

图书基本信息

书名：<<中人教育·体育教师招聘考试一本通>>

13位ISBN编号：9787510605758

10位ISBN编号：751060575X

出版时间：2011-12

出版时间：现代教育出版社

作者：卫晓东 编

页数：162

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>

前言

作为国内最早研究和出版教师招聘考试教材的中人教育集团，组建了一支全国顶级水平的教学和研究精英团队。

精英团队不仅包括行业内最优秀的专业教师和学科带头人，而且拥有数十名参与各地区招录考试出题工作与阅卷工作的一线专家和教师，为本系列教材的权威性和考试的针对性打下了坚实基础。

该系列教材由我社与中人教育联合出版，本系列教材自出版以来，不仅对全国教育主管部门的招聘考试工作起到了积极推进作用，而且在广大教育战线的相关领导和专家的关心下，中人版教材已成为现阶段本地区教师招聘工作的重要参考材料，已帮助数万考生顺利通过教师招聘考试。

为促进教师职业向专业化方向发展，我国教育主管部门正全力落实教师招聘制度，真正实现教师“凡进必考”。

由于各地招考具体情况千差万别，考试内容涉及范围极广，不仅不同城市之间考试科目和内容不一致，而且同一地区不同县的考试科目和内容也不一致（市场上其他类别的图书，已跟不上考试的最新变化），秉承高度的社会责任感，我们特与各地教育主管部门进行充分合作与调研，全新打造中人版这套最适合考生的复习教材。

.....

内容概要

本书特点

目标明确，路径清晰，复习计划合理

预测核心，考练互补，深度切合大纲

直击重点，解读难点，全面吻合考点

历年真题，深度剖析，规避学习误区

现场模拟，视频辅导，专家在线答疑

书籍目录

第一篇 体育学科专业知识

第一部分 体育基础理论

第一章 运动解剖学

体系构建

名师精讲

第一节 运动解剖学的基本知识

第二节 人体组成的结构基础

第三节 运动系统

第四节 呼吸系统

第五节 心血管系统

第六节 神经系统

考点强化训练

考点强化训练参考答案

第二章 运动训练学

体系构建

名师精讲

第一节 竞技体育与运动训练

第二节 项群训练理论

第三节 运动训练的方法和手段

第四节 运动员体能及其训练

考点强化训练

考点强化训练参考答案

第三章 运动生理学

体系构建

名师精讲

第一节 生命的基本特征

第二节 人体生理机能的调节与生理机能调节的控制

第三节 肌肉活动

第四节 运动与呼吸

第五节 激素与运动

考点强化训练

考点强化训练参考答案

第四章 体育保健学

第五章 体育心理学

第六章 体育游戏

第二部分 体育专业技术

第二篇 体育教育教法

第三篇 教育理论综合知识

章节摘录

版权页：插图：第三节运动训练的方法和手段（一）运动训练方法概述1.运动训练方法释义及作用（1）运动训练方法释义运动训练方法是在运动训练活动中，提高竞技运动水平、完成训练任务的途径种办法。

运动训练方法在教练员的“训”和运动员的“练”的过程中被予应用，是教练员和运动员在双边活动中共同完成训练任务的方法。

（2）运动训练方法的作用正确地认识和掌握不同训练方法的功能和特点，有助于顺利地完运动训练过程不同时期的训练任务；有助于有效地控制各种竞技能力的发展进程；有助于科学地提高不同项目运动员的整体竞技能力。

2.运动训练方法体系（1）运动训练方法的基本结构构成运动训练方法的主要因素是练习动作及其组合方式、运动负荷及其变化方式、过程安排及其变化方式、信息媒体及其传递方式、外部条件及其变化方式等要素。

（2）运动训练方法的基本分类运动训练方法是多种多样的。

对任何事物进行类别划分与体系建立，均需首先确定分类标准，依不同分类标准可建立若干不同的分类体系。

此外，还可以列出许多种不同的关于运动训练方法的分类标准和体系。

考虑到理论上的相对完整和实践应用的方便，我们依不同训练方法的基本作用和适用范围，将它们分为整体控制方法和具体操作方法两大类。

前者包括模式训练法和程序训练法两种具有整体思维特征的训练方法；后者则包括完整训练法、分解训练法、持续训练法、间歇训练法、重复训练法、变换训练法、循环训练法以及比赛训练法8种具体的直接操作的训练方法。

（二）运动训练手段概述1.运动训练手段释义及作用（1）运动训练手段释义运动训练手段是指在运动训练过程中，以提高某一竞技运动能力、完成某一具体的训练任务所采用的身体练习。

是具体的有目的的身体活动方式，是运动训练方法的具体体现。

（2）运动训练手段的作用有助于科学地完成运动训练过程不同时期的具体训练任务，有助于科学地提高不同运动项目运动员的各类竞技能力。

2.运动训练手段体系（1）运动训练手段的基本结构训练手段的基本结构可从身体练习的动力特征、动作构成和动作过程三个层面予以解析。

它的动力特征包括力的支点、力的大小和力的方向三种要素。

动作构成包含动作的姿势、轨迹、时间、速度、速率、力量及节奏七种要素。

动作过程包含动作开始、进行和结束三个阶段。

编辑推荐

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>