

2020 年新任教师公开招聘考试

小学体育专业知识（六）

满分 100 分，考试时间 120 分钟

一、单项选择题（本大题共 20 小题，每小题 1 分，共 20 分）

1. 通常人们认为（ ）是其他因素。

- A. 速度
- B. 耐力
- C. 灵敏
- D. 力量

2. 在双杠的支撑摆动动作中，应以（ ）为轴摆动。

- A. 肩
- B. 手
- C. 胯
- D. 腰

3. 排球比赛中接发球进攻也称（ ）。

- A. 防反
- B. 快攻
- C. 推攻
- D. 一攻

4. 交换配合只为了破坏队员之间的（ ）配合。

- A. 传切
- B. 突分
- C. 掩护
- D. 策应

5. 跳远是反映人体什么项目（ ）。

- A. 爆发力
- B. 速度
- C. 力量
- D. 柔韧素质

6. 最合理的跳高过杆技术是（ ）。

- A. 前翻式
- B. 跨越式
- C. 背越式
- D. 俯卧式

7. 训练适应过程受很多因素的影响，如运动负荷，恢复过程，身体情况，心理状态等。

其中（ ）起到决定性作用。

- A. 负荷和身体
- B. 负荷和心理
- C. 负荷和恢复
- D. 身体和心理

8. 安全地进行体育活动是（ ）领域目标的内容之一。
- A. 运动参与
B. 社会适应
C. 身体健康
D. 运动技能
9. 极点现象多出现在（ ）运动项目中。
- A. 短跑
B. 中长跑
C. 超长距离跑
D. 马拉松
10. 在弯道跑时，右脚应用（ ）着地。
- A. 脚掌外侧
B. 脚掌内侧
C. 全脚掌
D. 前脚掌
11. 决定跑速的主要因素是（ ）。
- A. 耐力
B. 爆发力
C. 步频和步长
D. 反应速度
12. 武术套路教学常用的动作示范方式（ ）。
- A. 当面示范
B. 侧面示范
C. 背面示范
D. 镜面示范
13. 右手持拍进行正手击球，两腿站立姿势为（ ）。
- A. 右脚在前
B. 左脚在前
C. 两脚平行
D. 任何姿势
14. 下列不属于体育教学方法中直观法的是（ ）。
- A. 动作示范
B. 定向直观标志
C. 教具与模型演示
D. 指令和口令
15. 行进间单手肩上投篮又称“三步上篮”，是在行进间接球或运球后做近距离投篮时所采用的一种方法，“三步”的动作标志是（ ）。
- A. 一大、二小、三高
B. 一大、二大、三高
C. 一小、二大、三高
D. 一小、二小、三快
16. 运动训练的直接目的是（ ）。
- A. 探索运动训练规律
B. 创造优异成绩
C. 提高运动员的竞技能力
D. 培养体育人才
17. 现代篮球运动中，发动快攻机会最多是（ ）。

- A. 掷界外球
- B. 抢断球后
- C. 抢获后场篮板球
- D. 跳球获得球权后

18. 运用防止和纠正错误的方法时应该 ()。

- A. 以练习为主
- B. 以预防为主
- C. 以讲解和练习为主
- D. 以讲解为主

19. 常用的球类比赛编排有 ()。

- A. 淘汰制、循环制、积分制
- B. 单淘汰制、双淘汰制、循环制
- C. 淘汰制、单循环、双循环和分组循环
- D. 淘汰制、循环制

20. 体育与健康学习评价标准应为 ()。

- A. 由单一评价标准向多元评价标准转变
- B. 定性评价与定量评价相结合
- C. 终结性评价与过程性评价相结合
- D. 绝对评价与相对评价相结合

二、判断题(本大题共 20 小题, 每空 1 分, 共 20 分)

- 1. 跑一般分为起跑、途中跑、终点冲刺三部分。
- 2. 进攻队员在三分线外起跳投篮成功, 球出手后脚落在线内裁判判罚投中三分。()
- 3. 排球比赛中后排队员不得参与进攻。()
- 4. 羽毛球比赛中男子单打先得 21 分的球员为胜一局。()
- 5. 体操练习时的支撑为肩轴低于器械或低于握点连线的动作姿势。()
- 6. 力量素质和速度素质之间的转移属于同类转移。()
- 7. 三级跳远的三级跳顺序应该是两次跳步, 一次跳跃。()
- 8. 一场足球比赛受到红牌或累计两张黄牌时, 受罚者出场外, 但仍可参加下一场比赛。()
- 9. 各种投掷项目方法虽然不同, 但决定速度的主要因素都是器械出手的初速度, 角度, 受空气的阻力和举力。()
- 10. 人体爆发力和反应力速度的遗传度均较高, 一般来说爆发力好者反应速度均快, 而反应速度快者, 爆发力不一定好。()
- 11. 田径比赛中, 运动员可以赤脚、单脚或双脚穿鞋参加比赛。()
- 12. 排球发球队胜一球后, 该队得 1 分同时该发球队员继续发球。()
- 13. 排球规则规定前排队员的进攻性击球必须在本方场区空间。()
- 14. 武术可分为套路、功法和搏斗三类。()

15. 蹲踞式跳远时，身体至最高点时摆动腿开始向前上方提举，逐渐向起跳腿靠拢，形成蹲踞姿势。（ ）

16. 接力跑中交接棒时，我们一般采用同侧臂交接棒，这样更有利于交接棒与速度的衔接。（ ）

17. 足球比赛中，球门球、掷界外球、直接任意球不受越位规则的限制。（ ）

18. 乒乓球比赛中，无论单打还是双打，每方发完 2 只球后进行轮换，双方比分 10 平后每方只发一球就进行轮换。（ ）

19. 分解练习法的优点：动作难度相对降低，便于学生掌握和突出重难点，同时提高信心。缺点：不利于学生对完整动作的掌握和领会，有可能形成对局部和分解动作的单独掌握，妨碍完整掌握动作。（ ）

20. 羽毛球比赛的场地长是 13.40m，单打宽 5.18m，双打宽 6.10m。（ ）

三、名词解释（本大题共 3 小题，每题 5 分，共 15 分）

1. 耐力

2. 肺活量体重指数

3. 运动负荷

四、简答题（本大题共 5 小题，每题 5 分，共 25 分）

1. 运动损伤的预防原则？

2. 简述影响运动兴趣水平的主要因素。

3. 什么是灵敏、协调素质？在日常体育教学中，请举出 5 个学生最喜欢的发展灵敏素质的练习方法？

4. 简述闭合性软组织损伤的早期处理方法及原则。

5. 简述运动性中暑的处理方法。



五、教学设计题（本大题共 2 小题，每题 10 分，共 20 分）

1. 篮球单手肩上投篮进行单元体育教学设计，包括练习内容和练习手段。

要求：（1）水平四； （2）5 次课，不含考评课。

2. 以篮球行进间双手胸前传接球为教学内容，编写第一课时的教学目标（认知目标、技能目标、情感目标）、教学重点、难点和练习方法。



2020 年新任教师公开招聘考试

小学体育专业知识（六）

满分 100 分，考试时间 120 分钟

一、单项选择题

1. 【答案】C

【解析】人们常说的力量、速度、耐力、灵敏和柔韧是人体基本素质，其中灵敏是运动者迅速改变体位、转换动作和随机应变的能力。它是运动员运动技能和各种运动能力在运动过程中的综合表现。一般来说，灵敏和柔韧是其他因素。故本题选C。

2. 【答案】A

【解析】支撑摆动，由支撑开始，举腿送髋前伸，后摆时紧腰夹臀直体自然下落，直臂顶肩以肩为轴前后摆动。故本题选A。

3. 【答案】D

【解析】在排球比赛中，一攻指在接起对方发球后所组织的第一次进攻。其过程包括一传、二传和扣球等几个相互衔接的部分。故本题选D。

4. 【答案】C

【解析】掩护配合是指进攻队员选择正确位置，借用自己的身体用合理的技术动作挡住同伴防守者的移动路线，使同伴借以摆脱防守。所以当进攻队员进行掩护时，防守方进行交换配合，从而破坏其掩护配合，防止进攻队员获得进攻机会。故本题选C。

5. 【答案】A

【解析】跳远是一个速度力量类项目，它人体中快速力量的体现，即我们通常所说的爆发力。故本题选A。

6. 【答案】C

【解析】背越式跳高技术特点是先直线后弧线助跑、屈腿摆动、身体依次过杆、杆上展体挺髋。直线助跑可以获得适宜的水平速度，弧线助跑能够在保持速度的情况下降低身体重心，增加起跳时的蹬伸距离。杆上展体挺髋动作是根据补偿原理，充分利用人体重心的腾起高度，越过尽可能高的横杆，是目前最合理的跳高技术。故本题选C。

7. 【答案】C

【解析】训练离不开负荷，没有负荷就不称其为训练，负荷过大会导致运动员发生运动损伤；训练也离不开恢复，没有恢复，负荷只会导致运动员机体能量物质的消耗，导致运动员机能的下降。所以负荷和恢复起到决定性作用。故本题选C。

8. 【答案】D

【解析】运动技能目标有学习体育运动知识；掌握运动技能和方法；增强安全意识和防范能力。安全的进行体育活动属于增强安全意识和和防范能力范畴。故本题选D。

9. 【答案】B

【解析】“极点”产生的原因是内脏器官的机能惰性大，运动开始时每分吸氧量水平的提高不能适应肌肉活动对氧的需求，造成缺氧或氧供不足，乳酸堆积，血液PH值下降。极点现象多出现于中长跑等强度较大、持续时间较长的运动项目。故本题选B。

10. 【答案】B

【解析】在弯道跑时身体有意识地向内倾斜，加大右侧腿和臂摆动力量，身体应向圆心方向倾斜，右脚用前脚掌的内侧，左脚用前脚掌外侧蹬地。故本题选B。

11. 【答案】C

【解析】决定跑速的主要因素是步长和步频。步长是指两脚着地点之间的距离，步频是指单位时间内的步数。无论是保持步长加快步频，还是保持步频加大步长或两者同时提高，都能提高跑速。故本题选C。

12. 【答案】C

【解析】武术套路，路线变化较多，动作比较复杂，一般采用背面示范。故本题选C。

13. 【答案】B

【解析】乒乓球正手击球的站位姿势，以右手持拍为例，左脚稍前，右脚稍后，身体离球台约40厘米。故本题选B。

14. 【答案】D

【解析】直观感知法为主的教学方法主要有示范法（动作的正面示范、镜面示范等）、演示法（如教具与模型演示）、纠正错误法、保护与帮助法以及直观标志等。指令与口令属于语言法。故本题选D。

15. 【答案】A

【解析】行进间单手肩上投篮又称“三步上篮”，是在行进间接球或运球后做近距离投篮

时所采用的一种方法。“三步”的动作特点是：一大、二小、三高。故本题选A。

16. 【答案】C

【解析】提高运动员的竞技能力和运动成绩是运动训练活动的目的。其中，运动训练的直接目的是提高运动员的竞技能力，继而通过参加运动竞赛，将其已获得的竞技能力转化为运动成绩。故本题选C。

17. 【答案】C

【解析】发动快攻的时机，即当抢获后场篮板球、抢、断、打球和跳球以及对方投中后掷端线界外球时，都应抓住机会发动快攻。其中，抢获后场篮板球后发动快攻的比例最高，抢断球后发动快攻的成功率最高。故本题选C。

18. 【答案】B

【解析】防止和纠正错误法是体育教师为了预防学生出现错误动作，和纠正学生学生错误动作所采用的教学方法，在运用防止和纠正错误的方法时应以预防为主。故本题选B。

19. 【答案】D

【解析】常用的球类比赛编排有淘汰制、循环制。如足球世界杯和篮球世界杯，先进行小组循环赛，之后进行交叉淘汰赛。故本题选D。

20. 【答案】A

【解析】根据新课标倡导学习评价应以多元的内容、多样的方法、多元的评价标准和评价主体，构成科学的体育与健康学习评价体系。故本题选A。

二、判断题

1. 【答案】×

【解析】跑一般分为起跑、起跑后的加速跑、途中跑、终点跑。

2. 【答案】√

【解析】略。

3. 【答案】×

【解析】后排队员在前场区内或踏及进攻线（或其延长线）时，击整体高于球网上沿的球，并使球的整体由过网区通过球网垂直面或触及对方拦网队员，则为后排队员进攻性击球犯规。后排队员靠近球网，将手伸向高于球网处阻拦对方来球，并触及球，为后排队员拦网犯规。后排队员可以参与进攻，只是需注意后排队员进攻性击球犯规和后排队员拦网犯规等。

4. 【答案】×

【解析】如果双方比分为 20 比 20 时，获胜一方需超过对手 2 分才算取胜；直至双方比分打成 29 比 29 时，那么率先得到第 30 分的一方获胜。首局获胜一方在接下来的一局比赛中率先发球。

5. 【答案】×

【解析】体操练习时的支撑为肩轴高于器械或握点连线的动作姿势。

6. 【答案】×

【解析】同类转移：同一类运动素质向不同运动项目或不同动作上的转移。如进行田径中的跳跃项目的力量练习可以使体育舞蹈所需要的腿部和脚踝力量水平得到发展。力量素质的同类转移主要是由身体的用力部位决定的，其次是由用力时间决定的。耐力素质因其发展的基础是呼吸系统和血液循环系统，这些器官、系统的功能又对许多运动项目十分重要，因此它的同类转移辐射面较大。速度素质的同类转移主要是由神经机制相类似的程度所决定的，其同类转移并不多见，非同类转移是指不同运动素质之间的转移。如耐力与力量素质之间的转移，速度与力量之间的转移等。

7. 【答案】×

【解析】三级跳的三跳分别为：单足跳，跨步跳以及跳跃。

8. 【答案】×

【解析】一场足球比赛受到一张红牌或累计两张黄牌时，受罚者罚出场外，并在本系列赛上禁赛一场。

9. 【答案】×

【解析】决定器械的出手速度为：对器械作用力的距离、对器械作用力的时间、器械的运动速度等。

10. 【答案】√

11. 【答案】√

12. 【答案】√

13. 【答案】√

14. 【答案】√

15. 【答案】×

【解析】蹲踞式跳远时，身体至最高点时起跳腿开始向前上方提举，逐渐向摆动腿靠拢，形成蹲踞姿势。

16. 【答案】×

【解析】接力跑中异侧臂进行交接棒更有利于保持速度。

17. 【答案】×

【解析】球门球、掷界外球、角球不受越位规则的限制。

18. 【答案】√

19. 【答案】√

20. 【答案】√

三、名词解释

1. 【参考答案】

耐力素质是指人体坚持长时间进行肌肉工作的运动能力，也称为抗疲劳能力。

2. 【参考答案】

肺活量体重指数是人体自身的肺活量与体重的比值，即每千克体重肺活量的相对值来反映肺活量与体重的相关程度。

3. 【参考答案】

运动负荷是指运动者在从事身体练习时所承担的量 and 强度对机体刺激以及机体反应的程度。包括负荷量和负荷强度。

四、简答题

1. 【参考答案】

- (1) 加强思想教育
- (2) 合理安排运动负荷
- (3) 认真做好准备活动
- (4) 合理安排比赛和训练
- (5) 加强易伤部位的练习
- (6) 加强医务监督工作

2. 【参考答案】

运动需要的满足；现有的运动技能水平；运动内容的新奇性与适合性；成功体验的获得；融洽的师生关系。

3. 【参考答案】

灵敏素质是运动者迅速改变体位、转换动作和随机应变的能力。它是运动员运动技能和

各种运动能力在运动过程中的综合表现。协调是指人体在运动过程中身体各器官、系统在时间和空间上相互配合完成动作的能力。

灵敏素质练习方法：立卧撑，十字象限跑，综合变向跑，改变方向的追逐游戏，快速急停和迅速转体的练习。

4. 【参考答案】

处理原则：制动、止血、防肿、镇痛及减轻炎症。

处理方法：冷敷、加压包扎并抬高伤肢；外敷新药常可达到消肿、止痛和减轻炎症的效果。

5. 【参考答案】

1. 场地急救：要保持呼吸道通畅，测量血压、脉搏和直肠温度，点滴输液，严重者要及时送往医院。

2. 一般处理：热衰竭和热痉挛者应转移到通风阴凉处休息。热痉挛者要口服凉盐水或含盐饮料或静脉注射生理盐水。

3. 物理降温：用4—11度凉水按摩皮肤，使皮肤血管扩张加速血液循环，加用风扇吹风；在头部、腋窝等处放置冰袋降温。

4. 住院治疗

五、教学设计题

1. 【参考答案】

| 练习内容 | 练习手段 |
|-----------|--|
| 模拟投篮练习 | 徒手练习；持球练习（两人互相对投）。 |
| 原地投篮练习 | 正面定点投篮练习；不同角度投篮练习。 |
| 移动中投篮练习 | 斜线移动接球后投篮；直线移动接球后投篮；弧线移动接球后投篮。 |
| 半场传接球上篮练习 | 两人之间传接球练习；原地一人传一人投练习；半场移动中一人传一人接球投篮练习。 |
| 全场运球投篮练习 | 原地或移动中运球练习；走动中运球投篮练习；慢跑中运球投篮练习；全场运球投篮练习。 |

2. 【参考答案】

教学目标：

认知目标：能够说出行进间双手胸前传接球的动作名称和术语，了解其锻炼价值，并知道简单的比赛规则。

技能目标：学生能够初步掌握行进间双手胸前传接球的动作技术，并能够在比赛和游戏中综合运用，同时提高速度、力量、灵敏等身体素质。

情感目标：学生能够积极主动参与练习及比赛，并能体验篮球活动的乐趣，表现出承受挫折、勇于克服困难、团结协作的意志品质。

教学重点：传球时，结合接球人的位置、速度和时机，准确将球传出，做到人到球到；接球时，能主动积极迎球跨步接球。

教学难点：传接球动作与脚步协调配合，接球时跨步主动接球。

练习方法：原地模仿练习；2人一组，原地传接球练习；2人一组，走动中传接球练习；2人一组，慢跑中传接球练习。