

2020 年新任教师公开招聘考试

中学体育专业知识（七）

满分 100 分，考试时间 120 分钟

一、单项选择题（本大题共 30 小题，每小题 1 分，共 30 分。）

1. 对评价内容“课堂表现、学习兴趣”通常采用（ ）评价方法。
A. 定性 B. 定量 C. 相对 D. 绝对
2. 足球比赛中，无论直接任意球还是间接任意球，在球未踢出之前，防守方球员必须离球至少（ ）。
A. 11 米 B. 10 米 C. 9 米 D. 9.15 米
3. 田径运动的短距离跑，是人类对速度极限的挑战，影响跑速的关键因素是，步幅和步频，下列哪项不是提高步频的专门性训练（ ）。
A. 小步跑 B. 弓步压腿 C. 高抬腿 D. 快速摆臂练习
4. 侧手翻运动，人体沿着（ ）运动。
A. 水平面 B. 矢状面 C. 冠状面 D. 垂直面
5. 下列竞技泳姿中，速度最快的是（ ）。
A. 蝶泳 B. 仰泳 C. 自由泳 D. 蛙泳
6. 足球比赛中，队员（ ）将被裁判员出示黄牌警告。
A. 阻碍对方球员行进
B. 守门员用手触及同队队员故意踢给他的球
C. 用故意手球破坏对方的进球或明显的进球得分机会（守门员在本方罚球区内除外）
D. 当以角球或任意球重新开始比赛时，不退出规定的距离
7. 篮球比赛的第四节双方的比分打成平局时，比赛需要进行决胜期的比赛，每个决胜期比赛时间为（ ）。
A. 10 分钟 B. 12 分钟 C. 3 分钟 D. 5 分钟
8. 乒乓球规则规定，发球时球应被抛起（ ）。
A. 垂直向上抛起，不得旋转，上升不少于 16 厘米

- B. 至少升高到发球员肩的高度
- C. 垂直向上抛起，不得旋转，上升不少于 26 厘米
- D. 所升高度不限，但必须垂直上升
9. 篮球双手胸前传球，要求手腕内旋拇指向下，其目的是（ ）。
- A. 使球出手后产生后旋球飞行快
- B. 使球出手后产生后旋球飞行稳定
- C. 使球出手后产生前旋球飞行快
- D. 使球出手后产生前旋球飞行稳定
10. 下列哪一项可以缓冲速度快，力量大的来球，以提高排球垫球的效果（ ）。
- A. 含胸收腹，手臂随球后撤并适当放松肌肉
- B. 含胸收腹，手臂随球后撤并适当收紧肌肉
- C. 挺胸收腹，手臂随球前伸并适当放松肌肉
- D. 挺胸收腹，手臂随球前伸并适当收紧肌肉
11. 某同学做山羊分腿腾越，因摔伤而不敢再跳，消除这种心理障碍的最佳手段是（ ）。
- A. 拉大踏板远度，并加强保护帮助
- B. 教师展示正确动作
- C. 降低山羊高度，并加强保护帮助
- D. 让其他同学演示
12. 下列哪种练习可以纠正背越式跳高练习中躯体坐着的错误。（ ）
- A. 调整助跑距离 B. 垫上俯卧收髋 C. 改进助跑节奏 D. 垫上仰卧挺髋
13. 太极拳对身体躯干基本姿势要求是（ ）。
- A. 含胸拔背 B. 挺胸收腹 C. 虚领顶劲 D. 圆裆松胯
14. “脚与足球接触面积大，出球平稳准确易掌握但出球力量较小”这是哪一种踢球方法的特点？（ ）
- A. 脚内侧踢球
- B. 脚背内侧踢球
- C. 脚背正面踢球
- D. 脚背外侧踢球
15. 篮球比赛中，判定“带球走”的前提是（ ）。

- A. 球在手中是否停留
- B. 双脚是否前后站立
- C. 确定中枢脚
- D. 双脚是否平行站立

16. 在排球教学中，当学生垫球出现手臂用力不当，动作不协调的错误时，纠正该错误最合适的练习手段是（ ）。

- A. 前后跑垫球 B. 双人对垫球 C. 垫固定球 D. 左右移动垫球

17. 下列练习能够加大步频的是（ ）。

- ①高抬腿 ②弓箭步走 ③跨步走 ④小步走 ⑤上坡跑
- A. ①④ B. ③④ C. ④⑤ D. ②③

18. 体育学习中，下列哪一项选项是最能体现出学生的主体性（ ）。

- A. 选择性、自主性和创造性
- B. 自由性、连贯性和实践性
- C. 随意性、接受性和能动性
- D. 散漫性、探究性和情感性

19. 体育教学评价的主要内容是（ ）。

- A. 教学计划和教材内容 B. 教学条件
- C. 教师的教和学生的学 D. 教学风格

20. 体育教学中，合理安排身体活动量必须遵循下列哪一规律（ ）。

- A. 体验运动乐趣规律
- B. 人体机能活动适应性规律
- C. 学生身心发展规律
- D. 教与学辩证统一规律

21. 对学生体育学习的形成性评价重点应放在（ ）。

- A. 学习基础 B. 学习条件 C. 学习过程 D. 学习结果

22. 应用“引导学生设置主题创设情境，独立思考自主探索等”的教学过程，来培养学生创新能力，这种方法属于（ ）。

- A. 比赛法 B. 演示法 C. 游戏法 D. 探究法

23. 由目标引起的推动学生积极参与体育锻炼的心理内部动因，称之为（ ）。

A. 运动兴趣 B. 运动动机 C. 运动认知 D. 运动定向

24. 在体育教学过程中，一般都要经历一个由不会到会，由不熟练到熟练，由不巩固到巩固发展过程。这是哪一规律的具体描述？（ ）

- A. 体育学习集体形成与变化规律
- B. 运动技能形成规律
- C. 体育知识学习和运动认知规律
- D. 体验运动乐趣规律

25. 运动兴趣的形成一般都要依次经历哪三个阶段？（ ）

- A. 有趣-乐趣-志趣
- B. 乐趣-有趣-志趣
- C. 志趣-有趣-乐趣
- D. 有趣-志趣-乐趣

26. 下列哪一选项的主要目标是通过传授体育的知识，技术和技能，以达到增加体质的目的？（ ）

- A. 运动竞赛 B. 体育锻炼 C. 体育教学 D. 课余训练

27. 关于体育老师的工作特点错误的说法是（ ）。

- A. 单一的体力劳动 B. 全面的教育影响
- C. 艰苦的室外工作 D. 广泛的工作对象

28. 心肺复苏术是针对呼吸、心跳停止所采用的抢救措施，其措施不包括（ ）。

- A. 畅通呼吸道 B. 胸外心脏按压 C. 人工呼吸 D. 保暖

29. 高乳酸值的间歇训练，主要发展哪种身体素质？（ ）

- A. 灵敏素质 B. 柔韧素质 C. 无氧耐力 D. 有氧耐力

30. 体育课上，某学生在体育运动的过程中出现肌肉拉伤，对此，体育老师正确的做法是（ ）。

- A. 马上停止运动，尽快送学生去校医务室
- B. 继续上课，课程结束后送学生去校医务室
- C. 做一些热身活动缓解拉伤的疼痛
- D. 应马上停止运动，在去医院之前用药酒按摩伤痛处

二、判断题（本大题共 25 小题，每小题 1 分，共 25 分。）

31. 对学生进行支撑跳跃练习落地保护时, 保护者应站在落地点的侧前方, 帮助练习者稳定平衡。()
32. 乒乓球双打比赛中, 每次换发球时, 前面的接发球员应成为发球员, 前面的发球员的同伴应成为接发球员。()
33. 羽毛球发球时, 球过网后挂在网上或停在网顶应判违例。()
34. 健美操、攀岩、街舞等项目属于新兴运动项目。()
35. 《普通高中体育与健康课程标准》(2017 版) 中规定, 学生每完成一个模块的学习, 且成绩合格即可获得 1 个学分。()
36. 引体向上时, 两次引体向上的间隔时间超过 10 秒停止测试。()
37. 讨论法属于以探究性活动为主的体育教学方法。()
38. 运动兴趣的性质(品质) 包括倾向性、广泛性、效能性和稳定性。()
39. 标准半圆式田径场(400 米), 两个弯道的半径统一规定为 36 米。()
40. 运动系统约占人体重量的 60-70%。()
41. 武术长拳的呼吸要求“气宜沉”()
42. 乒乓球起源于美国。()
43. 加强体力劳动或剧烈运动后, 不能立即跳进水中游泳, 尤其是在满身大汗, 浑身发热的情况下, 不可以立即下水, 否则易引起抽筋、感冒等。()
44. 运动处方按照应用的对象和目的可分为健身运动处方、竞技运动处方和康复运动处方。()
45. 乒乓球运动中, 削球是一种进攻技术, 可造成对方失误直接得分。()
46. 在战术训练的初始阶段通常采用加难训练法, 以提高运动员在复杂困难的情况下运动的能力()。
47. 在人体的六大关节中, 肩关节是最复杂关节, 而膝关节是最灵活的关节。
48. 肌肉的动点和定点不是固定不变的, 会随着肌肉工作条件的变化而发生改变。()
49. 使肘关节伸的主要肌群是肱二头肌和肘肌。()
50. 人体的柔韧性取决于运动器官的构造(包括关节的骨结构)、关节周围组织的体积和跨关节的韧带、肌腱、肌肉及皮肤的伸展性。()
51. 儿童少年时期应注意掌握呼吸方法: 挺身动作应呼气, 屈体动作应吸气, 避免做

过多的憋气动作。()

52. 肌肉做缩短收缩时, 肌肉起止点相互靠近。()

53. 动作技能的学习从无意识向有意识过渡。()

54. 《国家学生体质健康标准》中, 引体向上(男)双手应反握杠。()

55. 羽毛球比赛中, 得分者方有发球权。()

三、简答题(本大题共 4 小题, 每题 5 分, 共 20 分。)

56. 简述《普通高中体育与健康课程标准》(2017 版) 中的课程特性。

57. 列举不同类型肌纤维的形态、生理及代谢特征。

58. 简述适宜体育运动对呼吸的影响。

59. 简述篮球运球技术易犯错误及纠正方法。

四、论述题（本大题共 10 分。）

60. 请根据以下条件创编一个游戏，并设计该游戏的教学片断。

- （1）教学内容：足球类游戏；
- （2）教学对象：小学五年级某班学生，人数 48 人，男女各半；
- （3）撰写要求：包括所有游戏的创编要素。

五、教学片断设计题（共 15 分）

61. 问题：以篮球双手胸前传接球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）五次课，不含考评课。

2020 年新任教师公开招聘考试

中学体育专业知识（七）答案解析

一、单项选择题

1. 选 A

【解析】课堂表现、学习兴趣不可以测量出来，只能通过主观判断，故是定性评价。

2. 选 D

【解析】直接任意球还是间接任意球，在球未踢出之前，防守方球员必须离球 9.15 米。

3. 选 B

【解析】弓步压腿是发展步幅。

4. 选 C

【解析】侧手翻运动是绕着矢状轴、沿着冠状面运动。

5. 选 C

【解析】竞技泳姿中，速度最快的是自由泳。

6. 选 D

【解析】当以角球或任意球重新开始比赛时，不退出规定的距离将被裁判员出示黄牌警告。

7. 选 D

【解析】加时赛比赛时间为 5 分钟。

8. 选 A

【解析】发球时球应被抛起上升不少于 16 厘米。

9. 选 B

【解析】当双手胸前传球时，手腕旋内，同时拇指下压的目的就是使篮球在出手后产生后旋，这样传出来的球飞行稳定，不会产生左右飘忽或突然变向的现象，同伴在接到球后容易衔接下一个进攻动作。

10. 选 A

【解析】由于来球力量大、速度快，因此需要相应缓冲降低球速、减小力量，含胸收腹、手臂后撤、放松肌肉等，可有效增大力距达到缓冲作用。

11. 选 C

【解析】降低山羊高度可降低练习难度，提升跳跃成功率，激发练习的自信心，加强帮助和保护可降低学生恐惧心理。

12. 选 D

【解析】背跃式跳高中躯体坐着过杆的主要原因是没有充分挺髌，因此需要加强挺髌练习改善此错误动作，仰卧挺髌符合题意。

13. 选 A

【解析】躯干要做到“含胸拔背”，即脊背自然舒展、略微前倾，两肩稍内收。

14. 选 A

【解析】脚内侧踢球它是用脚内侧部位接触球的一种踢球方法。它的特点是脚与球的接触面积大，出球比较平稳、准确。由于踢球时踢球腿屈膝外转，小腿的摆幅和摆速都受到一定程度的限制，因此出球的力量小。

15. 选 C

【解析】带球走首先要确定中枢脚，根据中枢脚的移动以及堆放球的先后判定是否构成“带球”走的违例。

16. 选 C

【解析】垫固定球可以练习触球的位置以及触球后的用力动作，A、B、D选项难度较大，不利于纠正学生错误动作。

17. 选 A

【解析】在跑的专门性练习中，高抬腿和小步跑属于步频练习，而跨步走、弓箭步走和上坡跑主要发展的是步幅。故本题选 A。

18. 选 A

【解析】最能体现出学生的主体性是选择性、自主性、创造性。

19. 选 C

【解析】教师的教和学生的学是教学评价的主要内容。

20. 选 B

【解析】人体生理机能适应性规律是根据生理学新陈代谢规律提出的。当身体承受运动负荷时，体内异化作用加强，能量储备下降；当身体休息和调整之时体内的同化作用加强，能量储备上升；当进一步经过调整和休息之时，体内的能量超过原来水平。上述规律为体育

课程如何安排练习，如何有效地提高身体机能水平提供了理论依据。

21. 选 C

【解析】形成性评价重点在过程，在体育与健康教学中，教师应注意观察与记录学生的行为表现，用口头评价的方式，及时向学生反馈评价信息，帮助学生了解自己的学习情况并改进学习方法，不断提高学习能力。

22. 选 D

【解析】题干描述的教学方法为探究法，探究法是指“引导学生设置主题创设情境，独立思考自主探索等”的教学过程，来培养学生创新能力。

23. 选 B

【解析】运动动机是指由运动目标引发的，推动学生参与体育学习与身体锻炼活动的内部心理动因。是在学生体育学习和身体锻炼活动的需要，以及参与运动的环境诱因的相互影响下产生的。

24. 选 B

【解析】题干描绘的是运动技能的形成规律，运动技能的形成一般都要经历一个由不会到会，由不熟练到熟练，由不巩固到巩固发展过程，到最后自动化的阶段。

25. 选 A

【解析】兴趣由低级到高级，是有趣、乐趣、志趣。

26. 选 C

【解析】体育教学主要目标是通过传授体育的知识，技术和技能，以达到增加学生体质的目的，它有三项任务，一是增强体质；二是掌握体育知识、技术、技能；三是进行思想品德教育。

27. 选 A

【解析】一般教师是以脑力劳动为主，而体育教师的劳动从表面形式来看，绝大部分是由示范动作、帮助保护、组织与指导练习等体力活动构成，且看似体力劳动实质却是较大的脑力消耗，以智力活动为基础。各种体育知识技能的获得、技术与战术的掌握、示范保护的完成，在教学过程中各种工作文件的制定，教学工作的组织，对学生既有共性又有个性的复杂情况的分析、综合和处理，对教学方法、手段的选择和运用等，都是分析、判断、记忆、思维、想象等大量脑力消耗的结果，是智力和体力完美结合的表现。可见，体育教师体现出脑力劳动和体力活动紧密结合的特点。

28. 选 D

【解析】心肺复苏是针对呼吸、心跳停止所采用的抢救措施。常温下，心脏停止搏动 3 秒时病人感到头晕，10 秒出现晕厥，30—40 秒后瞳孔放大，60 秒后呼吸停止大小便失禁，4—6 分钟大脑发生不可逆的损伤，应在 4 分钟内进行心肺复苏。心肺复苏术不包括保暖。

29. 选 C

【解析】高乳酸的间歇性训练是指在人体不完全恢复的状态下进行训练，无氧供能系统产生大量乳酸，所以主要发展的是无氧耐力。故本题选 C。

30. 选 A

【解析】闭合性软组织损伤时的处理原则是制动、止血、防肿、镇痛及减轻炎症，以上处理方法中，A 选项最符合处理原则。故本题选 A。

二、判断题

31. ✓

32. ✓

33. ✓

34. ✓

35. ✓

36. ✓

37. ✕

【解析】讨论法属于以语言活动为主的体育教学方法。

38. ✓

39. ✕

【解析】标准半圆式田径场（400 米），两个弯道的半径统一规定为 36.5 米。

40. ✓

41. ✓

42. ✕

【解析】乒乓球起源于英国。

43. ✓

44. ✓

45. ✕

【解析】削球是一种防守技术。

46. ×

【解析】战术训练的初始阶段难度不宜过大。

47. ×

【解析】在人体的六大关节中，膝关节是最复杂关节，肩关节是最灵活的关节。

48. √

49. ×

【解析】使肘关节伸的主要肌群是肱三头肌和肘肌。

50. √

51. ×

【解析】注意掌握呼吸方法：应注意根据动作的结构、节奏及用力情况，逐步掌握适宜呼吸的方法。如屈体动作应呼气，挺身动作应吸气。避免做过多的憋气动作，运动时注意有意识地加大呼吸深度，提高呼吸效率。

52. √

53. ×

【解析】动作技能的学习从有意识向无意识过渡。

54. ×

【解析】《国家学生体质健康标准》中，引体向上（男）双手应正握杠。（ ）

55. √

三、简答题

56. 【参考答案】

基础性强调在义务教育基础上进一步全面提高学生的学科核心素养，为学生终身体育锻炼和保持健康奠定坚实的基础；

实践性强调以身体练习为主要手段，关注学生通过适宜的运动负荷和方法进行体能练习和运动技能学习，积极参加课内体育与健康学习以及课外体育锻炼、体育社团活动和体育竞赛活动；

选择性强调学生根据自身的特点和需求，在学校开设的若干运动项目中进行自主选择，较为系统地学习 1-3 个运动项目，培养运动爱好和专长，养成体育锻炼习惯；

综合性强调关注多种内容和方法的整合，以体育教育为主，融合健康教育，注重学科德

育，培养学生的健康意识和行为，促进学生全面发展。

57. 【参考答案】

两类肌纤维	形态特征	生理特征	代谢特征
白肌纤维 (快肌)	直径较粗，肌浆少， 肌红蛋白含量少，呈苍白色	反应速度快、收缩力量大，但收缩不能持久、易疲劳	无氧代谢能力较高
红肌纤维 (慢肌)	直径较细，肌浆丰富， 肌红蛋白含量高，呈红色	反应速度较慢、收缩力量较小，但收缩能持久、不易疲劳	有氧代谢能力较高

58. 【参考答案】

胸廓发达、胸围增大，增加排气量和充满较多的气体提供空间条件；

肺活量增大；

促进肺的良好发育，更有利于气体交换；

能够适应和满足较强烈的运动对呼吸系统的要求；

平静时呼吸频率降低。

59. 【参考答案】

易犯错误	纠正方法
手掌拍球	教师示范指导，强调掌心空出
低头运球	用提示或游戏方法纠正
控制不住球的方向和高度	提示学生按拍球的后上方部位并引导学生体会按拍球的部位及用力大小

四、论述题

60. 【参考答案】

名称：搬运足球接力

目的任务：

1、发展学生的速度、力量和灵敏等身体素质；

2、培养勇敢顽强、机智果断、遵守规则、互帮互助等优良品质。

场地、器材：足球场一块，足球 8 个，标志杆 4 个。

方法：按照异质分组原则把班级分成人数和竞技水平相等的 4 队（每队男生 6 人、女生 6 人），每队持 2 个足球，各成纵队面向场内站立于起跑线后，每队从排头开始手持 2 个足球，听到教师“跑”的口令后方可向前跑出，绕过 10 米处的标志杆返回，将足球交给下一名队员后站到排尾，依次进行，直至最后一名将足球放置在起跑线处。

规则：

- 1、足球的交接必须在起跑线后完成；
- 2、必须绕过标志杆，不得碰倒标志杆，逆时针方向跑动；
- 3、足球在跑动过程中不得掉落，若掉落从原地拾起但不得因此缩短跑动距离，否则为犯规；
- 4、每队最后一名谁先到达起跑线处即为胜利。

教学建议：

- 1、此游戏可用曲线跑（绕杆接力跑）的方法增加难度；
- 2、游戏的距离可根据学生的实际情况进行调整，足球可用接力棒、排球、篮球等代替；
- 3、严密组织，避免相互碰撞。

五、教学片断设计题

61. 【参考答案】

练习内容	练习手段
熟悉球性练习	双手手指、手腕连续拨翻腕练习；双手胸前抛接球；球绕身体交换球；环绕双腿交接球
原地传接球练习	两人一组，面对面原地传球练习；对墙传接球练习；距离由近至远练习
移动传接球练习	2 人一组，面对面原地传球练习；2 人一组，一人原地传球，另一人左右前后移动接球练习；迎面上步传接球
移动传接球练习	三角移动传接球；半场行进间传接球；全场行进间传接球
传接球技术综合练习（有人防守）	2 人传球，一人防守；三传二防守练习；行进间越过防守的传接球练习

