

政策法规	学校简介	体育机构	名师名人	训练与竞赛	教材图书	报刊杂志	科学研究	课程教学
学科专业	场馆器材	课外体育	健身园	域外体育	校园明星	职教教育	新闻动态	奥林匹克

## 田径类课程教学指导纲要

更新时间：2005-5-31 9:49:27

### 一、课程目标

田径类课程是以走、跑、跳、投等多种身体练习为基本手段，以竞技性、健身性、实用性练习项目为主要内容，以发展人的基本运动能力和生活生存能力、促进身心健康全面发展为主要目标的基础性体育实践课程。

课程的总目标是：掌握田径类课程的基本理论与知识、基本方法与技能，达到一定的运动技能水平；具备田径类课程教学的基本能力和指导课外田径健身锻炼的组织管理能力，形成良好的专业素养和心理素质，提高社会适应能力。

具体目标是：

（一）全面发展走、跑、跳、投等基本运动能力和生活生存能力，提高体能，为田径类课程和其他技术课程的学习奠定基础。

（二）掌握田径类课程主要项目的基本理论知识和基本技术，达到一定水平的运动技能。

（三）具备田径类课程的基本教学能力、主要项目的竞赛组织与裁判的工作能力和田径健身的指导与管理能力。

（四）充分认识田径类课程的竞技性、健身性和实用性等属性，了解田径运动文化特点，理解田径类课程对人的生活和工作的重要价值，培养终身体育观念。

（五）培养良好的意志品质、创新能力和合作精神，发展个性，提高道德修养，促进身心全面发展，适应社会发展的需要。

### 二、选编教学内容基本要求

（一）选编内容应与《全国普通高校体育教育专业课程方案》（以下简称《课程方案》）的改革精神相一致，与基础教育体育与健康课程改革的目标和内容相适



本站搜索

  

投票调查

你如何看待大学排行榜？

- 较客观地反映高校实力
- 能促进高校的发展
- 只能部分说明大学水平
- 没多大意义
- 部分单位或个人炒作

最新动态

- 关于举办“高校体育..
- 关于举办第二期全国..
- 欢迎报考上海交通大..
- 2007双百评选评选结..
- 2007双百评选网民投..
- 2007双百评选资料上..
- 全国教育科学规划办..
- 2007双百评选网上接..
- 《2007双百评选》候..
- 全国垒球学子们迎接..

友好链接



应，充分体现田径类课程的内涵和价值。

(二) 选编内容能反映本课程领域的新进展、新成果和当代国内外体育教学的新观点、新方法。所选内容应有助于构建适用于全体学生开展自主学习和研究性学习，体现高等教育人才培养方式与教学方法改革的要求。

(三) 选编内容应符合《课程方案》规定的田径类课程的基本要求，紧密结合中小学《体育与健康课程标准》(以下简称《课程标准》)的精神与要求，符合学生的学习能力水平以及各校的教学条件等实际情况，针对性强，实用并便于操作。

(四) 选编内容要有利于全面发展学生的身心健康，有利于学生掌握促进身心健康的方法；有利于学生形成良好的心理素质和终身体育观。

### 三、教学基本内容

根据《课程方案》精神和要求，田径类课程教学内容的构建，以竞技性、健身性和实用性三大属性为依据，主要由基础运动能力、田径主要技术和实用技能三大板块构成。

#### (一) 基础运动能力

1. 走、跑、跳、投的多种健身练习方法与手段。
2. 走、跑、跳、投的多种教学方法与手段。

#### (二) 田径主要技术

##### 1. 理论部分

田径运动概述。田径教学理论与方法。田径竞赛的组织与裁判工作。田径运动场地。

##### 2. 运动项目

短跑、中长跑、跨栏跑、接力跑。

跳远、跳高。

铅球、标枪(介绍项目)。

建议：各校可根据实际情况选择田径教学的技术项目。

### （三）实用技能

1. 越野跑。远足。游戏性、休闲娱乐性跳跃和投掷。

2. 定向越野

#### （1）理论部分

定向越野运动概述。识别地图。设计和编制路线图。定向越野比赛基本规则。小型定向越野比赛的组织方法和注意事项。

#### （2）实践部分

利用地图和指北针进行定向和辨向，选择路线、寻找检查点等基本技能的练习方法与手段。借助绘图软件，自制用于教学、训练的简单定向越野地图的方法。

建议：各校可根据实际情况，开展校园定向、公园定向等方式的教学。

3、野外生活生存

#### （1）理论部分

野外生存生活概述。野外生存生活活动的设计、组织与注意事项。

#### （2）实践部分

野外宿营、野外饮食、特殊地形的行走与穿越、野外方位的辨别等野外基本生存生活技能的方法与技能。使用安全带、绳降、上升器攀登、搭绳过涧、穿越丛林、保护与帮助等野外生存生活特殊技能的方法与手段。野外安全急救、搬运伤员的方法和注意事项。

建议：各校可根据实际情况，与学生班级、年级活动相结合进行此项目教学。

## 四、教学基本要求

### （一）树立正确的教学指导思想

明确课程为培养目标服务的指导思想，体现田径类课程功能，以《课程方案》、《全国普通高校体育教育专业主干类课程教学指导纲要》（以下简称《指导纲要》）和《课程标准》为依据，构建新的教学内容体系。

## （二）制定切实可行的教学文件

《指导纲要》提供了田径类课程教学的总体要求，各校在执行过程中，可以根据本校教学条件和师资力量等实际情况，制定相应的教学文件。

## （三）选择与整合课程教学内容

根据《指导纲要》提出的田径类课程教学目标，各校可根据实际情况，不断充实、更新和精选教学内容，整合课程内容，组织教学。

## （四）不断改进教学方法

在田径类课程教学中，要转变传习式技术教学的倾向，倡导启发式教学和研究性学习，重视学生创新精神的培养和实践能力的提高。

积极引进多媒体辅助教学，努力开发教学课件，积极创设、改造教学条件，保证田径类课程教学内容的实施。

认真开展教学研究活动，探讨课内、外相结合的教学模式。加强组织与指导，培养学生自主学习的能力，组织与鼓励学生积极参加社会实践活动，提高田径类课程的教学质量。

## 五、学习评价

### （一）评价要求

教学评价与培养目标、课程教学目标相结合。既要重视对学生掌握基本理论知识、基本技术和基本技能的评价，也要重视发展学生的个性和创新精神，评价学生综合运用所学的知识和方法指导实践的能力。

过程评价与终结性评价相结合。既要对学生的测试结果进行评价，也应重视对教学过程中学生的学习情况与进步程度进行综合评价。

定量评价与定性评价相结合。在对技术、技能定量评价的基础上，应加强对学生综合运用知识能力的定性评价。

### （二）评价内容

田径类课程根据课程目标，在以下四个方面进行评价：

#### 1. 基础运动能力方面

走、跑、跳、投等基本技术的掌握程度。

以多种方法与手段发展体能的运用能力。

## 2. 教学基本技能方面

基本理论知识和基本技能的掌握程度。

主要项目的运动技术水平。

田径类课程教学组织的基本能力。

健身锻炼的指导与管理能力和竞赛活动的组织与裁判能力。

## 3. 传承田径运动文化方面

对田径类课程主要项目的文化特点的了解与掌握程度。

田径类课程主要项目的竞赛规则、场地、器材和装备的了解与掌握程度。

## 4. 社会适应能力方面

田径类课程对促进心理健康和提高社会适应能力的积极作用的理解程度。

学习过程中意志品质、个性发展、创新能力和合作精神的表现。

自主学习、研究性学习的表现和能力。

### （三）评价方式

各校应根据本校的实际情况，把教师评价、学生评价和考试、测验等方式有机地结合起来，不断改革与创新评价方式，保证评价方式的科学性和有效性。

## 六、教学基本条件

（一）担任本课程的主讲教师，一般应具备讲师以上职称或硕士学位。

（二）应有能够满足田径类课程教学使用的基本场地、器材、设备和装备。

（三）应有与教学内容相配套的挂图、录像和教学课件。

（四）根据课程教学需要，应配备必要的参考教材、图书资料和专业文献期刊。

召集单位：首都体育学院、南京师范大学

参加单位：东北师范大学、湖北大学、河北师范大学、河南大学、华南师范大学、南京体育学院、陕西师范大学、山西大学、苏州大学、天津体育学院

[【推荐】](#) [【返回顶部】](#) [【关闭】](#)

共有0条留言

笔名：[会员登录后才能留言！不是会员请先注册！](#)

留言：

留言由版主**审核后**才发布，请不要重复留言！

相关文章：

- [时尚流行运动走进上海交通大学体育课堂一..](#)
- [武术类课程教学指导纲要](#)
- [球类课程教学指导纲要](#)
- [体操类课程教学指导纲要](#)
- [运动人体科学类课程教学指导纲要](#)
- [体育人文社会学类课程教学指导纲要](#)
- [浙江体育科学](#)
- [体育文化导刊](#)

热门文章：

- [关于举办“高校体育教学改革与特色课程建..](#)
- [关于举办第二期全国学校体育教师定向运动..](#)
- [浙江省高职高专体育课程教学改革与特色建..](#)
- [欢迎报考上海交通大学体育教育训练学研究..](#)
- [关于申报2007年全国学校体育场馆向公众开..](#)
- [关于做好2008年初中毕业升学体育考试工作..](#)
- [教育部办公厅 国家体育总局办公厅 共青团..](#)
- [关于“双百”评选活动的郑重声明](#)

· [投票调查](#) · [交通路线](#) · [关于本站](#) · [本站动态](#) ·

教育部全国高等学校体育教学指导委员会 全国中小学体育教学指导委员会

版权所有© 2004 沪交ICP备05064