

<<田径教学>>

图书基本信息

书名：<<田径教学>>

13位ISBN编号：9787040298178

10位ISBN编号：7040298171

出版时间：2011-5

出版时间：高等教育出版社

作者：李鸿江 编

页数：187

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>

## <<田径教学>>

### 内容概要

《田径教学(理论篇)》以田径项目为切入点,结合中小学体育教学的特点,使中小学体育教师掌握专业知识与技能,掌握先进的教育教学手段与方法,并将此应用于实际教学中,从而有效地促进中小学生学习健康水平的提高和身体素质的发展。

全书共有六章,包括中小学体育教师教育概述、中小学田径教材分析、中小学田径教材对体育教师职业能力的要求、中小学田径教学设计、中小学田径教材教学资源建设和中小学田径教材教学效果评价。

《田径教学(理论篇)》可在中小学体育教师进行继续教育的培训工作中使用,可作为中小学体育教师教学中的参考资料,也可作为体育教育专业学生进行相关专业学习的教材。

## &lt;&lt;田径教学&gt;&gt;

## 书籍目录

- 第一章 中小学体育教师教育概述
  - 第一节 我国中小学教师教育发展史
  - 第二节 我国中小学教师教育发展趋势
  - 第三节 我国中小学教师教育政策体系
  - 第四节 我国中小学体育教师职业规划
- 第二章 中小学田径教材分析
  - 第一节 中小学田径教材概述
  - 第二节 中小学田径教材的功能、结构与特点
  - 第三节 中小学田径教材的地位与作用
- 第三章 中小学田径教材对体育教师职业能力的需求
  - 第一节 体育教师职业能力概述
  - 第二节 中小学体育教师职业能力的特点与培养
  - 第三节 中小学田径教材与体育教师职业能力
- 第四章 中小学田径教学设计
  - 第一节 中小学田径教材教学设计概述
  - 第二节 中小学田径教材教学设计的前期分析
  - 第三节 中小学田径教材教学目标设计
  - 第四节 中小学田径教材教学策略设计
  - 第五节 中小学田径教材多媒体教学设计与教学程序设计
- 第五章 中小学田径教材教学资源建设
  - 第一节 中小学田径教材教学资源要素
  - 第二节 中小学田径教材传统教学资源建设
  - 第三节 现代中小学田径教材教学资源建设
- 第六章 中小学田径教材教学效果评价
  - 第一节 中小学田径教材教学效果的评价原则
  - 第二节 中小学田径教材教学效果的评价内容
  - 第三节 中小学田径教材教学效果的评价程序与方法

## &lt;&lt;田径教学&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：由于年龄不同。

心血管机能反应也不同。

经常运动，可增加心肌蛋白和糖元的储备。

可使心肌纤维变粗，同时心肌毛细血管开放增多，改进血液循环，增强心收缩力。

使每搏输出量增加。

根据中学生心管结构与机能的特点，合理安排训练。

使心脏承担一定量的运动，这对心脏是有益而无害的。

对年龄较小的中学生训练。

运动量不宜过大。

时间不宜过长，憋气、紧张性和静力性练习不宜过多，以免心脏长时间负担过重。

得不到恢复造成心脏过度疲劳。

（5）运动时呼吸机能反应根据中学生呼吸系统结构和机能的特点，在进行教学训练时，不宜进行过多、长时间、大强度的耐力练习。

年龄越小，越应采取以发展有氧代谢为主的练习手段。

经常在户外进行训练，可以提高呼吸系统的适应能力。

2. 中学生的心理特点（1）认知能力中学生观察的目的性、自觉性提高了，观察的时间更为持久，在概括性和精确性上有所提高：中学生思维已由具体的形象思维过程发展到抽象的逻辑思维为主。

并且由经验型转向理论型，表现在逻辑思维的组织性、敏捷性、灵活性、深刻性、批判性的发展上；

在面临问题时，能够较快地从根本上抓住矛盾焦点，能够独立、批判地思考。

对同学、老师、家长、书本有自己的认识和看法；喜欢争论和怀疑，敢于发表自己的观点，不迷信权威。

（2）情感中学生的情感丰富、高亢而热烈，富有朝气，容易动感情，也容易激怒，情感体验比小学生深刻：对未来充满了憧憬和幻想，具有活泼愉快的心境；自我调节和控制能力提高，情感有时带有矛盾性和两极性；好交往、重友情，友谊迅速发展：由于性发育和对未来的向往。

在异性交往中有时会遇到困惑。

（3）意志中学生的意志特点主要表现在目的性、果断性、自制力几个心理品质上，能够有目的、自觉地做出意志决定和努力；在果断性上有了显著发展；自控能力不断增强。

体育教师应详细了解学生的身心特点，根据学生的身心特点进行教学活动。

## <<田径教学>>

### 编辑推荐

《田径教学(理论篇)》是全国中小学体育教师继续教育资源库之一。

<<田径教学>>

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>