第一图书网, tushu007.com

# <<中学体育与健康教材教法>>

## 图书基本信息

书名：<<中学体育与健康教材教法>>

13位ISBN编号：9787500929956

10位ISBN编号：7500929951

出版时间：2008-9

出版时间：人民体育出版社

作者：王启明　等主编

页数：489

字数：546000

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

第一图书网, tushu007.com

# <<中学体育与健康教材教法>>

## 内容概要

第一，基础性强。
对体育教材教法的基本概念的界定、基本原理和基本规律的阐释较准确，对各运动项目教材的基本技术和技能的分析均符合“九年义务教育体育教学大纲”所规定的基本教学要求。

第二，实践性强。
本书在全面论述中学体育教材教法的相关理论后，按运动专项分别探讨了中学体育教学实施过程中教法原则、要求、重点、难点、疑点和教学技巧。
不仅对高师的师生，就是对广大中学体育教师来说，只要认真学习，就能看得懂，学得会。
针对当前中学体育教学实际，本书还增添了发展青少年学生体能的内容教法和丰富学生课余生活的余暇体育健身的内容教法，这对充实、完善中学体育教材有参考价值。

第三，逻辑性强。
全书理论和实践内容充实，脉络分明，结构清晰，能体现认知结构的形成和迁移规律，便于高师体育专业师生掌握和运用。

第一图书网, tushu007.com

# <<中学体育与健康教材教法>>

## 书籍目录

理论篇
绪论
第一章 中学体育与健康课程、教学目标的设计与实施
第一节 中学体育与健康课程目标的设置、思路与构想
第二节 中学体育与健康课程教学的内容和要求
第三节 中学体育?健康课程教学的原则和方法
第四节 中学体育与健康课的密度与运动负荷
第五节 中学体育与健康课程教学的工作计划与考评
第二章 中学体育与健康基础理论课堂讲授法
第一节 中学体育与健康课堂讲授法
第二节 选择课题与安排教法的手段
第三节 体育与健康基础知识成绩考核与教学指导
第三章 中学生身心发展特点及保健
第一节 中学生身心发展的基本规律和特征
第二? 中学生的身体发育特点
第三节 中学生的心理发育特点与发展
第四节 中学生的身心保健特点
第四章 中学生自我健身与终身体育
第一节 奠定终身体育基础
第二节 发展中学生快乐体育技能
第三节 中学生余暇健身及练习方式
第四节 培养中学生自我体育意识
第五节 社区体育在终身体育中的作用
第五章 中学生健康教育
第一节 学校健康教育
第二节 青少年是健康教育的重要对象
第三节 青春期常见的心理卫生问题
实践篇
第六章 田径运动教法指导
第一节 径赛教法实践与教学指导
第二节 跳跃运动教学实践与指导
第三节 投掷运动教法实践与指导
第四节 走、跑、跳、跨、投掷类身体素质的练习方法
第七章 体操运动教法指导
第一节 队形、队列变换及其教学训练
第二节 中学基本健身体操教材教法
第三节 中学技巧与器械体操教材教法
第四节 中学艺术体操技能的培养及其训练
第八章 篮球运动教法指导
第一节 篮球运动简介
第二节 篮球基本技术
第三节 篮球简单战术
第四节 中学篮球教学指导
第九章 排球运动教法指导
第一节 排球教材

第一图书网, tushu007.com


第二节　排球教法
第三节 排球运动?健身娱乐功能及方法
第十章 足球运动教法指导
第一节　无球技术
……
主要参考文献

第一图书网, tushu007.com


## 章节摘录

版权页： 插图： 第三节 中学生的心理发育特点与发展 在影响个体心理发展的因素中，教育起着巨大的作用，学校教育尤为突出。
在遗传和生活环境不存在质的差异的前提下，学校教育决定着个体心理发展的方向和水平。
因而从某种意义上说，个体接受教育的程度，就反映了个体心理的成熟程度。
体育作为教育的不可分割的一部分，在个体身体和心理的成熟中起着极其重要的作用。
德、智寓于体，没有完善的身体就不可能有完善健康的心理。
也就是说没有健康的体魄就不可能支撑起心理的正常发展。
青少年时期是一个人接受教育的最重要的时期，如何合理正确地把握青少年的心理特征，是体育教师面临的一个重要问题。
按我国学制，初中生的年龄一般在12、13岁～15、16岁之间，这大体与生理学中所指的少年期吻合。
高中生年龄一般在15、16岁～17、19岁之间，这一年龄段与青年初期也是吻合的。
一、青春期发育和初中生的成人感 青春发育期是人一生中第二次生长高峰期，一般说来女孩早于男孩两年左右进入这一时期，约从10岁开始，十一二岁时达到高峰；男孩则从十四五岁后在身高、体重上超过女孩。
故初中生不论男女都已进入青春期。
青春期的生理发展，最明显的事实是性成熟开始，第二性征出现。
这一阶段他们的心理发展处于极其复杂充满矛盾的状况中。
青春期的发育除了使初中生的身体发生较大变化外，还使家庭和社会改变了以往对他们的态度。
这时人们已不再完全把他们当做小孩，开始承认他们的独立性要求，也比较重视他们的社会地位。
因此，初中生不仅具有多种生理变化带来的复杂心理体验，还因为家庭、社会对于他们态度的改变而提高了自信心。
于是初中生产生了比较强烈的个体成熟的自我体验。
心理学称之为一个时期的“成人感”。
这种体验所产生的行为表现，就是处处想以成人自居，并且要求别人尊重他们，承认他们的成人地位，反对别人把他们归属于儿重。
初中生“成人感”的产生，是个体心理发展中必然出现的现象，但“成人感”与初中生神经系统机能的发育，与他们已有的知识量和社会经验是不相匹配的。
初中生大脑神经活动机能的主要特点是兴奋性较高，兴奋过程相对强于抑制过程，二者间转化也较快。
因此，神经活动的兴奋和抑制都不够稳定，这就降低了皮质对行为的调节作用，使得初中学生时有难以自觉控制情绪和支配行为的表现，容易激动，性急暴躁，行为表现上常出现儿童似的天真、活泼、淘气、好玩的特点。

第一图书网, tushu007.com


## 编辑推荐

《全国高等学校体育教育专业教材:中学体育与健康教材教法》由人民体育出版社出版。

第一图书网, tushu007.com

# <<中学体育与健康教材教法>>

## 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