

图书基本信息

书名：<<中公最新版2013国家教师资格考试专用教材>>

13位ISBN编号：9787510046759

10位ISBN编号：7510046750

出版时间：2013-1

出版公司：世界图书出版公司

作者：中公教育教师资格考试研究院

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## 前言

前言2011年10月,教育部师范教育司、教育部考试中心颁布了《中小学和幼儿园教师资格考试标准(试行)》。

该标准发布后,教师资格考试打破了以往各地分别组织考试的形式,全国统一组织考试成为定式。为帮助广大考生在较短的时间内提高考试成绩,中公教育教师考试研究院在各级教育行政部门的大力支持和协助下,组织相关专家深入研究考试大纲和命题趋势,精心编写了这套“国家教师资格考试专用教材”。

本套教材共71本图书,包括广受考生欢迎的16本公共科目辅导用书,及55本专业的学科知识与教学能力辅导用书。

本套教材涵盖了教师资格考试大纲所规定的所有科目,包括幼儿园系列7本,小学系列7本,中学系列57本。

在编写过程中,我们实现了以下几个目标:1.专家编著,权威预测本试卷由多位教育理论专家和具有实战经验的一线教师在深入研究全国统一教师资格考试命题趋势的基础上,精心打造而成,是多年辅导经验与智慧的结晶,做到了理论和实践的完美结合,具有极强的前瞻性和预测性。

2.契合大纲,真题标准通过全面深入研究最新考试大纲,我们将教师资格考试常考知识点糅合于不同题型中,交叉考查考试的重点、难点,基本覆盖考试的高频考点,达到高度契合考试大纲内容的要求。

3.强化考点,查漏补缺在细致地分析了真题对大纲不同模块考查的密度和深度的基础上,我们结合真题的题型题量,编写了与真题难度保持一致的十套标准预测试卷,真正达到强化考点、查漏补缺的作用。

4.精选试题,冲刺提高全套试卷每道题目均为业内专家从题库中精挑细选的典型习题,可以有效帮助考生进行有针对性的强化训练,使考生避免陷入漫无边际而收效甚微的题海苦战。

一分耕耘一分收获。

相信各位考生在本系列图书的帮助下,一定可以通过自己辛勤的努力,披荆斩棘,圆自己的三尺讲台之梦。

2013年1月



## 书籍目录

第一部分体育学科知识与技能 第一章运动人体科学 从考试大纲看本章考点(2) 考点聚焦(2) 第一节运动解剖学(2) 考点梳理(2) 一、人体结构的基本组成(2) (一)细胞与细胞间质(2) (二)人体四大基本组织(3) 二、人体主要器官和系统的结构特点(3) (一)运动系统(3) (二)消化系统(4) (三)心血管系统(4) (四)淋巴系统(4) (五)呼吸系统(5) (六)泌尿系统(5) (七)神经系统(5) (八)感觉器(5) 三、人体各大系统的功能与运动关系(6) (一)运动系统的功能及其与运动的关系(6) (二)消化系统功能与运动的关系(6) (三)心血管系统功能及其与运动的关系(6) (四)呼吸系统功能及其与运动的关系(7) (五)泌尿系统功能及其与运动的关系(7) (六)神经系统的功能与运动的关系(7) (七)感受器与运动的关系(7) 第二节运动生理学(7) 考点梳理(7) 一、骨骼肌收缩的生理学原理(7) (一)肌肉的细微结构与收缩原理(7) (二)肌肉的收缩形式与特征(9) (三)骨骼肌纤维的类型与运动能力(10) 二、氧的运输系统与能量代谢(12) (一)氧的运输系统(12) (二)运动中的能量物质与能量供应(16) (三)人体运动的神经体液调控(17) 三、运动过程中人体功能的变化与运动技能的形成(18) (一)运动过程中人体功能的变化规律(18) (二)运动技能的形成(20) 四、身体素质的生理学基础(21) (一)力量素质的生理学基础(21) (二)速度素质的生理学基础(21) (三)有氧耐力素质的生理学基础(22) (四)无氧耐力的生理学基础(23) (五)灵敏素质与柔韧性素质的生理学基础(23) 五、制定运动处方的基本方法(24) 第三节体育保健学知识(24) 考点梳理(24) 一、体育卫生与健康促进(24) (一)健康与亚健康的现代概念(24) (二)运动对个体健康的影响(25) (三)运动与人的行为和生活方式(25) (四)不同人群的体育卫生(26) (五)环境和卫生(27) 二、体育课的医务监督和医疗体育(28) (一)体育课的医务监督(28) (二)医疗体育(30) (三)按摩(30) (四)运动性病症(31) 三、运动损伤及其预防、处理和康复(32) (一)运动损伤的概念与分类(32) (二)运动损伤的原因、预防、处理与康复(32) (三)常见运动损伤的病理类型(33) (四)几种常见的运动损伤(34) 第四节运动营养学及生物化学(36) 考点梳理(36) 一、食物的营养价值与合理膳食(36) (一)主要营养素的组成、来源、分类、生理功能及需求量(36) (二)食物中的其他营养成分(37) (三)合理膳食中各类营养素之间的相互关系(38) 二、环境与生活中生物化学因素对人体健康的影响(39) (一)环境中的生化因素对人体健康的危害(39) (二)生活方式中的生物化学因素对人体健康的危害(39) 三、运动过程中糖、脂和蛋白质的代谢特点(39) (一)运动中的糖代谢特点(39) (二)运动中的脂肪代谢特点(40) (三)运动中的蛋白质代谢特点(40) 四、竞技运动中违禁药物对身体健康的危害(40) (一)违禁药物和使用违禁药物的界定(40) (二)违禁药物对体能和心理的效应(41) (三)违禁药物的分类及其代表品种(41) (四)违禁药物对人体的危害作用(41) 第五节运动生物力学(41) 考点梳理(41) 一、运动生物力学概述(41) (一)运动生物力学的简介(41) (二)运动生物力学任务(42) 二、人体运动生物力学基础(42) (一)人体的简化(42) (二)人体运动的运动学常识(42) (三)人体运动中的动力学常识(43) (四)人体运动中的静力学(44) (五)人体运动中的转动力学(45) 三、骨的生物力学(45) (一)骨的应力-应变曲线(45) (二)骨的强度(45) (三)骨骼受力形式与表现(45) (四)骨疲劳(46) 四、肌肉的生物力学常识(46) (一)肌肉结构力学模型的性质(46) (二)肌肉收缩的生物力学概论(46) 五、人体基本运动原理(47) (一)上肢的基本运动形式(47) (二)下肢基本运动形式(47) (三)躯干基本运动形式(48) (四)人体基本运动原理(48) (五)杠杆原理:肌拉力 $\times$ 肌力臂=阻力 $\times$ 阻力臂(48) 第二章体育人文社会学 从考试大纲看本章考点(49) 考点聚焦(49) 第一节体育概论(49) 考点梳理(49) 一、体育的概念与功能(49) (一)体育的概念与分类(49) (二)体育的功能(50) (三)体育的本质属性(50) 二、体育目的与任务(50) (一)体育目的依据的确定(50) (二)我国体育的目的与目标(51) (三)如何实现我国体育目的与目标(51) (四)如何普及与提高我国体育目的和目标(51) 三、体育手段(51) (一)身体运动的构成要素(51) (二)运动技术(52) 四、体育过程的要素与结构(52) (一)体育过程的要素(52) (二)体育过程结构(52) (三)体育过程之间的关系(53) 五、体育文化(53) (一)体育的文化属性及含义(53) (二)中西方体育文化的差异(53) (三)奥林匹克文化(53) 第二节学校体育学(54) 考

点梳理(54) 一、学校体育思想的形成与发展(54) (一)现代体育思想的形成与体育的教育化(54) (二)学校体育思想的发展与学校体育的课程化和科学化(55) (三)二十世纪体育思想的发展(56) 二、我国体育思想的形成和发展(57) (一)西方体育和体育教育思想的早期传播(57) (二)自然体育学说的传入及其影响(57) (三)凯洛夫教育理论对我国学校体育思想的影响(58) 三、20世纪后期学校体育发展的新趋势(58) (一)社会转型与教育改革(58) (二)终身教育与学校体育的新发展(59) (三)新世纪中国学校体育课程改革(59) 四、学校体育目标的结构与功能(60) (一)学校体育目标本质(60) (二)学校体育目标的结构(61) (三)学校体育目标的功能(62) 五、体育课程(63) 六、体育教学(64) 七、体育教学原则(65) 八、学校课余体育的特点和实施(66) 九、常见的体育教学模式(66) (一)传统运动技能教学模式(66) (二)启发式(发现式)体育教学模式(67) (三)领会式体育教学模式(68) (四)选择制体育教学模式(68) (五)小群体体育教学模式(69) (六)快乐体育教学模式(70) (七)体育锻炼类教学模式(70) (八)情景式体育教学模式(71) (九)发展学生主动性体育教学模式(71) (十)成功体育教学模式(72) 十、学校课余体育竞赛(73) 第三节运动训练学(74) 考点梳理(74) 一、竞技体育与运动训练(74) (一)运动训练学的目的和任务(74) (二)项群训练理论(74) 二、运动训练的基本原则(76) (一)竞技需要原则(76) (二)动机激励原则(77) (三)有效控制原则(77) (四)系统训练原则(77) (五)周期安排原则(78) (六)适宜负荷原则(78) (七)区别对待原则(79) (八)直观教练原则(80) (九)适时恢复原则(80) 三、运动训练的方法与手段(81) (一)运动训练方法释义及作用(81) (二)运动训练方法的基本分类(81) (三)模式训练法(81) (四)程序训练法(82) (五)分解训练法(82) (六)重复训练法(82) (七)间歇训练法(83) (八)持续训练法(84) (九)变换训练法(85) (十)循环训练法(86) (十一)比赛训练法(87) (十二)运动训练的常用手段(87) 四、力量素质的训练方法及手段(88) (一)力量素质释义(88) (二)发展力量素质的重要意义(88) (三)力量素质的练习方法与手段(88) (四)最大力量的训练(89) (五)发展力量素质的注意事项(90) 五、速度素质的训练方法及手段(90) (一)速度素质的概念(90) (二)速度素质的意义(91) (三)速度素质练习的方法与手段(91) (四)速度训练的基本要求(92) (五)发展速度素质的注意事项(92) 六、耐力素质的训练方法及手段(92) (一)耐力素质的概念(92) (二)耐力素质的意义(92) (三)影响耐力素质的因素分析(92) (四)发展耐力素质的方法与手段(93) (五)发展耐力素质的注意事项(93) 七、灵敏素质的训练方法及手段(93) (一)灵敏素质的概念(93) (二)灵敏素质的意义(93) (三)灵敏素质练习的主要手段(93) (四)发展灵敏素质的注意事项(94) 八、柔韧素质的训练方法及手段(94) (一)柔韧素质的概念(94) (二)柔韧素质在运动实践中的意义(94) (三)柔韧素质练习的方法、手段(94) (四)发展柔韧素质的注意事项(95) 九、运动员心理能力的训练方法及手段(95) (一)运动员心理能力释义(95) (二)运动员心理能力的重要作用(95) (三)运动员心理能力训练的常用方法(95) (四)几种心理现象及克服方法(95) 第三章体育运动项目 从考试大纲看本章考点(97) 考点聚焦(97) 第一节体育运动项目的起源与发展(97) 考点梳理(97) 一、田径运动的起源与发展(97) (一)田径的概念(97) (二)田径的起源(97) (三)田径运动在我国的发展概况(98) 二、体操的起源与发展(98) (一)体操的概念(98) (二)体操的起源(98) (三)体操的发展(99) 三、篮球的起源与发展(99) (一)篮球的定义(99) (二)篮球的起源(99) (三)篮球的发展(100) 四、排球的起源与发展(101) (一)排球的概念(101) (二)排球的起源(101) (三)排球的发展(101) 五、足球的起源与发展(101) (一)足球的概念(101) (二)足球的起源(101) (三)足球的发展(102) 六、健美操的起源与发展(102) (一)健美操的概念(102) (二)健美操的起源(102) (三)健美操的发展(103) 七、武术的起源与发展(103) (一)武术的概念(103) (二)武术的起源(103) (三)武术的发展(103) 第二节体育运动项目竞赛的组织与裁判法(104) 考点梳理(104) 一、田径运动竞赛组织与裁判法(104) (一)田径运动竞赛组织工作(104) (二)田径运动竞赛的裁判法(105) 二、体操运动竞赛的裁判法(105) (一)裁判的组成(105) (二)评判标准(105) 三、球类运动项目竞赛的裁判法(106) (一)球类运动项目的竞赛规则(106) (二)球类运动项目的裁判法(107) 四、健美操运动竞赛的裁判法(109) (一)健美操竞赛种类(109) (二)健美操运动竞赛裁判法(109) 五、武术运动竞赛的裁判法(109) (一)武术

套路竞赛通则(109) (二) 武术套路竞赛评分标准与方法(110) (三) 武术比赛的裁判法(110)

六、体育运动项目竞赛的组织工作(110) 第三节体育运动项目的基本技术与练习方法(111) 考点梳理(111) 一、田径类跑、跳、投项目的基本技术与练习方法(111) (一) 跑的基本技术与练习方法(111) (二) 跳跃项目的基本技术与练习方法(113) (三) 投掷项目的基本技术与练习方法(114) 二、体操类运动项目的基本动作与练习方法(115) (一) 队列队形(115) (二) 徒手体操(116) (三) 技巧(116) (四) 双杠(117) (五) 单杠(120) (六) 跳马(122) (七) 保护与帮助(123) 三、球类运动项目的基本技术与战术类型(123) (一) 篮球的基本技术与战术类型(123) (二) 排球的基本技术与战术类型(128) (三) 足球的基本技术与战术类型(130) (四) 乒乓球的基本技术与战术类型(134) 四、健美操基本动作与创编方法(135) (一) 健美操的基本动作与练习方法(135) (二) 健美操的创编方法(137) 五、武术基本技术、技法与练习方法(138) (一) 青年拳(138) (二) 太极拳(139) (三) 初级剑(141) 第四节体育运动项目专项身体素质训练的方法(143) 考点梳理(143) 一、田径类跑、跳、投项目专项身体素质训练方法(143) 二、体操类运动项目专项身体素质训练方法(144) 三、篮球运动专项身体素质训练方法(144) 四、排球运动专项身体素质训练方法(145) 五、足球运动专项身体素质训练方法(145) 六、乒乓球运动专项身体素质训练方法(145) 七、健美操运动专项身体素质训练方法(146) 八、武术运动专项身体素质训练方法(146)

第二部分体育教学设计 第一章《普通高中体育与健康课程标准(实验)》简释 从考试大纲看本章考点(148) 考点聚焦(148) 第一节体育与健康课程的性质与基本理念(148) 考点梳理(148) 一、高中体育与健康课程的性质(148) (一) 基础性(149) (二) 实践性(149) (三) 综合性(149) 二、高中体育课程的基本理念(149) (一) 坚持“健康第一”的指导思想, 促进学生健康意识, 培养健康的体魄(149) (二) 注重体育课程内容和教学方式的改革, 体现课程的时代性(149) (三) 以学生发展为中心, 帮助学生学会体育与健康学习(150) (四) 注重学生运动爱好与专长的形成, 形成学生终身体育意识(150) 第二节高中体育与健康课程的设计(150) 考点梳理(150) 一、根据课程目标确定课程内容标准(150) 二、根据课程内容特征确定必修内容(151) (一) 《课程标准》将高中阶段划分为水平五、水平六两级学习水平(151) (二) 共同必修的内容由七个系列组成(151) 三、根据学生的需求和爱好加大运动技能学习的自主选择性(151) 四、根据可操作性和可观察性要求设置具体的学习目标(152) 五、根据课程的发展性要求建立评价体系(152) 第三节高中体育与健康课程的目标体系(152) 考点梳理(152) 一、制定高中体育与健康课程目标的依据(152) (一) 现代社会发展的需求(152) (二) 高中学生身心发展的特征(152) (三) 体育与健康课程的特点和功能(153) 二、高中体育与健康课程目标的设置(153) (一) 总目标(153) (二) 具体目标(153) (三) 水平目标(153) 三、课程的总目标(153) 四、具体目标和水平目标(153) 第四节高中体育与健康课程的内容标准(154) 考点梳理(154) 一、高中体育与健康课程水平五的内容标准(154) 二、高中体育与健康课程目标体系、内容标准与学习内容的关系(157) (一) 高中体育与健康课程内容标准(157) (二) 内容标准没有规定具体的学习内容(157) (三) 体育与健康课程的学习内容(157) (四) 总目标、具体目标和水平目标是制定内容标准的前提和依据(157) 第二章高中体育教学内容选择与安排 从考试大纲看本章考点(158) 考点聚焦(158) 第一节高中《体育与健康》课程学习内容分析(158) 考点梳理(158) 一、课程学习内容中的系列与模块(158) (一) 必修内容(159) (二) 必修选学内容(160) 二、健康教育专题系列的学习内容(160) (一) 健康教育专题系列定义(160) (二) 健康教育专题系列的学习内容(160) 三、运动技能系列的学习内容(160) (一) 田径类项目(161) (二) 球类项目(161) (三) 体操类项目(162) (四) 民族民间体育项目(162) (五) 水上或冰雪类项目(163) (六) 新兴运动类项目(163) 第二节高中体育教学内容的选择与安排(163) 考点梳理(163) 一、选择体育教学内容的原则(163) (一) 目标引领的原则(163) (二) 科学性原则(164) (三) 实用性原则(164) (四) 安全性原则(164) (五) 可行性原则(164) 二、竞技运动项目的改造(164) 三、模块教学内容的安排(165) (一) 将目标融于模块内容之中(166) (二) 处理好模块内容的纵横联系(166) (三) 考虑主项教材需要增补和变化的内容(166) 第三节高中学生体育选项安排(169) 考点梳理(169) 一、学生对学习内容的选择(169) 二、选项程序(169) 三、学生选项的指导(170) (一) 关注学生的个体差异(170) (二) 正确引导学生做好选项工作(170) 第三章体育教学资源的开发与利用 从考试大纲看本章考点(171)

）考点聚焦（171）第一节体育教学资源概述（171）考点梳理（171）一、体育教学资源的含义（171）二、体育教学资源的分类（171）三、现代教育技术在体育教学中的作用（171）四、体育教学资源的利用与开发（172）（一）体育教学资源利用与开发应考虑的因素（172）（二）体育教学资源利用与开发的意义（173）第二节体育课程内容的开发与利用（174）考点梳理（174）一、体育锻炼项目的开发与利用（174）（一）常用身体练习的选择与利用（174）（二）现有运动项目的改造（174）（三）新兴运动项目的引进与改造（174）（四）民族传统体育活动项目的引入与继承（175）二、体育课件的制作与利用（175）（一）PPT课件的制作技巧（175）（二）多媒体课件的利用（176）第三节场地器材的开发与利用（177）考点梳理（177）一、挖掘常用体育器材的潜在功能（177）二、废物利用，制作简易体育器材（177）三、生活物品的利用（178）四、改造现有体育场地器材，提高利用率（179）五、合理布局和设计学校体育场地器材（179）第四章高中体育教学设计从考试大纲看本章考点（181）考点聚焦（181）第一节体育课教学设计概述（181）考点梳理（181）一、体育教学设计的含义（181）二、体育教学设计的基本要素与流程（182）（一）学生的学情分析（182）（二）体育教学目标设计（182）（三）体育教学策略的设计（182）（四）体育教学资源设计（182）（五）体育教学流程设计（182）（六）体育教学设计的评价（182）三、体育教学设计与体育教学计划的异同（183）四、体育教学设计的一般要求（183）（一）体育教学设计要全面贯彻《课程标准》（183）（二）突出学生学习的主体地位，重视教师的指导作用（183）（三）教学内容的选取要具有时代感，激发高中生的学习兴趣（183）（四）教学设计应考虑学校客观存在的现实条件（184）（五）教学设计应做到统一要求与灵活性相结合（184）五、体育教学设计评价的内容与标准（184）（一）体育教学设计评价（184）（二）教学目标的评价标准（184）（三）教学策略的评价标准（184）（四）教学设计方案有效性的评价标准（185）第二节体育教学策略的选择与设计（185）考点梳理（185）一、体育教学策略的特征（185）（一）指向性（185）（二）整体综合性（185）（三）可操作性（185）（四）教学调控性（185）（五）灵活性（186）二、常用的体育教学策略类型（186）（一）示范—模仿教学策略（186）（二）分层（类）教学策略（186）（三）情境教学策略（186）（四）自主学习教学策略（186）（五）主题教学策略（187）（六）支架式教学策略（187）三、体育教学策略选择的依据（187）（一）依据体育教学的具体目标（187）（二）依据体育教学内容（187）（三）依据学生的实际情况（187）（四）依据教师本身的素养（187）（五）依据教学策略的适用范围（187）四、体育教学策略的设计（188）第三节高中体育单元教学设计（188）考点梳理（188）一、高中体育单元教学设计的方法和步骤（188）（一）认真研究课程目标（188）（二）深入钻研教材内容单元教学计划（189）（三）悉心探明学生实际（189）（四）掌握目标陈述技术（189）（五）精心运筹教学实施（190）（六）做好单元教学评价方法的设计（190）二、单元教学计划的特点和要求（190）（一）单元教学计划的基本含义与特征（190）（二）单元教学计划的形式（191）（三）单元教学计划的规模（191）（四）制定单元教学计划的要求（191）第四节高中体育课教案设计（192）考点梳理（192）一、体育实践课的备课（192）（一）备学生（192）（二）备教材（192）（三）备组织教法（193）（四）备场地器材（193）（五）备天气（194）二、高中体育课教案设计的方法与步骤（194）（一）确定课时教学目标（194）（二）安排教学内容和组织形式（194）（三）安排各项教学内容的教学时间（195）（四）设计课的生理负荷和练习密度（196）（五）设计课的场地器材（196）（六）考虑适时进行学习评价（196）三、体育课教案（又称学时教学计划）（196）（一）理论课（健康教育类）教案（196）（二）实践课教案（196）第三部分体育教学实施第一章高中体育教学从考试大纲看本章考点（198）考点聚焦（198）第一节体育课组织教学的阶段特征（198）考点梳理（198）一、体育课组织教学阶段划分的依据（198）（一）课堂组织教学的需要（198）（二）学生机体工作能力的变化（198）二、体育课组织教学的阶段特征（199）三、体育课的结构（199）第二节高中体育课教学的组织形式（200）考点梳理（200）一、体育课教学组织形式与管理（200）二、体育课教学组织形式的类型（200）三、影响体育课教学组织形式选择的因素（201）四、高中体育课选项教学的组织实施（201）第三节体育课教学环境的创设（202）考点梳理（202）一、体育教学环境的概念要素与特点（202）（一）体育教学环境的概念（202）（二）体育教学环境的要素（202）（三）体育教学环境的特点（202）二、优化体育教学环境的策略（203）（一）体育教学物理环境的优化策略（203）（二）体育教学心理环境的优化策略（203）三、体育课场

地器材的布置(204) (一)体育场地标志线(物)的布置(204) (二)体育器材的布置(204) 四、体育课堂常规(205) (一)体育课堂常规的基本内容(205) (二)执行体育课堂常规的注意事项(205) 五、体育课突发事件的类型及应变措施(206) (一)来自学生方面的突发事件及应变措施(206) (二)来自教师方面的突发事件及应变措施(206) (三)非人为的突发事件及应变措施(206) 第四节体育课运动负荷的安排与调控(207) 考点梳理(207) 一、体育课的适宜运动负荷(207) (一)运动负荷的含义(207) (二)对运动负荷的理解和认识(207) 二、体育课运动负荷的量度(207) 三、合理安排体育课运动负荷的注意事项(208) (一)根据学生的身心发展水平安排运动负荷(208) (二)根据体育课的类型安排运动负荷(208) (三)根据体育课教材的性质安排运动负荷(208) (四)根据季节气候及场地器材条件安排运动负荷(209) 四、调控体育课运动负荷的方法(209) 五、体育课的心理负荷(209) 第二章高中体育教学方法的运用从考试大纲看本章考点(210) 考点聚焦(210) 第一节体育教学方法概述(210) 考点梳理(210) 一、体育教学方法的分类(210) 二、体育教学方法的分类(210) 三、体育教学方法选择的意义与依据(211) (一)正确选择体育教学方法的意义(211) (二)体育教学方法选择的根据(211) 第二节体育各类教材教学方法的运用(212) 考点梳理(212) 一、体育知识类教材教学方法的运用(212) 二、运动技能类教材教学方法的运用(213) 三、发展体能类教材教学方法的运用(214) 第三章高中体育课学生学习指导从考试大纲看本章考点(215) 考点聚焦(215) 第一节体育学习策略的指导与训练(215) 考点梳理(215) 一、体育学习策略的分类(215) (一)体育学习认知—运动策略(215) (二)体育学习认知—调控策略(216) 二、体育学习策略指导与训练(216) (一)激发学生的体育学习兴趣,强化元认知(216) (二)创设情境鼓励学生积极参与,激发学生的策略意识(217) (三)教给学生自我调控策略(217) 第二节学生运动技能学习的指导(218) 考点梳理(218) 一、运动技能学习的导入方式与要求(218) (一)运动技能学习的导入方式(218) (二)运动技能学习导入的要求(218) 二、处理好言语指导(讲解)、示范与学生练习的关系(218) 三、充分利用反馈,提高学习效率(219) 第三节新型学习方式的指导(220) 考点梳理(220) 一、学习方式的种类(220) 二、自主学习的指导(221) (一)自主学习的特点(221) (二)自主学习的步骤(221) (三)自主学习指导的注意事项(221) 三、探究学习的指导(222) (一)探究学习的特点(222) (二)探究学习的步骤(222) (三)探究学习指导的注意事项(222) 四、合作学习的指导(223) (一)合作学习的特点(223) (二)合作学习的步骤(223) (三)合作学习指导的注意事项(223) 第四部分体育教学评价 第一章体育教学评价概述从考试大纲看本章考点(226) 考点聚焦(226) 第一节体育教学评价功能及其构成(226) 考点梳理(226) 一、体育教学评价的意义与功能(226) (一)体育教学评价的意义(226) (二)体育教学评价的功能(226) 二、体育教学评价的基本构成(227) (一)为什么评——体育教学评价的目的(227) (二)谁来评——体育教学评价的主体(227) (三)评什么——体育教学评价的内容(228) (四)怎么评——体育教学评价的技术和手段(228) 三、体育教学评价流程(228) 第二节体育教学评价的类型(229) 考点梳理(229) 一、按教学评价的功能分类(229) (一)诊断性评价(229) (二)形成性评价(229) (三)终结性评价(229) 二、按教学评价的表达方法分类(230) (一)定量评价(230) (二)定性评价(230) 三、按教学评价的基准分类(230) (一)绝对评价(231) (二)相对评价(231) (三)个体内差异评价(231) 第二章高中体育与健康课程的学习评价从考试大纲看本章考点(232) 考点聚焦(232) 第一节体育学习评价简述(232) 考点梳理(232) 一、体育学习评价的目的(232) 二、体育学习评价的原则(233) (一)教育性原则(233) (二)科学性原则(233) (三)动态性原则(233) (四)伦理性原则(233) 三、体育学习评价的特点(233) (一)体育学习效果易受先天差异影响(233) (二)体育学习评价视角的多样性(233) (三)体育教学评价的即时性(234) (四)客观因素对体育教学评价结果的影响(234) 四、学生体育学习评价的基本要求(234) (一)评价内容体系要全面,具有可选择性(234) (二)学习评价内容与教学内容统一(234) (三)评价方法要关注学生的个体差异,关注学生的进步与发展(234) (四)实现评价主体的多元性(234) 第二节高中体育与健康课程学习评价的内容(235) 考点梳理(235) 一、体能的评定(235) (一)强调与健康有关的体能评价(235) (二)根据水平五的体能发展目标与内容框架,选择与学生所学运动技能项目相关的体能指标进行评定(235) 二、体育与健康知识和技能的评定(235) 三、学习态度的评定(236) 四、情意表现与合作精神的评定

(236) 五、健康行为的评价(236) 第三节高中体育与健康课程学习评价的实施(237) 考点梳理(237) 一、高中体育学习评价方法的选择(237) (一) 定量与定性评价相结合(237) (二) 过程性评价与终结性评价相结合(237) 二、高中体育学习评价标准的形成(239) (一) 绝对性评价与相对性评价相结合(239) (二) 用离差法制定体育学习的评价标准(240) (三) 采用技评和达标相结合来制定体育学习评价标准(241) 三、实现评价主体的多向发展(241) (一) 强调学生的自我评价和相互评价(241) (二) 强调学生理解(242) (三) 强调教师学习(242) 四、《国家学生体质健康标准》的内涵和实施(242) (一) 《国家学生体质健康标准》的内涵(242) (二) 《国家学生体质健康标准》的基本规定(242) (三) 《国家学生体质健康标准》的项目、指标及运用(243) 第三章体育教师教学评价从考试大纲看本章考点(245) 考点聚焦(245) 第一节体育教师教学评价简述(245) 考点梳理(245) 一、体育教师教学评价与体育教师评价的关系(245) 二、体育教师教学评价的核心理念(246) (一) 体育教师教学评价必须以教学的改善为目的(246) (二) 体育教师教学评价必须基于协商参与(246) 三、体育教师教学评价内容(246) (一) 教学准备(246) (二) 教学过程(247) (三) 教学效果(247) 四、体育教学评价指标体系(247) 五、体育教师教学评价指标体系分配(249) (一) 体育教师教学评价一级指标(249) (二) 体育教师教学评价二级指标(249) (三) 体育教师教学评价三级指标(249) 第二节体育教师教学评价的方法与案例(250) 考点梳理(250) 一、教师自我评价与案例(250) 二、同行专家评价与案例(250) 三、学生评价与案例(252) 第三节体育教师教学反思(253) 考点梳理(253) 一、体育教师教学反思的内涵、意义及原则(253) (一) 教学反思的内涵(253) (二) 教学反思的意义(253) (三) 教学反思的原则(254) 二、体育教师教学反思的内容、类型及水平(254) (一) 教学反思的内容(254) (二) 教学反思的类型(254) (三) 教学反思的水平(254) 三、体育教师教学反思的过程、策略及形式(255) (一) 教学反思的过程(255) (二) 教学反思的操作策略(255) (三) 教学反思的形式(255) 中公教育教师资格考试课程体系(257) 中公教育全国分校一览表(260)

章节摘录

版权页：插图：一、人体结构的基本组成（一）细胞与细胞间质 人体细胞可分为三部分：细胞膜、细胞质和细胞核。

细胞膜主要由蛋白质、脂类和糖类构成。

有保护细胞，维持细胞内部的稳定性，控制细胞内外的物质交换的作用。

细胞质是细胞新陈代谢的中心，主要由水、蛋白质、核糖核酸、酶、电解质等组成。

细胞质中还悬浮有各种细胞器。

主要的细胞器有线粒体、内质网、溶酶体、中心体等。

细胞核由核膜围成，其内有核仁和染色质。

染色质含有核酸和蛋白质。

核酸是控制生物遗传的物质。

细胞核是细胞的核心结构。

除成熟的红细胞外，所有的细胞都有细胞核。

细胞间质是指由细胞所产生的并存于细胞周围的物质，由纤维和基质组成。

纤维包括弹性纤维、胶原纤维和网状纤维。

基质包含复合性糖类、水分和一些代谢产物等。

（二）人体四大基本组织 1.上皮组织 上皮组织也叫做上皮，它是覆盖在身体表面或体内管腔和囊（如肠、胃、血管、关节囊）的内表面上。

由密集的上皮细胞和少量细胞间质构成。

结构特点是细胞结合紧密，细胞间质少。

通常具有保护、吸收、分泌、排泄和感受外界刺激的功能。

2.结缔组织 由细胞和大量细胞间质构成，结缔组织的细胞间质包括基质、细丝状的纤维和不断循环更新的组织液，具有重要功能意义。

其功能是保护、防御、支持、修复和贮存等。

3.肌肉组织 肌肉组织是由细长的纤维状肌细胞组成，故也称作肌纤维。

肌肉组织可分为骨骼肌、心肌和平滑肌三种。

骨骼肌与心肌的肌纤维均有横纹，又称横纹肌。

平滑肌纤维无横纹。

骨骼肌的功能是收缩与舒张，牵拉骨骼产生运动；心肌除了能收缩舒张之外，还具有自律性和传导性。

4.神经组织 神经组织是人和高等动物的基本组织之一，是神经系统的主要构成成分。

神经组织是由神经元（即神经细胞）和神经胶质组成。

神经元是神经组织中的主要成分，具有接受刺激和传导兴奋的功能，也是神经活动的基本功能单位。

神经胶质在神经组织中起着支持、保护和营养作用。

人体神经组织主要由神经细胞构成。

神经细胞也叫神经元，包括细胞体和突起两部分。

神经元根据功能的不同可分为三种：感觉神经元（传入神经元）、运动神经元（传出神经元）和联络神经元（中间神经元）。

二、人体主要器官和系统的结构特点（一）运动系统 运动系统由骨、骨连接和骨骼肌组成。

编辑推荐

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>