

2020 年新任教师公开招聘考试

小学体育专业知识（八）

满分 100 分，考试时间 120 分钟

一、判断题（每小题 1 分，50 题，共 50 分）

1. 体育与健康学科的核心素养包括运动能力、健康行为和体育精神三个方面。
2. 根据《义务教育体育与健康课程标准》（2011 年版），课程目标分为运动参与、运动技能、身体健康、心理健康与社会适应四个学习方面。
3. 《国家学生体质健康标准》是从身体形态、身体机能、身体素质和学习态度等方面来综合评定学生的体质健康状态的。
4. 学校体育工作的核心是业余训练和运动竞赛。
5. 《义务教育体育与健康课程标准》（2011 年版）实施建议中提出，具体学习目标制定一般应该划为三个部分，即条件、行为和标准。
6. 我国传统的养生方法多种多样，概括起来主要有：气功养生、太极拳养生、导引、保健按摩等。
7. 体育课中的队列队形练习中，称横队为路，纵队为列。
8. 在徒手操和武术教学中，教师应多采用正面示范授课。
9. 体育锻炼中常见的开放性软组织损伤包括擦伤、挫伤、骨折。
10. 在队列练习中，跑步换齐步走动作当听到口令“齐步走”后应继续跑四步后再齐步走。
11. 队列队形练习分为队列和队形练习两部分。
12. 在足球比赛中，故意手球的犯规行为应判罚间接任意球。
13. 评定运动性疲劳的最简易、最直接的指标是心率。
14. 柔韧训练的基本方法是拉伸法。
15. 实现我国学校体育目标的基本途径是体育课与学校体育活动。
16. 投掷器械落在投掷区角度线上成绩有效。
17. 学生（单个的或成队的）前后排组成的队形叫路。
18. 中央 7 号文件指的是 2007 年 5 月 7 日发出的《中共中央国务院关于加强青少年体育

增强青少年体质的意见》。

19. 在篮球规则中，两次运球，带球走的现象属于犯规，推人、打手属于违例现象。
20. 双杠支撑摆动是以髋关节为摆动支撑点。
21. 短跑比赛中，当听到“预备”口令后，深吸一口气；抬臀要平稳，抬至与肩同高或略高于肩；重心后移落至后腿上。（ ）
22. 在高度项目中，下着地的主要任务是通过屈膝、屈肘、团身、倒体等动作来做好缓冲，以防止外伤和减少体力的消耗。（ ）
23. 直观教学法是指体育教学中通过示范让学生观察模仿的教学方法。
24. 德国是现代足球发源地和世界强国。
25. 体操中的直接帮助包括信号法、标志物和限制物法。
26. 剧烈运动时，体内处于暂时缺氧，在缺氧状态下体内能源物质，代谢过程是有氧代谢。
27. 持续训练法是指根据训练的具体目标，建立若干练习站（点），运动员根据顺序、路线，依次完成每站的练习，周而复始的进行训练的一种方法。
28. 体育游戏，融体力发展、智力发展、身心娱乐为一体，既属于游戏，又与体育运动有密切的关系。
29. 武术套路教学中，有力度和较熟练的动作，一般用为长令。
30. 武术基本功中的步型有：弓步，马步，虚步，歇步，仆步。
31. 经常进行长跑锻炼能使心脏收缩有力，肺活量增大。
32. 踢球是足球运动中基本技术的一种，指按一定的动作方法，用脚的某一部位将球踢向预定目标，主要用于传球，射门和突破。
33. 在做单杠骑撑前回环时，双手可以正握，也可以反握。
34. 课的教学设计包括设计与教案，是根据单元计划结合班级具体实际，缩写的每堂课的具体执行方案。
35. 国际奥委会 1894 年 6 月 23 日在瑞士洛桑成立。1951 年 5 月 10 日将总部迁至法国巴黎。
36. 篮球比赛中执行罚球时，罚球队员只能站在原地进行投篮。
37. 把体能、运动技能等处于相同或相似水平的学生分到一组进行教学属于同质分组。
38. 急行跳远的重点是落地动作。
39. 根据《义务教育体育与健康课程标准》（2011 年版），学习评价内容包括：体能、态度

与参与和情意与合作，权重可以自定。

40. 在足球运球中，学生身体僵硬，影响了动作的协调自如，造成不恰当的触球。这可通过跑一步接触一次球的方式来改进。

41. 篮球移动技术中，移动脚向中枢脚脚跟方向跨出改变身体方向为前转身。

42. 篮球比赛中，只有教练员或场上队长有权请求暂停。

43. 足球个人进攻战术包括停球、跑位、运球、过人、射门。

44. 按运动形式的分类方法，武术可分为功法、套路、搏斗运动三大类。

45. 《国家学生体质健康标准》测试应由学校体育课的时间完成。

46. 小学体育课每周 4 节。

47. 跨栏跑比赛中，运动员的起跨腿碰到栏架，但没有影响他人，检查员认为不算犯规。

48. 头手倒立时，两手与前额成等边三角形支撑。

49. 排球比赛中场上队员顺时针轮换，后排队员不得参与进攻。

50. 山羊分腿腾越的踏跳应是双腿成单脚踏跳起跳板。

二、简答题（本大题共 4 小题，每小题 5 分，共 20 分）

51. 请采用单循环编排七个足球队比赛的轮次。

52. 简述什么是运动技能？其形成分为哪几个阶段？

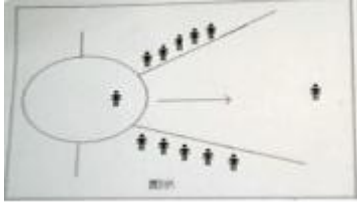
53. 在进行双杠、单杠内容教学中，你会在教学组织和安全方面采取什么措施？并说明理由。

54. 阐述运动兴趣的品质。

三、实践题（每小题 10 分，共 30 分）

55. 《义务教育体育与健康课程标准》（2011 年版），制定学校体育与健康课程实施计划的建议有哪些？并举例说明学生体质健康状况分析结果与教学内容安排之间的关系。

56. 安全是体育教学中的重要问题，但往往在教学中由于教学组织的不规范，不严谨而产生意外的伤害事故。请你谈谈下列图示中的问题及你在铅球教学中会制定哪些有关的安全措施？



57. 某教师上了一堂体育课，45 分钟的课内测得某一学生的有效练习时间为准备部分 4 分 20 秒，基本部分 18 分 20 秒，结束部分 2 分 30 秒。其中这位教师上课内容之一为复习前滚翻。教学设计时将 40 个学生分成 4 组，每组 10 个人进行练习，教学时间 15 分钟。

请你根据上述内容回答以下问题：

- (1) 什么是体育课的练习密度。
- (2) 请计算出本次课的练习密度。
- (3) 请根据这位教师的设计估算本次课每个学生前滚翻做了几个。

2020 年新任教师公开招聘考试

小学体育专业知识（八）答案及解析

一、判断题（每小题 1 分，50 题，共 50 分）

1. 【答案】×

【解析】根据《普通高中体育与健康课程标准》（2017 年版），体育与健康学科的核心素养包括运动能力、健康行为和体育品德三个方面。

2. 【答案】√

【解析】略。

3. 【答案】×

【解析】《教育部关于印发〈学生体质健康监测评价办法〉等三个文件的通知》（教体艺〔2014〕3 号）文件中规定，《国家学生体质健康标准》是从身体形态、身体机能、身体素质和运动能力等方面来综合评定学生的体质健康状态的。

4. 【答案】×

【解析】学校体育工作的核心是体育教学。

5. 【答案】√

【解析】具体学习目标一般应该包括“条件”（在什么情境中）、“行为”（做什么和怎么做）和“标准”（做到什么程度）三个部分。

6. 【答案】√

【解析】略。

7. 【答案】×

【解析】列：学生左右并列成一排叫列。路：学生前后重叠成一行叫路。

8. 【答案】×

【解析】①正面示范

教师与学生相对站立所做的示范是正面示范。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用正面示范。

②背面示范

教师背向学生站立所做的示范是背面示范。背面示范有利于展示教师背面动作或左右移

动的动作，以及动作的方向、路线变化较为复杂的动作，以利于教师的领做和学生的模仿，如武术的套路教学就常采用背面示范。

③侧面示范

教师侧向学生站立所做的示范是侧面示范。侧面示范有利于展示动作的侧面和按前后方向完成的动作，如跑步中摆臂动作和腿的后蹬动作。

④镜面示范

教师面向学生站立所做的与学生同方向的示范是镜面示范。镜面示范的特点是学生和教师的动作两相对应，适用于简单动作的教学，便于教师领做，学生模仿。如做徒手体操，开始时学生完成动作时左脚左移半步成开立，教师的示范动作与学生的动作相对应，则是右脚右移半步成开立。

9. 【答案】×

【解析】开放性软组织损伤是指受伤部位皮肤或黏膜破裂，伤口与外界相通，常有组织液渗出或血液自创口流出。体育运动中常见的开放性软组织损伤有擦伤、切割伤、刺伤和撕裂伤以及开放性骨折。挫伤属于闭合性软组织损伤，骨折看是否是开放性还是闭合性。

10. 【答案】×

【解析】在队列练习中，跑步换齐步走动作当听到口令“齐步走”后应继续跑2步后再齐步走。

11. 【答案】√

【解析】队列队形练习分为队列练习和队形练习两部分。队列练习包括原地队列动作和行进间队列动作。队形练习包括图形行进、队形变换、散开和靠拢等。

12. 【答案】×

【解析】故意手球（守门员在本方罚球区内除外）应判罚直接任意球甚至红牌罚下。

13. 【答案】√

【解析】心率(HR)是评定运动性疲劳最简易的指标，一般常用基础心率、运动中心率和恢复心率对疲劳进行判断。

14. 【答案】√

【解析】柔韧性训练基本上采用拉伸法，分为动力拉伸法和静力拉伸法。在这两种方法中又都有主动拉伸和被动拉伸两种不同的训练方式。

15. 【答案】×

【解析】实现我国学校体育目标的基本途径是体育（与健康）课程和课外体育（包括课外体育活动、课余体育训练和课余体育竞赛）。

16. 【答案】×

【解析】铅球、铁饼、链球的球体和标枪枪头第一次接触地面时，触及了落地区角度线或落在落地区角度线以外的地面，或触及了落地区角度线外的任何物体（规则 187.14 注所述的护笼除外），应判为失败。

17. 【答案】√

【解析】略。

18. 【答案】√

【解析】略。

19. 【答案】×

【解析】在篮球规则中，两次运球、带球走的现象属于违例，推人、打手属于犯规现象。

20. 【答案】×

【解析】双杠支撑摆动是以肩关节为摆动支撑点。

21. 【答案】×

【解析】短跑比赛中，当听到“预备”口令后，深吸一口气；抬臀要平稳，抬至与肩同高或略高于肩；重心前移落至两臂与前腿上。

22. 【答案】√

23. 【答案】×

【解析】直观教学法是以直接感知为主的方法，是指教师通过对实物或直观教具的演示，使学生利用各种感官直接感知客观事物或现象而获得知识的方法。不仅仅指示范。

24. 【答案】×

【解析】英国是现代足球发源地。

25. 【答案】×

【解析】直接帮助是指在体操练习中，帮助者为了使练习者更快地建立正确的动作概念，更好地学习掌握、改进动作而直接助力于练习者的方法。间接帮助是指帮助者不直接助力于练习者身上，而是通过信号、标志物和限制物等，帮助练习者正确掌握动作的用力时机、节奏和所在的空间、方位，尽快地掌握和完成动作的方法。

26. 【答案】×

【解析】剧烈运动时，体内处于暂时缺氧，在缺氧状态下体内能源物质，代谢过程是无氧代谢。

27. 【答案】×

【解析】持续训练法是指负荷强度较低、负荷时间较长、不间断地连续进行练习的训练方法。循环训练法根据训练具体任务，将练习手段设置为若干个练习站，运动员按照既定的顺序和路线，依次完成每站练习任务的训练方法。

28. 【答案】√

【解析】略。

29. 【答案】×

【解析】“长令”是有拖音的，要柔和缓慢。“短令”是短促的，要刚劲有力。在套路练习时，有力度要求和较熟练的动作，一般要用短令。

30. 【答案】√

【解析】略。

31. 【答案】√

【解析】略。

32. 【答案】×

【解析】踢球是运动员有目的地用脚的某一部位把球击向预定的目标的技术。踢球是足球运动的特征，也是足球技术中最重要的技术，在比赛中运用得最多。踢球在比赛中主要用于传球和射门，没有突破。

33. 【答案】×

【解析】单杠骑撑前回环动作方法：由两手反握右腿骑撑开始，直臂顶肩撑杠，前腿向前远跨，后大腿上部压杠，同时立腰挺胸梗头上体积极前倒，使身体重心尽量远离握点。当上体回环过杠下垂直面后前跨腿下压使前大腿根部靠杠。当上体回环至杠后水平部位时，直臂压杠、挺胸、翻腕、制动腿成骑撑。

34. 【答案】√

【解析】略。

35. 【答案】×

【解析】1894年6月23日，国际奥委会在巴黎召开的国际体育代表大会上成立，发起人是法国的教育家皮埃尔·德·顾拜旦男爵。成立之初总部设在巴黎，1914年第一次世界大战

爆发，为避战火，1915年4月10日迁入有“国际文化城”之称的瑞士洛桑。

36. 【答案】×

【解析】罚球时，罚球队员可用任何方式投篮，并且以这样的方式使球从上方进入球篮或球触及篮圈。

37. 【答案】√

38. 【答案】×

【解析】急行跳远的重点是助跑与起跳动作的衔接。

39. 根据《义务教育体育与健康课程标准》(2011年版)，学习评价内容包括：体能、态度与参与和情意与合作，权重可以自定。

39. 【答案】×

【解析】根据《义务教育体育与健康课程标准》(2011年版)，学习评价内容包括：体能、知识与技能、态度与参与、情意与合作。

40. 【答案】√

41. 【答案】×

【解析】篮球移动技术中，移动脚向中枢脚脚尖方向跨出改变身体方向为前转身。移动脚向中枢脚脚跟方向跨出改变身体方向为后转身。

42. 【答案】×

【解析】篮球比赛中，只有教练员或助理教练员有权请求暂停。

43. 【答案】×

【解析】足球个人进攻战术包括摆脱跑位、运球突破、射门和传球等。

44. 【答案】√

45. 【答案】×

【解析】体质测试也可以利用课余时间进行。

46. 【答案】×

【解析】1-2 年级体育课每周 4 课时，3-6 年级和 7-9 年级体育与健康课每周 3 课时，高中 2 课时。

47. 【答案】×

【解析】看运动员是否故意碰倒栏架，若是故意，将被取消比赛资格。

48. 【答案】√

【解析】头手倒立动作要领：由蹲撑姿势开始，手指自然分开在体前撑地，用头的前额上部与两手成等边三角形处撑地，身体重心前移，同时提臀，一腿上摆，一脚蹬地，接近倒立时，两腿并拢上伸，身体挺直成头手倒立。

49. 【答案】×

【解析】排球比赛中后排队员可以参与进攻。

50. 【答案】×

【解析】山羊分腿腾越的踏跳应是单脚成双腿踏跳起跳板。

二、简答题（本大题共4小题，每小题5分，共20分）

51. 【参考答案】采用固定左上角逆时针轮转编排方法。

第一轮	第二轮	第三轮	第四轮	第五轮	第六轮	第七轮
1-8	1-7	1-6	1-5	1-4	1-3	1-2
2-7	8-6	7-5	6-4	5-3	4-2	3-8
3-6	2-5	8-4	7-3	6-2	5-8	4-7
4-5	3-4	2-3	8-2	7-8	6-7	5-6

注：8位轮空。

52. 【参考答案】

运动技能是人们在活动中运用一定的知识经验，通过练习而获得的完成某种动作的活动方式。分为认知定向阶段（泛化阶段）、动作的联结阶段（分化阶段）、协调完善阶段。

53. 【参考答案】

①双杠的保护与帮助

对于悬垂与挂臂动作，保护与帮助者应站在杠外一侧，以便从杠下给予帮助；对于杠上动作，保护与帮助者应站在杠外一侧，最好是能站在高台上进行帮助；对于落地动作，保护与帮助者应站在练习者落点的外侧方，以便扶持练习者落地的稳定和平衡。

②单杠的保护与帮助

摆动动作至垂直部位时速度最快，也是最容易脱手的地方。所以凡向前做摆动时，保护与帮助者应站在器械垂直面的前侧方；凡向后做摆动时，保护与帮助者应站在立于垂直面的后侧方或高台上进行保护与帮助。

54. 【参考答案】

倾向性（指运动兴趣总是指向一定的体育项目或体育事件）、广泛性（运动兴趣指向对象范围的大小）、稳定性（指运动兴趣持续时间的长短）、效能性（指体育兴趣对体育活动的推动所产生的效果）。

三、实践题（每小题 10 分，共 30 分）

55. 【参考答案】

实施计划的建议：教学建议、评价建议、教材编写建议、课程资源开发与利用建议。

设计教学内容的建议：

1. 体现“目标引领内容”的思想。教师应根据体育与健康课程的目标，认真分析教材，选择和设计教学内容，提高学生的运动技能和体能水平，加强学生健康维护的意识，促进学生身心协调发展。
2. 符合学生身心发展特点。教学内容的选择和设计要充分考虑不同阶段学生的体育与健康学习基础、身体特征、体能发展敏感期和心理发展特点等，提高教学内容的针对性。
3. 充分考虑学生的运动兴趣与需求。教学内容的选择和设计应以学生喜闻乐见的运动项目为重点，并与学生已有的体育经验和生活经验相联系，激发与培养学生的运动兴趣，调动学生学习的积极性。
4. 适合教学实际条件。教学内容的选择和设计要充分考虑场地与设施条件、季节、气候和安全等具体情况，因时、因地制宜地进行体育与健康教学。
5. 重视健康教育。各校应根据实际情况，充分利用雨雪等天气的上课时间，每学年保证开展一定时数的健康教育内容教学。

56. 【参考答案】

- （1）存在安全问题：投掷正前方及落地区角度线上不能站人。
- （2）安全措施：加强安全教育，提高安全意识；认真做好准备活动和整理活动；合理安排运动负荷；正确掌握动作技术，防止应错误动作而受伤；加强易伤部位的练习，尤其腰部和手指部；教学过程要循序渐进；加强运动中的保护与帮助，如投掷可采用统一投掷、

统一收拾的方法；课前认真检查场地、器材，避免因器材或场地问题而受伤。

57. 【参考答案】

(1) 课的练习密度是一节课上学生实际从事练习的时间与课的总时间的比例。

(2) 学生的练习时间为 25 分 10 秒（准备部分 4 分 20 秒，基本部分 18 分 20 秒，结束部分 2 分 30 秒，三者时间相加），总时间为 45 分钟，得出本次课的练习密度约为 55.9%。

(3) 假设每个学生前滚翻练习的时间为 10-15 秒，一组 10 个人的练习时间总共为 100 秒-150 秒，教学时间为 15 分钟，每个学生前滚翻的次数约为 6-9 次。