**《中学体育教学法》（课程代码：00494）课程考试大纲**

高等教育自学考试是对自学者进行的以学历教育为主的国家考试，是个人自学、社会助学和国家考试相结合的高等教育形式。按照《高等教育自学考试课程考试大纲》的要求以及全国统考课程命题的有关规定，特制定本大纲。

**一、课程性质和考试目标**

1．课程性质

《中学体育教学法》是一门实践导向的课程，专注于中学阶段体育教学的理论与实践。课程内容涵盖教学设计、教学方法、教学评价以及体育教育的心理学和社会学基础，致力于提升教师在中学体育教学中的综合能力。

2．考试目标

通过自学和考试，使学生掌握中学体育课程与教学的基本理论极其发展规律，掌握的主要教学理论和技能，掌握田径、体操、足球、篮球等项目的练习目的、练习要领、教法步骤、易犯错误及纠正方法，为今后的体育教学、训练和科研工作打下扎实的基础。

**二、考试内容和考核要求**

本课程的考试内容以课程考试大纲为依据。其内容为：

第一章“体育教学”理论需要掌握：我国体育教学理论发展的轨迹；体育教学基本理论的创新思路；

第二章“身体运动功能训练理论与方法”需要掌握：身体运动功能训练的定义、训练理念、作用机制、内容体系以及特点；软组织(扳机点)激活、臀肌激活、动态拉伸、神经激活、背桥、侧桥、臀桥的练习目的。

第三章“中学田径教学”需要掌握：快速跑、耐久跑、接力跑、障碍跑、跨栏跑、跨越式跳高、背越式跳高、蹲踞式跳远、挺身式跳远、双手向前投掷实心球的定义与练习目的。背越式跳高、蹲踞式跳远、挺身式跳远、双手向前投掷实心球的动作要点、教法步骤、易犯错误与纠正方法。

第四章“中学体育教师体操教学技能培训”需要掌握：前滚翻、鱼跃前滚翻、后滚翻、侧手翻、分腿腾跃、屈腿腾跃的动作要点、教学步骤、易犯错误与纠正方法。

第五章“中学体育教师足球教学技能培训”需要掌握：脚内侧踢球、脚背内侧踢球、脚内侧停球、脚背内侧运球、射门的重难点、教学步骤与方法、易犯错误与纠正方法。

第六章“中学篮球教学”需要掌握：双手胸前传球、双手胸前投篮、单手肩上投篮、交叉步突破的练习目的、动作要领与教学步骤。

第七章“中学排球教学”需要掌握：正面双手垫球、正面下手发球、双手正面传球的练习目的、动作要领与教学步骤、易犯错误与纠正方法。

第八章“中学武术教学”需要掌握：基本手型、基本步法的解释。

第九章“中学健美操教学”需要掌握：健美操的手型动作、基本方位的解释。

第十章“定向越野”需要掌握：无。

第十一章“中学体育游戏”需要掌握：老鹰捉小鸡。

**三、考试范围和考试说明**

坚持质量标准，注重能力考查，使考试合格者能达到一般普通高等学校同专业同课程的结业水平，并体现自学考试以培养应用型人才为主要目标的特点。

1.考试依据和范围

（1）以全国高等教育自学考试指导委员会颁发的本课程自学考试大纲相关规定为依据。

（2）以徐慧颖、李凤新编著《中学体育教学设计》（陕西师大出版社，2022年7月版）为使用教材。该教材为体育专业本科教学的通行教材之一。

（3）命题内容覆盖各章。

2.本课程考核的知识与能力的关系

《中学体育教学设计》课程考试，应考核应考者的基本理论、基本知识和基本技能，以及联系实际、运用所学的理论分析问题和解决问题的能力，确保考试合格者达到全日制普通高等学校本专业相同课程的结业水平。

考试工作应引导社会助学者全面系统地进行辅导，引导应考者认真、全面地学习指定教材，系统掌握本学科知识，培养和提高运用知识和技能、分析和解决问题的能力。

3.重点与覆盖的关系

试题覆盖到各章，重点章节的内容占试卷内容比例为50-60%。

**四、考试形式和试卷结构**

1.考试形式为闭卷笔试，答卷时间为150分钟，采用百分制，60分为及格线。

2.考试的题型有：判断题、名词解释题、简答题、论述题。

3.本课程在试题中不同难度要求的分数比例为：容易20%，较易35%，较难35%，难10%。

4.本课程在试题中对不同能力层次要求的分数比例为：识记占20%，领会占30%；简单应用占30%；综合应用占20%。

5.本门课程有无特殊要求（包括考生可携带的工具）：无。

**五、《**中学体育教学设计**》课程题型举例**

**1.判断题**

（1）“勾”不属于武术基本手型。 【 】

（2）无需进行关节的稳定性与灵活性训练。【 】

**2.名词解释**

（1）快速跑

（2）耐久跑

**3.简答题**

（1）简述脚背内侧运球的教学步骤。

（2）简述为何要注重臀部肌肉的训练。

**4.论述题**

（1）论述背越式跳高的动作要点、教法步骤、易犯错误与纠正方法。

（2）论述老鹰捉小鸡的游戏方法。