本学年的考核项目与标准

4.确定各类教材内容的教学时数和各项教材内容的教学时数 三十一.制定学期体育教学工作计划要求?

1. 教材内容的安排要有利于学生身体的全面发展
2. 每次课教材内容的安排要考虑学生的学习负担和身体的承受能力
3. 教材内容的安排应注意其系统性与连贯性,处理好教材内容的先后顺序
4. 各项教材内容的安排应考虑季节性
5. 要正确确定各项教材内容的排列方式

## 第二篇:学校体育复习资料

### 学校体育学

1 体育课程:是增强学生的体能,传授体育的知识、技能,为学生终身体育奠定基,它与德育课程、智育课程和美育课程相配合,共同实现促进学生身心全面发展的目标,是学校全面发展教育的一个方面。

2 学校体育:指在以学校教育为主的环境中,运用身体运动、卫生保健等手段,对受教育者施加影响,促进其身心健康发展的有目的、有计划、有组织的教育活动。3 课外体育:指课前、课间和课后在校内进行的,以全体学生为对象,以保健操,健身活动为主要内容,以班级为基本组织单位,以满足广大学生多种身心需要为目扬州会议:

1979 年教育部在扬州召开了学校体育多元化发展的新局面。国外的结构教学法、快乐体育、成功体育、探索教学法等,两个计划:2009 年

制定实施推行了“全民健身计划”和 1995 年制定的“奥运争光计划”

新课程改革:2001 年,教育部印发了《基础教育课程改革纲要》,同时颁发了小学和初中各学科“课程标准”;2001 年 9 月,各学科“课程标准”在部分学校开始施行;2003 年,颁布了《普通高中体育与健康课程标准》,2004 年 9 月,在海南、广东、

课外体育活动的特点:目的任务的多向性、活动内容的多样性、组织形式的灵活性



学校体育的结构：**A 运动体育**：体育与健康、课余体育活动（包括：课外体育锻炼、课外体育训练、课外体育竞赛）**B 健康体育**（营养、卫生、健康）**C 教育活动和家庭体育**：教育活动中的体育；家庭中体育

学校体育目的与目标的区别：学校体育目的主要是表示学校体育应该培养什么样的“人”这个“人”应该具有什么样的基本素质和能力，是学校体育最后应达到的结果（与学校教育的目的是相同的），比较长远、抽象、主观和深刻。学校体育目根据人体生理机能活动变化的规律，体育课的基础结构可相应地分为准备、基本、结束三个部分。

基本部分的组织教法应注意以下几点：1. 合理安排教材之间的学习顺序。2. 应根据课的任务和主要教材的性质与学生特点，正确选择与安排好辅助性练习、诱导性练习、转移性练习和身体素质练习。3. 要合理安排好练习密度和运动量。4. 要合理地确定练习的组织形式。

体育学习的特征：**A** 在体育学习中，学生以学习和掌握间接经验为主。**B** 学生的体育学习是在教师指导下进行的 **C** 体育学习主要是在从事身体练习的过程中进行的，促进学生身体、心理和社会适应能力和谐发展的体育锻炼活动。4 体育学习：是学生在教师指导下，有目的、有计划、有组织、有系统地学习体育动技术，形成运动技能的过程。5. 学校体育目标：是指在一定活动空间和时期范围内学校体育实践所要达到的预期结果。

1、体育：体育是以身体练习为基本手段，结合日光、空气、水等自然因素和卫生措施，达到增强体质、增进健康、丰富社会文化生活为目的的一种社会活动。体育既是教育的有效手段，又是教育的重要内容。

2、体质：体质是个体的质量。它是人的有机体在遗传变异和后天获得性的基础上新表现出来的机能和形态上相对稳定的特征。

3、体能：是指人体各器官系统的机能在肌肉活动中表现出来的能力。

4、健康：指不仅是没有疾病和不虚弱，并且在身体、心理和社会各方面都完美的状态。

、心理健康：一种是指心理健康状态，个体处于这种状态时，不仅自我感觉良好，而且与社会处于契合和谐的状态；另一种是指维持心理健康，减少行为问题和精神疾病的原则和措施。

6、社会适应：指个体为了适应社会生活环境而调整自己的行为习惯和态度的过程。

7、运动参与：指学生主动参与体育活动的态度与行为表现。

8、运动技能：指在体育活动中有效完成专门动作的能力。包括神经系统调节不同肌肉群间的协调工作的能力。

9、竞技体育：是为了最大限度的发挥个人或集体的运动能力，争取优异成绩而进行的运动训练和竞赛。

10、终身体育：学校体育教学注重学生身体基础，关注学生学会自主练习和锻炼，养成习惯，掌握一两项终身受益的体育锻炼方法，培养学生自我体育意识。

11、快乐体育：把身体锻炼建立在自身愿望、需要的基础上，注意体验运动中的内在乐趣。

12、学习领域：指在体育与健康课程中，按学习内容性质的不同划分的学习范畴。

13、领域目标：指期望学生在特定学习领域达到的学习结果。课程目标通过各个领域目标的达成而实现。

14、水平目标：指不同阶段学生在各个学习领域中预期达到的学习结果。领域目标通过各个水平目标的达成而实现。17：运动负荷：是指身体练习给予人体的生理负荷，决定运动负荷效果的主要因素是量和强度。

18：体育教学常规：为保证体育教学活动的正常进行而制定的一系列常规和制度。体育学习：19：教学案例：一个案例就是一个实际情境的描述，在这个情境中，包含有一个或多个疑难问题，同时也可能包含有解决这些问题的方法。20、欧洲大陆出现了3次大规模的思想文化运动，即“文艺复兴运动、宗教改革运动和启蒙夸美纽斯：“身体不独是推理的灵魂的住所，而是也是灵魂的工具”，要做一个健全的人，达到“身心两方面的一种和谐”，“假如身体不健康、任

卢梭：主张在非自然中效法自然的法则、采用自然的方法对儿童进行包括体育在内的全面教育。

洛克：健全的精神寓于健康的身体，明确地把体育纳入教育，并把体育作为人得到健康、幸福的基础。

宁夏、山东四省区全面进行试验。

学校体育与学生心理发展：**a** 认识学生的心理发展 **b** 学校体育对学生心理发展的作用 **c** 在学校体育中提高学生心理发展水平的基本要求

认识学生的身体发展：**a** 学生身体形态发育的主要特点 **b** 学生身体机能发育的主要特点 **c** 学生体能发展的主要特点 学校体育对促进学生身体发展的作用 **a** 促进身体形态正常发育，养成正确身体姿势 **b** 提高机能水平，全面发展体能 **c** 提高对外界环境的适应能力和对疾病的抵抗力

学校体育对学生心理发展的作用

**a** 促进智力与能力的发展 **b** 调节情绪，缓解心理压力 **c** 有助于情感的发展 **d** 锻炼意志，增强进取心 **e** 培养与形成健康的个性 体育课程的新的特征：

(1)突破学科为中心，关注学生的全面发展，强调学生体育兴趣和体育实践能力的形成，为终身体育打基础。

(2)强调学生体育学习的经验、情感、态度、价值观和健康状况的变化，而不仅仅是知识、技能和体质目标的达成。

(3)实施选项课程，构建弹性化的课程内容结构，以适应多元化的体育需求。

(4)强调学生发展为核心的学习评价改革；注重过程评价，发展评价，他人评价，自我评价，多元评价。(5)强调教师在体育课程建设的权力与实施中的作用。

学校体育目标的功能：**A** 为学校体育内容和教学方法的选择提供依据 **B** 为学校体育活动的组织提供依据 **C** 为学校体育评价提供依据

体育教学方法的作用

1.沟通或连结教与学的作用。2.对体育教学内容的加工作用。3.对

4.对学习动机的激发作用 体育教学方法的特点：1 形成特点 2.运用特点（1）体育教学方法能使多种感觉器官参加工作（2）体育教学方法便于直观感知、思维与实践紧密结合（3）体育教学方法使运动与休息合理交替（4）体育教学方法具有时空功效性 3.发展性特点 学校体育目的与目标的结构：学校体育目的——学校体育目标——目的——课外体育活动目标——课运动竞体育教学过程的特点：身体直接参与 b 体力与智力活动相结合 c 身体承受一定的运动负荷

影响体育学习策略获得和运用的外部条件 1.体育教师因素；2.体育学习内容的难度；3.教学环境因素；4.学习时间和反馈调节

教学示范面：正面、背面、侧面、镜面示范等的特点：A 多样性 B 潜在性 C 多质性

发展体能有哪些方法：答：重复法、变换法、持续法、间歇法、完整法与分解法 d 预学校课余体育训练计划的制定：A 训练计划 B 阶段训练计划 C 课时训练计划

学校课余体育训来内容的安排：A 身体训练：B 技术训练 C 心理训练 DE 品德与作风训练

动参与、运动技能、身体健康、法 b 探究式学习法 c 发的涉及的是一般的体育过程，使整个学校体育，甚至是整个教育追求的最终结果，当学校体育目的转向体育课程或特定体育活动时，目的就变成了目标。

制定学校体育目标应考虑的几个因素：A 学生的需要 B 社会的需要 C 体育学科的必须考虑的三个因素：知识、儿童、社会

体育与健康课程目标：1.总目标 A 我国义务教育体育与健康课程的总目标 B 我国高中体育与健康课程总目标 2.领域目标：A 我国义务教育体育与健康课程的领域目标 B 我国高中体育与健康课程领域目标

实现我国学校体育目标的基本途径：A 体育与健康课，B 课外体育活动，C 目标的基本要求：A 全面贯彻教育方针，面向全体学生 B 以整体观点开展学校体育工作 C 处理好继承与发展，学习与创新的关系 D 加强体育师资队伍建设 E 加强学校体育的教学、科学研究 F 要保证必要的

## G 加强领导，科学管理

体育课程的特点:A 体育课程是运动认知性课程 B 体育课程是生活教育课程 C 体育课程是情意类课程 D 体育课程是综合性课程

体育课程的生物学基础:A 人体生理机能适应性规律 B 人体生理机能活动能力变化规律 C 体能发展的适应性规律 体育课程的心理学基础:A 特殊的认知领域——身体认知 B 体育课程对促进非智力因素的特定作用

体育课程的编制:A 体育课程设计阶段 B 体育课程实施阶段 C 体育课程评价阶段 目标确定课程内容标准 B 根据课程内容特征确定必修内容 C 根据学生的需求和爱好加大运动技能学习的自主选择性 D 根据可操作性和可观察性要求设置具体的学习目标 E 根据课程的发展性要求建立评价体系

体育课程实施的本质: a 现实性, b 适应性, c 创新性

向:

(一) 忠实取向

(二) 相互适应取向

(三) 生取向、(1) 传授体育知识的方法: 讲述法、讨论法、谈话法、演示法等; (2) 演示法、练习法、反法: 重复法、负重法、循环法、处方法、间歇法等; (4) 进批评法、榜样法、说服法等。根据教与学的关系划分:

a 教授法(指导法): 讲解法、示范法、演示法、分解法、完戏法、传递的性质划分(1) 视觉类体育教学方法; (2) 听觉类体育教学方法; (3) 动觉类、触觉类、本体感觉类体育教学方法。

在教学中运用讲解法时应注意: a 要明确讲解的目的 b 讲解内容要正确, 符合学生的接受能力 c 讲解要生动形象, 精简扼要 d 讲解要具有启发性 e 注意讲解的时机与效果

根据一节课的具体任务, 体育课又可分为引导课、新授课、复习课、综合课和考核的类型: ①普通体育课②专项提高课③保健体育课。

D 在体育学习中中学生要承受一定的运动负荷 E 体育学习对学生良好情感和品德的形成具有独到的作用

:共同：①提高运动成绩是主要目标②承担较大的运动负荷③训练内容手段的有机联系异同：①学校课余体育训练的业余性②学校课余体育训练的基础性③学校课余体育训练的广泛性

运动队的组建：1.确定训练项目 2.参训运动员的选拔：身体形态指标、生理机制指标、身体素质指标。3.指导教师的配备 4.规章制度的建立：各类中小学校一般应建立下列规章制度:A.训练制度 B.奖惩制度 C.比赛制度 D.教练员责任制 E.学习检查制度

学校课余体育训练方法的运用：A 重复训练法 B 变换训练法 C 循环训练法  
循环训练法构成因素有：①练习内容及循环顺序、每站练习的负荷量和强度；②站与站每次循环之间的间歇时间；③站的数量和循环的次数。

运用循环训练法时应注意：①根据训练的目标确定各站的内容和站的数量②针对学生的特点因人而异地确定负荷③组合和变换循环练习的形式

简述在教学中体育游戏的运用应注意的问题：a 根据发展体能的需要选择游戏法的内容与形式。b 教育学生严格遵守规则。c 在游戏时裁判应认真、严格、公正、准确。d 要布置好游戏的场地与器材，加强游戏的组织工作。e 游戏结束时，要做好讲评。  
论述题，体育教学方法的内涵：1.体育教学方法是指具体的教学方法，它从属于体育教学方法论，是体育教学方法论的一个层面。体育教学方法论是由体育教学方法理念(方法论)、体育教学基本方法、具体方法和教学方法4个层面组成的。2.体育教学方法包括教师教的方法(教授法)和学生学的方法(学习方法)两大方面，是教法和学法的有机统一。3.体育教学方法不同于体育教学方式。体育教学方式是构成体育教学方法的细节，是具体运用各种体育教学方法的技术。任何一种教学方法都由一系列的教学方式组成。其本身不能完成一项教学任务。4.体育教学方法不同于教学手段。体育教学手段是为提高体育教学方法运用效果而采用的传递教学信息和情感，发展学生能力的媒介物，主要指各种器具和设备。

论述体育与健康课程标准的基本理念:A 坚持“健康第一”的指导

## B 改革课程内

容和教学方式，努力体现课程的时代性，培养学生终身体育的意识 C 强调以学生发展为中心，重视学生的主体地位，帮助学生学会学习 D 激发运动兴趣，注重学生运动爱好和专长的形成，奠定学生终身体育的基础

简述制订学年教学工作计划的要求：(1)分析研究学生的基本情况，加强计划的针对性(2)以学生的发展需要为中心制订(3)遵循实践性、灵活性、综合性原则(4)有针对性地确定教学内容(5)要注重课程资源的开发

简述学校体育的目标。(1)体育课程目标与教学目标(2)课外体育锻炼目标(3)课余体育竞赛目标(4)课余体育训练目标

简述制定训练计划的要求：(1)考虑上一训练情况和本的训练目标；(2)身体素质、技术战术训练及运动成绩所要达到的指标和心理训练的要求；(3)全年训练阶段的划分，各个时期身体训练和战术训练的比重与内容以及训练负荷的安排；(4)参加比赛的时间安排；(5)检查评定训练效果的时间与方法等。

### 体育教师的基本职责

1. 2. 3. 4. 5. 6. 贯彻各项教育、体育工作方针、政策和法规，制定各种教育教学文件； 优先做好体育教学工作 组织指导课外体育锻炼 开展课余体育训练与竞赛 从事学校体育科研 配合开展学生体质检测和健康教育工作 体育宣传与器材设施维护

8、参与社会体育工作

9、体育教师的基本条件

1、高尚的道德品质

2、宽厚的理论基础与广博知识（基础理论知识、专业知识与技能、教育学心理学知识、横向学科知识）

3、良好的专项技能技术

4、先进的现代教育思想和教育观念

5、全面的专业工作能力（教学、教育、训练、运动、组织、科研

和创新、社会交往等能力)

## 6、良好的心理品质和强健的体魄

体育教学评价的多种评价方式综合运用

### 1、诊断性评价，形成性评价和终结性评价相结合。

诊断性评价主要解决学生在学习某一教材的准备状态；形成性评价重在体育教学工作中及时发现和诊断问题，及时获取反馈信息，改进体育教学工作；终结性评价指对某一阶段的教学工作所进行的综合前面评价，以确定教学的最终水平。对上一阶段所进行的终结性评价，又可作为对下一阶段进行诊断性评价的依据。这样，三种评价相互结合与作用，使整个评价活动始终处于不断上升的动态之中。

### 2、定性评价与定量评价

在体育教育中，采取定量的方法进行评价，增强了评价的科学性，改变了过去单一的定性评价，是定量评价占据了主要地位。但体育教育极为复杂，有它自身的特殊性，存在着大量的人文因素，21世纪所需的是全面发展的高素质复合人才，因此单靠定量化，数量化方法无法认清评价对象的本质特征，必须把定量评价与定性评价结合起来使用。

### 3、自评与他评相结合（教师评价不够客观）

传统的教育评价注重他人评价，忽视了教师和学生的自我评价。在对教师的评价中，任课教师长期工作在 教学第一线，对教学活动情况最为了解，对教学质量的优劣也较为清楚，所以对课堂教学质量的评价离不开任课教师的自我评价。学生是教学目标的实践者，只有亲身体会的内容，才能正确的评价它。一个善于运用自我评价的学生，他可以依据教学目标随时评价自己，使自己始终保持在教学目标指引下的定向学习目标，以此作为自我评价的目标，同时，这也有利于学生养成正确评价自我的能力，这也是学校体育在贯彻终身体育思想所要求的。

### 4、科学评价，重在激励

开发利用体育课程资源的途径和方法

#### （一）、对体育课程内容资源的开发与利用



- 1、改造现有的竞技运动项目
- 2、改进新兴运动项目
- 3、开发民族、民间传统体育
- 4、整合各种体育课程体育内容资源，创造新的体育课程内容
- 5、让体育教师和学生的知识和经验进入体育课程

## （二）对体育课程条件资源的开发与利用

- 1、对体育课程人力资源的开发
- 2、对体育课程物力资源的开发
- 3、对体育课程自然地理环境资源的开发

### 学生体育竞赛的价值

内在价值：教育价值：体育具有教育功能，是教育的重要组成部分，而作为体现体育重要特征的体育竞赛也同样具有教育价值。培养学生优良的思想品德，培养学生良好的心理品质，传播体育文化。

健身价值；娱乐价值；竞争价值；创造价值；终身体育价值

外延性价值：促进校园文化发展的价值；

引领学校体育工作的价值；进行奥林匹克宣传的价值

促进全民健身计划实施的价值；发现体育人才的价值

国家课程、地方课程和校本课程的关系

由于国家、地方和学校三级主体在课程开发方面的权限和侧重点不尽相同，必然会出现三种不同的课程形态，但是它们之间不存在高级与低级之分，它们之间呈相辅相成、互为补充的关系。在实行国家课程的同时，应该允许一定比例的地方课程与校本课程的存在；而在实施地方课程与校本课程的学校首先要保证国家课程的地位。

### 体育教学中交往的特点

- 1、体育教学中交往的身心综合性
- 2、体育教学交往的自由度和多样化
- 3、体育教学中交往的、双方本质力量的互动性
- 4、体育教学中交往手段的特质性
- 5、体育教学中交往的触觉感知性

### 体育教学中交往的功能

- 1、传递信息、增加学生的知识与经验
- 2、调节行为及调节人际关系
- 3、心里保健功能
- 4、提高自我认识、促进个性发展

#### 体育教学评价的类型

- 1、综合评价和单项评价
- 2、对学生的评价和对教师的评价
- 3、内部参与者的评价和外部参与者的评价
- 4、主观评价和客观评价
- 5、相对评价和绝对评价
- 6、诊断性评价、形成性评价和综合性评价

#### 体育教学设计的含义

体育教学设计师根据体育学科的特点，从体育教学系统的整体出发，综合考虑体育教师、学生、场地、器材。体育教学环境以及要达成的教学目标等各方面的因素，详细分析体育教学可能出现的问题，有针对性地设计出解决这些问题的教学行动方案，并在体育教学实施过程中评价行动方案的可靠性，同时做出修正，知道体育教学活动取得好的教学效果为止。

#### 学校体育的总目标

开发学生的身心潜能，增强学生体质，增进学生健康，促进学生身心的和谐发展；

培养学生从事体育运动的态度、兴趣、习惯和能力，为终身体育打下基础；

促进学生个体社会化，培养学生良好的思想品质，使其成为具有创新精神和创新能力，德智体美全面发展的社会主义建设的合格人才。

#### 学校体育的总目标

开发学生的身心潜能，增强学生体质，增进学生健康，促进学生身心的和谐发展；

培养学生从事体育运动的态度、兴趣、习惯和能力，为终身体育打下基础；

促进学生个体社会化，培养学生良好的思想品质，使其成为具有创新精神和创新能力，德智体美全面发展的社会主义建设的合格人才。

实现学校体育目标的基本要求

- 1、协同学校教育，面向全体学生；
- 2、课外与课内相结合
- 3、营造良好的学校体育环境
- 4、价值、去昂体育师资队伍建设
- 5、加强学校体育科学研究的总结

学校体育的效果目标

- 1、增强学生体质，增进健康
- 2、传授体育活动、卫生保障、健康生活的知识、运动技能和健身方法，是学生具有一定的体育文化素养
- 3、培养学生对体育的兴趣、习惯和能力，为终身体育奠定基础
- 4、促进学生个性全面发展，培养健全人格
- 5、发展学生的运动才能，提高学生的运动技术水平

课余体育竞赛的特点

1、竞争性：体育竞赛是对参与者的运动技能和运动成绩进行展示、比较和评定；体育竞赛的灵魂就是鼓励公平竞争，而竞争的表现形式是双方的全力以赴、拼搏争胜。

2 合作性：竞争是与对方的竞争，合作则是与本方的合作；在比赛前、中、后，既需要发挥参赛者个人的能力，又需要集体的协作支持。

3、公开性：学生体育竞赛是在公开场合进行，有公正、统一的规则；学生体育竞赛的公开性，促使比赛的组织管理更为科学规范、公平公正。

4、教育性：学生课余从比赛本身了解人类创造的竞技体育文化，掌握体育知识技术，教育学生形成良好优良的思想品德作风、培养良好的心理品质。

5、娱乐性：在比赛中优秀选手所表现的高潮技巧，是学生得到美的熏陶和美的享受，放松心情，调整学习生活节奏，丰富校园文化活动。

6、层次性：体育竞赛既有相对水平的比赛，也有基础性、水平较

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/987133031133006051>