

2020 年浙江省中小学教师招聘考试密卷

体育试题（二）

一、单项选择题（本大题共 25 小题，每小题 1 分，共 25 分）

1. 小张运动时不慎将手肘扭伤，医生应该使用（ ）对其进行包扎。

- A. 环形包扎法
- B. “8”字形包扎法
- C. 螺旋形包扎法
- D. 螺旋反折包扎法

2. 下列关于伸展练习的注意事项，说法有误的是（ ）

- A. 开始进行伸展练习之前应先进行热身
- B. 伸展练习应从大关节开始，再到小关节
- C. 进行静力性伸展练习时，应屏住呼吸
- D. 伸展练习可以在准备和整理活动中进行

3. 为了准确表达运动的人体各部分及器官或结构的相互位置关系，以人体解剖学的姿势为基准，制定了一系列的方位术语，其中（ ）是描述器官或结构的距颅顶或足底的相对远近关系的术语。

- A. 上与下
- B. 前与后
- C. 浅于深
- D. 内侧于外侧

4. 下列不属于学校课余体育竞赛的特点是（ ）

- A. 课余性
- B. 专业性
- C. 多样性
- D. 教育性

5. 下列对于乒乓球裁判员的工作的说法，正确的一项是（ ）

- A. 裁判员必须提前 15 分钟到场
- B. 在到达比赛场地之前，裁判员必须穿好裁判服，佩戴好胸徽
- C. 比赛前不能调试扩音器的音量
- D. 比赛时遇到特殊问题自己可以解决即可，不需要报告任何人

6. 经常进行体育锻炼的人，其身体构造和机能会发生一定的变化，这些变化一般不包括（ ）

- A. 呼吸肌逐渐发达且力量增强
- B. 肠胃的蠕动增强
- C. 心肺功能提高
- D. 有利于自身气质的培养

7. （ ）是健美操教学活动的根本要素。

- A. 教师
- B. 学生
- C. 教学目标
- D. 教学方法

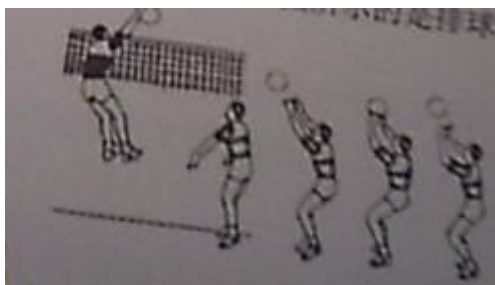
8. 下列关于途中跑的说法，有误的是（ ）

- A. 上体应采取正直或稍向前倾的姿势
- B. 颈部肌肉自然放松，两眼平视
- C. 两臂弯曲，以肘为轴左右摆动
- D. 摆幅随跑速变化而适当变化

9. 在掷链球时，学生经常会出现“旋转或最后用力中，链球在体前触地”的错误，下列选项关于该错误产生的原因分析最为合理的是（ ）

- A. 不能适应链球离心力对身体的牵制，髋部不能协调地做与链球相反方向的对抗
- B. 链球运动轨迹不正确或突然屈两臂以及在体前过于向下
- C. 在旋转过程中超越器械不恰当，使链球早于身体，造成最后用力力矩的缩短
- D. 进入旋转时，身体和链球不能保持成一整体，向左挥臂用力过猛

10. 传球是排球运动中的一项重要基本技术，下图所示的是排球运动中的（ ）。



- A. 传后排快球
- B. 传近体快球
- C. 侧倒传球
- D. 传短平快球

11. 李老师对学生喊出“踏步——走！”口令时，下列关于学生的动作要求，说法错误的是（ ）。

- A. 两脚在原地上上下起落
- B. 抬起时，脚尖自然下垂，离地面约 15cm
- C. 下落时，后脚掌先落地
- D. 两臂按齐步或跑步摆臂的要领摆

12. 讲解是体操教学的基本方法，其要求不包括（ ）。

- A. 语言要简洁
- B. 重点要突出
- C. 顺序要合理
- D. 一般不与其他方法一起使用

13. 武术教学具有体育教学的一般特点，同时又具有本身独立的特点，下列属于其独立特点的是（ ）。

- ①注重直观教学，以领做为主；②强调动作规格，突出劲力精神；③结合攻防动作进行

讲解示范。

- A. ①    B. ①②    C. ②③    D. ①②③

14. 武术套路的基础是（ ）

- A. 长拳、器械技术    B. 武德  
C. 集体演练    D. 基本功、基本动作

15. 蛙泳的腿部动作可分为4个动作，以下4个动作排序正确的是（ ）。

- A. 翻脚、收腿、蹬夹水、滑行  
B. 收腿、翻脚、蹬夹水、滑行  
C. 翻脚、蹬夹水、收腿、滑行  
D. 收腿、蹬夹水、滑行、翻脚

16. 运球是篮球运动中的一项基本技术，如果篮球队员在场上持着一个活球，其一脚或双脚超出规则所述的限制向任一方向非法移动，将被裁判判为（ ）

- A. 两次运球    B. 带球撞人    C. 打手犯规    D. 走步

17. 双手胸前传球时候篮球比赛中最基本、最常用的一种传球方法，其特点不包括（ ）

- A. 传球速度慢而无力    B. 容易控制  
C. 便于与其他动作相结合    D. 准确性高

18. 羽毛球步法有垫步、交叉步、蹬步、跨步等组成，每一步法一般都是从场地（ ）位置开始。

- A. 左前方    B. 右前方    C. 中心    D. 后场

19. 在足球比赛中使用头顶球技术不仅可以进行传球、抢断球、高球射门。而且利用鱼跃头顶球可以扩大运动员的控制范围，防守时抢险。下列是头顶球的四个环节，排序正确的是（ ）。

①头触球；②触球后身体的控制；③蹬地与摆动；④判断与选位

- A. ②①③④    B. ④③②①    C. ①②④③    D. ④③①②

20. 接球是足球守门员技术的重点，也是运用中最为常见的技术，从手型上可以分为上手接球和下手接球。下列有关下手接球的说法，错误的是（ ）。

- A. 适用于接地滚球    B. 适用于接低平球  
C. 接球姿势仅有站立式    D. 接球基本手型为“簸箕”状

**二、多选题。请在每道题列出的四个选项中选择两个或者以上符合题目要求的选项，将答案用 2B 铅笔填涂在答题卡上，错选，多选，漏选均不得分。（共 5 题，每题 1.88 分，满**

分9.4分)

21. 适用于发展下肢力量的练习有 ( )。

- A. 深蹲跳                      B. 杠铃负重半蹲                      C. 仰卧举腿                      D. 俯卧撑

22. 从100年以来的几个历史阶段来看体育教学内容的变迁,可以看出体育教学内容的变化趋势有 ( )。

A. 随着现代竞技体育运动的兴起和普及,正规的竞技体育运动正逐渐替代乡土性的体育教学内容。

B. 体育教学内容的数量在减少,但难度有所增加,越来越要求有受过专门训练的体育教师来传授。

C. 体育教学内容中的娱乐因素逐渐增加,而“练”与“炼”的因素在减少。

D. 体育教学内容所需要的运动器材越来越正规化。

23. 知晓和体验教学内容的教学方式比较多样,也不同于常规的体育教学形式,其主要的方式有室外的教学方式和室内的教学方式,下列属于室外教学方式的有 ( )。

- A. 比赛                      B. 影像教学                      C. 体验                      D. 网络学习

24. 实现学校体育目标的基本要求包括 ( )。

- A. 协同学校其他教育面向全体学生                      B. 课内与课外结合  
C. 营造良好的学校体育环境                      D. 加强体育师资队伍建设

25. 在足球运动中,强行突破是指突然推球与快速起动相结合的动作越过对手的过人方式,采用此法过人时应注意 ( )。

- A. 奔跑速度要快,起动动作要突然  
B. 准确掌握起动的时机  
C. 对手的身后有较大空当时,突破后防止对手其他队员进行补位  
D. 推拨球的距离要稍近点,以便加快奔跑速度超越对手

三、判断题。要求判断所给的命题正确与否,正确的请在答题卡的相应位置上涂“A”,错误的涂“B”。(共10题,每题0.98分,满分9.8分)

26. 高原训练是指有目的、有计划地将运动员组织到具有适宜海拔高度的地区,进行定期的专项运动训练的方法,该训练可以有效的改善肌体运载氧的能力。( )

27. 一般认为,最早的体育教学内容是孔子实施的“六艺”中的“御”和“术”。( )

28. 正面示范有利于展示教师正面动作的要领,如球类运动的持球动作多采用正面示范。

( )

29. 途中跑是短跑全程中距离最短、速度最快的跑段，其任务是继续提高跑速和尽可能较长距离地保持最高跑速。（ ）

30. 乒乓球运动中的长球是指落在对方台面近网区（距离网 40 厘米以内的区域）附近。并且球在第一次弹跳后不弹到台面之外，略有回缩的现象。（ ）

31. 背传是排球传球技术的一种，用力方向与正传相反。击球点比正传偏后，用力蹬腿、展腹、抬臂、伸肘，通过指腕弹力将球向后上方传出。（ ）

32. 练习法是武术教学方法的主要内容，也是保证武术教学任务完成的重要途径。（ ）

33. 蛙泳的四肢动作是双臂、双腿同时协调发力。（ ）

34. 在篮球阵地战中，使用掩护配合战术时，掩护一刹那掩护队员身体是静止的。（ ）

35. 踢足球时，击球力量大小由多方面的因素决定，而主要取决于踢球时腿的摆动，它是踢球力量的主要来源。（ ）

#### 四、简答题

36. 正面上手发球是排球运动的基本发球技术之一，请以右手击球为例，简述该发球技术的动作方法。（5分）

37. 头顶球是指运动员有目的的，用前额将球击向预定的目标的动作。现代足球比赛中对时间与空间的争夺异常激烈。头顶球技术的使用不仅使运动员占据空间，又能争取时间，所以头顶球是处理高空球的最重要手段。

黎老师为使学生掌握好头顶球技术，将其分为额正面顶球和前额侧面顶球两种方式来教，在教授和正面顶球的过程中，黎老师发现学生会犯以下错误：

击球刹那间闭眼缩颈，不是主动的前额击球，而是被动的让球击打头部；

击球时机掌握不好，使头在被动位击球，影响顶球发力的效果；

上、下肢与身体的配合不协调，发力动作出现脱节和停顿；

跳起顶球时，起跳点、起跳时机和击球时机掌握不好，腾空后对身体的控制能力弱，影响顶球动作的质量和出球效果。

问题：

请简述额正面顶球的特点。（4分）

请根据黎老师记录下的错误提出相应的解决办法。（6分）

## 2020 年浙江省中小学教师招聘考试密卷

### 体育试题（二）答案解析

#### 一、单项选择题（本大题共 25 小题，每小题 1 分，共 25 分）

1. 【答案】B

【解析】“8”字形包扎法，多用于包扎肘、膝、踝等关节处。故本题选 B。

2. 【答案】C

【解析】进行静力性伸展练习时，应该保持自然呼吸，不可屏住呼吸。故本题选 C。

3. 【答案】A

【解析】上与下：靠近头部者为上，靠近足部者为下。故本题选 A。

4. 【答案】B

【解析】课余体育竞赛是充分利用课余时间，在校内、外组织学生进行各种体育比赛的总和。故本题选 B。

5. 【答案】B

【解析】乒乓球比赛规则没有硬性规定裁判员必须提前 15 分钟到场，比赛前裁判员要布置好比赛场地和器械。比赛时遇到特殊问题可报告给裁判。故本题选 B。

6. 【答案】D

【解析】自身气质是一个比较抽象主观的概念，不属于身体构造和机能的生理范畴。故本题选 D。

7. 【答案】B

【解析】体育教学的第一个要素是体育教学目标，学生是体育教学中最主要的因素，如果没有学生，也就没有展开体育教学的必要。故本题选 B。

8. 【答案】C

【解析】途中跑应双臂以肩为轴，大臂带动小臂积极摆动。故本题选 C。

9. 【答案】A

【解析】掷链球是旋转的投掷运动，通过连续加速的旋转，使链球产生越来越大的离心力。这个离心力是最后用力能量的贮备，它的大小直接关系着掷球的远近。把 7.26 公斤的链球掷到 70~80 米远，作用在人体的离心力可达 300~350 公斤。因此，使链球有效地加速，同时又维持好身体的平衡，处理好离心力与向心力的关系，是掷链球技术关键所在。因此造成链球在体前触地的原因是不能适应链球离心力对身体的牵制，髋部不能协调地做与链球相

反方向的对抗。故本题选 A。

10. 【答案】B

【解析】传近体快球。传球高度高出球网 20-40 厘米。根据扣球队员的特点和助跑起跳的情况，掌握好传球的速度和高度。一般是在扣球队员起跳同时，二传队员传球离手。传球时，击球点较高、肘关节微屈，手腕后仰程度较大。当扣球队员跳起在空中最高点时，球也传到了最高点。故本题选 B。

11. 【答案】C

【解析】下落时，前脚掌先落地。故本题选 C。

12. 【答案】D

【解析】讲解在体操教学中常于其他方法相结合，比如讲解法常与示范法相结合。可以先讲解再示范。可以先示范再讲解。或者边讲解边示范。故本题选 D。

13. 【答案】D

【解析】武术有些技术动作复杂，变化多样，因此注重直观教学，以领做为主；武术源于战斗、搏击技术素材加以总结，其动作具有攻防技击的含义。故本题选 D。

14. 【答案】D

【解析】在套路教学中，学生首先要学的是武术的基本动作和基本功。基本动作是武术运动基础的技术构成要素，也是各拳种的共性技术成分。基本功是完成基本动作的必备专项素质。故本题选 D。

15. 【答案】B

【解析】蛙泳的腿部动作可分为收腿、翻脚、蹬夹水、滑行。故本题选 B。

16. 【答案】D

【解析】篮球规则对带球走是这样定义的：当队员在场上持着一个活球，其一脚或双脚超出本规则所述的限制向任一方向非法移动是带球走。也就是我们常说的走步，故本题选 D。

17. 【答案】A

【解析】双手胸前传球是传球技术的基础，具有准确性高、容易控制、便于变化、速度快的特点。故本题选 A。

18. 【答案】C

【解析】羽毛球比赛时要及时“回位”，即从中点到球场各位置的距离是最短的，为下一拍球做准备，节省体力。如不及时“回位”，位置偏离中心地带过大，就会导致另一侧的空档太大，极易防守不及而失分。因此所有步伐都是从球场中心开始。故本题选 C。



19. 【答案】D

【解析】足球头顶球技术包括首先判断，身体正对来球方向，眼睛注视运动中的球，两脚左右开立(或前后开立)，膝关节微屈，重心置于两脚间的支撑面上(或后脚上)，两臂自然张开。当球运行到将垂直于地面的垂线时，两腿用力蹬地，迅速向前摆体，微收下颌，在触球瞬间颈部做爆发式振摆，用前额正面击球中部，上体随球前摆。故本题选D。

20. 【答案】C

【解析】下手接球的时候一般不采用站立式，正常进行下手接球时，下体微侧向一侧，倾向侧的脚屈膝，另一只脚采用跪立姿势，膝关节向另一只脚的脚踝靠拢，距离以不漏球为宜。故本题选C。

二、多选题。请在每道题列出的四个选项中选择两个或者以上符合题目要求的选项，将答案用2B铅笔填涂在答题卡上，错选，多选，漏选均不得分。（共5题，每题1.88分，满分9.4分）

21. 【答案】AB

【解析】仰卧举腿主要练腹部力量，俯卧撑主要锻炼胸大肌、肱三头肌。故本题选AB。

22. 【答案】CD

【解析】体育教学内容的数量在逐渐增多，乡土民俗传统体育也渐渐被引入到校园，娱乐化发展。故本题选CD。

23. 【答案】AC

【解析】影响力和网络需要多媒体设备，只有室内才可以达到需求。故本题选AC。

24. 【答案】ABCD

【解析】实现学校体育目标的基本要求包括协同学校其他教育面向全体学生、以整体观念开展学校体育工作，（坚持课内课外相结合、坚持普及与提高相结合、要与健康教育、卫生保健工作相结合、）加强体育师资队伍建设、以整体开展学校体育工作、营造良好的体育教学环境等。故本题选ABCD。

25. 【答案】ABCD

【解析】强行突破属于队员一对一的技术，讲究启动速度和动作速度快和突然。并且在技术动作完成后要防止其他队员进行补防。如果拨球距离过长，可能会导致防守队员轻松地抢断球。故本题选ABCD。

三、判断题。要求判断所给的命题正确与否，正确的请在答题卡的相应位置上涂“A”，错误的涂“B”。（共10题，每题0.98分，满分9.8分）

26. 【答案】A

27. 【答案】B

【解析】最早的体育教学内容是孔子实施的“六艺”中的“御”和“射”

28. 【答案】A

29. 【答案】A

30. 【答案】B

【解析】乒乓球运动中的长球发球的第一落点离网远，则第二跳也离网较远，即长球。

31. 【答案】A

32. 【答案】A

33. 【答案】B

【解析】蛙泳是先双臂抱水，抬头挺胸换气，再收腿蹬水。

34. 【答案】A

35. 【答案】A

#### 四、简答题

36. 【参考答案】

a、准备姿势

面对球网（以右手发球为例），两脚自然开立，左脚在前，右脚在后，左手或双手托球于身前。

b、抛球和挥臂击球动作

用左手或双手平稳垂直地将球抛向右肩前上方约一米处，与此同时，右臂上抬，屈肘后引，肘与肩平行，上体稍向右转动，肩、肘、腕关节放松。击球时利用蹬地、转体、收胸、收腹动作带动手臂挥臂击球，击球时以全手掌击球的后中下部，手指自然张开吻合来球，手腕有向前的推压动作，使击出的球呈上旋飞行过网。

37. 【参考答案】

1. 额正面头顶球特点：

前额正面坚硬平坦，触球面积大，它处于头的正前方和两眼上方，便于在顶球时观察来球周围情况，使击球准确有力。

原地顶球技术动作方法：顶球时先选好站位，使身体正对来球方向，两脚前后开立，膝关节微屈，重心在后，两眼注视来球，判断好来球的速度，做好准备工作，两腿前后开立腰部前挺，胸部上提、下颌平收、两臂自然张开，上体后倾、身体重心放在右脚上，顶球时后脚迅速蹬地，上体由后向前摆动，在即将触击球的刹那，两腿迅速用力蹬伸，以腰腹和颈部的快速摆动主动迎击来球。击球时，颈部肌肉保持紧张，两眼注视出球方向。

## 2. 解决办法：

(1) 学生不敢主动顶球，被动让球击打头部，主要原因是学生对于头顶球依然会有一些恐惧感。黎老师可以多让学生观看一些比赛的视频，让学生了解头顶球在足球比赛中的重要意义。同时，教师也可以多做现场的直观示范。在新授课前先上引导课，组织相关体育游戏，激发学生学习的兴趣，通过游戏，克服学生的恐惧感。

(2) 对于击球动作脱节，上下肢不协调，教师可以带领学生多做头顶球的徒手多做，加强身体的感知能力，保证学生动作正确/连贯和熟练。

(3) 击球点无法掌握，教师可以将足球悬挂，让学生在徒手动作的基础上进行有球练习，让学生逐步找到击球点，加强球感。在球感提升的基础上，再进行抛球喂球练习，控制好步伐，通过行进间的顶球练习，让学生逐步找到击球点。