

# 辽宁省高等职业教育对口升学 体育教育专业考试纲要

## 第一部分 专业课（笔试）考核纲要

### （一）“田径”课考核纲要

参考教材：1.《田径运动教程》 全国体育院校教材委员会审定.人民体育出版社. 2007年.主编：张贵敏。

2.《2014-2015年田径竞赛规则》中国田径协会审定。

#### 一、 田径运动概述

##### 1. 知识范围

- (1) 田径运动定义，田径运动的项目与分类。
- (2) 田径运动价值与特点。
- (3) 田径运动现状和发展趋势。

##### 2. 要求

- (1) 掌握田径运动定义。
- (2) 了解田径运动的项目与分类及田径运动价值与特点。
- (3) 理解田径运动现状和发展趋势。

#### 二、 田径运动教学理论与方法

##### 1. 知识范围

- (1) 田径运动教学的任务。
- (2) 田径运动教学基本文件的制定方法。
- (3) 田径运动技术教学方法。
- (4) 中、小学田径运动教学的任务和特点。
- (5) 田径运动训练的基本内容与方法。
- (6) 发展身体素质的方法。
- (7) 田径运动训练计划的制定。
- (8) 田径运动员选材。
- (9) 儿童、少年田径运动教学训练特点。

## 2. 要求

- (1) 理解田径运动教学的任务。
- (2) 掌握田径运动教学基本文件的制定方法。
- (3) 熟练掌握田径运动技术教学方法。
- (4) 掌握中、小学田径运动教学的任务和特点。
- (5) 掌握田径运动训练的基本内容与方法。
- (6) 掌握发展身体素质的方法。
- (7) 掌握田径运动训练计划的制定。
- (8) 了解田径运动员选材。
- (9) 掌握儿童、少年田径运动教学训练特点。

## 三、田径运动竞赛

### 1. 知识范围

- (1) 田径运动竞赛组织动作系统。
- (2) 田径运动竞赛的编排记录公告工作。
- (3) 田径竞赛准备工作。
- (4) 田径裁判工作系统。
- (5) 技术代表、技术官员及仲裁委员会职责。
- (6) 总裁判长职责。
- (7) 赛前与赛后控制中心工作。
- (8) 径赛项目裁判工作。
- (9) 田赛项目裁判工作。
- (10) 全能项目裁判工作。
- (11) 公路竞赛项目裁判工作。
- (12) 竞走裁判工作。
- (13) 风速测量工作。
- (14) 田径运动场地平面图。
- (15) 田径运动场地的设计、计算与丈量。 6
- (16) 最新《田径竞赛规则》。如第三章所涉及内容与《田径竞赛规则》不符时，以《2014-2015 年田径竞赛规则》为准。

## 2. 要求

- (1) 了解田径运动竞赛组织动作系统。
- (2) 熟练掌握田径运动竞赛的编排记录公告工作。
- (3) 熟练掌握田径竞赛准备工作。
- (4) 了解田径裁判工作系统。
- (5) 了解技术代表、技术官员及仲裁委员会职责。
- (6) 了解总裁判长职责。
- (7) 熟练掌握赛前与赛后控制中心工作。
- (8) 熟练掌握径赛项目裁判工作。
- (9) 熟练掌握田赛项目裁判工作。
- (10) 掌握全能项目裁判工作。
- (10) 了解公路竞赛项目裁判工作。
- (11) 了解竞走裁判工作。
- (12) 理解风速测量工作。
- (13) 了解田径运动场地平面图。
- (14) 了解田径运动场地的设计。
- (15) 掌握田径运动场地的计算与丈量。
- (16) 掌握最新《田径竞赛规则》。如第三章所涉及内容与《田径竞赛规则》不符时，以《2014-2015年田径竞赛规则》为准。

## 四、走、跑类项目

### 1. 知识范围

- (1) 跑的技术原理。
- (2) 短跑技术发展。
- (3) 短跑技术及教学。
- (4) 跨栏跑技术发展。
- (5) 跨栏跑技术及教学。
- (6) 竞走技术及教学特点与注意事项。
- (7) 接力跑技术及教学特点与注意事项。
- (8) 中长跑技术及教学特点与注意事项。

## 2. 要求

- (1) 掌握跑的技术原理。
- (2) 了解短跑技术发展。
- (3) 熟练掌握短跑技术及教学。
- (4) 了解跨栏跑技术发展。
- (5) 熟练掌握跨栏跑技术及教学。
- (6) 了解竞走技术及教学特点与注意事项。
- (7) 掌握接力跑技术及教学特点与注意事项。
- (8) 掌握中长跑技术及教学特点与注意事项。

## 五、 跳跃类项目

### 1. 知识范围

- (1) 跳跃技术原理。
- (2) 跳高技术发展。
- (3) 跳高技术及教学。
- (4) 跳远技术发展。
- (5) 跳远技术及教学。
- (6) 三级跳远技术及教学特点与注意事项。

### 2. 要求

- (1) 掌握跳跃技术原理。
- (2) 了解跳高技术发展。
- (3) 熟练掌握跳高技术及教学。
- (4) 了解跳远技术发展。
- (5) 熟练掌握跳远技术及教学。
- (6) 理解三级跳远技术及教学特点与注意事项。

## 六、 投掷类项目

### 1. 知识范围

- (1) 投掷技术原理。
- (2) 推铅球技术发展。
- (3) 推铅球技术及教学。

- (4) 掷标枪技术发展。
- (5) 掷标枪技术及教学。

## 2. 要求

- (1) 掌握投掷技术原理。
- (2) 了解推铅球技术发展。
- (3) 熟练掌握推铅球技术及教学。
- (4) 了解掷标枪技术发展。
- (5) 理解掷标枪技术及教学。

## 七、 田径运动健身理论与方法

### 1. 知识范围

- (1) 田径运动健身的理论、原则、分类
- (2) 田径运动健身的内容与基本方法
- (3) 田径运动健身指导的原则、步骤、注意事项
- (4) 田径运动健身项目的组织、竞赛、编排方法。

### 2. 要求

- (1) 了解田径运动健身的理论、原则、分类
- (2) 理解田径运动健身的内容与基本方法
- (3) 了解田径运动健身指导的原则、步骤、注意事项
- (4) 掌握田径运动健身项目的组织、竞赛、编排方法。

## (二) “体操” 课程考核纲要

参考教材：《体操》（第二版）童昭岗 主编 高等教育出版社

### 一、体操概述

#### 1. 知识范围

- (1) 体操的概念、内容和特点
- (2) 体操的分类与体操课程教材内容类别的设定
- (3) 体操的发展概况

#### 2. 要求

- (1) 理解体操的概念、内容和特点

- (2) 理解体操的分类与体操课程教材内容类别的设定
- (3) 了解体操的发展概况

## 二、体操技术动作教学

### 1. 知识范围

- (1) 技术类体操动作的分类与主要技术特点
- (2) 技术类体操的教学特点
- (3) 技术类体操的教学方法
- (4) 技术类体操动作教学策略

### 2. 要求

- (1) 了解技术类体操动作的分类及各类技术的主要特点
- (2) 了解技术类体操的教学特点
- (3) 掌握技术类体操动作教学的主要方法和策略的运用

## 三、体操术语

### 1. 知识范围

- (1) 体操的基本术语
- (2) 体操术语的构成与运用

### 2. 要求

- (1) 了解体操术语的构成
- (2) 掌握体操术语的运用

## 四、保护与帮助

### 1. 知识范围

- (1) 保护与帮助的分类与方法
- (2) 保护与帮助的实践运用
- (3) 体操运动损伤的预防

### 2. 要求

- (1) 熟练掌握保护与帮助的分类与方法
- (2) 掌握保护与帮助的正确运用
- (3) 了解体操运动损伤的诱因及预防损伤的措施

## 五、体操比赛的组织与欣赏

## 1. 知识范围

- (1) 体操比赛的组织
- (2) 体操教学比赛
- (3) 竞技体操比赛常识

## 2. 要求

- (1) 会基本体操比赛的裁判方法
- (2) 会组织基本体操比赛的方法
- (3) 了解竞技体操比赛的种类、项目和一般常识

## 六、徒手体操和轻器械体操的创编

### 1. 知识范围

- (1) 创编依据、创编原则和创编要素
- (2) 创编方法
- (3) 创编应考虑的技术要素和创编步骤

### 2. 要求

- (1) 了解徒手体操和轻器械体操的创编依据、创编原则和创编要素
- (2) 掌握徒手体操和轻器械体操的创编方法
- (3) 掌握徒手体操和轻器械体操的创编步骤

## 七、基础类体操

### 1. 知识范围

- (1) 基础类体操总论
- (2) 队列练习、队形练习的内容与分类
- (3) 徒手体操的内容与分类

### 2. 要求

- (1) 掌握基础类体操的特点和内容
- (2) 熟练掌握基本体操教学的组织（教学时应注意的问题，教学中怎样合理组织做操队形，教学中示范的位置、示范的形式的运用，对讲解的要求，口令的要素、种类和下达口令的基本要领等）
- (3) 掌握队列练习、队形练习的内容和种类
- (4) 掌握徒手体操的特点、练习的价值及练习注意事项

## 八、实用类体操

### 1. 知识范围

- (1) 实用类体操的内容
- (2) 实用类体操练习的注意事项

### 2. 要求

- (1) 理解实用类体操的内容
- (2) 掌握实用类体操练习的注意事项

## (三)“教育学”课程考核纲要

参考教材：

《教育学原理》 郝文武 龙宝新 北京师范大学出版社 2012 年 7 月第一版

《教育学》 贾春明 王晓芹等 辽海出版社 2006 年版

### 第一章 教育与教育学

- |             |    |
|-------------|----|
| 1. 教育的多维理解  | 掌握 |
| 2. 教育的本质探问  | 了解 |
| 3. 教育学的发展历程 | 掌握 |
| 4. 教育学的合理性  | 了解 |

### 第二章 社会、人与教育

- |             |      |
|-------------|------|
| 1. 社会对教育的影响 | 重点掌握 |
| 2. 人的发展与教育  | 重点掌握 |
| 3. 教育的功能    | 掌握   |

### 第三章 教育目的与教育价值

- |           |      |
|-----------|------|
| 1. 教育目的   | 重点掌握 |
| 2. 教育价值   | 了解   |
| 3. 教育价值取向 | 掌握   |

### 第四章 学校教育主体

- |                       |      |
|-----------------------|------|
| 1. 教师职业与教师专业发展        | 掌握   |
| 2. 学生观与学生成长           | 重点掌握 |
| 3. 师生主体间性建构的哲学基础和实践策略 | 掌握   |



## 第五章 课程与教学改革

- |                      |      |
|----------------------|------|
| 1. 当代课程与教学改革的理论基础    | 了解   |
| 2. 当代世界基础教育改革的走向     | 掌握   |
| 3. 当代我国基础教育课程改革的基本内容 | 重点掌握 |

## 第六章 课程与教学实施

- |                 |      |
|-----------------|------|
| 1. 有效教学设计       | 掌握   |
| 2. 有效教学的基本原则和途径 | 重点掌握 |
| 3. 有效课堂教学艺术     | 了解   |
| 4. 有效课外辅导       | 了解   |

## 第七章 学校德育目标和过程

- |               |    |
|---------------|----|
| 1. 学校德育的目标和过程 | 了解 |
| 2. 学校德育过程和原则  | 掌握 |
| 3. 学校德育的未来与方向 | 掌握 |

## 第八章 学校德育方法和模式

- |              |    |
|--------------|----|
| 1. 学校德育方法和手段 | 掌握 |
| 2. 学校德育模式    | 了解 |

## 第九章 教师反思与研究

- |            |    |
|------------|----|
| 1. 教师反思    | 掌握 |
| 2. 校本教研    | 掌握 |
| 3. 教师的研究方法 | 了解 |

## 第十章 班级管理

- |             |      |
|-------------|------|
| 1. 班级管理及其主体 | 掌握   |
| 2. 班级管理的内容  | 了解   |
| 3. 班集体建设    | 重点掌握 |

## 第十一章 当代教育理念与实验

- |                     |      |
|---------------------|------|
| 1. 当代教育理念与教育实验的共同特征 | 掌握   |
| 2. 当代教育新理念          | 重点掌握 |
| 3. 当代教育教学实验         | 了解   |

## 第二部分 专业技能（实操）考核纲要

### 一、考核项目

1、100 米

2、立定跳远

3、原地侧向推铅球

男生：铅球（5 公斤）

女生：铅球（4 公斤）

### 二、说明

技能测试 100 分。考试项目：100 米（40 分）、立定跳远（30 分）、铅球（30 分）

### 三、各项评分标准

表 1: 男子百米成绩评分表（秒）

手计时

成绩	分值	成绩	分值	成绩	分值
≤11.5	100.00	12.8	55.70	14.1	23.93
11.6	96.15	12.9	52.81	14.2	22.00
11.7	92.37	13.0	50.00	14.3	20.15
11.8	88.67	13.1	47.26	14.4	18.37
11.9	85.04	13.2	44.59	14.5	16.67
12.0	81.48	13.3	42.00	14.6	15.04
12.1	78.00	13.4	39.48	14.7	13.48
12.2	74.59	13.5	37.04	14.8	12.00
12.3	71.26	13.6	34.67	14.9	10.59
12.4	68.00	13.7	32.37	15.0	9.26
12.5	64.81	13.8	30.15	15.1	8.00
12.6	61.70	13.9	28.00	15.2	6.81
12.7	58.67	14.0	25.93		

表 2: 女子百米成绩评分表（秒）

手计时

成绩	分值	成绩	分值	成绩	分值
≤13.6	100.00	15.0	57.61	16.4	26.53
13.7	96.60	15.1	55.03	16.5	24.74
13.8	93.25	15.2	52.48	16.6	23.01
13.9	89.96	15.3	50.00	16.7	21.34
14.0	86.73	15.4	47.58	16.8	19.72

14.1	83.56	15.5	45.21	16.9	18.16
14.2	80.45	15.6	42.90	17.0	16.66
14.3	77.39	15.7	40.66	17.1	15.22
14.4	74.39	15.8	38.46	17.2	13.84
14.5	71.45	15.9	36.33	17.3	12.51
14.6	68.57	16.0	34.25	17.4	11.24
14.7	65.74	16.1	32.24	17.5	10.03
14.8	62.97	16.2	30.28	17.6	8.88
14.9	60.26	16.3	28.37	17.7	7.78

表 3: 男子原地推铅球评分表 (米)

成绩	分值	成绩	分值	成绩	分值
≥12.00	100.00	9.50	57.17	7.00	25.92
11.90	98.06	9.40	55.70	6.90	24.92
11.80	96.14	9.30	54.25	6.80	23.92
11.70	94.25	9.20	52.81	6.70	22.95
11.60	92.37	9.10	51.40	6.60	22.00
11.50	90.51	9.00	50.00	6.50	21.06
11.40	88.66	8.90	48.62	6.40	20.15
11.30	86.84	8.80	47.26	6.30	19.25
11.20	85.03	8.70	45.91	6.20	18.37
11.10	83.25	8.60	44.59	6.10	17.51
11.00	81.48	8.50	43.29	6.00	16.67
10.90	79.73	8.40	42.00	5.90	15.84
10.80	78.00	8.30	40.73	5.80	15.04
10.70	76.28	8.20	39.48	5.70	14.25
10.60	74.59	8.10	38.25	5.60	13.48
10.50	72.91	8.00	37.04	5.50	12.73
10.40	71.26	7.90	35.84	5.40	12.00
10.30	69.62	7.80	34.67	5.30	11.29
10.20	68.00	7.70	33.51	5.20	10.59
10.10	66.40	7.60	32.37	5.10	9.92
10.00	64.81	7.50	31.25	5.00	9.26
9.90	63.25	7.40	30.15	4.90	8.62
9.80	61.70	7.30	29.06	4.80	8.00
9.70	60.17	7.20	28.00	4.70	7.40
9.60	58.66	7.10	26.95	4.60	6.81

表 4: 女子原地推铅球评分表 (米)

成绩	分值	成绩	分值	成绩	分值
≥9.00	100.00	6.80	61.70	4.60	32.37
8.90	98.06	6.70	60.17	4.50	31.25
8.80	96.15	6.60	58.67	4.40	30.15
8.70	94.25	6.50	57.18	4.30	29.06
8.60	92.37	6.40	55.70	4.20	28.00
8.50	90.51	6.30	54.25	4.10	26.95
8.40	88.67	6.20	52.81	4.00	25.93
8.30	86.84	6.10	51.40	3.90	24.92
8.20	85.04	6.00	50.00	3.80	23.93
8.10	83.25	5.90	48.62	3.70	22.95
8.00	81.48	5.80	47.26	3.60	22.00
7.90	79.73	5.70	45.92	3.50	21.06
7.80	78.00	5.60	44.59	3.40	20.15
7.70	76.29	5.50	43.29	3.30	19.25
7.60	74.59	5.40	42.00	3.20	18.37
7.50	72.92	5.30	40.73	3.10	17.51
7.40	71.26	5.20	39.48	3.00	16.67
7.30	69.62	5.10	38.25	2.90	15.84
7.20	68.00	5.00	37.04	2.80	15.04
7.10	66.40	4.90	35.84	2.70	14.25
7.00	64.81	4.80	34.67	2.60	13.48
6.90	63.25	4.70	33.51	2.50	12.73

表 5: 男子立定跳远评分表 (厘米)

成绩	分值	成绩	分值	成绩	分值
≥288	100.00	263	57.07	238	26.24
287	97.61	262	55.62	237	25.25
286	95.71	261	54.18	236	24.28
285	93.83	260	52.76	235	23.32
284	91.96	259	51.36	234	22.38
283	90.11	258	49.98	233	21.47
282	88.28	257	48.61	232	20.57

281	86.47	256	47.27	231	19.69
280	84.68	255	45.94	230	18.38
279	82.91	254	44.63	229	17.98
278	81.16	253	43.35	228	17.16
277	79.42	252	42.08	227	16.36
276	77.70	251	40.82	226	15.57
275	76.00	250	39.59	225	14.80
274	74.32	249	38.38	224	14.05
273	72.66	248	37.18	223	13.32
272	71.02	247	36.00	222	12.61
271	69.40	246	34.84	221	11.91
270	67.79	245	33.70	220	11.24
269	66.20	244	32.58	219	10.58
268	64.64	243	31.48	218	9.94
267	63.09	242	30.39	217	9.32
266	61.56	241	29.33	216	8.72
265	60.04	240	28.28	215	8.14
264	58.55	239	27.25	214	7.57

表 6: 女子立定跳远评分表 (厘米)

成绩	分值	成绩	分值	成绩	分值
≥245	100.00	217	57.20	189	26.62
244	97.77	216	55.90	188	25.32
243	96.08	215	54.61	187	24.44
242	94.41	214	53.34	186	23.57
241	92.75	213	52.08	185	22.71
240	91.10	212	50.84	184	21.87
239	89.47	211	49.61	183	21.05
238	87.85	210	48.40	182	20.23

237	86.25	209	47.20	181	19.44
236	84.66	208	46.01	180	18.66
235	83.08	207	44.84	179	17.89
234	81.52	206	43.68	178	17.13
233	79.98	205	42.54	177	16.39
232	78.44	204	41.41	176	15.67
231	76.93	203	40.30	175	14.96
230	75.43	202	39.20	174	14.26
229	73.04	201	38.11	173	13.58
228	72.46	200	37.04	172	12.91
227	71.00	199	35.99	171	12.26
226	69.56	198	34.94	170	11.62
225	68.13	197	33.92	169	11.00
224	66.71	196	32.90	168	10.39
223	65.31	195	31.91	167	9.79
222	63.92	194	30.92	166	9.21
221	62.55	193	29.95	165	8.64
220	61.19	192	29.00	164	8.09
219	59.85	191	28.06	163	7.55
218	58.52	190	27.13	162	7.03