

# 《体育与健康学科知识与教学能力》(初级中学)

## 一、考试目标

**1. 体育学科的知识与能力。**掌握体育学科的基本理论、基础知识和基本方法,并能够在初中“体育与健康”课程实施中运用;掌握体育学科的教学理论和方法;了解初中“体育与健康”课程的性质、内容和基本理念,能够运用《义务教育体育与健康课程标准(2011年版)》指导教学。

**2. 体育教学的设计能力。**能够合理制定和表述教学目标,对教学内容和过程进行合理选择与设计,明确教学的重点和难点;能合理选择和运用多种教学资源,采用恰当的教学策略和教学模式,调动学生积极参与学习过程。

**3. 体育教学的实施能力。**掌握初中“体育与健康”教学实施的组织程序及基本步骤,恰当地运用教学方法与手段,具备准确讲解、示范和纠正错误动作的能力,具备激发学生学习体育的兴趣、有效引导和组织学生学习活动的的能力,具有处理体育课堂中安全和突发事件的能力。

**4. 体育教学的评价能力。**了解“体育与健康”教学评价的基本方法,能够合理运用多种评价方式,通过教学评价改进教学,促进学生身心健康发展。

## 二、考试内容模块与要求

### (一) 学科知识与能力

1. 了解中外体育发展的基本线索和趋势,熟悉运动人体科学、体育人文社会学、体育教育训练学及民族传统体育学等领域的相关知识和发展趋势,掌握学校体育发展的基本特征与规律。

2. 了解人体结构的基本组成、人体主要器官和系统的结构特点与功能。掌握骨骼肌的收缩原理、收缩形式和特征、肌纤维类型与运动的关系;熟悉氧运输系统的功能、能量代谢等内容;掌握运动技能形成的过程及影响因素、运动过程中人体功能变化的规律,掌握身体素质的生理学基础。了解体育卫生、医务监督的基础知识,掌握常见运动性损伤、运动性病症的预防和处理等内容。了解食物的营养价值与合理膳食,熟悉各种营养素的来源、功能和需要量,理解营养、环境和生活方式对人体健康的影响。

3. 掌握体育的本质与功能、目的与手段,熟悉体育过程要素与结构。了解学校体育思想的形成与发展、学校体育目标的结构与功能;了解运动兴趣、动机、表现有关知识,掌握提高体育教学的心理知识和干预手段;了解体育课程的性质与特点、资源开发与利用,掌握体育课程的学习指导与评价;熟悉学校课余体育活动、训练与竞赛的特点、组织与实施等内容;掌握体育教学的目标、特点、原则、过程与方法,掌握体育教学计划的制定、课堂教学的组织、管理与评价等内容,了解我国常见的体育教学模式;熟悉《义务教育体育与健康课程标准(2011年版)》。了解运动训练的目的、任务、内容和基本特点,熟悉竞技能力及其构成因素,掌握运动训练的基本原则、训练方法与手段,掌握力量、速度、耐力、柔韧和灵敏素质的训练方法和手段。

4. 了解运动项目（田径类、体操类、球类、健美操和武术等）的起源与发展，了解不同项目竞赛活动的组织与裁判法，掌握发展身体素质的基本方法，掌握不同运动技术（教材）的教学组织和教学方法。田径类主要掌握跑、跳、投等项目的主要技术结构、动作要点和练习方法；体操类主要掌握队列队形、徒手体操、轻器械体操、技巧、单杠、双杠、跳跃等项目的技术结构、动作要点和练习方法，并能正确运用保护与帮助方法；球类主要掌握篮球、排球和足球等项目的主要技术结构、动作要点及练习方法；健美操主要掌握基本动作要领与分类体系、组合与成套动作创编方法和练习方法；武术主要掌握徒手（如青年拳）、太极拳及持器械（如初级剑）动作的基本技术、技法和练习方法。

## （二）教学设计

1. 能够分析学生已有的知识、运动技能水平和学生的学习需求，对初中“体育与健康”教材进行梳理和分析，选择教学内容。
2. 确定教学目标及教学的重点和难点，合理设计教学策略。
3. 掌握教案设计的要求、方法和技巧，能恰当地表述教学目标，选择适当的教学方法，合理安排教学过程。
4. 能够合理选择多种体育与健康教学资源。
5. 能够对教学设计方案进行评价。

## （三）教学实施

1. 能够按照教案设计的要求顺利开展课堂教学，完成预期的教学目标。
2. 能够创设合理的体育教学情境，激发学生的学习兴趣，促进学生对体育的感悟和体验。
3. 恰当地运用教学策略，能够有效地解决教学的重点和难点问题。
4. 能够合理组织学生的学习活动，对学生体育活动进行科学指导，掌控教学过程。
5. 能够适时地对教学活动与效果进行归纳和总结，合理布置课后练习。
6. 能够实施课堂教学安全措施，妥善处理课堂教学突发事件。
7. 能够合理利用多种体育教学资源。

## （四）教学评价

1. 能够对学生学习“体育与健康”课程的过程和结果进行评价，考察学生在知识、技能、体质、情感态度与价值观等方面的发展状况；能够对运动技能和体质进行评价。
2. 理解教学评价的导向、诊断、反馈和激励等功能，了解诊断性、过程性和终结性评价的类型，初步掌握定性和定量评价方式与方法，并能够在“体育与健康”教学中综合运用，促进学生全面发展。
3. 了解教学反思的基本策略和方法，能够对自己的教学过程进行反思，提出改进的思路和措施。

### 三、试卷结构

模 块	比 例	题 型
学科知识与能力	55%	单项选择题 简 答 题
教学设计	16%	单项选择题 教学设计题
教学实施	20%	单项选择题 案例分析题
教学评价	9%	单项选择题 简 答 题
合 计	100%	单项选择题：约 47% 非 选 择 题：约 53%

### 四、题型示例

#### 1. 单项选择题

在运动技能形成的泛化阶段，教师应该强调动作的哪个环节？

- A. 次要环节；
- B. 细节结构；
- C. 主要环节；
- D. 全部环节。

#### 2. 简答题

简述运动营养补充有哪些误区。

#### 3. 案例分析题

小明是某校初二男生，学习成绩在班级为中等，平时很喜欢踢足球，但就是不喜欢上体育课。

问题：

- (1) 你认为出现这一现象的原因是什么？
- (2) 请你提出解决的方案。

#### 4. 教学设计题

阅读下列材料，请根据提供的条件，请设计出 15 分钟运动技能教学环节的教学目标、教法及组织。

某初中二年级二班共有学生 36 人，学习内容为跳远的腾空步动作(新授)。现有田径场一个，内有标准沙坑一个、起跳板两块。