

## 2018 小学体育特岗大纲

### 第一部分

#### 考试说明

##### 一、考试性质(云南华图教师与你一路相随)

招聘小学体育教师的考试属选拔性考试。编写大纲的目的主要为招聘合格的小学体育教师服务,为学生备考、教师命题提供科学的依据。本大纲既可为招聘特岗教师作参考,也可为各类学校招聘小学合格的体育教师作指导。

在使用本大纲时要结合特岗体育教师应聘必备的知识和能力的实际情况进行复习和准备,对象为大学专科和本科毕业生。

##### 二、考试时间、形式及试卷结构

试题采用以下几种题型:(1)单项选择题;(2)判断题;(3)简答题;(4)论述题;(5)教法技能题。其中客观题、主观题和教法技能题的比例为 5:4:1,占 100 分,教育学、教育心理学部分占 20 分,总分为 120 分。考试时间为 150 分钟。

##### 三、考查内容

考试围绕小学体育与健康课程的教学目标“实施素质教育,培养学生的爱国主义、集体主义精神,促进学生德、智、体、美全面发展;掌握体育与健康知识、基本技能与方法,增强体质;发展学生体育实践能力和创新精神,学会学习和锻炼;体验运动的乐趣和成功,养成体育锻炼的习惯;发展良好的心理品质、合作精神和交往能力;提高自觉维护健康的意识,基本形成健康的生活方式和积极进取、乐观开朗的人生态度”及实施内容,结合云南的实际考核专科、本科专业层次毕业生的体育与健康的基础理论知识和教学能力。

考试主要涉及三大部分:

第一部分为体育与健康课程改革的相关知识、小学教师专业标准。

第二部分为体育教育专业的主干基础理论知识和体育教育专业的专业技术(七大运动项目)及相关的教法技能。

第三部分《义务教育体育与健康课程标准》(2011 版)的相关知识,小学《体育与健康》教材(人教版)。

具体考试内容如下:

#### A. 体育与健康课程改革的相关知识

##### (一)走进新课程

- 1.了解新课程改革的目标;了解基层教育的实践者必须具备的教育观念。
- 2.了解综合实践活动的性质、特点。
- 3.了解新课程的教学观与学生观。

##### (二)小学教师专业标准

- 1.了解教师专业的基本理念。
- 2.了解教师专业标准的基本内容。

##### (三)义务教育体育与健康课程标准

- 1.了解课程性质;了解课程基本理念;了解课程设计思路。
- 2.了解体育与健康课程四个方面分目标的概念。

- 3.了解在小学阶段需要达成四个方面目标的程度。
- 4.了解水平一、水平二、水平三运动参与的内容标准。
- 5.了解水平一、水平二、水平三运动技能的内容标准。
- 6.了解水平一、水平二、水平三身体健康的内容标准。
- 7.了解水平一、水平二、水平三心理健康与社会适应的内容标准。
- 8.了解设置学习目标的建议；了解选择和设计教学内容的建议；了解选择与运用教学方法的建议。
- 9.了解体育设施器材资源的开发与利用；了解课程内容资源的开发与利用。
- 10.了解制订《学校体育与健康课程实施计划》的要求。

#### (四)小学《体育与健康》教材

- 1.了解水平一、水平二、水平三学生需要掌握的体育与健康基础知识。
  - 2.了解水平一、水平二、水平三学生需要掌握的基本身体活动的内容。
  - 3.了解水平一、水平二、水平三学生需要掌握的体操类活动。
  - 4.了解水平一、水平二、水平三学生需要掌握的球类活动。
  - 5.了解水平一、水平二、水平三学生需要掌握的武术基本技术及民族民间体育活动。
- 了解水平一、水平二、水平三学生需要掌握的发展体能的练习。

### B 体育专业基础理论知识

#### (一)运动解剖学

- 1.运动解剖学的概念及相关术语。
- 2.人体基本构成:细胞的形态、结构,组织的构成、分布及功能。
- 3.运动系统:骨的形态、分类,构造与功能,关节的基本结构、辅助结构和运动形式,了解全身肌肉的分布、分层概况,体育动作的解剖学分析(上肢、下肢、躯干、全身)。
- 4.内脏器官:内脏器官的形态、位置及结构特点,各系统的组成与功能及体育运动对内脏各系统结构和功能的影响。
- 5.脉管系统:脉管系统的组成,动脉、静脉、毛细血管的结构和功能,血液循环、体循环和肺循环的概念以及血液循环的途径,体育运动对脉管系统结构和功能的影响。
- 6.神经系统:神经系统的组成与功能,反射、反射弧的概念,体育运动对神经系统结构和功能的影响。
- 7.感觉系统:感受器概念与感受器的分类,视器、位听器、皮肤、本体感受器的位置、分布和形态机能及结构特点,体育运动对感觉系统结构和功能的影响。
- 8.内分泌系统:内分泌系统的组成,各器官的名称、位置与作用,人体主要内分泌腺和内分泌组织的主要功能。

#### (二)运动生理学

- 1.生命的基础特征(新陈代谢、应激性、适应性、生殖),人体生理机能的调节(神经调节、体液调节、自身调节、生物节律)。

- 2.运动中的能量供应，三大能源系统的相互关系，能量连续统一体。
- 3.静息电位和动作电位产生的原理，掌握兴奋是由神经向肌肉传递的过程，理解骨骼肌收缩的滑行学说和肌肉收缩兴奋—收缩耦联过程。
- 4.内环境的概念和生理意义，血浆渗透压与酸碱度，红细胞的组成和机能。
- 5.心脏泵血功能的评定，动脉血压的形成与影响因素，心血管活动的调节和训练对心血管机能的影响。
- 6.呼吸的概念，呼吸过程的三个环节，通气功能、气体运输和呼吸运动的调节。
- 7.消化液的主要成分与作用，小肠的吸收，体温的调节机制。
- 8.原尿生成过程和肾脏在维持水平衡中的作用，了解尿生成过程和肾脏在维持酸碱平衡中的作用。
- 9.激素的一般特性和作用原理，主要内分泌腺分泌的激素和作用。
- 10.视觉的机能，位觉、本体感觉的机能和作用，姿势反射在运动实践中的意义，肌紧张和牵张反射的概念，学习的过程及两个信号系统的概念。
- 11.运动负荷与运动负荷阈的概念，超负荷、专门性、可逆性、个别对待训练原则的概念及实践应用的意义与方法，训练的生理评定原则和运动心率的测定与评价。
- 12.影响肌肉力量的肌源性和神经源性因素，肌肉力量训练的一般原则。
- 13.最大吸氧量、无氧阈的概念、测定方法及应用，无氧运动能力的概念及其生理基础。
- 14.运动性疲劳的概念及生理原因。
- 15.中小学体育教学和业余训练的负荷阈以及确定负荷阈的生理依据。
- 16.人体体温调节机制，热危害及预防，冷伤害的处理及预防方法。

### (三)运动生物化学

- 1.糖类的概念、分类及生物学功能，脂肪动员的概念，肥胖及减肥的机制，核酸及蛋白质在生命活动中的作用。
- 2.维生素的概念及分类，维生素与运动能力的关系。
- 3.高能化合物、生物氧化的概念，ATP合成的方式，运动时骨骼肌的供能系统、磷酸原系统、糖酵解和有氧代谢供能系统的代谢过程的特点。
- 4.糖酵解供能系统、有氧代因童供能系统，糖的来源和去路，肌糖原与运动能力的关系，肝脏释放葡萄糖与运动能力的关系，乳酸与运动能力的关系。
- 5.脂肪动员在运动时的供能作用，脂肪氧化供能和脂肪酸的分解代谢要点。
- 6.蛋白质的生理功能和氮平衡，蛋白质的组成单位、蛋白质分解，产生氨基酸的方式及尿素生成(运动和恢复期蛋白质代谢)。
- 7.运动性疲劳和超量恢复的概念及生物化学特点。

### (四)运动生物力学

- 1.运动生物力学概念及人伪拢几械运动的表现形式和概念。
- 2.骨、骨骼肌的生物力学特性。

3.理解人体平衡动作的力学原理。

4.人体活动的分举和示动学特征(时间、空间及时空特征),人体运动中速度变化的规律及人体转体运动和抛体运动。

5.牛顿运动定律在体育运动中的应用,动量定理和动量守恒定律在体育运动中的运用,人体运动力学在体育运动中的运用。

6.推与拉动作、鞭打动作、缓冲与蹬伸动作、扭转、相向运动与摆动动作及各种起跳的生物力学分析。

#### (五)体育保健学

1.七大营养素的构成与作用,热量过多、过少的危害,掌握合理营养的概念、保健作用及要求,少年儿童营养的特点。

2.少儿生长发育的一般规律,女子体育卫生要求。

3.体育教学、运动训练和比赛的保健指导要求及措施,判断运动疲劳的方法及消除疲劳的常用方法与措施。

4.运动性疾病的种类、原因与发病机理,如何处理与预防。

5.常见运动损伤的分类、原因、预防、急救、处理。

6.按摩的作用原理及基本手法。

7.康复锻炼的原理生孔言法,掌握运动处方的概念、制定原则、内容。

#### (六)体育心理学

1.体育心理学的概念、性质、研究对象。

2.运动表象在体育中的作用,运动记忆的特点,注意方式与运动项目的关系,体育活动对情绪的调节作用。

3.体育动机、体育兴趣、体育态度的概念及培养方法。

4.体育教学与心理健康的关系,体育教学方法的心理学基础、心理学分析方法和体育课堂教学心理气氛优化的策略,体育运动中的心理自我调节方法。

5.运动技能学习的心理规律。运动技能学习过程的心理分析和运动技能迁移理论,体育教学方法的心理学意义。

6.目标设置训练法、放松训练法,表象训练法、注意力集中训练法、自我暗示法和模拟训练法的原理和实践运用。

7.体育比赛的心理规律,体育比赛过程中的心理分析和心理技能调节的理论方法,“教学—训练—比赛”的体育心理学意义,心理因素对体育比赛的影响。

8.体育团队的概念、心理功效、凝聚力以及对运动成绩的影响,体育活动中的攻击性行为的概念、产生原因以及影响因素、预防体育活动中的攻击性行为的方法与途径。

#### (七)运动训练学

1.运动训练的目的、任务、内容,运动训练的基本特点。

2.竞技运动项目的分类及构成体系。

3.运动成绩的定义、特点及其决定因素,掌握运动员起始状态和目标状态的完整体系。

4.区别对待原则的训练学要点。

5.分解、完整、重复、间歇、持续、变换、循环、比赛训练法的应用，周期性单一、混合性多元、固定组合、变异组合练习手段的应用。

6.体能训练的定义及基本要求，掌握身体形态、力量、速度、耐力、柔韧、灵敏、协调训练的方法与手段及基本要求。

7.影响运动技术的主观、客观因素，战术能力的影响因素。

8.智能训练的基本方法，多年训练、年度训练及周、课训练计划的负荷量特点。

#### (八)体育科研理论与方法

1.科研的思维过程和具体研究步骤。

2.体育科学研究中的基本概念、理论和原理。

3.体育科研的基本研究方法和实际应用知识。

#### C 体育技能专业知识

1.田径:掌握跑跳、投的技术原理，各重点项目的关键技术动作要领(如跳远的起跳技术)，教学应用能力，掌握田径主要项目相关的规则及裁判法。

2.球类(以篮、排、足球为主)的基本技术、战术和教学应用能力，掌握其相关的主要规则及裁判方法。

3.武术、体操、健美操与舞蹈游泳的基本技术、战术和教学应用能力，掌握其相关的主要规则及裁判方法。

#### D. 体育教师教育的知识与技能

##### (一)学校体育学

1.学校体育学的研究对象、形成与发展、基本内容。

2.学校体育的历史沿革、学校体育思想的形成与发展以及中国学校体育思想的形成与发展。

3.学校体育课程功能、地位及目标。

4.影响学校体育课程实施的因素，体育课程实施的策略与过程、原则与途径，体育课程实施的管理。

5.课外体育的特点、功能.课外体育的组织形式，课外体育的实施。

6.课外体育训练与竞赛的特点、功能，课外体育训练与竞赛组织形式及实施。

7.学校体育课程的学习过程与特点，体育学习策略的构成与指导。

8.体育课程评价，体育教学评价，体育课程学习的评价。

9.体育课程资源的分类，体育课程资源开发与利用的原则、途径和方法。

10.体育教师的地位、作用和特征，体育教师的课堂管理，体育教师的工作职责与研究，体育教师的职业培训与终身学习。

##### (二)体育教学论

1.体育教学的概念、地位、特点及研究对象，体育教学系统的构成要素以及相互关系。

2.体育教学目标概念，体育教学目标的结构及目标的制定。

3.体育教学的主导—体育教师，体育教学的主体—学生，体育学习中的主导性与主体性的关系。

4.体育教学内容的概念、特性，体育教材化的内涵及方法。

5.体育教学过程的含义与性质，体育教学过程中的规律。

6.体育教学原则的概念、当前中国的七大基本体育教学原则。

7.体育教学模式概念，当前较成熟的体育教学模式。

8.体育课堂教学概述，体育课堂教学组织与管理，体育课堂教学管理的方法。

9.体育教学方法概述，体育教学方法的分类，体育教学方法的应用及其基本要求，体育教学方法的选择与运用。

10.体育教学环境概述，体育教学环境的优化。

11.体育教学评价的概述，评价内容，评价的技术与手段。

### (三)体育教学设计

1.体育教学设计的研究对象、学科性质，体育教学设计的概念、特点及要求。

2.体育教学设计背景分析的步骤及方法（学习需要、教材和学情）。

3.体育教学系统各要素的设计步骤及方法(教学目标设计、教学内容设计、教与学的方法设计、教学组织设计、教师活动设计、学生活动设计、教学过程设计、教学媒介设计、教学中的安全防范设计、运动负荷及时间设计)。

4.各类教学方案的撰写类型与方法(水平教学方案、学年教学方案、学期教学方案、单元教学方案、课时教学方案)。

5.体育课堂教学评价的设计以及体育教学方案的评价步骤与方法。

### (四)中学体育教材教法

1.掌握田径(跑、跳跃和投掷)各项教材的要点，重点，相关教材的选择、加工和处理技巧，教学方法的运用以及教学的基本要求。

2.掌握体操各项教材的要点、重点，相关教材的选择、加工和处理技巧，教学方法的运用以及教学的基本要求。

3.掌握球类(篮、排、足球)各项教材的要点、重点，相关教材的选择、加工和处理技巧，教学方法的运用以及教学的基本要求。

4.掌握武术各项教材的要点、重点，相关教材的选择、加工和处理技巧。教学方法的运用以及教学的基本要求。

5.掌握游泳各项教材的要点、重点，相关教材的选择、加工和处理技巧，教学方法的运用以及教学的基本要求。

6.掌握一般身体素质与能力发展的要点、重点，相关教材的选择、加工和处理技巧，教学方法的运用以及教学的基本要求。

### (五)体育游戏

1.掌握体育游戏的概念、特点、分类。

2.掌握体育游戏的创编技法与程序。

3.掌握体育游戏教学的原则、特点与形式、方法以及组织与管理。

4.掌握体育游戏在教学过程中的应用。如:球类、田径、体操、武术以及室

内或户外游戏等

(六)体育教师课堂教学技能训练与评价

- 1.微格教学的概念及操作程序。
- 2.体育教学技能的概念、分类。
- 3.各项体育教学技能的概念、功能、构成要素、类型及应用要点语言表达技能、导入技能、讲解技能、示范及直观演示技能、提问技能、反馈技能、控制技能和结束技能)。

四、参考书目

- 1.潘绍伟于可红主编:《学校体育学》,高等教育出版社。
- 2.毛振明主编:《体育教学论》,高等教育出版社。
- 3.《义务教育体育与健康课程标准》2011年修订版。
- 4.义务教育课程标准实验教科书《体育与健康》(水平一至水平三),人民教育出版社。
- 5.其余专业主课程参考书以大学现行教材为主,包括人民体育出版社、高等教育出版社、北京体育大学出版社等均可采用。



扫码关注云南特岗教师



扫码获取云南华图 16 地市分校联系方式地址