# 教师招聘考试复习资料 第一部分 教学技能（5篇）

来源：网络 作者：月落乌啼 更新时间：2024-06-06

*第一篇：教师招聘考试复习资料 第一部分 教学技能第一部分 教学技能一、小学教师的教育素质（一）考核知识点1、我国的教育目的2、小学教育的性质和作用3、教师的角色和素质修养4、小学的师生关系（二）考核要求1、识记（1）教育目的、素质教育教育...*

**第一篇：教师招聘考试复习资料 第一部分 教学技能**

第一部分 教学技能

一、小学教师的教育素质

（一）考核知识点

1、我国的教育目的

2、小学教育的性质和作用

3、教师的角色和素质修养

4、小学的师生关系

（二）考核要求

1、识记

（1）教育目的、素质教育

教育目的：是教育主体对于其所希望达成的结果的设定，具体说来是教育活动所要培养人才的总的质量标准和规格要求。

我国的教育目的：

素质教育：实施素质教育，就是全面贯彻党的教育方针，以提高民族素质为根本宗旨，以培养学生的创新精神和实践能力为重点，造就“有理想、有道德、有文化、有纪律的、德智体美等全面发展的社会主义事业建设者和接班人”

（2）义务教育

义务教育：义务教育是国家统一实施的所有适龄儿童、少年必须接受的教育，是国家必须予以保障的公益性事业。实施义务教育，不收学费、杂费。

（3）年龄特征、师生关系

年龄特征：（A）、学生年龄特征：指在一定的社会和教育的条件下，不同年龄阶段的学生在身体和心理发展方面所表现出来的一半的、典型的和本质的特征。（B）、童年期学生的年龄特征与教育：童年期是指六七岁至十一二岁的年龄阶段。从发展速度上看，童年期是一个相对平稳的时期，童年期学生因其身体发展的平稳性和心理发展的无尖锐冲突性的特点，为教育提供了极为有利的条件。对教育者来说，由于由于童年学生所具有的天真、无邪，对成人的依赖、平静的心态，可塑的品格，极强的吸收能力等特点，使童年期成为接受教育的黄金时期。

师生关系：我国社会主义学校师生关系的基本要求：（A）民主平等：在政治人格、真理面前平等，教师对学生具有教育管理职责，学生要听从教师的教导，教师要向学生学习，认真接受学生提出的合理意见和建议；（B）尊师爱生：是社会主义新型师生关系的重要特征；（C）心理相容：是群体成员在心理行为上彼此协调一致与谅解；（D）教学相长：在师生双边活动中，在师生共同参与的教育活动中，双方存在着相互促进、彼此推动的关系。

（4）教师角色、教师资格

教师角色：（1）社会表现的角色：

A、教书育人的角色：a 人类知识的传授者

b 言传身教的教育者

B、行政管理的角色：a 学生集体的领导者

b 课堂纪律的管理者

C、心理辅导的角色：a 人际关系的协调者

b 心理卫生的治疗者

（2）自我表现的角色：

A、学者与学习者的角色

B、学生家长的代理者

C、模范公民

教师资格：凡志愿从事教师职业，经过权威机构审定，具备国家规定的教师条件或标准，并取得国家认可的教师资格证书者，就可认定他具有“教师资格”。我国小学教师资格分为：高级教师、一级教师、二级教师、三级教师。根据教师的政治思想、基本学历、胜任教育教学情况以及教育工作年限等，评定其任职资格。

2、领会

（1）教育目的、教育方针、培养目标的区别和联系 教育目的：是教育主体对于其所希望达成的结果的设定，具体说来是教育活动所要培养人才的总的质量标准和规格要求。

教育方针：是教育目的的政策性表达，具有强制性的特点，他由教育的行政、教育的方式、教育目的三个内容构成。

教育目标：是培养人的具体要求，是一定社会对某一级或某一专业所培养人的具体要求，是教育目的在各级各类教育机构中的具体化。

（2）小学教育在整个教育中的地位

小学教育的基本特征：全民性、义务性、全面性

小学教育的基础地位：1986年颁布的《中华人民共和国义务教育法》规定国家实施九年义务教育，小学是九年义务教育的第一阶段。在我国的学校教育体系初等教育-中等教育-高等教育中，小学教育是各级各类教育的基础

小学教育的启蒙作用：A、在身体素质方面的启蒙作用；B在学习知识方面的启蒙作用；C在思想品德方面的启蒙作用。

（3）小学师生关系的特点

师生关系：我国社会主义学校师生关系的基本要求：（A）民主平等：在政治人格、真理面前平等，教师对学生具有教育管理职责，学生要听从教师的教导，教师要向学生学习，认真接受学生提出的合理意见和建议；（B）尊师爱生：是社会主义新型师生关系的重要特征；（C）心理相容：是群体成员在心理行为上彼此协调一致与谅解；（D）教学相长：在师生双边活动中，在师生共同参与的教育活动中，双方存在着相互促进、彼此推动的关系。

（4）小学教师的素质结构 教师的素质结构：

A、文化素质：a、必须具有语文、数学两门主科和其他一两门学科的全面扎实的知识和技能；b、小学教师还要具有广博的文化科学知识和多方面的兴趣和才能。B、教育素质：a、教育理论知识：作为小学教师，主要应该掌握教育学、心理学、各科教材教法知识； b、教育实践能力：语言表达能力、教学实践能力、教育和组织管理能力；c、运用教育机智处理突发问题的能力：遵循因势利导、扬长避短、达到正面教育效果的指导原则、针对不同情况，采取多种方式，对症下药；d、教育科研能力 C、职业道德素质：依法执教、爱岗敬业、热爱学生、严谨治学、团结合作、尊敬家长、廉洁从教、为人师表。

3、简单应用

（1）小学的全面发展教育

小学的全面发展教育组成部分：德育、智育、体育、美育、劳动技术教育。

小学教育的培养目标：A、德育 使学生初步具有爱祖国、爱人民、爱劳动、爱社会主义和爱中国共产党的思想感情，初步具有关心他人、关心集体、城市、勤俭、不怕困难等良好品德、以及初步分辨是非的能力，养成讲文明、懂礼貌、守纪律的行为习惯。B、智育 使学生具有阅读、书写、表达、计算的基础知识和基本技能，掌握一些自然、社会和生活常识。培养观察、思维、动手操作和自学能力，以及有广泛的兴趣和爱好，养成良好的学习习惯。C、体育

培养学生锻炼身体和讲究卫生的习惯，具有健康的体魄。D、美育 培养学生爱美的情趣，具有初步的审美能力。E、劳动技术教育

培养学生良好的劳动习惯，会使用几种简单的劳动工具，具有初步的生活自理能力。

（2）小学教师的专业发展

小学教师的专业发展：从本质上说，所谓教师专业发展就是教师个体专业不断发展的历程，是教师不断接受新知识，增长专业技能的过程，是一个教师的职业理想、自己也道德、职业情感、社会责任感不断成熟、不断提升、不断创新的过程。教师要成为一个成熟的专业人员，需要通过不断的学习和探究历程来拓展其专业内涵、提高专业水平，从而达到专业成熟的境界。在当代教育与课程改革的背景里，教师专业发展直接指向胜任教师的新角色。

4、综合应用

小学教师的素质修养

A、文化素质：a、必须具有语文、数学两门主科和其他一两门学科的全面扎实的知识和技能；b、小学教师还要具有广博的文化科学知识和多方面的兴趣和才能。

B、教育素质：a、教育理论知识：作为小学教师，主要应该掌握教育学、心理学、各科教材教法知识；

b、教育实践能力：语言表达能力、教学实践能力、教育和组织管理能力；c、运用教育机智处理突发问题的能力：遵循因势利导、扬长避短、达到正面教育效果的指导原则、针对不同情况，采取多种方式，对症下药；d、教育科研能力

C、职业道德素质：依法执教、爱岗敬业、热爱学生、严谨治学、团结合作、尊敬家长、廉洁从教、为人师表

二、小学德育的实施

（一）、考核知识点

1、小学生思想品德的特点

2、小学德育的基本原则

3、小学德育的实施途径

4、小学德育方法的运用

（二）、考核要求

1、识记

（1）小学生思想品德的特点

小学生思想品德的特点：A、幼稚型与可塑性 B、模仿性与易变性 C、自我中心性与缺乏自律性

（2）小学德育内容的侧重点 小学德育内容的侧重点： A.热爱祖国的教育

B.热爱中国共产党的教育 C.热爱人民的教育 D.热爱集体的教育

E.热爱劳动、艰苦奋斗的教育 F.努力学习、热爱科学的教育 G.文明礼貌、遵守纪律的教育 H.民主与法制观念的教育 I.良好的意识、品格教育

J.辩证唯物主义观点的启蒙教育

（3）小学德育的主要实施途径

小学德育实施的途径： A、思想品德课，是最直接和专门德育的一门课程 B、其他各科教学，是最经常、最基本的途径、C、校会、班会和少先队活动

（3）小学德育的方法

小学德育的方法：A、说服教育（讲解、谈话、讨论）；B、情感陶冶；C、榜样示范；D、实际锻炼；E、奖励与惩罚

2、领会

（1）小学教育的基本原则 A.方向性原则

B.严格要求与尊重学生相结合的原则 C.集体教育与个别教育相结合的原则 D.正面教育和积极引导相结合的原则 E.教育与学生年龄特征相一致的原则 F.教育影响连续性和一致性的原则 G.理论联系实际的原则 H.循循善诱的原则 I.思想政治工作与其他活动相结合的原则

（2）各科教学与德育的关系 各科教学与德育的关系：德育工作要寓于各科教学之中，贯穿于教育教学的各个环节。诚然，各学科教学主要任务是培养学生的科学文化素质。但是，离开了德育，教师的教和学生的血就不可能有正确的方向和强大的动力，学科教学也就不可能真正搞好。脱离了各科教学者一主渠道，德育工作就丧失了主阵地，也容易形成空对空，市区实效性。优秀的教师，总是把教书和育人和谐地统一、融合在一起，即使学生很好地掌握了学科知识，又对学生人生志向的形成，思想品德的发展、政治素质的提高产生重要的影响。因而各科教师都是德育工作者。（4）德育方法的特点 德育方法的特点：

A、道德教育的内容与方法服从学生的心里发展规律

B、教师在教育过程中始终是一位顾问，一位讨论问题的参与者，一位帮助学生发现问题的引导着

C、密切联系学生的生活实际

3、简单应用

（1）小学德育的实施途径

小学德育实施的途径： A、思想品德课，是最直接和专门德育的一门课程 B、其他各科教学，是最经常、最基本的途径、C、校会、班会和少先队活动

（2）小学德育方法的运用

小学德育的方法：A、说服教育（讲解、谈话、讨论）；B、情感陶冶；C、榜样示范；D、实际锻炼；E、奖励与惩罚

三、小学班主任工作

（一）考核知识点

1、班主任工作的意义

2、班主任的角色

3、小学班主任的工作职责和基本内容

4、小学班主任工作的方法

（二）考核要求

1、识记（1）、班级的含义

班级：是学校教学和管理的基本单位。一半指将年龄相近、知识水平程度基本相同、有共同学习任务的同一年级学生编成有固定人数的学生群体。其主要特点是具有行政性，同一性、独立性。（2）、班级的功能

班级的功能：是学生形成集体意识、促进学生社会化的基地；班集体是促进学生个性全面发展的重要条件；班集体不仅是教育的客体，也是教育的主题。（3）、班主任的工作职责 班主任的工作职责：其基本职责是组织和培养良好的班集体，对全班每个学生的发展全面负责（4）、班级管理的方法

班级管理的方法：激励、训练、活动、帮教、放手

2、领会（1）、小学班主任工作的意义（2）、小学班主任的角色

班主任不仅是“学科专家”而且是“组织者”、“管理者”、“模范公民”、“父母代理人”、“学生的朋友与知己”、“学生人际交往的指导者”、“学生心理健康发展的咨询者”等等，而所有这些内涵对新的时期班主任素质提出了新的要求。（3）、小学班主任工作的基本内容

小学班主任工作的基本内容：思想品德教育、文化学习指导

3、简单应用（1）、班级管理方法的应用

班级管理方法：激励、训练、活动、帮教、放手（2）、小学班级活动方案的设计

小学班级活动方案：活动主题、活动目的、活动方式和活动步骤（3）、班主任工作总结 班主任工作总结：

A.班级情况的概述和叙述 B.成绩和缺点 C.经验和教训 D.今后的打算

4、综合应用

（1）小学班集体的组织和培养

A、班集体形成和发展的三个阶段：组件班集体阶段、班集体初步形成阶段、班集体的形成发展阶段

B、组织和培养班集体的要求和方法：确定目标、建立班委会、培养正确的舆论和良好的班风，组织开展班级活动。

（2）学生良好行为习惯的培养（3）对各种类型学生的分析及教育

四、小学课外校外活动与少先队工作

（一）考核知识点

1、小学的课外校外活动

2、少先队的性质、基本任务与特点

3、少先队教育活动

4、少先队辅导员的职责和条件

（二）考核要求

1、识记

A.课外校外活动 课外校外活动：学校根据学生的意愿，在课堂教学之外利用课余时间为其组织的各种教育活动，以使学生得到主动、生动活泼的发展。B.小学课外校外活动的特点

小学课外校外活动的特点：自愿参与、自主活动、形式多样、内容开放 C.课外校外活动的意义 D.少先队的性质与特点

少先队的性质和特点：群众性和先进性的统一、服务性和社会性的统一、服务性和自主性的统一

2、领会

A.小学课外活动的内容

小学课外活动的内容：科技活动、学科活动、文体活动、课外阅读活动、游戏活动、社会活动、主题活动

B.小学课外活动的形式

小学课外活动的形式：个人活动、小组活动、群众性活动 C.少先队教育活动的意义

3、简单应用

A.小学课外校外活动的基本要求

小学课外校外活动的基本要求：尊重学生的个人意愿和兴趣、特长； 注重学生的平衡发展，兼顾全面发展与特殊能力的养成；

重视游戏和自由活动 B.制定课外校外活动计划 C.制定少先队工作计划

4、综合应用

A.分析课外校外活动案例 B.分析少先队活动的案例

**第二篇：特殊教育教师招聘考试复习资料**

第一章：特殊教育概述

第一节：特殊教育的基本概念

一、特殊儿童

1.特殊教育是一个复杂的概念，涉及教育学、医学、心理学、社会学等多个范畴。

2.特殊儿童：广义的理解：指与正常儿童在各方面有显著差异的各类儿童，这些差异表现在智力、感官能力、情绪和行为发展、身体或言语等方面。狭义的理解，专指残疾儿童，即身心发展上有各种缺陷的儿童。

3.残疾儿童：残疾儿童是指身心发展上有各种缺陷的儿童，又称“缺陷儿童”或“障碍儿童”。包括智力残疾、听力残疾、视力残疾、肢体残疾、言语残疾、精神残疾、多重残疾等类型。4.1978年《沃纳克报告》首次提出“特殊教育需要儿童”这个术语，5.1981年英国将有学习困难的学生统称为“特殊教育需要儿童”；

二、分类

1.特殊教育的分类，2024年第二次全国残疾人调查标准将残疾人分为一下七类：视力残疾、听力残疾、言语残疾、智力残疾、肢体残疾、精神残疾、多重残疾。其中，每类残疾按其程度轻重分为1-4级。

三、个别差异：个别差异包括个体间差异和个体内差异。

1.个体间差异：是指不同个体之间智力、能力、个性、兴趣等心理特性方面的差异。

2.个体内差异是指同一个体内部在能力发展上的不平衡。个体间差异是人的多样化，个体内差异是人的个性化。多样化和个性化对教育工作者提出了挑战。

3.教育的目的就是帮助每个学生达到全面而个性化的发展。

三、特殊教育

1.特殊教育是教育的一个组成部分。它是使用一般的或经过特别设计的课程、教材、教法和教学组织形式以及教学设备，对有特殊需要的儿童进行旨在达到一般或特殊培养目标的教育。2.特殊教育的对象就是特殊教育需要的儿童。

3.国家教育部所规定的特殊教育对象主要包括三类残疾儿童：智力残疾、听力残疾以及视力残疾，条件允许的省市将特殊教育对象的范围进行了适度的扩展。4.我国台湾地区在《特殊教育法》（2024）中规定，特殊教育对象包括身心障碍和资赋优异两类人群，其中身心障碍包括智能障碍、视觉障碍、听觉障碍、言语障碍、肢体障碍、身体病弱、严重情绪障碍、学习障碍、多重障碍、自闭症、发展迟缓以及其他显著障碍等12类。

5.美国IDEA规定的特殊教育服务对象为学习障碍、言语语言障碍、智力障碍、情绪障碍、多重障碍、听力障碍、肢体障碍、其他健康障碍、视力障碍、自闭症、聋盲、创伤性脑损伤、以及发展迟缓等13类。6.教育内容：替代性课程，调整原有的内容，补充必要的内容。

7.教育方法：调整教学目标，调整教学方式，调整教学过程，调整教学时间、调整评价方法；

8.教育场所：普通学校普通班级、普通学校普通班级+额外的教学服务、资源教室、普通学校特殊性、特殊学校、寄宿制学校、在家或住院。

9.从事特殊教育和相关服务的人员：特殊教育教师、教师助理、心理学家、听力学家、咨询师、诊断和评估人员、职业治疗师、物理治疗师、康复咨询师、学校社会工作者、言语病理学家。

第三节：我国特殊教育体系与发展趋势

一、特殊教育体系

1.学前教育、义务教育、职业教育、高级及高等以上的教育； 2.学前教育的安置方式：（1）普通幼儿教育机构；（2）残疾儿童福利院机构；（3）残疾儿童康复机构；（4）普通小学的学前班和特殊教育学校的学前班； 3.义务教育的安置形式：（1）特殊教育学校；（2）特殊教育班；（3）随班就读；

4.职业教育的安置形式：

第五章：智力障碍儿童

一、智力障碍的概念

1.智力障碍：是指智力低于一般人水平，并伴随有适应行为的障碍。2.智力障碍包括在智力发育期间（18岁之前），由于各种有害因素导致的精神发育不全或智力迟缓；或者智3.力发育成熟之后，由于各种有害因素导致的智力损害或智力明显衰退。4.智力鉴定和分类：

（1）智力：智力是各种基本能力的综合，即观察力、记忆力、想象力和思维能力的综合，其核心成分是抽象思维能力。

（2）智力测验：斯坦福—比奈智力量表；韦克斯勒儿童智力量表；韦克斯勒学前儿童智力量表；考夫曼儿童智力量表；

（3）智力商数：智力商数即是智商（IQ），是个人接受智力测验所得到的标准分数；

二、智力障碍的分类

世界卫生组织将智力障碍分为六类：

1.轻度智力障碍（50—69；智龄在9—12岁之间）2.中度智力障碍（35—49；智龄在6—9岁之间）3.中度智力障碍（20—34）；智龄在3—6岁之间）4.极重度智力障碍（20以下；智龄小于3岁）5.其他智力障碍

6.非特异性的智力障碍

三、智力障碍的出现率

世界卫生组织估计，智力障碍出现率为1%—3%，占总数人口的比例为0.42%。

四、智力障碍产生的原因

（一）出生前的致病因素：

1.遗传（染色体异常，先天性代谢异常；其他遗传因素）

2.先天获得性异常（胎儿期感染、药物毒性损伤、放射线和化学毒物的损害；吸烟与嗜酒）

（二）出生时的致病因素 1.早产和低体重 2.新生儿窒息 3.产伤

（三）出生后的致病因素 1.高烧、抽搐 2.神经系统疾病

3.全身麻醉与脑外伤等 4.中毒 5.营养不良

6.社会心理因素（家庭的社会状况，母亲孕期心理状况；家庭环境；社会心理因素）

（四）智力障碍的预防 1.原级预防 2.次级预防 3.第三级预防

五、智力障碍儿童的特征

（一）认知特征 1.感知

（1）感觉特征：智力障碍儿童的绝对感受较低；（2）知觉特征：智力障碍儿童知觉速度缓慢；

2.注意：注意是心理活动对一定对象的指向和集中。智力儿童的注意的发展普遍较低，难以完成从无意注意向有意注意的转变。3.记忆：；记忆是人脑对有关信息进行编码、储存和提取的认知加工过程。智力障碍儿童的识记速度缓慢，信息保持效果差，容易遗忘，再现和再认困难，短时记忆较差。受伤程度越高，其记忆的缺陷也就越严重。4.思维：思维是人脑对客观事物本质属性和内部规律性的间接和概括的反应。智力障碍儿童的思维直观具体，缺乏分析、综合、抽象与概括的能力；智力障碍儿童思维刻板，缺乏目的性和灵活性。

（二）社会适应特征 1.日常生活自理； 2.社会交往；

第二节：智力障碍儿童的教育

一、学习环境

（一）融合的普通班级

（二）资源教室

（三）特殊班

（四）特殊教育学校

（五）在家教育（送教上门）

二、课程

（一）随班就读

（二）特殊教育学校

1.一般课程（生活语文、生活数学、生活适应、劳动技能、唱游与律动、绘画与手工、运动与保健）2.选择性课程（信息技术、康复训练、第二语言、艺术休闲）

三、教学策略

（一）支架教学法

（二）真实情景教学

（三）任务分析法（总任务分解成分任务）

四、技术

提高智力障碍儿童的学习兴趣、弥补智力障碍儿童认知能力的不足；

第六章：听觉障碍儿童

**第三篇：教师招聘考试复习资料总结**

教师考试复习资料

1.幼儿园教育是{基础教育}的重要组成部分，是我国学校教育和终身教育的奠基阶段。

2.幼儿园教育的教育是{全面的}，可以相对划分为{健康 }{语言}{ 社会}{ 科学 }{艺术}等五个领域，也可作其它不同的划分。各领域的内容相互渗透，从不同角度促进幼儿{情感}{认知}{能力}{知识}{技能}等方面的发展。

3．幼儿园教育应尊重幼儿的{人格}和{权利}，尊重幼儿的{身心发展规律}和{学习特点}，与{游戏}为基本活动，{保教并重}，关注{个体差异}，促进每个幼儿富有个性的发展。健康教育的活动要充分尊重幼儿的{生长发育规律}，严禁以任何名誉进行有损幼儿健康的{比赛} {表演} 或{训练}等。

5.环境是重要的教育资源，应通过环境的{创设}和{利用}，有效的促进幼儿的发展。6.幼儿园语言教育要创设一个{自由宽松}的语言交往环境，支持鼓励吸引幼儿与{教师}{同伴}或其他人交流，体验语言交流的乐趣。

7.幼儿园的{保育}和{教育}的双重任务是我国幼儿园的一大特设，也是我国幼儿园的社会使命。

8.幼儿园的保健工作要坚持{预防为主}的方针。

9.遗传素质是幼儿身心发展的{生理基础}和{物质前提}。

10.幼儿在游戏中，往往更{关注游戏的过程}而不是结果。

11..学期教育的工作对象时{0——6}岁的幼儿。

12.在幼儿期主要发展的言语是{口头言语}。

13.对学前儿童实施{全面发展教育}是我国学校教育的基本出发点，也是我国学校教育法规定的儿童教育的任务。

14陶行知提出解放儿童的{创造力}，即解放儿童的{头脑} {双手}{ 眼睛}{ 嘴 }{空间}和{时间}。

15幼儿教育过程的基本矛盾是{教育的要求与幼儿身心发展水平}之间的矛盾。

16在幼儿教育思想的发展中,洛克主张{经验说} 卢梭主张{自然教育说}。

17.幼儿的科学教育是科学的{启蒙教育}。重在激发幼儿的{认知兴趣和科学探究的欲望}

**第四篇：教师招聘考试：体育教师复习资料**

官方微信：【

zjjsks】

教师招聘考试：体育教师复习资料（5）

12、组织准备活动的基本原则

一般性准备活动与专门性准备活动相结合。组织一般性准备活动时，必须做到全面与重点相结合。组织专门性准备活动时，所选择的练习应与教材的结构、节律、强度相类似。

准备活动的运动量。准备活动运动量的大小，应根据教材的内容、对象、外界环境而定。但是，它不能超过正式练习的运动量，否则能量消耗过多，不利正式练习。儿童、少年的中枢神经的兴奋性高，灵活性大，惰性小，他们做准备活动的时间可以短些，运动量小些。成年人的生理惰性较大，运动量可逐步上升，时间要长些。冬天气温低，散热快，机体发热的时间长，生理惰性大，夏天则要相反，因此，冬天做准备活动时间要长，运动量要大。准备活动的运动量太小，身体活动不开，无法适应正式练习;运动量太大，能量消耗过多，中枢神经容易疲劳，也会降低运动成绩。因此，准备活质、幅度、速度和用力程度而决定口令的轻重、缓急、快慢、强弱。

精讲多练，加大密度与运动量。进行准备活动时，必须精讲，加大密度，中间少停顿，学生一看就能理解的练习，只要提出要求，无须讲解动作要领。复杂的动作用慢动作示范，学生跟着做动作，中间不停顿，这样不仅节省时间，而且促进学生耐力的发展。

注意调节赛前状态。当前各级学校的体育课一般都安排在上午后两节或下午一、二节，这时学生的兴奋性一般较低。就要求教师在阐明课的任务与要求之后，精神饱满，口令洪亮，严格要求，练习中加大密度或增加有吸引力的游戏，以提高学生的兴奋性。

准备活动时间与休息间隔。准备活动结束后，调动队伍与主教材的讲解示范等，应争取在短时间内完成。比赛时，如果准备活动后休息时间过长，最好在赛前做些补充活动，尤其是集体项目的替补，更应注意这点，否则容易发生运动损伤。

准备活动应力求实效性。在准备活动中通过各种途径，采取丰富多彩、变化多样的方式进行练习，这对培养学生自我活动能力、活跃课堂气氛、集中学生的注意力，会产生良好的的效果。

官方微信：【

zjjsks】

准备活动要不断创新。有些老师在安排准备活动时，总是那么几节，很少变换花样。容易使学生产生机械性反应和不动脑筋的习惯、不求质量的马虎现象。为此，徒手操的编排中，既要使用学生所熟悉的练习，又要适应增加些新颖的内容，还应采取各种方式，最大限度地发展学生的柔韧性、灵活性、协调性。

准备活动应层次清楚，重点突出。教师在组织准备活动练习中，应把一般性准备活动、专项性准备活动以及专项服务的辅助练习紧密地结合起来，从精神上、生理上自然地向内容过度，为提高基本部分的练习效果打好基础。因为准备部分的成功与否直接影响到体育课的质量。

准备活动的内容应考虑对象的特点。儿童、少年准备活动的内容应简单容易学，节奏分明，生动活泼，动作速率较快，重复次数少些，变化适当多些。对于女学生，根据她们的解剖特点，应注意选择一些发展她们的腹肌、骨盆底肌和大腿力量的练习。青年人则应选择结构复杂，刚强有力，积极快速，幅度大的动作进行练习。技术水平高的学生，准备活动的动作应复杂些，难度应高些。专门性准备活动的内容，更应注意这一点。某些身体素质普遍较差的学生，可选择一些发展该种素质的练习，以促进落后素质的发展与提高。

正确的运动方法、方向、幅度、频率及次数。正确应用不同的运动方法、方向、幅度、频率、重复次数等因素，提高准备活动的效果。①根据锻炼的目的，选择不同的运动方法。②采用不同的运动方法，锻炼不同的肌肉群。③采用不同的幅度、速度和频率，增减运动强度和运动量。④调整参加运动的身体部位的数量和主要动作重复的次数来增减运动量。

13、准备活动教学应注意的事项

准备活动是体育课、训练课、以及比赛不可缺少的重要环节，必须从思想上加以重视，因此，进行准备活动教学时，应注意以下事项：

加强思想教育，严格要求。不少的运动损伤是因为没有进行准备活动，或准备活动做得不科学造成的。因此，对学生必须进行准备活动的目的性、重要性教育。另外在教学过程中，对组织纪律性及基本姿势的准确性要有严格的要求。

正确示范，注意队形。做操时，教师最好与学生一起（镜面）做动作，以强化示范。教师应巡视全体学生，观察他们的动作是否规范，不要自己埋头做操。

官方微信：【

zjjsks】

口令洪亮，节奏分明。教师的口令应洪亮、清晰、有节奏、强弱分明，才能振奋学生的精神，促使他们动作一致，做操整齐。口令应根据动作的性.14、小型体育比赛的特点

小型体育比赛一般有如下特点：比赛项目少、群众性强、比赛活动分布广、比赛名目多、实效性好。

15、怎样组织小型体育比赛

组织一次较完整的小型体育比赛，要经过赛前准备、赛中组织、赛后总结等一系列具体而细致的运作过程，下面简要介绍组织过程。

赛前工作：争取支持和配合，做好组织宣传，培训裁判和场地器材等工作。制订比赛规程。编排竞赛秩序。

赛中工作：准备场地器材、组织观众、现场宣传、医务防护措施、计分与累计成绩。赛后工作：公布比赛结果、奖励优胜、总结汇报。

16、如何选择赛制

组织一次赛事时，必须考虑五个重要的变量： 完成赛事的比赛场次;参赛选手参加比赛次数的公平性;赛事完成前后所需的时间;大多数比赛将如何结束;种子编排的准确性对于组织好赛事的重要性。你可以根据这些变量，合理选择赛制。

17、单淘汰制的优缺点

优点：组织形式容易被人理解，适合于有大量参与者的比赛，且比赛场次少、场地少。缺点：每名参赛者只能保证有一次参赛机会，正确的种子编排至关重要，且不能最大限度地利用多个比赛场地。

最佳利用：赛制末或时间长的联赛后期。

18、循环制的优缺点

官方微信：【

zjjsks】

优点：所有的参赛选手彼此之间都要进行比赛，因此最后的排名非常可靠，种子编排并不重要，并能高效地利用多个比赛场地，没有一个人会被淘汰。

缺点：需要进行很多场比赛，并会出现许多悬殊性比赛。最佳利用：联赛和最后排名十分重要的赛事。

19、计算比赛的场数和轮数

单循环比赛的总场数=队数（队数—1）

比赛轮数的计算：参加比赛的队数是偶数轮数=队数—1 参加比赛的队数是奇数轮数=队数 单淘汰比赛的总场数=参加队数—1 比赛的轮数=所确定号码位置数的乘方数 比赛轮空场数=选用号码位置数—参加队数

（号码位置数：参加比赛的队数不是的乘方数，如十三队，可选择最接近的较大于参加队数2的乘方数作为号码位置数）

20、轮空与种子编排

如果参加比赛的队不是的乘方数（、16„„），第一轮比赛中就会有一些队不与其他队交手，这个参赛队在第一轮“轮空”，在编排上要使第二轮比赛的队数为2的乘方数。通常让种子排名高的参赛队轮空。

为了更符合“公平竞争”的原则，克服两个强队在第一轮相遇的缺陷，可先把“种子队”放在轮次表的适当位置。如果设两个“种子队”，应分别排在轮次表的最上边和最下边;如果设四个“种子队”，应分别排在两个半区的最上边和最下边;如比赛需要轮空，则“种子队”在第一轮中优先轮空为好。

21、竞赛规程包括哪些内容

主要包括：运动会的目的（宗旨）;比赛时间和地点;参加单位及组别;竞赛项目;参加办法;报名手续及报名截止日期;竞赛办法;录取名次;记分、奖励、处罚办法;其他未尽事宜由组委会与承办单位书面通知为准。

22、秩序册主要包括哪些内容

官方微信：【

zjjsks】

（1）有特色而又精美的封面;（2）目录;（3）大会竞赛规程;（4）大会开幕式、闭幕式程序;（5）大公组委会及工作人员名单;（6）仲裁委员会和技术代表名单;（7）裁判员名单;（8）各单位参加人数统计表;（9）各项参加人数统计表;（10）兼项人数统计表;（11）大会作息时间表;（12）各代表队名单;（13）竞赛日程表;（14）竞赛分组表;（15）男女最高纪录表;（16）场地平面示意图。以上内容可依运动会规模自行选定。

23、体育教学的特点

体育教学和其他学科教学相比共同点是：要贯彻全面发展教育方针;是师生的双边活动，教师有目的、有计划地启发，引导学生自觉积极地学习掌握一定的知识、技能，发展学生的认识能力，培养学生共产主义的远大理想和道德品质的教育过程。在这过程中，教师属于主导地位，学生则是学习的主体。两者是互相制约辨证统一的。不同点是：在体育教学过程中，学生在教师启发、指导下，主要是从事各种身体练习，并在反复练习过程中，通过思维活动与体力活动的紧密结合，来掌握体育的知识、技术和技能。由于学生在活动中，身体要承受一定的运动负荷，因而能收到发展身体、增强体质的实效。因此，体育教学过程，不仅可以发展学生的智力，而且能发展学生的体力。

24、体育教学的理论依据是什么？

在教学过程中，遵循认识事物的规律、动作技能形成的规律、人体机能适应性规律、人体生理机能活动能力变化的规律，是体育教学的理论依据。

25、体育教学原则有哪几点？

体育教学原则有：自觉性和积极性原则、从实际出发原则、身体全在发展原则、合理安排运动负荷原则、直观性原则、循序渐进原则、巩固与提高原则

26、我国的几种教学新方法

目标教学法：设定教学目标，选择多种实现目标的教学内容拓宽学生达成目标的途径。如发展有氧耐力，可采用跑、跳绳、有氧操、球类活动等多种教学内容。

主题教学法：设定教学主题，围绕主题进行拓展，归纳主题特性。如合作跑，用接力跑，“开火车”等多种方法。

分层教学法：专项教学，同质分组。给予适宜的活动处方。如篮球，进行A、B、C、D分组。信息教学法：借助媒体信息，演示教学内容，获取主要信息，利用VCD和录象带进行教学内容演示。

官方微信：【

zjjsks】

创造情景法：选择适当的教学内容，构思适合的情景，布置引起丰富想象的环境。

区别对待法：关注个体差异，确保特殊学生受益，对弱质人群与不同爱好者，采用其他手段给予调整。

简化技术法：竞技运动内容和规则的简化。设施、器材的改造。

竞赛激励法：组织适合身心发展的竞赛活动，变换竞赛的方法与手段，提高运动兴趣。如篮球兴趣小组对抗比赛、轮流上场。

游戏化教学：重组运动技能教法，适合水平阶段心理特性，构造欢乐天地。

27、分组教学的基本形式

无论上课时学生的人数的多少，分组教学手是一钟必要的教学组织形式，因为分组教学比较能体现因材施教、区别对待教育的原则，也比较容易发挥学生骨干的作用。在体育教学中，可根据不同的水平阶段学生的特点、不同的教学内容、不同的目标。选用适宜的分组形式或结合几种分组形式来开展教学。

下面介绍几种不同的分组教学组织形式。

（1）随机分组：这是分组教学的最基本的形式。所谓随机分组，就是按照某种特定的方法将学生分成若干组。例如，教师用报数的方法将全班分成若干个小组，具有一定的公平性，常在比赛、游戏时采用。这种方法的优点在于既简单、又迅速;缺点在于没有考虑学生在爱好、能力上的差异，无法很好地体现区别对待的教学原则。

（2）同质分组：所谓同质分组，是指分组后同一个小组内的学生在体能和运动技能上大致相同。优点在于能增强活动的竞争性，符合学生争强好胜的性格，提高学生参与活动的兴趣;缺点是易在学生中形成等级观念和弱势人群的自卑感等。因此，教师在首次进行同质分组前，最好能给学生解释一下实施这一教学组织形式的原因，以免体能和运动技能较差的学生产生自卑感和降低学习的信心，技能好的学生产生骄傲和自满情绪。

（3）异质分组：是指分组后同一小组内的学生在体能和运动技能方面存在差异，各组之间在整体实力上的差距不大，异质分组不同于随机分组，是人为地将不同体能和运动技能岁平的学生分成一组，或根据某种特别的需要对“异质”进行分组，从而缩小各小组之间的差距，以利于开展游戏和竞赛活动。例如，在进行接力跑游戏前，教师把跑得较快和跑得较慢的学生合理地分配在各个小组里，此种形式的小组就是典型的异质分组。

官方微信：【

zjjsks】

（4）合作型分组：体育教学中学生合作学习的机会比其他课程要多得多，这主要是由于体育活动的特性所决定的。无论是在游戏活动还是竞赛活动中，合作都是获得成功的重要因素之一。在体育教学中，让学生通过合作来进行练习（如接力跑、双人操等），其意义远远超出活动本身，不但更能提高学生的兴趣和热情，培养学生的合作意识和集体注意精神，而且有助于促进学生达成学习目标。

（5）帮教型分组：在合作型分组中，参与者之间的关系是平等的，是一种互为依赖的关系。但有时根据教学的需要，我们可以组织部分学生直接对其他学生进行帮助，这就形成了帮教型分组。例如，有一定专项技能的学生可以在自己所擅长的练习中帮助其他相对比较差的同学，其所达到的教学效果要比教师一个人对众多的学生进行指导好得多。同时也是主体学习的一种很好体现。但教师必须使学生认识每个人都是有帮助他人和接受帮助的责任和义务，重视帮助者产生自卑感的不良效果。

（6）友伴型分组：如果让学生自己分组活动，大多数学生会选择与自己关系较为密切的同学在一起进行练习，这就是友伴型分组。与关系密切的同伴在一起练习，学生没有心理压力，并能得到友情的支持，给予指导和帮助。因此，在体育教学中采用友伴型分组，可提高学生的学习热情，使每一个学生都有可能体验体育活动的乐趣。

28、加强对学生学法的指导

传统的体育教学方法只重视教师的教，比较忽视学生的情感和体验，最终导致许多学生不喜欢体育课，所以必须高度重视教学方法的改革，将有助于激发学生的体育学习兴趣，吸引学生上好每一堂体育课，使学生形成坚持体育锻炼的习惯。

自主学习：对每个学生来说，实现教学目标的途径可以多样的，由于不同的学生在体能、技能、爱好等方面存在着差异，但每个学生都有达到相同目标的最适宜方法，因此，在教学中我们应该给学生有自主选择学习内容和学习方法的空间，不要给学生规定过分统一的要求，让学生学会自主学习，也就是教学生学会针对自己的实际情况，选择最佳的练习方法，通过自己的努力和教师的帮助与指导，最终实现学习目标，同时也掌握了终身学习的方法，为今后坚持体育锻炼奠定了良好的基础。

合作学习：合作学习也是自主学习的一种形式，合作可以是两人之间、多人之间的合作。合作使学生产生更多的灵感，获得更大的利益，得到更好的体验。在体育教学中，教师可以多组成学习小组，采用集体性的运动来培养学生的合作意识和行为。在非集体的体育活动中（如体操等）也应该给学生提供相互帮助、相互指导、相互纠正的机会，使学生在合作的学习氛围中，提高发现错误和改正错误的能力，不断提高动作质量，并在合作学习过程中发展社会交往的能力。

官方微信：【

zjjsks】

创造性学习：在传统的体育锻炼教学中，教师往往习惯于灌输式的教学方法。学生只需“跟我学”就可以了，这样的教学方法实际上泯灭了学生的创造性，因此教师要为学生提供机会，培养他们的创造力、竞争力以及迎接挑战的能力。在教学过程中，应将教师的指导与学生的创造结合起来。有些教学内容可以只提要求不教方法，让学生自己去尝试学习。这样，不仅能使学生获取更好的知识和技能，挖掘更多的潜力。而且还能使学生形成创造的意识和能力，获得更多的成功体验。

探究式学习：提起探究式学习，往往会给人一种很高深的感觉。其实，探究行为只是儿童的一种常见表现，他们从小就爱问“为什么”那么在体育教学中，应怎样来指导学生进行探究式学习呢？一般而言，可以引导学生对一些约定俗成的事物去进行探究，引导学生对事物的潜在功能进行探究，如单杠是不是只能用来发展力量，滚翻运动在实际生活中有哪些用途等等。

延伸性学习：所谓延伸性学习，是指学生在体育课以外的学习和活动。由于体育课堂教学的时间有限，许多学校的体育设施还很不完善，学生在学校里所能学到的体育知识和技能就很有限，而社会上流行的运动项目又很多，学生可以根据自己的兴趣和爱好在社区里、节假日里有选择地进行体育活动，进行体育锻炼，弥补课堂上学习的不足。所以，教师应鼓励学生充分利用课外、校外的课程资源，积极进行体育活动，培养学生自主学习的能力。有助于身体、心理和社会适应三方面整体健康水平的提高。

信息化学习：信息化学习，是指学生利用各种媒体进行体育知识和技能学习的过程。在现代社会中，电视、杂志和网络等使知识成为全人类的共同财富，日新月异、丰富多彩的体育信息通过各种媒体显现出来，吸引着学生去阅读和观看。例如，NBA篮球赛事把篮球运动的许多技能直接通过电视介绍给青少年，网络中也有大量科学锻炼与健康的知识可供学生阅读。因此，教师应鼓励学生充分利用信息资源来丰富自己的学习内容，是学生能更好地达成学习目标。

评价式学习：所谓评价式学习，是指学生了解评价的方法和参与评价的过程。在体育教学过程中，教师应教会学生自我评价的方法，让学生以适当的方式对教、学过程和结果进行评价。这样，有助于调动学生学习的积极性，容易把学生的智慧和力量融入到教学过程中来，使师生在互动的过程中加深理解，也有助于学生关注体育教学的过程，促进教师更有效地进行体育教学。

29、谈说课

说课是教师进行教学研究、提高教学能力和技艺的一条重要途径，如何把体育课说清、说深、说活、说新，主要有以下几点：

官方微信：【

zjjsks】

（1）把握好整体与局部的关系，思路要清。

首先，应从整体上来理清要说的最基本内容。一般情况下要做到“四说”，说教材、说教法、说学法、说教学设计。说教材，主要是说出本节课的教学目标、重点、难点和关键，及其教材的前后联系;说教法，主要是说出本节课选用的教学方法和手段及其理论依据;说学法主要是说出本节课教给学生什么样的学习方法，培养哪些能力，如何调动优生积极性和差生学习兴趣;说教学程序设计主要是说出本节课的教学思路、课堂结构、运动负荷、场地器材的安排，设计的理论依据以及教材、教法、学生之间的关系。

其次，在“四说”的过程中，要善于抓住重点。切忌面面俱到，应从局部的环节中突出理论依据，做到详略得当。只有从整体把握、从局部突破，才能做到思路清，说课清。

（2）把握好内容与层次的关系，挖掘要深。体育课的说课要想达到高层次，必须紧密结合学科特点，在说课内容和层次上着力做文章。要严防表述的“表浅”，必须说出内容的深度，理清说课的层次。

譬如：针对不同年龄阶段、不同的学生群体，应该说出学生的认知特点、身心发展规律对于运动技能的掌握，应该说出动作技能形成发展的规律;对于课堂结构及运动量的安排，应该说出运动过程中人体机能变化发展规律动作技术的分析，应该说出人体解剖、生理特点及力学原理。总之，内容挖掘得越深，说课的层次就越高，评价也就越好。

（3）把握好方法和媒体的关系，说法要活。体育教学方法是实现体育教学任务或目标的方式、途径、手段的总称，它起着桥梁和中介作用。它解决教师怎样教、学生怎样学的问题。说课过程中，要善于灵活采用多种多样的方法和媒体，教师应该有一种高瞻远瞩的视角和高度的使命感，把握住科技时代变化的走向,及时地感知到新时代学生应该以一种什么样的方式来学习、来思维，并给予学生学习方法的指导。这样，既可以提高说课的质量和效率，也可以使说课说活。

（4）把握好实践与反思的关系，构思要新。在常规体育课堂教学中，体育教师往往习惯于按照一个较机械的、固定的程序来展开，但这种教学恰恰缺乏的是对“为什么这样教”的构思与反思，而说课就是要解决“为什么这样教”的问题，说课正是要求体育教师学会反思自己教学实践背后隐藏的深层的教育观念和教育思想。说课就是要引导教师经常思考怎样教、为什么这样教、这样教意味着什么、反映了什么样的教育价值观和教育观念，依据了什么样的教育规律和教育理论，这些思想的社会、官方微信：【

zjjsks】

文化背景是什么等问题。其目的在于通过说课这种程序和手段让教师对自己的“缄默知识”进行理性的审视和反思，剔除其中的消极因素，对有价值的成分进行整合．从而使自己的教育观念更巩固。

更多教师信息贴心资讯尽在中公浙江教师考试网

**第五篇：教师招聘考试《心理学》复习资料**

心理学复习资料（不定期更新）

第一章 心理学概述

第一节 心理学的研究对象&意义

一、研究对象

（一）概念：心理学是研究心理现象及其发生发展规律的科学。

（二）心理现象及其结构

人和动物心理活动的本质区别是：人有意识、有自觉能动性。

心理现象非常复杂，从形式上可以归纳为：心理过程（包括：认知过程、情绪情感……和意志……）&个性心理（个性心理倾向和个性心理特征）。……填空题

二、心理学的意义

（一）理论意义：

首先，心理学的研究成果为马克思主义认识论和辩证法提供科学依据；其次，心理学的研究对临近的社会科学如文学、艺术，也有一定的理论意义。

（二）教师学习心理学的意义……简答题

1.有助于理解和解释学生的心理现象和行为，更好地完成教育工作（学生）；

2.………运用心理学原理，指导和开展当代教育改革（教育层面）；

3.………教师判断学生的心理健康，有效地开展学生心理异常的调试工作；

4.……………运用心理学知识进行自我教育（教师）。

第二节 心理学的实质

一、心理是脑的机能

心理是脑的机能，是客观现实的反映，脑是心理的器官。

据条件刺激的特点，巴甫洛夫把大脑皮层的功能分为第一信号系统和第二信号系统：用具体事物作为条件刺激而建立的条件反射系统叫做第一信号系统，是人和动物共有的；用语词作为条件刺激而建立的条件反射叫做第二信号系统，如“谈虎色变”，是人类和动物的条件反射的根本区别。……填空题

神经系统活动的基本方式是反射……填空题

二、心理是客现实的反映

（一）客现实决定人的心理

物质是第一性的，心理是第二性的，人的心理是客观现实的反映。

第三节 心理学的产生及发展

一、产生的历史背景……填空题

在西方历史上，最早论述心理现象的专著是亚里士多德的《论灵魂》

1879年，德国著名心理学家冯特在德国莱比锡大学创建了世界上第一个心理学实验室，此为心理学脱离哲学、走上独立发展道路的标志。

二、西方主要心理学流派……填空题

1.构造主义心理学：奠基人是冯特。主张心理学应该研究人们的直接经验即意识，并把人的经验分为感觉、意象和激情三种状态。研究方法上主张采用实验内省法分析意识的内容或构造。

2.机能……………：创始人詹姆士，代表人物还有杜威、安吉尔。也主张研究意识，但他们不把意识看成是个别心理元素的集合，在他们看来，意识是个人的、永远变化的、连续的和有选择性的。强调对意识作用于功能的研究，认为意识的作用就是是由机体适应环境。

3.行为……………：诞生标志是：1913年华生发表《在行为主义者看来的心理学》。引发了心理学史上的“行为主义革命”，被称为西方心理学的“第一势力”。有两个特点：a.反对研究意识，主张研究行为；b.反对内省，主张实验研究。

4.格式塔心理学：兴起于20C的德国，创始人为 韦特海默、科勒和考夫卡，又被称为完形心理学。观点：a.反对把意识分析为元素，而强调作为一个整体、一个组织的意义，认为整体不能还原为各个部分、各种元素的总和； b.整体先于部分而存在，并制约着部分的性质和意义。

5.精神分析……：又称弗洛伊德主义，由奥地利精神病学家弗洛伊德创建。此理论源于治疗精神病的临床经验。观点：重视对异常行为的分析和无意识的研究，认为人的一切个体和社会行为都根源于心灵深处的某种欲望或动机，特别是性欲的冲动。欲望以无意识的形式支配人，并且表现为在人的正常和异常的行为中。Ps：最早对无意识进行研究。

6.人本主义……：起于20C50S，代表人物：马洛斯、罗杰斯。为心理学中的“第三势力”。观点：着重于人格方面的研究，认为人的本质是好的、善良的，他们不是受无意识欲望驱使的野兽。人有自由意志，有自我实现的需要。因此，只要有适当的环境，他们就会力争达到某些积极的社会目标。反对行为主义只相信可以观察到的刺激与反应，认为正是人的思想、欲望和情感这些内部过程和内部经验才使他们成为各不相同的个体。

7.现代认知……：出现在20C初，以1967年奈赛尔出版的《认知心理学》为诞生标志，该学派是以信息加工观点为核心心理学，代表人物是瑞士心理学家皮亚杰。该学派把人的心理活动看作是信息加工系统，由感官搜集的信息，经过分析、存储、转换，然后加以利用。认知心理学设计实验，利用客观研究方法来研究这些过程。

第二章 认知过程 第一节 注意

一、注意概述

（一）概念&特点

1.概念：是心理活动或意识对一定对象的指向和集中。……名词解释

2.特点：（1）指向性；（2）集中性。例如：“视而不见听而不闻”“心领神会”

两者是紧密联系的统一体，没有指向就不会有集中，集中是指向的体现和发展。

（二）注意的功能

1.选择功能；2.保持……；3.调节&监督……。★

（三）注意的分类……简答题

根据有无目的和意志努力，注意可以分为无意注意、有意注意和有以后注意。

1.无意注意

（1）概念：也称不随意注意，是没有预定目的、不需要意志努力、不自主地对一定事物所发生的注意。

（2）引起无意注意的条件：a.客观条件，即刺激物本身的特点。包括刺激物的强度、对比关系、活动变化、新异性； b.主观条件，即人本身的状态。包括当时的需要、特殊情绪状态、直接兴趣。

2.有意注意

（1）概念：也称随意注意，是有预先目的、必要时需要意志努力、主动地对一定事物所发生的注意。

（2）维持有意注意的条件：a.加深对目的任务的理解。目的越明确、越具体，越容易保持。b.合理组织教学；c.对兴趣的依从性；d.排除内外因素的干扰；

（3）无意注意和有意注意的关系：

是两种性质不同的注意，在实际工作中两种注意都需要。如果只有有意注意，长时间工作会使人疲劳，使工作进行不下去；如果只有无意注意，稍遇困难或干扰，注意就容易分散，同样也不能做好工作。两种注意常常交替发生，一些简单的不重要的活动只需要无意注意。而对于复杂的重要的活动则必需有意注意。

3.有意后注意

概念：也称随意后注意，是注意的一种特殊形式，是指有自觉目的，但不需要意志努力的注意。它同时具有无意注意和有意注意的某些特征，是在有意注意的基础上发张起来的。

有意后注意服从当前的活动目的与任务，又能节省注意的努力，因而对完成长期、持续的任务特别有利，培养有意后注意关键在于发展对活动的兴趣。

★★

二、注意的品质……简答题

（一）注意的广度：也称注意的范围，是指在同一时间内，人们能够清楚地知觉出的对象的数目。

影响注意广度的因素有：客观：a.被知觉对象的特点；主观：a.人们当时的知觉任务；b.取决于一个人已有的经验和知识。

（二）注意的稳定性：是指注意保持在某一对象或活动上的时间长短特性。持续时间越长注意就越稳定。

影响注意稳定性的因素有：客观：a.注意对象的特点；主观：a.有无坚定目的；b.个人的主观状态。Ps：短时间内周期性地不随意跳跃现象称为注意的起伏（或注意的摇动）。

（三）注意的分配：是指人在进行两种或多种活动活动时能把注意指向不同对象的现象。

注意的分配是要有条件的，主要有以下三种情况： 在同时进行的两种活动中，必须有一种活动是已经熟练的； 同时进行的几种活动都已熟练；

几种不同的活动已经成为一套统一的组织。

注意分配能力因人而异，其关键是在于能否通过艰苦练习，形成大脑皮层 上各种各样牢固的暂时神经联系。

（四）注意到转移：是指根据新的任务，主动地把注意从一个对象转移到另一个对象或由一种活动转移到另一种活动的现象。

影响注意转移快慢和难易的条件有：客观：a.原来注意的强度；b.新的注意对象的特点； 主观：a.大脑皮层神经兴奋过程和抑制过程相互互转换的灵活性；b.各种活动的目的性或第二信号系统的调节作用。

三、中小学生注意的发展：在个体发展中，无意注意的发展先于有意注意

小学低年级的学生的无意注意占主导地位，有意注意缺乏自觉性，需要教师或其它成人给定目的，需要他人不断地提醒和关照。

到了中学，学生的无意注意进一步深化，很多学生出现偏科现象就是无意注意发展和深化的具体表现。Ps：怎样培养学生的良好注意品质：a.要培养学生广泛而稳定的兴趣；b.加强意志力的锻炼，培养“闹中取静”的本领；c.要养成严肃认真的学习态度，培养良好的注意习惯；d.要考虑学生个别差异，有针对性的培养学生良好的注意品质。★

四、注意规律在教学中的运用（怎样在教学中集中学生的注意力）

（一）正确运用无意注意的规律组织教学：

1.创设良好的教学环境，消除容易分散学生注意教学内容的无意注意因素；

2.精心组织教学内容；充分利用易引起学生对教学内容产生无意注意的因素；

3.在教学中要考虑学生的需要、兴趣、知识经验&情绪状态，使教学方法、形式、内容符合学生需要，引起学生无意注意。

（二）唤起学生有意注意，提高学习的自觉性，运用有意注意的规律组织教学：

1.对学生加强学习目的性教育，目的越明确，注意就越易集中；

2.合理组织教学，采取具体措施促使学生保持有意注意；

3.培养学生的间接兴趣和坚强的意志品质；

4.采取各种方法防止注意力分散。

（三）运用有意后注意的规律组织教学

1.使之成为教学活动的主要形式；

2.引导学生把学习活动体验变为履行社会职责的责任感，从而形成自觉地学习动机，并依靠动机调整注意，使之经常处于最佳状态；

3.培养学生创造性的学习。

（四）引导学生几种注意交替使用

1.上课之初，教师通过组织教学活动把学生注意转移到本节课上来，以形成有意注意；

2.讲授新的教学内容时，教师设法让学生对教学内容产生无意注意；

3.讲授重点、难点时，充分调动学生学习热情，使他们维持有意注意，期间要改变教学方式，使学生由有意注意转为无意注意；

4.课要结束时，教师提出明确的要求，使学生保持有意注意，然后布置作业。

此外，教师应有意识地培养学生的有意后注意，提高学生学习的效率。

第二节 感觉与知觉

一、感觉

（一）概念：是人脑对直接作用于感觉器官的客观事物的个别属性的反映，它是一种最简单的心理现象，是认识的起点。

（二）感受性与感觉阈限……名词解释

对刺激的感觉能力叫感受性，感受性高低是用感觉阈限的大小来度量的、感受性与感觉阈限在数值上成反比关系，感受性高，则感觉阈限低；反之，感受性低，则感觉阈限高。每种感觉都有两种感受性和感觉阈限：绝对感受性与绝对感觉阈限，差别感受性与差别阈限。

1.绝对感受性与绝对感觉阈限：

刚刚能引起感觉的最小刺激量，叫绝对感觉阈限；而人的感官觉察这种微弱刺激的能力，叫绝对感受性。

2.差别感受性与差别阈限：

两个同类的刺激物，只有达到一定的差异强度，才能引起人们的差异感觉。刚刚能引起差别的感觉的刺激物间最小差异量，叫差别阈限，对这一最小差异量的感受能力，叫差别感受性。

（三）感觉的相互作用

1.同一感觉的相互作用

（1）感觉适应：由于刺激对感受器的持续作用而使感受性发生变化的现象。（例子：入芝兰之室，久而不觉其香；入鲍鱼之肆，久而不闻其臭……填空题）

（2）感觉对比：是同一感受器接受不同的刺激，而使感受性发生变化的现象。（例子：吃过糖之后吃橘子，会觉得橘子特别酸）。

（3）感觉后效：在刺激作用停止后暂时保留的感觉现象。

2.不同感觉的相互作用

（1）不同感觉的相互影响；

（2）…………………补偿（例如：盲人通过实践使听觉更加敏锐）；

（3）联觉（如红色给人以热烈感觉）。

二、知觉

（一）概述

1.概念：是在感觉的基础上产生的，它是人脑对直接作用于感觉器官的客观事物整体属性的反映。……名词解释

2.知觉与感觉的关系

（1）联系：

a.知觉和感觉一样，都是刺激物直接作用于感觉器官而产生的，都是我们对现实的感性反映形式；

b.都是人类认识世界的初级形式，反映的都是事物的外部特征和外部联系。

（2）区别：知觉比感觉复杂。

a.感觉反映的是事物的个别属性，知觉反映的是事物的整体属性；

b.感觉仅依赖个别感觉器官的活动，而知觉依赖多种感觉器官的联合活动；

c.知觉不仅受感觉系统的生理因素影响，而且依赖于人的过去经验，受人的心理特点制约；

d.知觉与词联系在一起。

（二）知觉的种类……填空题

根据反映的客观对象的不同，知觉可以分为空间知觉、时间……、运动……（真动知觉&似动知觉（动景运动、诱发运动、自主运动、运动后效））。

（三）基本特性……简答题

1.选择性：指当面对众多客体时，知觉系统会自动地将刺激分为对象和背景，并把知觉对象优先地从背景中区分出来。

影响知觉的选择性的客观因素有：a.刺激物的绝对强度；b.对象和背景的差别性；c.对象的活动性；d.刺激物的新颖性、奇特性，也容易引起人们优先知觉。

影响知觉的选择性的主观因素是：a.知觉有无目的和任务；b.个体已有知识经验的丰富程度；c.个人的需要、动机、兴趣、爱好，定式（受以往经验影响而产生的心理活动的准备状态）与情绪状态。

2.理解性：指人以知识经验为基础对感知的事物加工处理，并用语词加以概括赋予说明的加工过程。

理解对于知觉有三个主要功能：a.理解帮助对象从背景中分离出来，从而使我们的知觉更清晰、更准确；b.理解有助于人们整体地知觉事物；c.理解还能产生知觉期待和预测；d.知觉的理解性不仅可提高知觉的效应，还能形成事物表象，为表象转化为科学概念提供重要条件。

知觉的理解性与人已有的知识经验有密切关系

3.整体性：是指根据自己的知识经验把直接作用于感官的客观事物的多种属性整合为统一整体的过程

4.恒常性：指客观事物本身不变，但知觉条件在一定范围内发生变化时，人的知觉映像仍相对不变。

5.适应性。

（四）观察

1.含义：是人的一种有目的、有计划、持久的知觉活动，是知觉的高级形式。

2.观察的品质：a.目的性；b.客观性；c.精细性；d.敏锐性。

★3.观察力的培养

观察力是指人迅速、敏锐地发现事物细节和特征等方面的知觉能力。

在学校教育教学中，培养学生的观察力可以从以下几个方面入手： a.引导学生明确观察的目的与任务，是良好观察的重要条件；

b.充分的准备、周密的计划、提出观察的具体方法，是引导学生完成观察 的重要条件； c.实际观察中加强对学生的个别指导，有针对性的培养学生良好观察习惯；

d.引导学生学会记录整理观察结果，在分析研究的基础上，写出观察报告；

e.…………开展讨论并汇报观察成果，不断提高学生的观察能力、培养良好的观察品质；

f.教师还应努力培养学生的观察兴趣与优良的性格特征；教会他们养成自觉观察的习惯。

四、感知规律与直观教学

（一）直观教学的基本形式

1.实物直观：指在感知实际事物的基础上提供感性材料的直观教学方式（例：观察标本、演示实验）。

2.模象……：只观察与教材相关的模型与图像，形成感知表象。

3.言语……：指在生动形象的的言语作用下，唤起学生头脑中的表象，以提供感性材料的直观方式。★

（二）遵循感知规律，促进直观教学……简答题

1.根据学习任务的性质，灵活运用各种直观方式；

2.运用知觉的组织原则，突出直观对象的特点；

3.教会学生观察方法，养成良好的观察习惯；

4.让学生充分参与直观过程。

第三节 记忆

一、概述

（一）概念：是人脑对过去经验的保持和再现。

（二）分类：

1.根据信息从输入到提取所经过的时间、信息编码方式和记忆阶段的不同，可将记忆分为瞬时记忆、短时记忆和长时记忆。

2.据记忆的内容和经验的对象，可将记忆分为形象、逻辑、情绪和动作记忆。

3.根据信息加工与储存的内容不同，可分为陈述性记忆和程序性记忆。

4.根据记忆时意识参与的程度，可分为外显记忆和内隐记忆。

（三）记忆品质

1.品质：

a.敏捷性。提高敏捷性，首先明确记忆目的，其次集中注意力。

b.持久性。加强持久性，首先善于把识记的材料归纳入已有知识体系中，其次是进行及时和经常性的复习。

c.准确性。如果缺乏记忆的准确性，记忆的其他品质就没有了价值。培养记忆的准确性：进行认真识记； 在复习时把相近的材料经常加以比较，防止混淆；要把正确识记的事物同仿佛记住的东西区别开。

d.准备性。培养记忆的准备性，关键是要使掌握的知识系统化，这样才能做到有条不紊的从记忆仓库中随时迅速提取所需要的材料。

2.学生良好记忆品质的培养（提高记忆的方法）：

a.帮助学生认识自己记忆上的优缺点；

b.指导学生严格按照记忆规律学习知识；

c.…………在实践中运用存储在头脑中的知识，只有通过应用，知识才能巩固与更新。

二、记忆过程

包括：识记、保持、再认或回忆三个环节。……填空题

（一）识记

1.概念：是记忆过程的第一个基本环节，是指个体获得知识经验的过程。具有选择性的特点。

2.分类：

（1）据识记有无目的性，分为无意识识记和有意识记。学生学习主要依靠后者。

（2）根据识记材料的性质和识记方法的不同，分为机械识记和意义识记。

3.影响识记效果的因素：

客观：a.活动任务的性质。当识记的材料成为人活动的直接对象时，效果就好；b.材料的数量和性质。数量少、有意义、有规律的材料更容易记住；

主观：a.有无明确的识记目的和任务，直接影响识记的效果；d.识记的态度和情绪状态。一般说来，在积极态度下，人的识记效果好；e.识记的方法。采用意义记忆法比采用机械记忆法对信息的识记更准确；

（二）保持与遗忘——遗忘分为暂时性遗忘&永久性……

1.保持的概念：保持是指已获得的知识经验在人脑中的巩固过程，是记忆过程的第二个环节。但是，识记的材料在保持过程中总会发生不同程度的变化和遗忘。

★2.遗忘及其规律

（1）概念：识记过的内容在一定条件下不能或错误地恢复和提取都叫遗忘。按照信息加工的观点，遗忘是信息提取不出或错误提取。

（2）遗忘的规律

最早对遗忘进行实验研究的是德国的心理学家艾宾浩斯，他提出了著名的“遗忘曲线”，即遗忘的进程是不均衡的，其趋势是先快后慢，先多后少，呈负加速，并且到一定程度就不再遗忘了。

★3.影响遗忘进程的因素

客观：a.学习材料的性质；b.识记材料的数量；c.时间因素；d.记忆任务的长久性和重要性；

主观：a.识记的方法（意义识记要比机械识记效果好的多）&学习程度（实验证明，过度学习（即能够背诵之后再进行的学习）达到50%，记忆效果最好）；

b.情绪和动机。学习者的情绪差、动机弱、目的不明确都不利于记忆。

4.遗忘的原因

（1）消退说

（2）干扰说。前摄抑制（先学习的材料对识记和回忆后学习的材料的干扰作用）&后摄抑制（反之）。

（3）压抑（动机）说。由于紧张而引起的遗忘（考试时常发生）属于这种类型。

（4）提取失败说。“舌尖效应”。

★5.如何科学有效地组织复习……简答题

（1）及时复习；

（2）合理分配复习时间；

（3）分散复习与集中复习相结合；

（4）复习方法多样化；

（5）运用多种感官参与复习；

（6）尝试回忆与反复识记相结合；

（7）掌握复习的量。

（三）回忆或再认

1.回忆的概念和分类

回忆是指过去经历过的事物不在面前，人们在头脑中把它重新呈现出来的过程。

根据回忆是否有目的、任务，可以把回忆分为无意回忆&有意回忆。

帮助学生掌握回忆策略：仔细审题、利用联想、利用推理。

2.再认的概念

再认是指人们对感知过，思考过或体验过的事物，当它再度呈现时，仍能认识的心理过程。

三、记忆系统：瞬时记忆、短时记忆、长时记忆

（一）瞬时记忆

1.概念：当客观刺激停止作用后，感觉信息会在一个极短的时间内保存下来，这种记忆叫做瞬时记忆，是记忆系统的开始阶段。

2.特点：a.时间极短；b.容量较大；c.形象鲜明；d.信息原始，记忆痕迹容易衰退。

3.编码方式：图像记忆（主要）和声像记忆两种。

4.存储：图像记忆保持的时间约为1s左右，声像记忆超过1s，但也不大于4s。

（二）短时记忆

1.概念：指人脑中的信息在一分钟之内加工与编码的记忆，是信息从感觉记忆到长时记忆的过渡阶段。

2.特点：a.时间很短。不超过1分钟。b.容量有限。容量一般是7±2个。（填空题）；c.意识清晰；d.操作性强；e.易受干扰。

3.编码方式：听觉编码（主要）和视觉编码。

4.存储：复述是短时记忆信息存储的有效方法。

（三）长时记忆

1.概念：是信息经过充分加工，在头脑中长久保持的记忆。图尔文将之分为两类：情景记忆和语义记忆。

2.特点：a.容量无限；b.信息保持时间长久。

3.编码方式：意义编码为主。分为两种：表象编码和语义编码（是意义编码的另一种形式，是长时记忆的最主要编码方式），又被称为信息的双重编码。

4.存储：程序性记忆和陈述性记忆。

四、提高记忆效果的方法（如何利用记忆规律，促进知识保持）简答

1.明确记忆目的，增强学习的主动性。有无记忆目的或记忆目的是否明确会影响记忆的效果，目的不同，学习者在记忆材料时的组织会有所不同，这样就会影响记忆效果。a.要有长远的的记忆目标和意图，学习记忆应有计划；b.记忆的时间意图应准确与明确以便提高记忆效果；c.培养学生直接和间接的学习兴趣和求知欲。

2.理解学习材料的意义。在学习中要以意义记忆为主，机械记忆为辅，发挥两种记忆各自的长处，从而提高整个记忆的效果。

3.对材料进行精细加工，促进对知识的理解。理解越深保持的越好。

4.运用组块化学习策略，合理组织学习材料。

5.运用多重信息编码方式，提高信息加工处理的质量。

6.重视复习方法，防止知识遗忘。克服遗忘最好的办法就是加强复习。

第四节 表象与想象 表象概述

含义：是事物不在面前时，人们在头脑中出现的关于事物的形象。特征：直观性、概括性、可操作性。想象概述

含义：是人脑对已储存的表象进行加工改造，形成新形象的心理过程。种类：

从有无目的性的角度，可分为有意想象&无意想象。从想象与现实的关系，可分为幻想、理想&空想。从内容是否新颖的角度，可分为再造想象和创造想象。功能：预见功能；补充……；替代……。

加工方式：黏合（孙悟空）、夸张（千手观音）、拟人化（雷公电母）、典 型化。

三、再造想象

（一）含义&产生条件……简答题

1.含义：依据词语或符号的描述、示意在头脑中形成与之相应的新形象的过程。

2.产生条件： 必须具有丰富的表象储备；

为再造想象提供的词语及实物标志要准确、鲜明、生动； 正确理解词语与实物标志的意义。

（二）在教学过程中，发展学生的再造想象的重要意义：

1.是学生感知和掌握未知事物的有效手段；

2.………理解和掌握客观事物规律与联系必不可少的心理条件；

3.是思想教育的重要形式之一。★

四、创造想象

含义：是按照一定目的、任务，使用自己以往积累的表象，在头脑中独 立地创造出新形象的过程。它是一切创造性活动的重要组成部分。产生的条件：……简答题 丰富的表象储备； 强烈的创造愿望； 积累必要的知识经验； 原型启发：指从其他事物上发现解决问题的途径和方法。对问题解决起启发作用的事物叫原型。积极的思维活动； 灵感的作用。

此外，创造性思维能力、高水平的表象改造能力、丰富的情绪生活、正确的理想和世界观也是创造想象产生的条件。

五、培养学生想象力的方法……简答题

1.引导学生学会观察，丰富学生的表象储备；

2.…………努力学习科学文化知识，扩大学生的知识经验，以发展学生的空 间想象能力；

3.…………积极思考，打开想象力大门；

4.结合学科教育，有目的地训练学生的思维活动&想象力； 5.引导学生进行积极地幻想。

第五节 言语与思维 言语 概述：

1.概念

语言：是人类通过高度结构化的声音组合或书写符号、手势、等构成的一种符号系统。是社会现象，是语言学研究的对象。

言语：指人们用语言进行交际的活动过程。是心理现象，是心理学研究的对象。

★2.言语的种类：外部言语（口头言语（对话言语&独白言语）&书面言语）&内部言语。……填空题 学生阅读能力的培养：

要做到：既要把握原文本意，又要得出独到见解。具体来说： 循序渐进，注意训练目的的合理性和训练过程的阶梯型； 养成良好的习惯，形成阅读技能； 注重思维能力的训练；

拓宽学生的阅读视野，构建宽厚的知识文化背景。思维概述

1.含义：是人脑对客观事物的本质属性与内在联系的概括的、间接的反映。它是借助语言实现的、能揭示事物本质特征及内部规律的理性认知过程。

2.特征：……填空题

a.间接性。例如：医生通过号脉诊断疾病。

b.概括性。一切科学的概念、定理、法则都是人脑对客观事物的概括的反映，是思维概括的结果。

3.类型：

a.据思维发展水平的不同，分为直觉动作思维、具体形象…&抽象逻辑…。

b.据思维的逻辑性，可分为分析思维和直觉思维。

c.据思维的指向性，分为聚合思维和发散思维。

d.据思维的创造程度，分为再造性思维和创造性思维。

e.经验思维和理论思维 过程及基本形式

1.过程：包括分析与综合、比较与分类、抽象与概括、系统化与具体化，其中分析与综合是思维的基本很过程，其他是由此派生出来的。……填空题

2.基本形式……填空题

（1）概念：概念是人脑反映客观事物共同的、本质的特征的思维形式。包括：具体概念&抽象…；合取…、吸取…&关系…；前科学…&科学…。

（2）判断：判断是指认识概念与概念之间的联系。

（3）推理：是由一个或几个相互联系的已知判断推出合乎逻辑的新判断的思维形式，是根据已有的知识推出新的结论的思维活动。

★3.影响概念掌握的因素&科学概念的掌握：

概念形成的过程：抽象化、类化、辨别。

（1）影响学生概念掌握的因素……简答题

主观：a.学生过去的经验；b.学生的认知能力；

客观：c.有关特征和无关特征；d.变式。

（2）教师在教学中帮助学生掌握概念应注意（科学概念的掌握）：

a.以感性材料作为概念掌握的基础；b.合理利用过去的知识经验；c.充分利用“变式”； d.正确运用语言表达；e.形成正确的概念体系，并运用于实践中。★

（三）创造性思维

1.概念&特点

概念：是发散思维和聚合思维的统一，以发散思维为核心。

特点：a.流畅性 b.灵活性 c.独创性

2.过程：准备期、酝酿期、豁朗期、验证期。

3.创造利性思维的培养：

a.创设利于创造性思维产生的环境；

b.注重创造性的个性的塑造；

c.开设培养创造性的课程，教授创造性思维策略；

d.运用启发式教学，激发学生求知欲，培养创造性动机，调动学生学习的积极性&主动性；

e.培养学生将发散性思维&集中性思维相结合；

f.发展学生的创造性想象能力，鼓励学生创新；

g.进行创造性活动，正确评价学生的创造力。

Ps：发散思维：亦称求异思维，是指人们解决问题时思路朝各种可能的方向扩散，从而求得多种答案。特点：流畅性、变通性、独创性。

★

（四）良好思维品质的特点及培养……论述题

1.特点：广阔性&深刻性、独立性&批判性、灵活性&敏捷性。

2.培养：

a.加强科学思维方法的训练；

b.运用启发式方法调动学生思维的积极性、主动性；

c.加强言语交流训练；

d.发挥定式的积极作用；

e.培养学生解决实际问题的品质。

题目：

对获得成功的快乐的记忆属于（情绪记忆）。

作为一名教师，最需要拥有的注意品质是（注意力的分配）。提炼事物本质，舍弃其非本质特征的思维过程是（抽象）。

第三章 情绪情感与意志 第一节 情绪与情感 概述

概念及其关系

1.概念：是人对客观事物是否符合需要而产生的态度体验。认知是情绪情感产生的基础，需要是引发情绪情感的中介。

2.关系：

（1）区别：

a.情绪是原始的、低级的态度体验，与生理需要是否满足相联系，是人和动物共有的；情感是后继的、高级的态度体验，与社会需要是否满足相联系。

b.情绪可以由对事物单纯的感知觉直接引起，较多的带有情景性和易变性；情感则由对事物复杂意义的理解所引 起，较多的带有稳定性和持久性。

c.情绪体验强度大，往往带有冲动性，并伴随明显的外部表现；情感则比较内隐，较为深沉。

（2）联系：

a.情感依赖于情绪；

b.情绪也依赖于情感的变化。

总之，情绪是情感的外在表现，情感是情绪的本质内容。与情感相比，情绪侧重描述情感过程的外部表现及可测量的方面，而情感侧重表明情绪过程的主观体验方面。情绪、情感与认知的关系

首先，情绪、情感是伴随着认知过程而产生的，并随着认知活动的发展而发展。“知之深，爱之切”说得就是认知对情感的影响。

其次，情绪情感不同于认知。认知活动反映的是事物的内容，而情绪是人对反映内容的一种特殊的态度。它具有独特的主观体验形式、外部表现，并伴随着出现一些生理反应。情感反过来对认知过程起调节作用。种类……填空题

1.情绪的分类

据情绪发生的强度、持续性和紧张程度的不同，可分为心境、激情和应激三种。……填空题

据主体与客体的关系不同，把人的基本情绪分为快乐、悲哀、愤怒和恐惧四种。……填空题

（1）心境：是一种微弱的、持续时间较长的，带有弥漫性的心理状态。所谓“忧者见之则忧，喜者见之则喜”说的就是心境。良好的心境有助于积极性的发挥，提高工作与学习效率，并促进坚强意志品质的培养。

（2）激情：是一种爆发式的、猛烈而时间短暂的情绪状态（如：狂喜、暴怒、恐惧、剧烈悲痛等）。他往往带有特定的指向性和明显的外部表现（如暴跳如雷、手舞足蹈）。激情发生时，意识范围缩小，意识对行为的控制作用明显降低，理解力降低，判断力削弱，易感情用事，不考虑后果。

（3）应激：是出乎意料的紧迫情况所引起的急速而高度紧张的情绪状态。应激状态有积极的作用，也有消极的作用。

2.情感的分类

情感是同人的社会性需要相联系的的主观体验。从情感的社会内容角度来看，人类情感有道德感、美感&理智感三种形式。……填空题

（1）道德感：是根据一定的道德标准评价人的思想、意图和言行时所产生的主观体验（如：爱国主义、国家主义、集体主义情感，责任感、义务感等）。

（2）美感：是人们根据一定的审美标准对自然或社会现象及其在艺术上的表现予以评价时所产生的情感体验。同道德感一样，也具有社会历史制约性。

（3）理智感：是人认识事物和探求真理的需要是否得到满足而产生的主观体验（如：人们在探求未知事物时所表现的求知欲、兴趣和好奇心等）。理智感对人们学习知识、认识事物、发现规律和探求真理的活动都有积极地推动作用。

（四）功能……填空题

1.信号功能。体现在：个体将自己的愿望、要求、观点、态度通过一定的情感表达方式传递给别人并加以影响。它是非言语沟通的重要组成部分，在人与人间的信息交流中具有信号意义（如：微笑摇头表赞赏；摇头皱眉表否定）。

2.调节……。又称动力功能，是指情感对人的活动具有引发、促进和调控的作用（如愤怒时，对引起愤怒的对象进行攻击；惊慌时，力求避开危险物）。

3.感染……。是指人与人之间的情感可以互相影响和产生共鸣。“动之以情”就是这种功能的体现。

二、中小学情绪情感的发展

（一）小学生情绪情感发展的特点：

1.情绪的调控能力增强，冲动性减弱；

2.情绪和情感的内容不断丰富，社会性成分不断增加；

3.高级情感进一步发展。

（二）中学生情绪情感发展的特点：

1.情绪情感的易感性、冲动性、两极性明显；

2.反抗情绪与逆反心理；

3.对异性的情感。

三、压力与防御机制

（一）压力：是个体面对具有威胁性的刺激情境时，伴有躯体机能及心理活动改变的一种心理紧张状态，也称应急状态。

（二）自我防御机制：是自我在精神受到干扰时用以避开干扰，保持心理平衡的心理机制。包括：压抑、否认、置换、文饰、投射、代偿、升华等。

四、中小学生的情绪调节

（一）情绪与身心健康的关系

1.积极情绪与身心健康的关系：a.可以使学生的大脑处于最佳活动状态，保证体内各器官系统的活动协调一致，使学生精力充沛，充分发挥有机体的潜能，从而提高其脑力劳动的效率； b.能使整个机体的免疫系统和体内化学物质处于平衡状态，从而增强对疾病的抵抗力； c.能帮助学生建立良好的人际关系。

2.消极情绪的对身心健康的影响：a.会缩小意识范围，不能正确评价自己行动的意义及后果，自制力降低；b.使人失去心理上的平衡，致使身体虚弱，感情脆弱，对身体有不良影响；c.经常处于此状态，可能导致心理疾病。

（二）良好情绪的标准

1.能正确反映一定环境和情境的影响，善于表达自己的感受（信号）；

2.能对引起情绪的刺激做出适度的反应（调节）；

3.具备情绪反应的转移能力；

4.要符合学生年龄的特点。

★

（三）教师如何帮助学生调节自己的情绪……简答题

1.教会学生形成适宜的情绪状态；

2.丰富学生的情感体验；

3.引导学生正确的看待问题；

4.教会学生调节情绪的方法；

5.通过实际锻炼提高学生调节情绪的能力。

（四）良好情绪的培养途径：

1.形成正当合理的需要；

2.培养正确的人生观；

3.锻炼身体；

4.培养幽默感；

5.培养消除不良情绪的能力；

第二节 意志 概述

概念：是指人自觉地确定目的，有意识地根据目的、动机调节支配行动，努力克服苦难，实现目标的心理过程。表现在人们的实际行动之中，又被称为意志行动。意志是人的心理的主观能动性、积极性的集中体现。……名词解释 特征：……简答题

意志行动是人特有的自觉确定目的的行动；

意志对活动有调节支配作用，使人的行动能按设定好的目的去改造世界； 克服内外部的困难是意志行动的最重要的特征； 意志行动以随意动作为基础。

意志与认知、情感过程的关系……简答题

1.意志与认知过程的关系：认知过程是意志形成的前提和基础。意志对认知过程具有反作用。

2.意志与情感过程的关系：情感既可以成为意志行动的动力，也可以成为阻力；意志可以调控人的情感（“胜不骄，败不馁”就是情感服从于意志的表现）。

总之，意志过程与认知、情感过程是人在实践活动中对客观现实反映的不同方面，他们之间密切联系，相互渗透。

二、意志行动的心理过程……填空题

（一）准备阶段：包括动机斗争、确定目的、选择行动方法和制定行动计划。

★1.动机斗争（四个名词解释）可以分为：

a.双趋冲突：指从自己同时都很喜爱的两个事物中仅选择其中一个的心理状 态。例如：高考填报志愿时，有的学生既想学文科又想学理科。

b.双避冲突：是指从希望回避的两种事物中必取其一的心理状态。例如：品学均差的学生怕学习又怕受处分，这两者对他都是一种威胁，都想逃避，但必选其一。

c.趋避冲突：指对同一目的兼具好恶的矛盾心理。例如：有些同学想当学生干部，为同学服务，又怕耽误时间影响自己的学习。

d.多重趋避冲突：即对含有吸引与排斥两种力量的多重目标予以选择时所发生的冲突。例如：大学生择业时多种选择的冲突，是这类冲突的典型实例。

2.确定目标：

目标的确定与动机的取舍是相随而行的。目标越明确，人的行动就会越自觉；目标越大，他对行动的动力作用就越大；目标越深刻，被这一目标所唤起的意志力也就越大。

3.选择行动方法和制定行动计划

（二）执行决定阶段 克服困难必须依赖以下心理调节：

1.坚定地信念和崇高的世界观是动机的的基础，也是克服困难最基本的条件；

2.行动目的的性质对克服困难有重要意义；

3.对行动胜利的美好的前景的憧憬，对行动失败可能招致后果的认识也会激励人们去战胜困难；

4.执行计划的坚定。实事求是，当机立断。★

三、良好意志品质及其培养

（一）特征：意志的自觉性、果断性、自制性、坚韧性

（二）培养……简答题

1.加强生活目的性教育，树立科学的世界观；

2.组织实践活动，让学生取得意志锻炼的直接经验。注意：a.向学生提出的活动任务要有一定的难度，同时又是他们力所能及的；b.当学生在活动中遇到困难时，要给予鼓励和指导，而不要替代他们去克服苦难。

3.发展健康的情绪、情感，培养学生自觉遵守纪律的习惯；

4.加强自我锻炼，从点滴小事做起；

5.发挥集体和榜样的作用；

6.根据学生意志品质上的个别差异，采取不同的锻炼措施。个性心理

第一节 需要与动机 需要概述

概念：是有机体感到某种缺乏或不平衡状态而力求获得满足的心理倾向，是有机体自身和外部生活条件的要求在头脑中的反映。需要是活动的原动力，是个体活动积极性的源泉。……名词解释 种类……填空题

1.根据需要的起源，可以分为先天的生理性需要和后天的社会性需要；

2.根据需要对象，可分为物质需要和精神需要。★

（三）马斯洛的需要层次理论……简答题

1.基本内容：根据需要出现的先后顺序及强弱顺序，马斯洛把需要归纳为7个基本层次：

（1）生理需要；（2）安全需要；（3）归属与爱的需要；（4）尊重需要；

（5）求知需要；（6）审美需要；（7）自我实现的需要

（1、2、3、4）是缺失需要，是个体生存所必须的；（5、6、7）是成长需要，虽不是生存所必需的，但对于我们适应社会来说有很重要的意义。

较低级的需要至少必须满足部分之后才会出现相对较高级的需要的追求，与缺失需要相反，成长需要是永远的不到满足的需要。

2.对需要层次理论的评价

优点：是一种较为完备的需要理论，它对需要的实质、结构、归属及作用都做了系统的讨论，这对进一步研究“需要”这一课题，建立科学理论，有积极意义。

不足：a.他强调需要从低级向高级发展，而没有认识到高级需要对低级需要的调节作用；b.人的需要不仅具有社会性，而且是人类社会历史发展的结果；马斯洛错误地把人的需要的发展及实现看作是人类生物特性的发展和实现；c.他的需要层次理论缺乏客观测量指标&实验支持；d.马斯洛的自我实现理论是个人主义的，没有与社会需要相结合。

3.对教学的启发

只有满足学生合理的可以实现的最基本需要，学生才能积极努力的学习。在教学中，教师只有努力的满足学生的认知和学习需要，才能调动学生 听课和做作业的积极性。

一般来说，学校里最重要的缺失需要是爱和自尊。所以在思想工作中，要重视满足学生爱&自尊的需要，丰富学生的精神生活，提高学生思想境界。

简答题：对学生需要的引导和培养

1.了解学生现有的需要；2.承认并正确评价学生的需要；3.满足合理需要，抑制不合理需要；4.引导低层次需要向高层次需要发展。

二、动机概述

（一）概念：是激发和维持有机体行动，并使该行动朝向一定目标的心理倾向或内驱力。……名词解释 动机可以激起或抑制人行动的愿望和意图，是推动人行动的内因。

按需要的种类，可以把动机分为生理性动机（是与人的生理需要有关的初级的、原发性动机，也成为内驱力）与社会性动机（是与人的心里、社会学院有关的后天习得的动机）。

（二）产生条件

1.内在条件是需要。动机是在需要的基础上产生的，与需要紧密相连，又不同于需要，只有当需要达到一定程度，才能成为推动或阻止某种活动的内部动力。

2.外在条件是诱因。能够引起个体动机并满足个体需要的外在刺激，称为诱因。诱因可以是物质的，也可以是精神的。

功能：激活功能、指向……、维持和调节……。……填空题 兴趣

1.概念：是人对事物的一种认识倾向，伴随着积极的情绪体验，对个体活动，特别是对个体的认知活动有巨大的推动作用。

2.分类：直接兴趣&间接兴趣；个体兴趣&情境兴趣。

3.品质：a.广度；b.中心；c.稳定性；d.效能。

4.学习兴趣的培养和激发……论述题

（1）要根据学生的年龄特征来提高学生的学习兴趣： 不同年龄段的学生在学习兴趣的形成和表现上有很大的差异。

小学生的学习兴趣还不稳定，所以小学课堂教学应注意教学方式灵活多 样。教学内容生动活泼以及教具的新颖具体。

中学生的学习兴趣开始明显分化并趋向稳定，其学习兴趣的范围也不断

扩大，开始注重学习内容。他们对复杂的疑难问题和较高的智力活动很感兴趣。所以，中学教学中，教师应注意从教材中挖掘深度，创设一定问题情境，使学生处于积极开动脑筋的治理活动状态，只有这样才能使学生对学习保持持久的兴趣。此外，教师还应对严重偏爱某一学科的学生给予正确引导，一方面使其在对某一门学科感兴趣的基础上培养起对其他学科的兴趣；另一方面还应以此为中心兴趣，指导学生在该领域涉猎更广泛的知识，从而培养学生以此为自己的志趣，甚至是一生的的事业。

（2）要根据学生的知识基础来培养学生的学习兴趣。教师培养学生学习兴趣的时候对不同的学生必须区别对待，因材施教。

第二节 能力 概述

概念：是直接影响人的活动效率，促使活动顺利完成的个性心理特征。

它是人顺利完成某项活动的必要心理条件和直接有效的可能性心理特征，但不是全部心理条件。从事某种活动必须以一定的能力为前提。

几种相关的、结合在一起的能力统称为才能。才能的高度发展是天才。能力与知识、技能的关系

1.联系：a.能力是掌握知识与技能的前提，能力的高低会影响到知识掌握的深浅、难易和技能水平的高低； b.能力是在掌握知识和技能的过程中形成和发展起来的，掌握系统的知识和技能有利于能力的增长和发挥。

2.区别：a.知识是人类社会历史经验的概括和总结，技能是对一系列活动方式的概括，能力是人在从事某种活动时表现出来的多种心理品质的概括。b.在一个人身上，知识和技能的发展是无止境的，它随着学习进程的不断增多而不断丰富；而能力的发展则有一定的限度。c.知识、技能的掌握和能力的发展是不同步的。知识多了，能力不一定就高。知识、技能的掌握并不必然导致能力的发展，知识、技能的掌握只有达到熟练程度，通过广泛迁移，才能促进能力的发展。教师在教学中不仅要向学生传授知识，更要注重培养发展学生的能力。

（三）分类

1.根据能力适应活动范围的大小，可分为一般能力和特殊能力：a.一般能力指在不同种类的活动中表现出来的能力，是从事一切活动所必备的能力的综合，如观察力、记忆力、抽象概括能力、创造力等，其中抽象概括能力是一般能力的核心。b.特殊能力是指从事某种专门活动所需要的能力，如音乐、绘画能力。

2.根据从事活动时创造性程度的高低，可分为模仿能力和创造能力：a.模仿能力指通过别人的行动和语言，以相同的方式做出反应的能力。b.创造能力指按照预先设定的目标，利用一切已有的信息，创造出新颖、独特、具有个人或社会价值的产品的能力。

3.根据能力的功能不同，可分为认知能力、操作能力和社交能力：a.认知能力指人脑加工、储存和提取信息的能力，即我们一般所讲的智力，如观察力、记忆力、想象力等。b.操作能力指人们操作自己的肢体去完成各项活动的能力，如劳动能力、实验操作能力等。c.社交能力指人们在社会交往活动中所表现出来的能力，如沟通能力、解决纠纷的能力等。智力和智力理论……填空题

智力：是使人能够顺利完成某种活动所必须的各种认知能力的有机结合，包括观察力、记忆力、注意力、想象力和思维力等成分，并以思维力为核心。

人的智力水平呈正态分布，大多数人的智力属于中等水平

（一）斯皮尔曼的二因素论：智力包括两种因素：一般因素（G因素）和特殊 因素（S因素）。

（二）瑟斯顿的群因素论：智力是由几个彼此无关的“原始心理能力”组成。各种智力活动可分为不同群组，每一群组中有一种基本的因素是共同的。

（三）吉尔福特的智力三维结构论：智力是一个由不同方式对不同信息进行加

工的各种能力的综合系统，是一个包括内容、操作和成果的三维结构。形成的智力因素一共有150种（5×5×6）。

（四）卡特尔的智力形态论：分为流体智力和晶体智力两种不同的形态：（名解）

a.流体智力是一个人生来就能进行智力活动的能力，即学习和解决问题的能力，它依赖于先天的禀赋；其发展与年龄有密切关系，一般人在20岁以后，流体智力达到顶峰，30岁以后，随着年龄的增长而降低；属于人类的基本能力，受教育文化的影响较少。

b.晶体智力是一个人通过其流体智力所学到的并得到完善的能力，是通过学习语言和其他经验而发展起来的；其与教育、文化有关，因知识经验的积累，晶体智力随年龄增长而升高。★

（五）加德纳的多元智力理论……论述题、简答题……另附资料

这一理论认为，智力是在某种文化环境的价值标准之下，个体用于解决问题和产生创造所需的能力。加德纳认为，人的智力结构中存在着七种相对对立的智力，这七种智力在人身上的组合方式是多种多样的。他们是 言语智力，包括说话、阅读、书写的能力。能说会道、妙笔生花是言语 智力高的体现。

逻辑—数学智力，指数字运算与逻辑思考的能力以及科学分析的能力。视觉—空间智力，包括认识环境，辨别方向的能力。

音乐智力，包括对声音的辨识与韵律的表达能力。此智力多系天赋。运动智力，包括支配肢体完成精密作业的能力。

人际智力，包括与人交往且能和睦相处的能力。此智力高者善处理人际 关系。

自知智力，包括认识自己并选择自己生活方向的能力。

加德纳的多元智力理论对传统的智力观念提出了新的诠释，也为我国新课改“建立促进学生全面发展的评价体系”提供了有力的理论依据与支持。所以加德纳的多元智力理论一经提出，就对当前教学改革产生了重大的影响： 1.积极乐观的学生观。每个学生的智力都有其独特的表现形式，有其智力强

项和学习风格，因此，我们应对所有的学生都抱有热切的成长希望，充分尊重每个学生的智力特点，使教学真正成为愉快教学、成功教学。

2.科学的智力观。提倡学生智能的多维度发展，我们必须认识到学生智力的 多样性、广泛性和差异性，把培养学生的多种能力放在同等重要的地位。3.因材施教的教学观。由于每个学生的智力都是多元的，其作用方式也是有

差异的，因此，教师应该根据学生的智力特点进行教学，要善于针对不同智力特点的学生，尤其要根据学生智力结构中的优势智力，采用多元的教学模式和教学方式，使不同的学生都能得到最好的发展。

4.多样化人才观和成才观。每个学生都有自己的智力优势，只要这一优势智力得到了合理的发展，就有可能成为优秀的人才，成才的道路也应该是多样化的。

另外，为教育提供了更加广阔的智能领域；为学生的个性发展提供了理论指导；将活动作为其促进智能发展的主要方法。

简答题：请运用多元智能理论谈谈你对新课程主张的“尊重学生个性，关注 个体差异”的理解

（1）美国哈佛大学加德纳教授提出的多元智能理论已经被教育界广泛接受，并且在教学实践中取得了显著效果.多元智能理论告诉我们，除了被广泛认同的语言言语智能、数理逻辑智能这两种智能以外，人们实际上存在着视觉空间智能、音乐节奏智能、身体运动智能、自我反思智能等多种智能，只不过这些智能在不同的人身上表现得不完全一样，这就形成了不同的个性特长和个体差异

（2）学生个性特长不同是客观的存在，这就要求教师尊重学生不同的个性特点，这样不仅可以调动学生学习的积极性，而且可以培养学生尊重他人的优良品格。

（3）学生的个体差异也是客观存在，这就要求教师努力发现其差异，正确引导学生发挥特长，创造条件培养其特长，同时对学生相对薄弱的方面加强指导和锻炼，促进学生全面发展和提高

（六）斯滕伯格三元智力论：试图以信息加工的观点解释认知活动。按三元智

力论的设想，个体在智力上的高低差异，是在面对刺激情境时个人对信息处理的方式不同造成的。因此，设法测量个体在认知情境中的信息处理方式，便可鉴别个体智力的高低。

三元智力论主张，人类的智力是由连接的三边关系组合而成的智力统合体。智力统合体的三边，可视为构成智力的三种成分，各边的长度因人而异，形成的智力也就有了差异。组成智力统合体的三种智力成分分别是：组合性智力、经验性智力、使用性智力。能力测验

（一）智力测验

最早的智力测验是法国心理学家比纳和西蒙于1905年编制的比纳—西蒙智力量表。

（二）特殊能力测验和创造力测验。

（三）智力测验的标准：

1.信度：指一个测验量表的可靠程度（或可信程度）。

2.效度：指一个测验工具希望测到的某种行为特征的有效性与准确程度。

3.标准化：是心理测验最基本的要求。★

四、影响能力发展的因素……简答题

1.遗传与营养：遗传因素是智力发展的基础和自然条件；胎儿和婴幼儿的营养状况会影响智力的发展。

2.产前环境和早期经验：早期教育意义重大。

3.学校教育：可以对年轻一代施加有目的、有计划、有组织的影响。使学生不仅掌握知识、技能，而且还要发展能力和其他心理品质。

4.社会实践：人的各种能力是在社会实践活动中最终形成起来的。

5.主观努力：环境和教育的决定作用，只能机械、被动地影响能力的发展。如果没有主观努力和个人的勤奋，要 想获得事业成功和能力发展是根本不可能的。

五、能力的培养（教师怎样培养学生的学习能力）……论述题

1.转变教师的教学方法：a.要运用“启发式”的教学方法，把学生的思维引活、引深，引导学生由表及里、由现象到本质的思考所学知识；b.教师应正确处理精讲与多练的关系，课堂教学应突出重点、难点，进行简明扼要的讲授，给学生留有练习的时间，使学生既能熟练掌握知识，又能运用所学知识解决实际问题，从而提高自己解决实际问题的能力。

2.转变学生的学习方式：学生是学习的主体，知识要靠他们自己去主动去获取，引导学生主动参与、自主探究、勤于动手，培养学生搜集和处理信息的能力，获取知识的能力，分析和解决问题的能力以及交流与合作的能力。

3.培养学生的创新精神和实践能力：a.突破传统学科教育片面强调线性思维的局限，引导学生质疑，培养学生的创造性思维；b.教师应注重开放性教学，有目的、有计划地组织社会实践活动，着力培养学生的实践能力，改变学生“高分低能”的不良现状。

4.帮助学生建立完善的知识结构：掌握知识是发展能力的前提，教师必须帮助学生建立完善的知识体系。所谓合理的知识结构就是既有精深的专业知识，又有广博的基础知识。第三节 人格

一、人格概述

（一）概念：是构成一个人思想、情感及行为的特有模式，这个独特模式包含

了一个人区别于他人的稳定而统一的综合心理品质，即人格是决定个体的外显行为和内隐行为，并使其与他人行为有稳定区别的综合心理品质。

★

（二）特征：a.独特性；b.稳定性；

c.整合性（人格是由多种成分构成的有机体，具有内在的一致性，受自我意识的调控。当人格的各方面彼此协调一致时，就会呈现出健康的人格特征，否则就会产生心理冲突，出现适应困难）；

d.功能性（人格是一个人生活成败、喜怒哀乐的根源。人格决定一个人的生活方式，甚至会决定一个人的命运，因而是人生成败的根源）。e.社会性。

二、人格结构：包括：性格、气质、自我调控。性格

1.概念：指人的较稳定的态度与习惯化了的行为方式相结合而形成的人格特征。它是一种与社会相关最密切的人格特征，在性格中包含有许多社会道德含义。

2.结构特征：

态度特征：性格结构特征中具有核心意义，如谦虚或自负、利人或利己。意志特征：个体自觉地确定目标，调节支配行为，从而达到目标的性格 特征。

情绪特征：个体稳定而独特的情绪活动方式，如情绪活动的强度、稳定 性、持久性和主导心境等方面的特征。

理智特征：个体在感知、记忆、想象、思维等认知过程中表现出来的认 知特点和风格，如主动感知或被动感知，惯于看细节还是轮廓灯。

3.性格类型：向性说&独立顺从说

A.据个人心理的倾向性：外倾型&内倾型。

B.据个人独立、顺从的程度：独立型&顺从型。

★3.学生良好性格的塑造和培养（多用答案）……论述题 加强“三观”教育；

及时强化学生的积极行为，这样会增加这一行为重复出现的概率，同时 这样也在潜移默化的告诉学生什么该做，什么不该做。

充分利用榜样人物的示范作用。教师应经常给学生讲解优秀人物的事迹，激励学生向他们学习。此外，用教师本身良好的性格去影响学生也是非常重要的。利用集体的教育力量； 依据性格倾向因材施教； 提高学生的自我教育力量； 重视家庭对儿童性格形成的影响； 教师应注意自己的言行及对学生的教育方式； 引导青少年培养良好的行为习惯； ★

（二）气质

1.概念：是不依活动目的和内容为转移的典型的、稳定的心理活动的动力特点。……是表现在心理活动的强度、速度、灵活性与指向性等方面的一种稳定的心理特征，即我们平时说的脾气、秉性。

2.气质与性格的关系：……简答题

（1）联系：a.都属稳定的人格特征；b.两者相互渗透，彼此制约，相互影响。

（2）区别：a.气质受生理影响大，性格受社会影响大；b.气质的稳定性强，性格的可塑造性强；c.气质特征表现较早，性格特征表现较晚；d.气质是人的天性，无好坏之分，性格表现了一个人的品德，具有道德评价含义，有优劣之分。

（三）自我调控系统：是人格的内控系统或自控系统，包括：自我认知、自我体验&自我调控三个系统；作用：对人格的各种成分进行调整，保证人格的完整、统一、和谐。

（四）佛洛依德人格“三我”结构：将人格结构层次分成：自我、本我、超我。

1.本我：位于人格结构最底层，是由先天的本能、欲望所组成的能量系统，包括各种生理需要。本我是无意识、非理性、非社会化和混乱无序的，遵循快乐原则。

2.自我：是从本我中逐渐分化出来的，位于人格结构的中间层。主要作用主要是调节本我与超我之间的矛盾，它一方面调节着本我，一方面又受制于超我。它遵循现实原则，以合理的方式来满足本我的需要。

3.超我：位于人格结构的最高层次，是道德化了的自我，由社会规范、伦理道德、价值观念内而来，其形成是社会化的结果。超我遵循道德原则，它具有三个作用：a.抑制本我冲动；b.对自我进行监控；c.追求完善的境界。本我是生物本能我，自我是心理社会我，超我是道德理想我，当三者处于协

调状态时，人格表现一种健康状况；当三者互不相让，产生敌对关系时，就会产生心理疾病。

三、人格理论……简答题

特质理论：物质是决定个体行为的基本特征，是人格的有效组成元素，也是评测人格常用的基本单位。

1.奥尔波特的人格特质理论：

把人格分为两类，即共同特质和个人特质。个人特质根据其在社会中的作用又可分为三种：首要特质、中心特质和次要特质（林黛玉）。

2.卡特尔的人格特质理论（特质因素分析论）

概念：特质是人格的因素，是一个相对持久的反应倾向。只有彻底了解一个 人的特质，才能预测它在某种情境下将怎样行动。

卡特尔以他的特质概念为理论基础，利用因素分析的方法对人格特质进行了

分析，提出了基于人格特质的理论模型。模型分为四层：个别特质&共同特质；表面……&根源……；体质……&环境……；动力……、能力……&气质……。

3.塔佩斯的“大五”人格理论：求新性、尽责性、外向性、随和性、神经质性。类型理论

1.气质类型说：……简答题、填空题

气质类型指在一类人身上共有或相似的心理活动特征的有规律的结合。

现代的气质学说仍将气质分为四种典型的类型、以及教育过程中教师针对不同气质类型的学说进行因材施教，促进其顺利发展的方法：

a.胆汁质：精力旺盛、表里如

一、刚强、易感情用事。笼罩着迅速而突发 的色彩。对胆汁质的学生，教师应采取直截了当的方式，但这些学生不宜轻易激怒，对其严厉批评要有说服力，培养其自制力、坚持到底的精神和豪放、勇于进取的个性品质。

b.多血质：反应迅速、有朝气、活泼好动、动作敏捷、情绪不稳定、粗枝

大叶为特征。对多血质的学生，可以采取多种教育方式，但要定期提醒，对其缺点严厉批评。教师应鼓励他们勇于克服困难，培养扎实专一的精神，防止其见异思迁；创造条件，多给他们活动的机会，培养他们朝气蓬勃，足智多谋的优点。c.粘液质：稳重，但灵活性不足；踏实但有些死板；沉着冷静，但缺乏生

气。对粘液质的学生，教师要采取耐心的教育方式，让他们有考虑和做出反应的足够时间，培养其生气勃勃的精神，热 情开朗的个性和以诚待人、工作踏实顽强的优点。

d.抑郁质：敏锐、稳重、体验深刻、外表温柔、怯懦、孤独、行动迟缓。

对抑郁质的学生，应采取委婉暗示的方式，对其多关心、爱护，不宜在公开场合下指责，不宜过于严厉批评。应培养他们亲切、有好、善于交往、富有自信的精神；培养其人感、机制、认真、细致、高自尊的优点。

生活中，单一气质的人并不多，多数人是四种气质相互混合、渗透、兼而有 之的。

2.内——外向人格：

瑞士心理学家荣格最先提出了内——外向人格类型学说。在荣格看来，任何

人都具有外向和内向这两种特征，但其中一种可能占据优势，因而可以确定一个人是内向还是外向。

3.霍兰德的人格理论

霍兰德把人格分为六类，不同人格在职业选择上具有明显差异：现实型、研究型、艺术型、社会型、企业型、常规型。

4.斯普兰格的人格理论

斯普兰格注意到，一定文化生活中的人的价值指向，把主观价值体验和客观

价值构成联系起来，建立起了价值观的类型论。依据人类社会活动的六种形态，斯普兰格将人划分为六种性格类型。不同性格类型有不同的价值观成分。

经济型、理论型、审美型、宗教型、权力型、社会型。

斯：纯粹属于某中类型的人是没有的，多数人是各种类型的混合，称混合型。

四、人格测验

指用测验方法，对人格进行测量，测量一个人在一定情境下，经常表现出来的典型行为和人格品质，诸如动机、兴趣、性格、气质、价值观等。

人格测验一般包括两种：自陈式人格测验（明尼苏达多相人格测验、爱德华个人兴趣量表、卡特尔16种人格因素测验）&投射式人格测验（罗夏克墨渍测验、主题统觉测验、句子完成测验）。

五、影响人格形成的因素……论述题

人格是怎样形成的：人格是在遗传与环境交互作用下逐渐发展形成的。遗传决定了人格发展的可能性，环境决定了人格发展的现实性。具体来说： 生物遗传因素：

1.遗传是人格不可缺少的影响因素；

2.遗传因素对人格的作用程度因人格特征的不同而异；

3.人格发展过程是遗传与环境交互作用的结果，遗传因素影响人格的发展方向及改变。社会文化因素：每个人都处在特定社会文化中，文化对人格的影响是极为重要的：

1.社会文化对人格有重要作用，特别是后天形成的一些人格特征；

2.…………………的影响力因文化的强弱而异；

3.…………因素决定了人格的共同性特征，他使同一社会的人在人格上具有一定程度的相似性。家庭因素：家庭教养方式一般可以分为三类：

1.权威型教养方式。

2.放纵型…………。

3.民主型…………。父母和孩子在家庭中处于一个平等和谐的氛围中父母尊重孩子，给孩子一定的自主权，并给予孩子积极正确的指导。父母的这种教育方式使孩子形成了一些积极地人格品质，如活泼、自立、彬彬有礼等。学校教育因素

学校教育在学龄儿童人格的形成与发展中具有重要的作用：

1.学生通过课堂教育接受系统的科学知识，同时形成科学的世界观；

2.…………学习还可以形成与发展学生的坚持性、主动性等优良人格特征；

3.校风和班风也是影响学生人格形成与发展的重要因素；

4.在学校，老师要通过各种教育教学活动，塑造学生的人格特征；

5.教师是学生学习的榜样，教师言行对学生的人格会产生潜移默化的影响。个人主观因素

1.社会上各种影响因素，首先要为个人接受和理解，才能转化为个体的需要、动机和兴趣，才能推动他去思考与 行动。

2.个体已有的心理发展水平对人格特征形成的作用会随着年龄的增加而日益增强。

Ps：人格因素与学习的关系：a.互为因果关系。许多人格因素与学生学业成就之间存在高度相关，它不仅影响学生的成就动机，而且影响认知过程。b.不同的人格特点会使批评与表扬、奖与惩等手段的教育效果复杂化。c.一方面人格影响学习的效果, 另一方面学习的成败反过来影响人格的形成与发展。成功的经验会提高学生的自信心、自我评价感和抱负水平，使学生变得更勤奋、进取，失败会降低学生的抱负水平，使学生变得自卑，缺乏自信。社会心理与行为

第一节 社会态度

一、概述：

概念：是个体基于过去经验对周围的人、事、物持有的比较持久一致的心理准备状态。由认知、情感和行为倾向三种成分组成。

1.认知成分：指人们作为态度主体，对于一定态度对象或态度客体的知识、观念、意象或概念，以及在此基础上形成的具有倾向性的思维方式。态度的认知成分通常具有偏见性。如在西方社会一提到黑人，很多人马上会产生愚蠢、落后、原始的观念。

2.情感成分：指个人对于一定态度对象的体验，如喜爱或厌恶等。态度反应或选择并不单纯是情感的反应，而是兼具认知与情感的综合性质。虽具有情感的倾向性，实质上却是理性抉择的结果。

3.行为倾向成分：社会态度的行为成分分成两个方面的含义：一方面，态度作为一种心理准备状态和反应倾向，一经产生就必定对人们与该态度对象有关的行为产生影响。另一方面，态度具有特定的意动效应。

二、功能……简答题

1.适应功能：指人的态度都是在适应环境的过程中形成的，形成后起着更好地适应环境的作用。适当的态度将使我们从重要人物或群体那里获得认同、赞同或与其打成一片。

2.自我防御功能：指态度作为一种自卫机制，能让人在受到贬抑时用来保护自己。如：有些人看到商人赚到很多钱，他会显示出自命清高和鄙视“为富不仁“的者的态度，以保持心理平衡。

3.价值表现功能：指在很多情况下，态度常表示一个人的主要价值观和自我概念。如：在参与某种群众性运动时，手持某一政治人物的标牌表示你赞同这一运动主题。

4.认识或理解功能：指一种态度能给人提供构建事实的参照框架，因此它能引起意义感。如：在政治争论中你的态度常常为评价政治候选人提供一种参照框架。

第二节 印象形成 概念：

印象是我们对他人的特性如能力、性格、品质的总体看法和评价。

印象形成是指对别人或事物进行分类，明确其意义，使自己的行为获得明确定向的过程。即个体在遇到新的社会情境时，按照自己的旧经验进行理解，将情境中的人或事物进行归类，形成有关他人或事物概念的过程。……填空题

二、印象形成效应……名词解释、填空题

社会刻板印象：对一群人的特征或动机加以概括，把概括得出的群体的

特征归属于团体每一个人，认为他们每人都具有这种特征，而无视团体成员中的个体差异 晕轮效应：当我们认为某人具有某种特征时，就会对他的其他特征做相 似判断，也称光环效应。……名词解释

首因效应：在总体印象形成上，最初获得的信息比后来获得的信息影响 更大的现象，也称最初效应。

近因效应：指在总体印象形成上，新近获得的信息比原来获得的信息影 响更大的现象，也叫最近效应。……填空题

投射效应：社会人际关系中的投射效应，指与人交往时把自己具有的某

些不讨人喜欢、不为人接受的观念、性格、态度或欲望转移到别人身上，认为别人也是如此，以掩盖自己不受欢迎的特征。如“以小人之心度君子之腹”。

第三节 人际关系

一、概念：人与人在相互交往过程中所形成的社会心理关系。

二、人际关系需要和基本人际关系取向

美国心理学家舒茨提出了人际需要的理论，最基本的人际关系需要有三类：

包容需要、控制需要、感情需要。……填空题

三、中小学生主要的人际关系：亲子关系、师生关系、同伴关系。第四节 群体心理

概念：是普遍存在于群体成员的头脑中，反映群体社会状况的共同或不 同的心理状态与倾向。……名词解释

二、社会助长和社会惰化……名词解释

（一）社会助长：指个体与别人在一起活动或有别人在场时，个体的行为效率提高的现象。如：与人单车竞赛，速度更快。Ps：当他人在场或与他人一起从事某项工作时而使个体行为效率下降的现象称为社会干扰（社会抑制）。

（二）社会惰化：指当群体一起完成一件工作时，群体中的成员每人所付出的努力会比个体在单独情况下完成任务时偏少的现象。

三、利他行为和侵犯行为

（一）利他行为：是指不期待任何回报、出于自觉自愿的助人行为，是一种把帮助他人当做唯一目的的行为。

特征：自愿性、利他性、无偿性、损失性。

（二）侵犯行为：是一种有意伤害他人，引起他人生理上或心理上的痛苦的行为，又称为攻击行为。

特点：外显性、伤害性、有意性。

中小学中经常出现的侵犯行为应当如何控制？……简答题

宣泄法 b.惩罚法 c.移情法 d.认知干预 e.榜样示范和大众媒体宣传。

四、社会影响……填空题、简答题

（一）从众

1.概念：个体在群体压力下，自愿放弃自己的意见而采取与大多数人一致的行为的社会现象。

2.类型：真从众、权宜从众、不从众。

3.影响从众的因素：

主观：个体的特点（年龄、性别、知识经验）；

客观：群体因素、刺激物因素。

（二）服从

1.概念：是个人按照社会要求、群体规范或他人的意志而做出相应行为的社会现象（个体不自愿）。

2.影响服从的因素：

主观：服从者的道德水平和人格特征；

客观：命令者的权威性、情境压力。

3.个体产生服从的原因：合法权利、责任转移。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！