

试题部份

一、名词解释

- 1. 学校体育：** 是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。”
- 2. 学校体育目的：** 是表示学校体育应该培养什么样的“人”，这个“人”应具有什么样的基本素质和能力，是学校体育的最后应达到的结果。
- 3. 学校体育目标：** 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，是学校体育目的的具体化，表示学校体育应培养什么样的“人材”。
- 4. 学校课余体育训练：** 是指利用课余时间，对部份在体育方面有一定天赋或者有某项运动特长的学生，以运动队、代表队、俱乐部等形式对他们进行系统的训练，旨在提高某项运动技术水平，培养竞技体育后备人材。
- 5. 学校课余体育锻炼：** 是指在课余时间运用各种运动动作并结合自然力和卫生措施，采用多种锻炼方式，以达到增强体质，丰富文化生活为目的的一种有组织有计划的体育活动
- 6.学校体育过程：** 指传授和掌握健身知识、技能，并在此基础上培养学生体育意识和体育能力的教、学、练相统一的过程，最终达到增进学生身心健康的目的。
- 6.体育：** 是一种以合目的性的身体活动为媒介，以发展身体和增强体质为本己目标，并以培养全面发展的人为终极目的的一种特定的教育活动。
- 6.体育课程：** 是指在学校指导下，目的在于促进学生全面发展的，具有教育性的活动和经验。这种相互适应的结构化的教育活动的方案及其实施过程。
- 6.体育课程的基础：** 是指影响与制约体育课程目标、内容、实施、评价的基本领域。
- 7. 体育教学：** 学生在教师有目的有计划的指导下，积极主动地掌握系统的文化科学知识和基础技能、发展能力、增强体质，并形成一定的思想品德的教育过程。
- 8. 体育教学目标：** 是预期的学生学习结果或者学习活动预期应达到的标准和在体育教学的实际情景中产生的结果。是课程目标的具体化，是指导体育教学活动设计、实施和评价的基本依据。
- 9. 体育教学大纲：** 是根据国家颁布的教学计划中有关课程设置的规定与要求而制定的体育教学指导性文件，它以纲要的形式规定教学内容的方向、目标、教材范

围、教材体系安排、教材比重以及教学要求和考核标准等。

10. 体育教学内容： 是指为实现体育教学目标，而选用的体育卫生保健基本知识和各种体育动作。

11. 体育教学过程： 是指在体育教学中为达成一定的体育教学目标，体育教师与学生等教学组成要素相互作用而展开的教学活动的行程。

12. 体育教学方法： 是在体育教学过程中，为实现教学目标，教师组织学生进行学习活动所采取的教与学方式的总称。

14. 体育教学内容： 是体育教学中传授给学生的体育基本知识、技术、技能的总称。

15. 体育课程资源 (狭义)： 体育课程设计、实施和评价的整个体育教学过程中可资利用的一切人力、物力以及自然资源的总和，包括教材、教师、学生、家长以及学校、家庭和社区中所有有利于实现体育课程目标的各种资源。

16. 体育学习(狭义)： 在学校教育情景中，学生有目标、有系统、有组织地掌握体育知识、形成运动技能、培养品德和发展健身能力的过程。

17. 体育学习策略： 学生在体育学习过程中，为了达到特定的学习目标，提高学习效果，而主动采取的对学习活动进行自我调节和控制的一系列程序、方法和技能。

18. 体育课堂常规： 体育课堂常规，是为了体育教学工作的顺利进行，对师生提出一系列的基本要求，是学校体育教学管理的一项工作。

19. 体育课密度： 亦称普通密度或者综合密度，是指一节课中，有效利用的各项教学活动、辅助活动的时间与上课总时间的比例，以及各项活动的时间比例。

20. 大众体育： 是以健身、健美、娱乐、医疗为目的，内容丰富，形式多样的体育活动。

21. 竞技体育： 是一种借助竞技运动这种形式，而以增强体质和促进健康为目标的体育活动。

22. 终身体育： 人们一辈子中所进行的身体锻炼和所受到的各种体育教育的总和。

23. 体能： 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。

24. 运动技能： 表现在外部的，以完善合理方式组织起来并能顺利完成某中活动

任务的复杂的肢体动作系

25. 综合密度： 课中各项教学活动合理运用的时间与上课总时间的比例，以及各项活动之间的时间比例。

26. 课程实施： 把课程计划付诸实施的过程，它是达到预期的课程目标的基本途径。

27. 课外体育活动： 是课前、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， 以班级为基础组织单位， 以满足泛博学生多种身心需要为目的，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。

28. 课时计划： 又称教案， 是指对一次课的目标、 内容及其安排顺序、 时间分配、组织教法、生理和心理负荷等作具体安排的教学文件。

29. 课余体育竞赛： 指利用课余时间，组织学生以争取优胜为直接目的，以运动项目游戏活动， 身体活动为内容， 根据正规的、 简化的或者自定的规则所进行的个人或者集体的比赛。

30. 课的结构： 指一堂课教与学的活动安排的合理顺序， 各练习之间有机的联系以及时间的分配等。

31. 专项密度： 课中某项活动运用时间与总课时时间的比例。

32. 教学手段： 是师生为实现预期的教学目的， 在教学过程中相互传递信息所使用的物质形式的中介物，如人体模型、教具、媒体或者设备。

33. 语言法： 在体育教学中，运用各种形式的语言，指导学生掌握学习内容，进行练习的方法，如讲解、口令与指示、口头评价、口头汇报、默念与自我暗示。

34. 动作示范： 是教师或者教师指定学生以具体动作为范例， 使学生了解动作形象、结构、要领的方法。

35. 完整教学法： 从动作开始到结束，不分部份和段落、完整地传授某种动作的方法。

36. 分解教学法： 将完整的动作技术，合理地分解成几个部份与段落，逐个进行教授，最后完整教授动作技术的方法。

37. 自主学习： 以学生为中心，充分尊重学生的自主权，即在学习内容、时间、地点和形式上满足学生的需要，或者给学生以选择权。

38. 基本部份的教学任务： 学习或者复习教学进度规定的教学内容， 使学生掌握体

育的知识、技能、技术，发展体能，培养良好的道德品质和社会行为。

39. 持续训练法：是在较长期里，用较稳定的 60%摆布的强度，不间断的连续进行练习的方法。

40. 重复训练法：是不改变动作要素、结构及负荷数据的情况下，反复进行练习，而且练习间歇保证机能能力基本恢复后（心率 110 次/分以下），再进行下次联系的一种训练方法。

41. 间歇训练法：指在一次或者一组练习之后，按照严格规定的间歇时间和积极性歇息的进行歇息，在运动员机体未彻底恢复的情况下（心率 120-140 次/分）就进行下一次（组）练习的方法

42. 变换训练法：是只在练习过程中，有目的的变换练习的负荷、动作组合，以及变换练习的环境、条件等情况下进行训练的方法。

综合训练法：就是把重复法、变换法、间歇法、竞赛法等结合起来运用的方法，它可以集诸法之长，取得良好的训练效果。

二、简答题

1. 制定学校体育目标应考虑的几个因素(依据)：（1）学生的需要：学生是体育学习的主体，必须考虑学生的特点与需要。从内容维度上看学生的身心发展需要和学生学习需要；从时间维度上看学生当前的需要也包括学生长久的需要；从学习性质来看，学生的需要既包括学生天赋的自发需要，也包括学生后天的体育过程中形成的自觉需要。（2）社会的需要：主要是指社会政治、经济、科技文化的发展对学校体育提出的要求，全面贯彻我国的教育方针，与德育、智育密切配合。

（3）体育学科的功能与发展：所谓体育学科的功能是指体育与人的个体、社会相互作用过程，表现出来的相对特殊社会作用与效能。体育学科具有以下功能：增强学生身心、陶冶情操、规范学生行为、提高学生的审美情趣和有利于学生智力的发展、提高学生的自我保护能力和人际交往能力、传承与发展体育文化。

2. 西方近代体育传入中国的途径有哪些？

留学生的派出；英美在中国创办的教会学校；外国学者来中国讲学。

3. 新中国体育的发展大体经历了那几个阶段？

“初建阶段”（1949-1957）；蜿蜒发展阶段（1958-1965）；

“文化灾难阶段”（1966-1976）；“改革开放的新时期”（1977-）。

4.大众体育的主要目标及其突出特点是什么？

主要目标：健身、健美、娱乐、医疗；突出特点：业余性和广泛性。

5.学校体育的主要目标及其突出特点是什么？

主要目标：增强体质，掌握三基，培养道德和意志品质；突出特点：基础性和强制性。

6.学校体育的发展趋势有哪些？

目标多元化：价值观念的趋同化；课余体育训练逐步加强

7.现代体育的构成因素有哪些？

学校体育，大众体育，竞技体育。

8.1923 年发布的《新学制课程纲要草案》对学校体育做了那些调整？

把“体操科”改为“体育科”；把兵式体操为主的教材改为竞赛项目分类特点的田径、球类、体操和游戏等综合性教材

9.毛泽东在 1957 确立的教育方针是什么？

“使受教育者在德育， 智育， 体育几方面都得到发展， 成为有社会主义觉悟的有文化的劳动者。”

10.竞技体育与竞技运动的区别是什么？

目的不同： 竞技运动在于提高运动技术水平和拿金牌； 而竞技体育仍在于增强体质和促进健康； 归属不同： 竞技运动属于身体文化， 而竞技体育属于体育的一种。

12. 现阶段我国学校体育有哪些特征？

答：我国现阶段学校体育的主要特征是学校体育的社会主义方向性特征； 学校体育发展不平衡性特征；学校体育的统一性与灵便性特征。

13. 学校体育与健康教育的关系是什么？

答：健康教育是以传授健康知识、建立卫生行为、改善环境为核心内容的教育；学校健康教育的任务是使学生从小养成良好的生活习惯和行为模式， 达到最佳的健康状态。学校体育的主要目标是通过体育活动增进学生健康， 增强学生的体质。因此，学校体育教育和健康教育在增强学生的健康方面是相一致的。

14. 我国现阶段体育教学目标是什么？

答：我国现阶段的体育教学目标是向学生传授体育、卫生保健知识和体育技术、技能，促进健康，增强学生体质，发展学生身体素质，培养学生运动能力和良好

的思想品德，使其成为德、智、体全面发展的社会主义建设者和接班人。

具体表现为：

- (1)、增强体能，掌握和应用基本的体育与健康知识和运动技能；
- (2)、培养运动的兴趣和爱好，形成坚持锻炼的习惯；
- (3)、具有良好的心理品质，表现出人际交往的能力与合作精神；
- (4)、提高对个人健康和群体健康的责任感，形成健康的生活方式；
- (5)、发扬体育精神，形成积极进取、乐观开朗的生活态度。

15. 体育教学内容的特点？

- 1) 运动认知性课程
- 2) 生活教育课程
- 3) 情意类课程
- 4) 综合性课程

16. 体育学习评价的目的？

- 1) 了解学生的体育学习情况与表现，以及达到学习目标的程度。
- 2) 判断学生在体育学习中存在的不足。
- 3) 为学生提供展示自己能力、水平、个性的机会。
- 4) 培养学生正确认识 and 评价自己与他人的能力，达到自我教育和相互教育的效果。

16. 什么是个性，举例说明体育教学对发展学生个性的作用及基本要求？

答：个性是指个人所具有一定心理倾向性和比较稳定的心理特征的总和。 体育教学对发展学生个性的作用有： (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。 体育教学对发展学生个性的基本要求有： (1)善于识别和承认学生的个性(2)辩证处理统一要求与发展个性的关系认真钻研教材,设计新颖的组织教法。

17. 如何开辟与利用体育信息资源？

在体育教学中，对于技能(如背越式跳高的教学)的学习，可以组织学生在网上搜索有关知识， 并组织观看背越式跳高动作的课件， 让他们在欣赏和思索中加深对技术动作的理解，指导和匡助学生掌握技能的方法。

此外， 在篮球课教学中， 可以让学生在多媒体教室里利用网络资源， 为学生

上篮球规则和欣赏课。在奥运会期间，要求学生每天在家里观看并采集有关体育竞赛的情况，并组织学生进行讨论，让他们在欣赏和激动中感受体育的魅力，激发学生的爱国热情和面对艰难积极进取的精神，从运动员身上学习他们为国争光的情怀，敢于向自己挑战，向艰难决不屈服的斗志。

18. 常用的体育教学方法？

以语言传递信息为主的有：讲解法、问答法、讨论法；

以直接感知为主的有：示范法、演示法、保护与匡助法；

以身体练习为主的有：分解练习法、完整练习法、循环练习法；

以比赛活动为主的有：游戏法、比赛法、情景法；

以探索性活动为主的有：发现法、问题探索法、小群体学习法。

19. 制定体育教学目标的注意事项？

(1) 与体育课程目标相关。

(2) 有教育价值。

(3) 目标描述要准确。

(4) 充分考虑学生的实际。

(5) 找到学生与内容的结合点。

(6) 合理的目标分类。

(7) 及时调整。

20. 准备部份的教学内容？

课堂常规：整队、教师动员、检查服装、处理见习生、游戏、队列队形练习等；

普通性准备活动：走跑练习、基本体操、韵律体操、武术操、各种游戏等；

专门性准备活动：根据教学内容而安排，如摹仿体操、专门游戏等等。

21. 简述体育教学中运用示范法的基本要求

示范法是教师或者指定的学生以具体动作为范例，使学生了解所要学习动作的方法要领，以建立动作的正确表象。指导学生进行学练的一种方法。

要求： 1) 示范要有明确的目的

2) 示范要正确、熟练、轻松、优美

3) 示范要有利于学生观察

选择示范位置和方向时应注意：（1）示范应根据学生队形、动作情况、安全的要求，运用不同的方位进行；（2）应避免让学生面向阳光和迎风；（3）要让每个学生都能看清示范。

4) 示范要与讲解结合

22. 简述体育教学中运用讲解法的基本要求

讲解是指体育教学中，体育教师用语言向学生说明教学目标、动作名称、要领、方法、要求，以指导学生进行学习的一种方法。

讲解形式有：直陈法、分解法、概要法、侧重法、对照法、提问法、联系法。

讲解的要求：讲解要目的明确并具有教育性；讲解要生动形象、简明易懂；讲解要富有启示性；讲解要注意时机和效果。

23. 完整法教学的优缺点？

完整法是指从动作开始到结束，不分部份和段落，完整的、连续的进行教学和练习的一种方法。

其优点是：能使学生完整的掌握动作，不致于破坏动作结构和浮现动作节现象

其缺点是：不易于较快的掌握动作技术中较为复杂的要素和环节

24. 分解法教学的优缺点？

分解法是指把一个完整的动作合理的分成几个部份或者段落，按部份逐次进行学习，最后达到全部掌握的一种动作教学方法

其形式：单纯分解法、递进分解法、顺进分解法和逆进分解法。

优点：可简化教学过程，缩短教学时间，提高学生学习的信心，较快的掌握动作。

缺点：易使动作割裂，破坏动作的技术结构，影响动作技能的形成。

25. 课余体育锻炼的意义有哪些？

1) 增强学生的体质 2) 发现和培养人材 3) 有助于提高文化课的学习效率 4) 促进学生体育生活化、规律化， 5) 巩固体育课的效果

26. 课余体育锻炼的特点有哪些？

1) 规定和自觉相结合 2) 锻炼的内容的多样化和生活看见的广阔性 3) 群众性和

灵便性 4) 普及性和提高密切结合 5) 补偿性与独立性。

27. 重复训练与间歇训练两者主要不同点？

- 1) 重复训练法间歇时间充分，间歇训练法间歇时间不长，并有严格规定
- 2) 重复训练法要求在机体达到基本恢复，心率恢复到 110/次以下时进行下一次练习
- 3) 重复训练法的强度大，约达 90-100%，而间歇训练负荷强度可根据训练任务，在 30-80%之间调整

28. 采用竞赛训练法应注意的问题

- 1) 竞赛作为手段，运用时要目的明确
- 2) 要加强比赛训练的组织工作
- 3) 及时对运动员进行道德风尚和意志品质教育

29. 课余体育竞赛的主要意义有：

- 1) 能吸引和激发师生参加体育锻炼和比赛的积极性
- 2) 有利于检查、巩固和提高体育教学训练工作，总结和交流经验
- 3) 有俚语提高运动技术水平和运动能力，发现和培养体育人材
- 4) 能起到良好的宣传教育作用， 丰富课余文化生活， 促进社会精神文明建设。
- 5) 竞赛是推动学校体育广泛开展的有力杠杆普及与提高的有利因素

30. 竞赛规程的内容包括：

- 1) 运动竞赛的名称
- 2) 竞赛的目的的任务
- 3) 竞赛的时间地点
- 4) 参加单位及各个单运动员人数、分组办法
- 5) 竞赛项目和表演项目
- 6) 竞赛办法；确定名词的方法、计分方法及竞赛规则
- 7) 报名办法：各个项目按规定的参加人数，运动会的报名资格，报名及报导任期
- 8) 奖励办法，奖励名额及奖励方式
- 9) 特殊规定及注意事项，运动服、各单位队旗、号码顺序和尺寸，运动员资格审定及处理规定等

31. 体育教师特殊的专业能力？

- 1) 组织课外体育活动和课余体育训练的能力。
- 2) 体育教师应精力充沛，体魄茁壮。
- 3) 体育教师能吃苦耐劳，因为他们的工作量很大。
- 4) 体育教师要情绪稳定，能时刻感染学生。

32. 体育教师的作用：

- 1) 是体育文化的积极传播者和创作者
- 2) 是现代化建设人材的精心哺育者
- 3) 是社会精神文明的忠诚体现者
- 4) 是培养年轻一代具有锻炼身体习惯的启蒙者和倡导者

33. 体育教师的职业特性有：

- 1) 工作对象的广泛性和复杂性
- 2) 工作的示范性和创造性
- 3) 工作的艺术性和感染性
- 4) 工作方式的个体性和集体性

34. 体育教师的职责有：

- 1) 上好体育课，不断提高教学质量
- 2) 搞好课外体育活动
- 3) 做好教学、训练的后勤工作
- 4) 加强体育宣传、培养体育骨干

35. 体育教师应具备的条件

- 1) 高度的政治觉悟、高尚的道德品质
- 2) 良好的专业理论和技术
- 3) 广博的知识
- 4) 全面的能力
- 5) 健美的体魄

36. 体育教师的全面能力包括

- 1) 教学能力
- 2) 教育能力

训练能力

4) 科学研究能力

5) 其他方面的能力，如社交活动能力等

37. 体育教师在职培训和提高的方式有

(1) 在职自学

(2) 开展教研活动

(3) 学术研究活动

(4) 短期培训

(5) 函授

38. 体育教师的职业技能有

1) 教学设计技能

2) 课堂组织和运用口令的能力

3) 语言表达和动作示范的能力

4) 课外体育组织能力

5) 组织竞赛与裁判能力

6) 课余体育训练的能力

三、 论述题

1. 构成现代体育的要素及此间的关系是什么？

(1) 三大要素为：学校体育、竞技体育、大众体育；关系：三者都属于体育；学校体育是基础；三者各有各的特点和侧重，但在实践中相互联系，互相影响；三者在各自的具体目标上可能有差异，但在总体目的上必须一致。

2. 新中国学校体育发展的几个阶段及每一个阶段的特征是什么？

(1) 四个阶段；第一阶段为“初建阶段”（1949-1957）；第二阶段为“蜿蜒发展阶段”（1958-1965）；第三阶段为“文化灾难阶段”（1966-1976）；第四阶段“改革开放的新时期”（1977-）

(2) 每一个阶段需要两个以上的具体事例来说明该阶段的主要特征。

3. 试述我国学校体育发展的趋势？

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/945301301132011323>