

## 2020 年新任教师公开招聘考试

## 中学体育专业知识（一）

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. 根据《普通高中体育与健康课程标准（2017 年版）》，教师在教学中融合健康教育，注重学科德育，体现了（ ）。
- A. 基础性 B. 实践性 C. 选择性 D. 综合性
2. 下列运动项目是根据规定条件和动作质量评定成绩和名次的是（ ）。
- A. 排球 B. 武术 C. 游泳 D. 田径
3. 李老师在教学肩肘倒立时，发现很多学生不能挺直腰腹部，老师采用在垫子上方悬吊球的方式让学生用脚尖触球来挺直腰部和腹部，该方法是（ ）。
- A. 限制练习法 B. 诱导练习法 C. 自我暗示法 D. 领会练习法
4. 《国家学生体质健康标准》中规定学生测试成绩评定达到（ ）及以上者，方可参加评优与评奖。
- A. 及格 B. 一般 C. 良好 D. 优秀
5. 方位术语中，按照腹侧或背侧的相对远近关系的是（ ）。
- A. 上与下 B. 前与后 C. 内与外 D. 内侧与外侧
6. 椎骨属于（ ）。
- A. 籽骨 B. 短骨 C. 扁骨 D. 不规则骨
7. 持杠铃屈前臂练习中的肱肌做（ ）工作。
- A. 近固定 B. 远固定 C. 无固定 D. 以上都不对
8. （ ）是生命存在的形式，也是生命最重要的物质基础。
- A. 蛋白质 B. 糖 C. 脂肪 D. 维生素
9. （ ）是运动处方量化与科学性的核心，是设计运动处方最困难的部分。
- A. 运动形式 B. 运动强度 C. 运动时间 D. 运动频率
10. 下列属于闭合性软组织损伤的早期处理原则的是（ ）。

A. 改善局部的血液和淋巴循环 B. 促进组织的新陈代谢

C. 恢复和增强肌肉、关节的功能 D. 制动、止血

11. 武术运动中，右脚向前一大步，脚尖微内扣，右腿屈膝半蹲，膝与脚尖垂直；左腿挺膝伸直，脚尖内扣，两脚全脚着地。指的是（ ）

A. 弓步

B. 马步

C. 仆步

D. 歇步

12. 由于准备活动不足导致运动中肌肉拉伤，进行及时处理的正确方法是（ ）。

A. 按摩

B. 热敷

C. 冷敷

D. 拔罐

13. 对学生的体育学习水平进行评价，其最终目的是（ ）。

A. 选拔功能

B. 排名功能

C. 甄别功能

D. 发展功能

14. 依据运动技能形成规律，以系统地传授技术动作为主要目的，而设计的体育教育模式可归于（ ）。

A. 发现式教学模式

B. 技能掌握式教学模式

C. 小群体学习型教学模式

D. 快乐体育式教学模式

15. 下列属于以探究活动为主的教学方法的是（ ）

A. 问答法

B. 演示法

C. 游戏法

D. 小群体教学法

16. 体育与健康课程学习评价的内容有“体能、知识与技能、态度参与、情意与合作”，其中对“态度与参与、情意与合作”应采用主要评价方法是（ ）。

A. 定量评价

B. 定性评价

C. 相对评价

D. 绝对评价

17. 学生在学练过程中，教师用“蹬”“推”“挺”等简明用语强调动作要领，这属于语言法中的（ ）。

A. 口令与指示

B. 讲解

C. 口头评价

D. 口头汇报

18. 下列项目中，相比最容易培养学生团队意识的是（ ）。

A. 射击

B. 掷铁饼

C. 接力跑

D. 短跑

19. 体育教学中，从整体到局部，再回到整体的教学过程，是下列哪种教学方法的特征？（ ）

A. 情景教学法

B. 领会教学法

C. 循环练习法

D. 完整练习法

20. 排球正面上手发球的教学难点是（ ）。

A. 击球手法

B. 站立姿势

C. 抛球和击球

D. 抛球高度

21. 武术长拳传统技法“四击”、“八法”、“十二型”中的“八法”是指（ ）。

- A. 棚、捋、挤、按、採、捌、肘、靠      B. 乾、坤、震、巽、坎、离、艮、兑  
C. 手、眼、身、步、精神、气、力、功      D. 蹿、蹦、跳、越、闪、展、腾、挪

22. 慢肌纤维与快肌纤维相比具有不同的生理特征，具体表现为（ ）。

- A. 收缩力量大，速度快，抗疲劳能力强      B. 收缩力量大，速度快，抗疲劳能力弱  
C. 收缩力量小，速度慢，抗疲劳能力强      D. 收缩力量小，速度慢，抗疲劳能力弱

23. 乒乓球运动是由（ ）演变而来的。

- A. 网球      B. 桌球      C. 台球      D. 羽毛球

24. 下列不是人体中水的功能的是（ ）。

- A. 提供能量      B. 润滑功能  
C. 维持正常体温      D. 体内生理活动不可缺少的介质

25. 深蹲练习可有效发展人体的肌肉是（ ）。

- A. 腹直肌      B. 斜方肌      C. 肱桡肌      D. 股四头肌

26. 下列属于不随意肌的是（ ）。

- A. 心肌和平滑肌      B. 股四头肌和肱二头肌  
C. 平滑肌和骨骼肌      D. 骨骼肌和心肌

27. 《国家学生体质健康标准》从哪几个方面评价青少年健康水平（ ）。

- A. 体育教学、课余训练运动竞赛      B. 身体形态、身体机能、身体素质  
C. 体育锻炼、课外活动运动训练      D. 体育意识、运动动机、运动兴趣

28. 下列哪种损伤属于挫伤（ ）。

- A. 骨折      B. 内脏破裂      C. 脱位      D. 皮下软组织损伤

29. 足球比赛中，运动员在禁区以内拉扯对方队员，造成犯规的行为，裁判员应判罚（ ）。

- A. 任意球      B. 掷界外球      C. 坠球      D. 球点球

30. 2017 年 1 月 10 日，国际足联官方宣布，2026 年世界杯起将扩军至（ ）支球队参加。

- A. 23      B. 32      C. 48      D. 42

二、填空题（本大题共 10 小题，每小题 1 分，共 10 分。）

31. \_\_\_\_\_ 包扎法适用于包扎肘、膝、踝等关节处。

32. \_\_\_\_\_ 跳高是最先进和最优越的过杆姿势。

33. 前臂外侧为\_\_\_\_\_侧。

34. 双杠直角支撑动作，屈大腿的髂腰肌做静力性工作中的\_\_\_\_\_工作。
35. \_\_\_\_\_兴趣是指对体育活动的未来结果感到需要而产生的兴趣，如保持体形、增进健康。
36. 双手前掷实心球，要求出手速度快，此“速度”为\_\_\_\_\_速度。
37. 短跑专项练习中\_\_\_\_\_练习能够改进摆动腿的高抬和下压技术，发展步频和抬腿肌肉群力量。
38. 篮球防守战术中\_\_\_\_\_配合是指 2 名防守队员有目的地同时采取突然行动，封堵和围夹持球者的一种方法。
39. 足球的个人战术中，\_\_\_\_\_是比赛中运用最多，也是最重要的技战术手段。
40. 排球的基本技术中，\_\_\_\_\_技术是攻击性最强，同时也是得分的主要手段。

### 三、判断题（本大题共 25 小题，每小题 1 分，共 25 分。）

41. 碳水化合物是供给人体能量的最主要的来源。（ ）
42. 一般来说，中等程度的唤醒水平对运动表现最为有利。（ ）
43. 驱力理论提示，在学习的初期可以通过提高唤醒水平来提高正确动作的优势反应，以达到加快学习速度的目的。（ ）
44. 体育兴趣是体育态度的认知基础。（ ）
45. 顺进分解训练法多运用于最后一个环节为关键环节的技术和战术的训练，如投掷。（ ）
46. 田径跳远起跳时，要求放脚着地动作要积极、快速，以脚跟接触地面后应迅速滚动至全脚掌着地。（ ）
47. 4×100 米接力跑比赛中，第二、四棒选手站在跑道外侧，第三棒选手站在跑道内侧。
48. 排球比赛中，球被抛起准备发球却未击到球应重发。（ ）
49. 田径接力比赛中，传棒者在接力区掉棒，接棒者应快速捡起继续比赛。（ ）
50. 分解训练法的基本类型有 4 种：复杂分解训练、简单分解训练、顺进分解训练、逆进分解训练。（ ）
51. 乒乓球与羽毛球、篮球、足球、排球项目比，是最晚被确立为奥运会正式比赛的运动项目。（ ）
52. 羽毛球与篮球、足球、排球项目比，其场地线宽是最窄的球类项目。（ ）
53. 正式国际比赛中，羽毛球、篮球、排球项目中，其比赛中都有技术暂停。（ ）

54. 前滚翻首先着垫的正确部位是前额。( )
55. 乒乓球和排球比赛一样, 得分者方有发球权。( )
56. 羽毛球单打的边线是内侧边线的内沿。( )
57. 7 个足球队参加比赛, 如果按照单淘汰赛则共进行 7 场。( )
58. 在创编任何一类徒手体操、轻器械体操的成套动作时, 都必须考虑动作、音乐、空间和时间等要素。( )
59. 心率、血压、排汗量、血尿素是检验运动性疲劳的客观指标。( )
60. 排球比赛发球时, 球擦网落入对方场地应判为重新发球。( )
61. 双人心肺复苏按压与吹气比例为 5:1。( )
62. 足球比赛中, 裁判员认为场上队员有阻碍守门员发球情况时, 将判给对方踢间接任意球。( )
63. 某学生通过自己动作技能的展示, 想得到教师的表扬和同学的赏识, 该运动动机是外部动机。( )
64. 抖空竹、竹竿舞、蒙古式摔跤是属于新兴运动项目。( )
65. 肌肉痉挛是指肌肉不自主的缩短收缩。( )
- 四、简答题(本大题共 3 小题, 每题 5 分, 共 15 分。)**
66. 简述体育教师特殊的专业知识。

67. 简述鱼跃前滚翻的动作要领。

68. 简述晕厥的简单处理方法。

**五、案例分析题（本大题共 10 分。）**

69. 叶老师给水平四女生上排球课，教学课时是本单元第一次课，教学内容是学习下手发球。教学时，叶老师在进行了下手发球的讲解、示范后，就让学生分成两队，站在球场两个端线上进行完整发球练习。并在每次发球后都让发球过网的学生举手，但举手的总是寥寥无几。结果，几次练习后学生情绪逐渐低落，失去练习的欲望。

问题：（1）分析学生无法完成教学内容以及情绪低落的原因。（4分）

（2）如果你是授课教师将如何改进教学步骤？（6分）

六、教学设计题（本大题共 10 分。）

70. 设计水平四原地正面双手垫球技术教学，要求包含教学目标、教学重难点、基本部分的教学步骤。



## 2020 年新任教师公开招聘考试

### 中学体育专业知识（一）答案解析

#### 一、单项选择题

1. 选 D

【解析】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。

2. 选 B

【解析】根据规定条件和动作质量评定成绩和名次。例如：广播操、健美操、武术等比赛项目的成绩。

3. 选 B

【解析】诱导练习法：设置一定条件，诱导学生达到教学要求的方法。

4. 选 C

【解析】学生测试成绩评定达到良好及以上者，方可参加评优与评奖；成绩达到优秀者，方可获体育奖学分。

5. 选 B

【解析】前与后：靠近腹侧者为前，靠近背侧者为后。（按照腹侧或背侧的相对远近关系）。

6. 选 D

【解析】不规则骨：形状不规则，如椎骨。

7. 选 A

【解析】当骨骼肌收缩时，起点相对固定，称为近固定（或近侧支撑）。此时，起点为定点，止点则为动点。当骨骼肌收缩时，止点相对固定，称为远固定（或远侧支撑）。此时，止点为定点，起点则为动点。

8. 选 A

【解析】蛋白质是生命存在的形式，也是生命最重要的物质基础。

9. 选 B

【解析】运动强度是指单位时间内的运动量，它是运动处方定量化与科学性的核心，是设计运动处方最困难的部分。



10. 选 D

【解析】早期处理原则：制动、止血、防肿、镇痛及减轻炎症。

11. 选 A

【解析】弓步：右脚向前一大步，脚尖微内扣，右腿屈膝半蹲，膝与脚尖垂直；左腿挺膝伸直，脚尖内扣，两脚全脚着地；马步：两脚平行开立，脚尖正对前方，屈膝半蹲，膝部不超过脚尖，大腿接近水平，全脚掌着地，身体重心落于两脚之间；仆步：两脚左右开立，右腿屈膝全蹲，大腿和小腿靠紧，臀部接近小腿，右脚全脚掌着地，脚尖和膝关节外展，左腿挺直平仆，脚尖里扣，全脚掌着地；歇步：两腿交叉靠拢全蹲，右/左脚全脚掌着地，脚尖外展，左/右脚前掌着地，膝部贴近右/左脚跟处。

12. 选 C

【解析】闭合性软组织损伤的早期处理方法是冷敷。

13. 选 D

【解析】新课程标准强调评价的激励和发展功能，淡化甄别和选拔功能，评价的最终目的是为了促进学生更好的发展。

14. 选 B

【解析】传授技术动作为主要目的的教学模式是技能掌握式教学模式。

15. 选 D

【解析】示范法、演示法、保护与帮助法属于以直接感知为主的教学方法；发现法、问题探究法、小群体教学法属于以探究活动为主的体育教学方法；游戏法、比赛法、情景教学法属于以情景和竞赛活动为主的教学方法；讲解法、问答法、讨论法属于以语言传递信息为主的教学方法。

16. 选 B

【解析】体育与健康课程学习评价的内容里，对体能和知识与技能应采用定量评价；对态度与参与、情意与合作主要采用定性评价的方法。

17. 选 A

【解析】口令与指示是老师以最简明的语言，以命令的方式指导学生学练。

18. 选 C

【解析】四个选项中，接力跑运动最有利于培养团队意识，其余三项都是个人项目。

19. 选 B

【解析】领会教学法：从整体教学再到局部教学，再回到整体的教学过程。

20. 选 C

【解析】正面上手发球的教学难点：一是抛球的高度，二是击球点和击球部位。

21. 选 C

【解析】长拳八法：手、眼、身、步、精神、气、力、功。四击：武术中的踢、打、摔、拿四种技击法则。

22. 选 C

【解析】慢肌纤维：收缩力量小，速度慢，抗疲劳能力强；快肌纤维：收缩力量大，速度快，抗疲劳能力弱

23. 选 A

【解析】乒乓球运动是由网球演变而来的，将室外改为室内，地面改为桌上。

24. 选 A

【解析】水没有供能作用。

25. 选 D

【解析】深蹲练习可有效发展人体的股四头肌，其他选项都属于上肢肌肉。

26. 选 A

【解析】不随意肌是指不受人的意识左右的肌肉，心肌和平滑肌属于不随意肌，骨骼肌属于随意肌。

27. 选 B

【解析】《国家学生体质健康标准》从身体形态、身体机能、身体素质三个方面来评价学生的健康水平。

28. 选 D

【解析】挫伤是指由钝性物体直接作用于人体[软组织](#)而发生的非[开放性损伤](#)。

29. 选 D

【解析】足球比赛中，运动员在禁区以内犯直接任意球十种当中的任一种，将被判罚点球。

30. 选 C

【解析】北京时间 2017 年 1 月 10 日，国际足联官方宣布，2026 年世界杯起将扩军至 48 支球队参加。

## 二、填空题

31. “8”字形

32. 背越式

33. 桡

34. 支持

35. 间接

36. 动作

37. 高抬腿跑

38. 夹击

39. 传球

40. 扣球

## 三、判断题

41. ✓

42. ✓

43. ×

【解析】驱力理论提示在学习的后期可以通过提高唤醒水平来提高正确动作的优势反应，以达到加快学习速度的目的。

44. ×

【解析】体育价值观是体育态度的认知基础。

45. ×

【解析】逆进分解训练法多运用于最后一个环节为关键环节的技术和战术的训练，如投掷。

46. ✓

47. ✓

48. ×

【解析】属于犯规，将失分。

49. ×

【解析】接力比赛中遵循谁掉棒谁拾起的规则。

50. ×

【解析】分解训练法的基本类型有4种：单纯分解训练、递进分解训练、顺进分解训练、逆进分解训练。

51. ×

【解析】羽毛球与乒乓球、篮球、足球、排球项目比，是最晚被确立为奥运会正式比赛的运动项目。

52. ✓

53. ×

【解析】篮球比赛中没有技术暂停。

54. ×

【解析】前滚翻着垫的正确部位顺序是后脑、背、腰、臀部依次滚动。

55. ×

【解析】排球是得分者方有发球权，乒乓球是双方轮流发球。

56. ×

【解析】羽毛球单打的边线是内侧边线的外沿。

57. ×

【解析】单淘汰赛场数等于参赛队数减1。

58. ✓

59. ×

【解析】通过观看排汗量来检验疲劳属于主观感觉。

60. ×

【解析】排球比赛中，球擦网落入对方场区应继续比赛。

61. ✓

62. ✓

63. ✓

64. ×

【解析】属于民族民间传统体育项目。

65. ×

【解析】肌肉痉挛是指肌肉不自主的强直收缩。

#### 四、简答题

66. 参考答案:

- (1) 体育、卫生和保健学知识;
- (2) 体育科学基础理论, 例如运动人体科学理论;
- (3) 学科发展史, 例如体育史、有关运动项目的发展史;
- (4) 体育专业技术与理论, 例如各体育专项动作技术及其原理;
- (5) 体育专业教育技术与理论。

67. 参考答案:

由半蹲两臂后举姿势开始, 两臂前摆, 同时两脚蹬地, 向前上方跃起, 身体腾空时保持含胸、紧腰、梗头, 髋关节大于  $90^{\circ}$ , 腿处臀部水平位。接着两臂前伸撑地、屈臂、低头经后脑着地前滚翻。

68. 参考答案:

发生晕厥后, 应让患者平卧, 足部略抬高, 头部稍低, 松开衣领, 这可增加脑血流量。注意保暖, 防止受凉。针刺或掐人中、百会、合谷、涌泉穴, 一般能很快恢复知觉。如有呕吐时, 应将患者头偏向一侧, 患者清醒可服用热糖水和维生素 C 及维生素 B1 等, 并注意休息。

## 五、案例分析题

69. 参考答案:

(1) 没有遵循循序渐进的教学原则; 上课过程中内容单一、缺乏兴趣; 教学步骤要求缺乏实际。

(2) 挂图展示;

自主探究练习;

教师示范讲解;

学生练习巩固: 1、徒手模仿; 2、吊球练习; 3、对墙发球练习; 4、近距离的两人面对面的轮流发球;

定区域的发球教学比赛。

## 六、教学设计题

70. 参考答案

### 1、教学目标

知识与技能目标: 初步掌握排球正面双手垫球技术, 能够说出其动作要领;

过程与方法目标：通过练习，发展灵敏与力量等身体素质；

情感态度与价值观目标：培养对排球运动的兴趣和团结协作、坚持不懈的良好品质。

## 2、教学重难点

重点：垫球部位与正确的用力顺序；

难点：上下肢的协调用力。

## 3、教学内容：

(1) 挂图、讨论探究；

(2) 教师示范讲解；

(3) 学生练习：模仿练习；固定球练习；自抛自垫练习；两人一抛一垫练习；

(4) 比赛巩固部分：分组垫球比赛。