

2020 年新任教师公开招聘考试

中学体育专业知识（四）

满分 100 分，考试时间 120 分钟

一、单项选择题（每小题 1 分，共 30 分，四个选项只有一项符合要求）。

1. 根据《普通高中体育与健康课程标准（2017 年版）》，下列属于必修必学内容的是（ ）

A. 健康教育 B. 田径 C. 篮球 D. 足球

2. 篮球行进间单手肩上低手投篮的脚步动作（以右手投篮为例）为（ ）

A. 右脚跨出一大步同时接球，接着左脚跨一大步并用力起跳
B. 右脚跨出一小步同时接球，接着左脚跨一小步并用力起跳
C. 右脚跨出一大步同时接球，接着左脚跨一小步并用力起跳
D. 右脚跨出一小步同时接球，接着左脚跨一大步并用力起跳

3. 足球比赛踢间接任意球时误将球直接踢进自家的球门，则应该（ ）

A. 进球有效，球门球恢复比赛 B. 进球有效，中圈恢复比赛；
C. 进球无效，球门球恢复比赛 D. 进球无效，角球恢复比赛

4. 近年来，中国青少年肥胖问题突出，对肥胖者而言，要想达到标准体重，下列做法科学的是（ ）

①每周至少 3-6 次坚持中小强度锻炼，每次至少持续半个小时
②可以通过不吃早餐等节食方法减轻体重
③利用药物减轻体重是目前最科学有效的方法
④食物多样，少食高热量油炸食物，控制膳食总热量

A. ①③ B. ①④ C. ②③ D. ②④

5. 为进一步提高短跑能力，某同学希望在家中也能进行针对性的练习，下列对他有明显帮助的是（ ）。

①手扶卧室墙，练习单脚支撑蹲立
②在客厅里练习太极拳
③在客厅里练习弓箭步

- ④在阳台上练习摆臂，动作由慢到快
- ⑤在卧室练习前滚翻
- A. ①②③ B. ①③④ C. ②③⑤ D. ③④⑤
6. 在长跑运动中出现第二次呼吸，表明人体机能水平已经达到的水平为（ ）。
- A. 进入工作状态 B. 疲劳状态 C. 恢复状态 D. 相对稳定状态
7. 足球原地正面头顶球力量的主要来源是（ ）
- A. 伸腿 B. 转体 C. 身体摆动 D. 甩头
8. 起跑后的加速跑的主要任务是（ ）
- A. 尽快至最高速度 B. 保持最高速度 C. 摆脱静止状态 D. 为终点冲刺做准备
9. 提高中长跑的耐力水平的合理手段（ ）
- A. 走跑交替 B. 高抬腿跑 C. 后蹬跑 D. 小步跑
10. 行进间队列动作口令的是（ ）
- A. 向左-转 B. 向右-转 C. 向后-转 D. 向左（右）转-走
11. 武术运动中，五指指尖捏紧，尽量屈腕的手型是（ ）
- A. 拳 B. 掌 C. 勾 D. 爪
12. 五禽戏创编的创始人是（ ）
- A. 华佗 B. 孙思邈 C. 李时珍 D. 老子
13. 1923年《新学制课程标准》正式将“体操科”改为（ ）
- A. 体育与健康课 B. 体育课 C. 体育活动课 D. 体育锻炼课
14. 体育教师的首要职责（ ）。
- A. 上好体育与健康课
- B. 指导课外体育活动
- C. 开展课余体育训练
- D. 组织课余体育竞赛
15. 情景教学法最适宜使用的学段是（ ）。
- A. 小学低年级 B. 小学高年级 C. 初中 D. 高中
16. 当今体育教学评价中更加重视的评价目的是（ ）。
- A. 选拔、甄别 B. 选拔、发展
- C. 甄别、激励 D. 发展、激励

17. 学校体育课平均心率标准是（ ）。
- A. 100-120 次/分钟 B. 120-140 次/分钟
C. 140-160 次/分钟 D. 160-180 次/分钟
18. 高策略性动作技能的运动项目（ ）。
- A. 举重 B. 游泳 C. 足球 D. 田径
19. 形成与获得运动技能的主要途径是（ ）。
- A. 反复练习 B. 认真观察 C. 记忆动作要领 D. 思考动作表象
20. 相比最有利于培养合作意识的项目是（ ）。
- A. 田径 B. 射击 C. 举重 D. 篮球
21. BMI指数计算公式是（ ）。
- A. m/kg^2 B. kg/m^2 C. kg^2/m D. kg/m
22. 判断运动性疲劳最简易的指标是（ ）。
- A. 心率 B. 心电图 C. 尿蛋白 D. 血压
23. 下列属于闭合性软组织损伤的是（ ）。
- A. 擦伤 B. 切割伤 C. 刺伤 D. 挫伤
24. 体重的主要原因，一是体力活动，二是（ ）。
- A. 人体的进食量 B. 工作、学习、生活的压力
C. 情绪状态 D. 生活居住环境
25. 直立提杠铃耸肩练习可有效发展人体的肌肉是（ ）。
- A. 股四头肌 B. 斜方肌 C. 股后肌群 D. 臀大肌
26. 骨生长的内因是（ ）。
- A. 食物 B. 机械力 C. 激素 D. 体育锻炼
27. 学生体质测试中，50 米、立定跳远、1 分钟跳绳、50 米*8 往返跑，以磷酸原系统为主要供能的项目有（ ）。
- A. 1 项 B. 2 项 C. 3 项 D. 4 项
28. 抛掷实心球练习主要培养学生的（ ）。
- A. 速度、耐力、平衡、协调 B. 力量、速度、耐力、平衡
C. 力量、速度、平衡、协调 D. 力量、速度、耐力、协调
29. 女性运动能力优于男性的是（ ）。

A. 力量 B. 耐力 C. 速度 D. 平衡

30. 贫血的原因是 ()。

A. 白细胞减少 B. 血小板减少

C. 血浆量减少 D. 血红蛋白含量减少

二、多项选择题 (每小题 2 分, 共 6 题, 计 12 分, 有二个及以上选项符合要求, 多选, 少选, 错选均不得分。)

31. 下列是民族民间传统体育活动项目的是 ()

A. 踢毽子 B. 舞龙 C. 荡秋千 D. 街舞

32. 下列关节属于双轴关节的是 ()

A. 椭圆关节 B. 滑车关节 C. 车轴关节 D. 鞍状关节

33. 下列排球发球技术中, 是初级技术, 适合初学者或力量小的少年儿童使用的发球方法是 ()

A. 正面下手发球 B. 侧面下手发球 C. 正面上手发球 D. 正面上手发飘球

34. 下列属于篮球比赛基本进攻战术的是 ()

A. 突分 B. 掩护 C. 策应 D. 关门

35. 下列关于篮球投篮技术动作描述错误的是 ()

A. 肘关节外展

B. 手心托球

C. 双手胸前投篮时食、中指用力拨球 D. 单手肩上投篮时大小臂约成 90 度

36. 下列选项中, 人体的能量物质是 ()

A. 水 B. 糖 C. 蛋白质 D. 脂肪

三、匹配题 (每小题 4 分, 共 2 题, 计 8 分)

37. 跑的各阶段与其任务合理匹配的是

(1) 起跑 ()

A. 保持途中跑的高速度跑过终点

(2) 起跑后的加速跑 ()

B. 尽快加速到自己的最高速度

(3) 途中跑 ()

C. 继续发展和保持较长距离的最高速度

(4) 终点跑 ()

D. 迅速摆脱静止位置

38. 运动项目与技战术合理匹配的是

(1) 排球 ()

A. 踢墙式二过一

(2) 足球 ()

B. 后排进攻

(3) 乒乓球 ()

C. 杀吊上网

(4) 羽毛球 ()

D. 正手拉弧线球

四、判断题(本大题共 15 小题, 每小题 1 分, 共 15 分。在答题卡上, 正确的打√, 错误的打×, 判断错误或不判断, 均不得分)

39. 《普通高中体育与健康课程标准(2017 年版)》规定, 体育品德包括体育精神、体育道德和体育品格三个方面。 ()

40. 跨栏跑的成绩主要取决于运动员的平跑速度、过栏技术及跑跨结合能力。 ()

41. 排球中一二战术中, 是 3 号位担任二传。 ()

42. 正式足球比赛中, 每场有 2 次暂停时间。 ()

43. 羽毛球比赛中, 球压线应判为界内球。 ()

44. 篮球拳击球不应判违例。 ()

45. 体操腾越是指整个身体腾越后从器械越过。 ()

46. 弯道跑时, 左脚脚掌内侧着地。 ()

47. 队列队形口令中, 动令音调高于预令音调。 ()

48. 重复训练法与持续训练法的区别之一是有无间歇时间。 ()

49. 疲劳时和运动技能尚未形成之前不宜采用竞赛训练法。 ()

50. 全面了解学生个体差异是因材施教原则的前提。 ()

51. 乒乓球弧圈球是一种上旋非常强的进攻技术。 ()

52. 我国是从 1979 年开始恢复国际奥委会成员资格的。 ()

53. 篮球比赛第三节时是由双方队员在中圈跳球开始比赛的。 ()

五、简答题（本大题共 3 小题，每小题 5 分，共 15 分）

54. 简述挺身式跳远的腾空的动作要领。

55. 请写出下图篮球防守战术名称及战术方法。



56. 列举足球的个人战术。

六、论述题（本大题 10 分）

57. 在体育教学中的如何对学生进行思想品德教育？

七、教学片断设计题（本大题 10 分）

58. 以篮球行进间体前变向换手运球（水平四，第一课时）为教学内容进行片段设计，包括教学目标、教学重难点、教学步骤（基本部分即可）及其设计意图。

2020 年新任教师公开招聘考试

中学体育专业知识（四）

满分 100 分，考试时间 120 分钟

一、单项选择题

1. 选 A

【解析】普通高中体育与健康课程内容包括必修必学和必修选学两个部分。必修必学是对全体学生学习体育与健康课程的要求，课程内容包括体能和健康教育；必修选学是满足学生形成运动爱好和专长以及个性发展的要求，课程内容包括球类运动、田径类运动、体操类运动、水上或冰类运动、武术与民族民间传统体育类运动和新兴体育类运动 6 个运动技能系列。

2. 选 C

【解析】篮球行进间单肩上低手投篮的脚步动作步骤为一大、二小、三高跳。

3. 选 D

【解析】间接任意球时误将球直接踢进自家的球门，则应该进球无效，对方角球恢复比赛。

4. 选 B

【解析】减肥的最佳方式就是运动与平衡膳食相结合。②③的方法都不利于身体健康。

5. 选 B

【解析】练习太极拳对提高短跑能力效果不明显。

6. 选 A

【解析】在长跑运动中出现第二次呼吸，表明人体机能水平已经达到的水平为进入工作状态（包括极点和第二次呼吸）。

7. 选 C

【解析】摆动是头部击球力量的主要来源。

8. 选 A

【解析】起跑的任务是迅速摆脱静止状态；起跑后的加速跑的主要任务是尽快至最高速

度；途中跑的任务是保持最高速度。

9. 选 A

【解析】提高中长跑的耐力水平的合理手段是走跑交替。

10. 选 D

【解析】A、B、C 选项属于原地队列动作口令。

11. 选 C

【解析】拳动作说明：五指卷紧，拇指压于食指、中指第二指节上。掌动作说明：四指伸直并拢，拇指弯曲紧扣于虎口处。勾动作说明：五指撮拢成勾，屈腕。

12. 选 A

【解析】华佗五禽戏是由东汉末年著名医学家华佗根据中医原理、以模仿虎鹿熊猿鸟等五种动物的动作和神态编创的一套导引术。

13. 选 B

【解析】1923 年《新学制课程标准纲要》的公布，正式将“体操科”改为“体育课”。

14. 选 A

【解析】体育教师的首要职责是上好体育与健康课。

15. 选 A

【解析】情景教学法最适宜使用的学段是小学低年级。

16. 选 D

【解析】选拔和甄别不符合现在的新课标标准。

17. 选 B

【解析】心率是反应体育课运动量和运动强度的一个指标，一般要求平均心率在 120-140 次/min，最高心率不能超过 180。

18. 选 C

【解析】低策略性技能动作的完成几乎不需要复杂的认知与决策，如田径、游泳、举重等；高策略性技能动作的完成需要复杂的认知与决策，如球类项目、拳击、散打等。

19. 选 A

【解析】形成与获得运动技能的主要途径是反复练习。

20. 选 D

【解析】篮球属于团队合作类项目。

21. 选 B

【解析】BMI 指数计算公式是 kg/m^2 。

22. 选 A

【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、运动后即刻心率和恢复期心率对疲劳进行诊断。

23. 选 D

【解析】闭合性软组织损伤是指局部皮肤或粘膜完整,无裂口与外界相通,损伤时的出血积聚在组织内。开放性软组织损伤是指伤口与外界相通,容易引起出血和感染,最常见的有擦伤、切伤、刺伤和撕裂伤等。

24. 选 A

【解析】体重的主要原因,一是体力活动,二是人体的进食量。

25. 选 B

【解析】提杠铃耸肩、持哑铃扩胸、负重侧上举等辅助练习可发展斜方肌的力量。

26. 选 C

【解析】骨生长内因:种族、遗传、激素等;外因:营养、维生素、机械力、体育锻炼等。

27. 选 B

【解析】50 米和立定跳远是以磷酸原系统为主要供能的运动项目。

28. 选 C

【解析】抛掷实心球练习提高耐力素质不明显。

29. 选 D

【解析】柔韧性、协调性以及平衡能力,女孩优于男孩。

30. 选 D

【解析】贫血是指人体外周血红细胞容量减少,低于正常范围下限的一种常见的临床症状。由于红细胞容量测定较复杂,临床上常以血红蛋白(Hb)浓度来代替。

二、多项选择题

31. ABC

【解析】我国蕴藏着丰富的民族民间体育资源,应大力继承和发扬。各地、各校可根据实际情况,选用武术、舞狮、舞龙、踢毽子、抖空竹、竹竿舞、蒙古式摔跤、抢花炮、荡秋

千、重阳节登高等民族民间传统体育活动来补充和丰富体育与健康教学内容。

32. AD

【解析】(1) 单轴关节：骨只能绕一种轴运动的关节称为单轴关节。包括滑车关节和车轴关节（圆柱关节）。

(2) 双轴关节：运动环节能绕两个相互垂直轴运动的关节称为双轴关节。包括椭圆关节和鞍状关节。

(3) 多轴关节：有 2 个或 2 个以上的运动轴，可作多方向的运动。包括球窝关节和平面关节。

33. AB

【解析】正面下手发球和侧面下手发球是初级技术，适合初学者或力量小的少年儿童。

34. ABC

【解析】D 项属于基本防守战术。

35. AB

【解析】略

36. 选 BCD

【解析】人体三大能源物质：糖、脂肪、蛋白质。

三、匹配题

37. (1) D; (2) B; (3) C; (4) A

38. (1) B; (2) A; (3) D; (4) C

四、判断题

39. ✓

40. ✓

41. ✓

42. ✕

【解析】足球比赛没有暂停时间。但值得一提的是，世界杯历史上首次正式的喝水暂停发生在 2014 年世界杯，裁判组只是为了球员的健康与生命安全着想，但双方教练员们不被允许向球员做出技战术指导。

43. ✓

44. ✕

【解析】篮球拳击球应判违例。

45. ✓

46. ✕

【解析】弯道跑根据跑速改变身体左倾的角度，左脚用前掌外侧，右脚用前脚掌内侧着地，摆臂与身体协调。

47. ✓

【解析】队列队形口令中，动令音调高于预令音调，便于学生注意。

48. ✓

49. ✓

【解析】疲劳时和运动技能尚未形成之前若采用竞赛训练法，不利于动作技能的掌握，甚至容易引起受伤。

50. ✓

【解析】了解学生的差异，是做好因材施教工作的必要前提，是教育的起点和基础。

51. ✓

52. ✓

53. ✕

【解析】篮球比赛只有第一节比赛开始时是由双方队员在中圈跳球开始比赛。

五、简答题

54. 参考答案

单腿起跳进入腾空步后，摆动腿的大腿积极下放，小腿自然由向前、向下到向后方而成弧行摆动，此时留在体后的起跳腿与摆动腿靠拢，当达到腾空最高点时，挺胸展髋，成展体姿势。快落地时，双脚、双手向身体前方合拢落地。

55. 参考答案

名称：补防配合。

方法：当④突破黑④的防守直接投篮时，黑⑤大胆放弃自己的对手，快速补防，阻止④的进攻，黑④向左侧移动防守⑤。

56. 参考答案

(1) 摆脱与跑位。

(2) 传球。

(3) 射门。

(4) 运球过人。

六、论述题

57. 参考答案

1. 教师要寓情于教，以情感人对学生进行思想品德教育；
2. 教师以身作则，对学生进行思想品德教育；
3. 注重榜样教育对学生进行思想品德教育；
4. 通过课的组织工作与教法措施对学生进行思想品德教育；
5. 运用灵活多变的教学方法，加强学生思想品德教育。

七、教学片断设计题

58. 参考答案

教学目标：

- 1、初步掌握行进间体前变向换手运球技术，能够说出其动作要领，知道其锻炼价值。
- 2、通过练习和自主探究，提高身体素质，培养创新和合作能力。
- 3、培养勇敢顽强、机智果断、遵守规则等优良品质。

重点：拍球的部位和落地点；

难点：人与球协调配合。

教学步骤及设计意图：

	教学步骤	设计意图
基本部分	1、挂图展示：向学生展示动作技术	吸引学生的注意力，让学生带着问题来学习，达到课未始，兴已浓的教学氛围，并且初步建立动作表象。
	2、教师示范、讲解	建立正确和完整的动作表象
	3、学生练习巩固部分 (1) 徒手模仿练习； (2) 左手运球； (3) 右手运球； (4) 原地体前变向运球；	充分遵循循序渐进的教学原则，让学生学会学习。

	(5) 行进间体前变向运球;	
	4、比赛巩固部分: 运球接力比赛	一方面进一步巩固和检验运球技术, 另一方面激发学生运动兴趣。