

教师招聘考试小学体育学科模拟题 1

总分：100 分 限时：120 分钟

一、是非判断题（25 小题，每小题 1 分，共 25 分“对下列命题作出判断，你认为正确的在答题框相应位置打“√”，错误的打“×”。全部打“√”或“×”均计为 0 分。）

1. 篮球比赛中滑步是进攻移动的一种主要方法，分为侧滑步、前滑步、后滑步三种。
2. 队列向右转走是出左脚向新方向前进。
3. 为避免学生出现过度疲劳现象，体育教师应该运用合适的教法控制好练习的负荷量和负荷强度。
4. 分组教学有分组轮换和分组不轮换两种方式。
5. 足球运动员犯规时，判罚的原地踢球称为踢自由球。
6. 当运动时间为 15—60 分钟的时候，身体内的糖储备大量消耗，血糖下降，体温上升，造成脱水。
7. 骨大致可以分为长骨、短骨、扁骨和不规则骨四类。
8. 球类比赛的淘汰制分为单淘汰和双淘汰两种；循环制分为单循环、双循环和分组循环三种。
9. 柔韧性训练的基本方法是间歇训练法。
10. 排球运动中，“边一二”进攻战术形式是进攻战术中最简单、最基本的战术形式。
11. 在弯道跑时，左脚应以脚掌内侧着地。
12. 乒乓球比赛中，发球时，球应放在不持拍的手的手掌上，手掌张开、伸平。
13. 在跳高、跳远和三级跳远比赛中，每次试跳的一般时限为 1 分 30 秒。
14. 体育课程改革的目的是为了提高学生兴趣，淡化技能教学。
15. 体育教学中，保护和帮助者的位置，以不妨碍学生做动作，而且有利于学生完成动作为原则。

16-21 题，教综题目删除

22-25 题，缺失。

二、单项选择题（35 小题，每小题 1 分，共 35 分。下列每小题备选答案中，只有一项最符合题意，请将所选答案前的字母填在括号内。）

1. 人体速度素质发展最快的敏感期是（ ）。

- A. 8-9 岁
B. 10-13 岁
C. 14-15 岁
D. 16-17 岁
2. 学校体育最主要的本质功能是 ()。
- A. 教养功能
B. 教育功能
C. 美育功能
D. 强身健体功能
3. 体育教师将某一教材内容按授课时数制定的教学计划应是 ()。
- A. 学校体育教学计划
B. 单元体育教学计划
C. 课时教学计划
D. 课时行动计划
4. 足球比赛球门的宽度为 ()。
- A. 7.32 米
B. 7.24 米
C. 7.25 米
D. 7.26 米
5. 体育教师最基本的业务能力是 ()。
- A. 教育能力
B. 科研能力
C. 教学能力
D. 管理能力
6. 对学生进行运动技能成绩评定可采用 ()。
- A. 定量评定
B. 定性评定
C. 定性与定量相结合
D. 因人而异
7. 在排球比赛中,由五名进攻队员和一名二传队员组成的阵容配备,称为 ()。
- A. 四二配备
B. 五一配备
C. 三三配备
D. 标准配备
8. 《国家学生体质健康标准》的评价指标是 ()。
- A. 心理、生理、素质
B. 形态、机能、素质
C. 身高、体重、肺活量
D. 心理、体重、呼吸
9. 单肩投篮时,最后用力的拨球指应是 ()。
- A. 拇指、无名指
B. 中指、食指
C. 食指、小指
D. 拇指、食指
10. 武术比赛每位队员的成绩是 ()。
- A. 最高分
B. 最低分
C. 平均分
D. 去掉最高分和最低分后的平均分

11. 在双杠的支撑摆动动作中,应以()为轴摆动。
- A. 手
B. 肩
C. 腕
D. 腰
12. 女子肩肘倒立后滚翻的正确做法是()。
- A. 直腿坐姿开始,上体前倾,然后后倒,同时举腿向后滚动
B. 屈腿坐姿开始,上体前倾,然后后倒,同时举腿向后滚动
C. 直腿坐姿开始,上体后屈,然后后倒,同时举腿向后滚动
D. 屈腿坐姿开始,上体后屈,然后后倒,同时举腿向后滚动
13. 无论是直接任意球还是间接任意球,在球未踢出之前,被罚队员必须离球()。
- A. 11 米
B. 7.55 米
C. 9.36 米
D. 9.15 米
14. 在田径项目的比赛中下列属于中长跑项目的是()。
- A. 400 米、800 米、1500 米
B. 800 米、1500 米、200 米
C. 1500 米、3000 米、10000 米
D. 800 米、100 米、300 米
15. 羽毛球女子单打先得()分的球员,为胜一局。
- A. 9
B. 11
C. 15
D. 21
16. 实现体育教学过程目标的载体是()。
- A. 教学方法
B. 组织措施
C. 体育教材
D. 场地器材
17. ()是乒乓球中最具威力的打法。
- A. 扣球
B. 拉球
C. 搓球
D. 旋球
18. 跳跃中的高度比赛,运动员在每个高度连续()试跳失败,即被取消比赛资格。
- A. 两次
B. 三次
C. 六次
D. 一次
19. 速度是指人体快速运动的能力,包括()。
- A. 反应速度、加速度、位移速度、灵敏度
B. 反应速度、加速度、位移速度、速度耐力

- C. 反应速度、动作速度、位移速度、速度耐力
D. 反应速度、动作速度、位移速度、灵敏度
20. 接力跑传接棒的方法有（ ）两种。
- A. 握力式、上挑式
B. 抽送式、上挑式
C. 挑棒式、下压式
D. 上挑式、下压式
21. 1987年,在（ ）举行了第一届亚洲武术锦标赛,武术开始成为正式的国际比赛项目。
- A. 中国北京
B. 韩国首尔
C. 日本横滨
D. 中国香港
22. 田径竞赛编排的主要方法是（ ）。
- A. 蛇形编排法
B. 斜线分组法
C. 抽签法
D. 随意排列法
23. 背越式跳高身体过杆后,以（ ）先接触海绵包。
- A. 头部
B. 肩部
C. 背部
D. 臀部
24. 足球比赛时,替换人应从（ ）入场。
- A. 球门线
B. 中线
C. 中圈
D. 底线处
25. 要向学生显示跳远空中动作,教师宜采用示范的位置是（ ）。
- A. 正面示范
B. 侧面示范
C. 背面示范
D. 镜面示范
- 26-29 题, 教综题目删除。
30-35 题, 缺失。

三、多项选择题(5 小题, 每小题 2 分, 共 10 分, 下列每小题备选答案至少有两项是符合题意的, 请将所选答案前的字母填在答题相应位置。多选、少选、错选和不按要求作答的均不给分。)

1. 运动参与是指学生主动参与体育活动的（ ）表现。
- A. 意愿
B. 态度
C. 行为
D. 情境
2. 体育与健康课程的目标体系包括（ ）。
- A. 课时目标
B. 课程目标

- C. 领域目标
D. 水平目标
3. 篮球抢篮板技术由（ ）组成。
- A. 抢占位置
B. 起跳动作
C. 空中抢球
D. 获球后动作
4. 活动性游戏在体育课的运用中,一般安排在课程的（ ）。
- A. 开始部分
B. 准备部分
C. 基本部分
D. 结束部分
5. 体育教学应遵循（ ）。
- A. 认识规律
B. 技能形成规律
C. 运动负荷规律
D. 多样性规律

四、简答题（2 小题，每小题 5 分，共 10 分）

1. 简述教师示范的基本要求。
2. 试述排球正面双手垫球的动作技术要领。

五、案例分析题（10 分）

以前的体育教学中经常出现有学生无论怎么努力,运动成绩也不能及格或“达标”,而有的学生即使不练,也可以达到较好的成绩的奇怪现象。现在的体育考核在原有的“技能+基本

素质”基础上扩展为“技能+基本素质+参与态度+实际能力”等方面的综合评价,突出了全面素质和健康教育的特点,使越来越多的学生对体育课燃起了新的希望。

问题:

- (1) 体育课程学习评价的理念是什么?(4分)
- (2) 结合案例,谈谈如何更好地实施体育课程学习评价。(6分)

六、论述题(10分)

1. 如果请你设计一堂小学六年级蹲踞式起跑的新授课教案。请指出教学目标、教学重点和教学难点。

教师招聘考试小学体育学科模拟题 1 答案及解析

总分：100 分 限时：120 分钟

一、是非判断题（25 小题，每小题 1 分，共 25 分“对下列命题作出判断，你认为正确的在答题框相应位置打“√”，错误的打“×”。全部打“√”或“×”均计为 0 分。）

1. 【答案】√

【解析】略。

2. 【答案】×

【解析】向右转——走，出右脚向新方向前进。

3. 【答案】√

【解析】略。

4. 【答案】√

【解析】略。

5. 【答案】×

【解析】判罚的原地踢球称为踢任意球。。

6. 【答案】√

【解析】当长时间运动时,身体内的糖储备大量消耗,血糖下降,体温上升,但是不一定会造成脱水。

7. 【答案】×

【解析】骨大致可以分为长骨、短骨、扁骨、不规则骨和籽骨五类。

8. 【答案】√

【解析】略。

9. 【答案】×

【解析】柔韧性训练的基本方法是拉伸法。

10. 【答案】×

【解析】排球运动中，“中一二”进攻战术形式是进攻战术中最简单、最基本的战术形式。

11. 【答案】×

【解析】在弯道跑时左脚应以左脚掌外侧和右脚掌内侧着地。

12. 【答案】√

【解析】略。

13. 【答案】×

【解析】在跳高、跳远和三级跳远比赛中,每次试跳的一般时限为1分钟。

14. 【答案】×

【解析】体育课程改革:(一)淡化“竞技运动”的教学模式,牢固树立“健康第一”的指导思想(二)重视体育课程的功能开发,增强体育课程的综合性(三)培养学生的运动兴趣,树立学生终身体育的观念(四)培养学生的意志品质,提高学生的社会适应能力(五)以人为本,重视学生的主体地位(六)关注个体差异与不同需求,确保每一个学生受益(七)重视体育课程资源的开发(八)改革体育考试和评价方法,综合评价学生的体育学习。淡化竞技运动不是淡化技能教学。

15. 【答案】√

【解析】略。

16-21 题,教综题目删除

22-25 题,缺失。

二、单项选择题(35 小题,每小题 1 分,共 35 分。下列每小题备选答案中,只有一项最符合题意,请将所选答案前的字母填在括号内。)

1. 【答案】B

【解析】人体速度素质发展最快的敏感期是 10-13 岁。故本题选 B。

2. 【答案】D

【解析】学校最主要的本质功能是强身健体。故本题选 D。

3. 【答案】B

【解析】体育教师将某一教材内容按授课时数制定的教学计划应是体育教师将某一教材内容按授课时数制定的教学单元教学计划。故本题选 B。

4. 【答案】A

【解析】足球比赛球门的宽度为 7.32 米,足球门高为 2.44 米。故本题选 A。

5. 【答案】C

【解析】体育教师最基本的业务能力为教学能力。故本题选 C。

6. 【答案】C

【解析】对学生运动技能成绩评定可采用定性与定量相结合。对体能、知识与技能

指标应主要采用定量评价的方法（如等级制评价、分数评价等），对态度与参与、情意与合作指标应主要采用定性评价的方法（如评语式评价等）。故本题选 C。

7. 【答案】B

【解析】“五一”配备的优缺点：优点是加强了拦网和前排进攻力量，使全队的进攻队员只需要适应一名二传队员的技术特点，有利于统一指挥、相互配合，能够更好地控制比赛的进行，使进攻战术富于变化。缺点是当二传队员轮转到前排时，有三轮次前排只有两名进攻队员，进攻点过于暴露，影响了前排整体进攻的威力。故本题选 B。

8. 【答案】C

【解析】《国家学生体质健康标准》的评价指标是身高、体重、肺活量。故本题选 C。

9. 【答案】B

【解析】单手肩上投篮最后用力地拨球指在食指和中指指端拨出。故本题选 B。

10. 【答案】D

【解析】武术比赛每位队员的成绩是去掉最高分和最低分后的平均分。故本题选 D。

11. 【答案】B

【解析】在双杠的支撑摆动动作中，应以肩为轴摆动。故本题选 B。

12. 【答案】A

【解析】女子肩肘倒立后滚翻的正确做法直腿坐姿开始上体前倾然后后倒，同时举腿向后滚动。故本题选 A。

13. 【答案】D

【解析】无论是直接任意球还是间接任意球，在球未踢出之前，被罚队员必须离球 9.15 米。故本题选 D。

14. 【答案】C

【解析】A 选项 400 米属于短跑，B 选项 200 米属于短跑，D 选项 100 米、300 米属于短跑。故本题选 C。

15. 【答案】D

【解析】羽毛球女子单打先得 21 分为胜一局。故本题选 D。

16. 【答案】C

【解析】实现体育教学过程目标的载体是体育教材。故本题选 C。

17. 【答案】A

【解析】扣球是乒乓球最具威力的打法。故本题选 A。

18. 【答案】B

【解析】是失去继续比赛的资格，不是“取消比赛资格”，解析描述不严谨。故本题选 B。

19. 【答案】C

【解析】速度是指人体快速运动的能力，包括反应速度、动作速度、位移速度和速度耐力。故本题选 C。

20. 【答案】D

【解析】接力跑传接棒的方法有上挑式和下压式两种。故本题选 D。

21. 【答案】C

【解析】1987 年，在日本横滨举行了第一届亚洲武术锦标赛，武术开始成为正式的国际比赛项目。故本题选 C。

22. 【答案】A

【解析】田径竞赛编排的主要方法是蛇形编排法。故本题选 A。

23. 【答案】C

【解析】背越式跳高身体过杆后，以背部先接触海绵包。故本题选 C。

24. 【答案】B

【解析】足球比赛时替换人应从中线入场，替补程序必须遵循足球比赛规则。故本题选 B。

25. 【答案】B

【解析】要向学生显示跳远空中动作，教师宜采用示范的位置是侧面示范。为了显示动作的前后方向。故本题选 B。

26-29 题，教综题目删除。

30-35 题，缺失。

三、多项选择题(5 小题，每小题 2 分，共 10 分，下列每小题备选答案至少有两项是符合题意的，请将所选答案前的字母填在答题相应位置。多选、少选、错选和不按要求作答的均不给分。)

1. 【答案】BC

【解析】运动参与概念：学生参与体育学习和锻炼的态度及行为表现，是学生习得体育知识、技能和方法，锻炼身体和提高健康水平，形成积极的体育行为和乐观开朗人生态度的实践要求和重要途径。故本题选 BC。

2. 【答案】BCD

【解析】体育课程的目标体系是课程目标、领域目标、水平目标。故本题选 BCD。

3. 【答案】 ABCD

【解析】篮球抢篮板技术包括抢占位置、起跳动作、空中抢球动作、获球后动作 4 个环节组成，正确判断、快速起跳抢占有利位置是抢篮板球技术的关键。故本题选 ABCD。

4. 【答案】 BD

【解析】活动性游戏在体育课的运用中，一般安排在课程的准备部分和结束部分。开始部分不涉及游戏，基本部分游戏的强度一般较大。故本题选 BD。

5. 【答案】 ABC

【解析】体育教学过程的五大规律：运动技能形成规律、运动负荷变化与控制的规律、体育知识学习和运动认知的规律、体育学习集体形成与变化规律、体验运动乐趣的规律。故本题选 ABC。

四、简答题（2 小题，每小题 5 分，共 10 分）

1. 【参考答案】

- (1) 示范要有明确的目的
- (2) 示范要正确
- (3) 正确的选择动作示范的位置与方向（示范要利于学生的观察）
- (4) 示范要与讲解相结合

2. 【参考答案】

两脚开立，两臂并靠插入球下，在腰腹前约一臂距离的位置上，用腕关节以上 10cm 左右部位，触球的后中下部并快速蹬伸前移重心；击球时，两臂伸直夹紧，提肩压腕、前送，靠上下肢的协调用力配合来控制击球的力量和方向。

五、案例分析题（10 分）

【参考答案】

(1) 1. 内容的全面性和可选择性；2. 评价方法的选择上要关注学生的个体差异；3. 实现评价主体的多元性；4. 关注学生的进步与发展。

(2) ①体育课程学习评价标准的实施：采用多元评价标准；提倡体育教师根据教学实际制定相应的评价标准。

②体育学习评价方法的实施：定性评价与定量评价相结合；终结性评价与过程性评价相结合；绝对性评价与相对性评价相结合。

③体育学习评价形式的实施：学生自评和互评；教师评价；家长评价等。

六、论述题（10分）

1. 【参考答案】

课型：新授课

课时：第1课时

教学目标：

知识技能：学生能够了解田径的裁判知识，初步掌握蹲踞势起跑的动作要领。

过程与方法：通过练习，学生速度素质和协调性得到提高。

情感态度价值观：培养学生果敢的意志品质，提高学生的自信心。

教学重点：训练学生的反应速度及起跑与起跑后的快速奔跑结合，

教学难点：上下肢用力协调连贯。

教学过程：

一、开始部分（3分钟）

（一）整理队伍（二）点名报数（三）安排见习（四）宣布上课

二、准备部分（5分钟）

首先安排学生绕篮球场慢跑两圈；

三、基本部分（29分钟）

学习短跑蹲踞式起跑器的准备姿势和重心控制，动作要领：“各就位”：听到口令后，走到起跑线前，两脚前后开立，有力腿在前，前脚脚尖离起跑线的距离约自己脚长的一倍半，两脚前后相距也约一脚半，左右相距约一拳宽；两臂伸直左右分开约与肩同宽，两手拇指相对，其余四指并拢，虎口向前，手成弓形撑于起跑线后；重心约在两臂和两腿之间；两腿屈膝，后膝着地，颈部放松。“预备”：后膝离地，臀部慢慢抬起稍高于肩，重心稍前移，集中注意力听信号。“跑”：两手迅速推离地面，两臂用力前后摆动；两脚用力蹬地，后腿积极前摆，前腿充分蹬伸，身体以较大前倾向前跑出。

组织：1. 把学生分为3个组逐个练习，一令一动结束后放松排到队列最后一排。

教法：1. 老师正确规范的示范，讲清楚每个技术的要领 2. 学生分组练习，没人尝试2次，体会动作的要领。3. 纠正错误：（1）纠正大部分人都容易出现的错误，如：重心的控制、姿势的不规范行。（2）对个别同学的错误。

要求：（1）学生认真听老师讲解技术动作和要领。（2）在练习中认真主动完成练习。

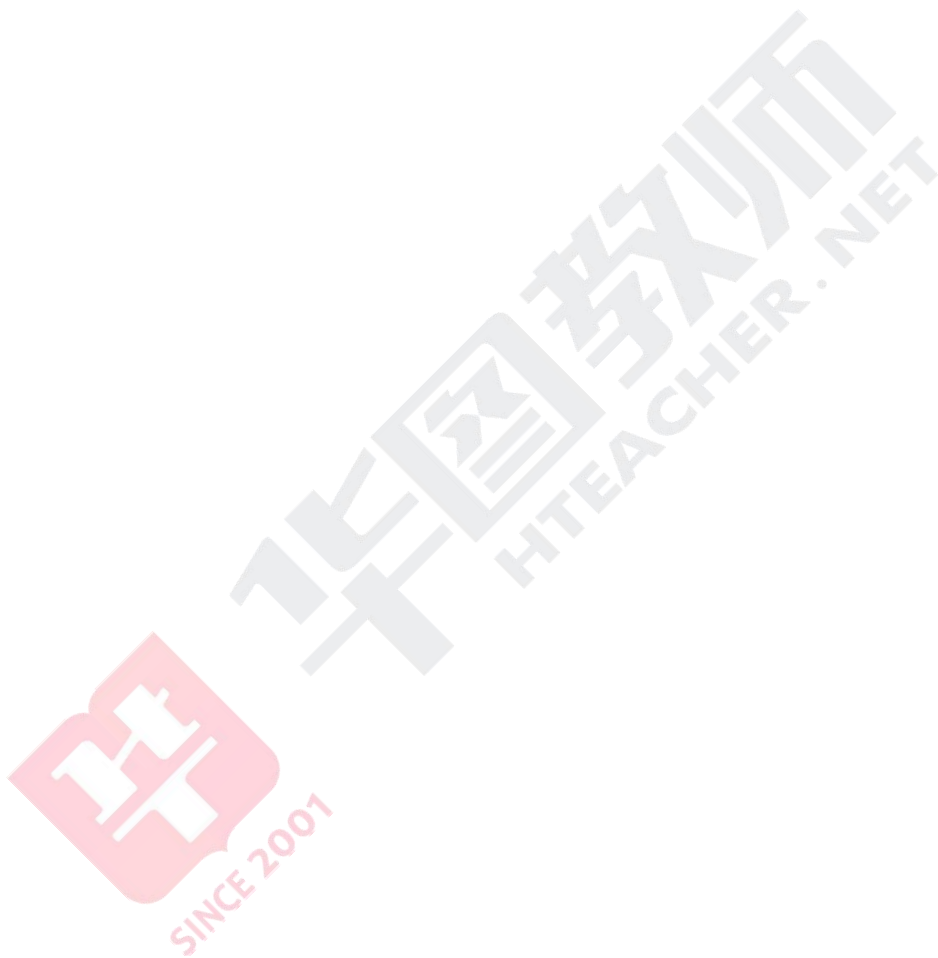
（3）听老师的口令练习

四、结束部分

(1) 集中放松身体。(2) 集合整队，见习生入列 (3) 课堂小结

场地器材：400m 标准田径场 4 个起跑起跑器

预计负荷：心率 120-140 次每分钟，练习密度 35%-45%。



教师招聘考试小学体育学科模拟题 2

第二部分：专业知识（80分）

一、是非判断题（20 小题，每小题 1 分，共 20 分“对下列命题作出判断，你认为正确的在答题框相应位置打“√”，错误的打“×”。不按要求作答的不予计分。）

1. 健美操常见的音乐种类有：爵士乐、迪斯科、摇滚乐和轻音乐。
2. 体育态度不具有稳固性和持久性。
3. 人工呼吸的吹气次数应是 60~70 次/分，而胸外挤压的次数 18~20 次/分。
4. 推铅球时必须掌心触球。
5. 足球比赛规则规定直接接到界外球者没有越位限制。
6. 少儿阶段的最大摄氧量和负氧债的能力高于青年人、成年人。
7. 动作结构是借以区别不同动作的，是正确动作的依据。
8. 肩肘倒立—前滚成蹲立动作的动作要点是仰卧始，向后倒肩、举腿、翻臀。
9. 在摔跤比赛时，摔跤手的目的都是将对手的肩膀压到毯子上的时间长度足以控制对手，目的达到就可以自动结束比赛。
10. 一般跳跃是利用器械的跳上、跳下进行的练习，是发展身体素质的一种手段，可根据不同的目的选用练习。
11. 传切战术配合指的是行进间运球，将球传至篮下接球人，接着向篮下切入，接回传球三步上篮得分的进攻配合。
12. 跨栏跑的过栏技术，摆动腿是蹬、叠、拉。起跨腿是抬、伸、压。
13. 摸索游戏是在游戏者不用视觉的情况下，依照一定的规则，判断方向、距离或通过一定的障碍的游戏。
14. 体育教学中的“主导”指的是教学手段
15. 必需脂肪酸是指人体不能合成的某些不饱和脂肪酸，它们为人体所必需并应由食物提供。
16. 竞技体育项目按模糊聚类分析法可以分为体能、技能和对抗三大类。
17. 适应性比赛训练法是在人为模拟比赛环境下进行的，以提高运动员适应重大比赛的能力为目的的一种比赛训练法。
18. 运动能力是体育老师从事本职工作的特殊能力。

19. 男子 400 米栏共有 34 人参加, 按规则规定应安排预、次、复、决四个赛次。

20. A1 传球给 A2, 球被 B1 在断球中拍击, 球飞向 B 队本方球篮, 并触及篮圈后弹起, 此时 24 秒信号响, 随后球下落并进入球篮, 该球中篮应计得分。

二、单项选择题(20 小题, 每小题 1 分, 共 20 分, 下列每小题备选答案中, 只有一项最符合题意, 请将所选答案前的字母填在答题框相应位置。不按要求作答的不予计分。)

21. 在运动技能形成的分化过程中, 教练应该强调 ()。

- A. 动作细节
- B. 动作主要环节
- C. 练习的经常化
- D. 动作精益求精

22. 脚背正面踢定位球(足球)时, 其助跑路线应为 ()。

- A. 斜线
- B. 直线
- C. 小斜线
- D. 其他

23. 足球脚背正面踢球时, 当摆动腿以髋关节为轴, 大腿带动小腿由后向前摆时, 小腿的加速前摆时间是 ()。

- A. 膝盖接近球的垂直上方时
- B. 摆动腿后摆时膝盖超过球的垂直上方时
- C. 膝盖摆到球的内侧垂直上方时
- D. 膝盖接近球的斜上方

24. 平衡能力自然发展的敏感期是 ()。

- A. 7~13 岁
- B. 7~12 岁
- C. 6~8 岁
- D. 10~12 岁

25. 儿童少年的长骨不断长长的原因是 ()。

- A. 骨膜内的成骨细胞不断分泌骨质的结果
- B. 骺软骨不断增长、骨化的结果
- C. 骨细胞不断分裂、增大的结果
- D. 骨髓不断增生的结果

26. 健美操手型中的“拳”应五指弯曲紧握、大拇指扣在中指和食指的 ()。

- A. 第二关节和第三关节之间
- B. 第三关节
- C. 第一关节
- D. 第二关节

27. 篮球运动的持球手法是传球的基础, 而提高传球技术的关键是 ()。

- A. 球的落点
- B. 双手持球
- C. 合理的用力
- D. 注意观察

28. 篮球进行间单手肩上低手投篮的脚步动作(右手为例)是()。

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

29. 篮球后退跑是队员在球场上背对前进方向的一种跑的方法,是为了观察场上()情况。

- A. 进攻
- B. 防守
- C. 攻守
- D. 改变

30. 发球时,乒乓球拍后仰向前正方发力所击出的球具有()功能。

- A. 下旋
- B. 飘球
- C. 上旋
- D. 扣球

31. 排球比赛中,自我掩护进攻可分为“时间差”、“位置差”和()。

- A. 时速差
- B. 距离差
- C. 空间差
- D. 前后差

32. 足球比赛中裁判员认为队员是受轻伤,则应该()。

- A. 立即停止比赛处理受伤队员
- B. 继续比赛直到成死球再处理
- C. 不予理睬
- D. 判罚假摔

33. 技术教学时,对因概念不清而产生的错误动作的纠正方法是()。

- A. 鼓励、启发、提高信心
- B. 加强练习,提高身体素质
- C. 通过练习,慢慢领悟正确动作要领
- D. 通过示范,进一步讲清动作要领

34. 跳远沙坑的宽度最小为()米。

- A. 2.65
- B. 2.75
- C. 2.85
- D. 3

35. 小学三年级跳远教材要点是助跑轻松有()。

- A. 节奏
- B. 冲劲
- C. 力量
- D. 速度

36. 单杠支撑后回环的动作难点是()。

- A. 倒肩压臂腹贴杠
- B. 倒肩压臂腹离杠

C. 倒肩压臂抬头支撑 D. 蹬跳压臂成支撑

37. 三级跳远起跳板至落地区远端不得短于（ ）。

- A. 9 米 B. 10 米
C. 21 米 D. 19 米

38. 主张按照关节活动的难易程度安排体育活动教学顺序的是（ ）。

- A. 裴斯泰洛奇 B. 古茨姆茨
C. 杜威 D. 任德

39. 前臂出血时,为了止血应指压（ ）。

- A. 锁骨下动脉 B. 肱动脉
C. 尺动脉 D. 枕动脉

40. 从出血的种类来说可分为毛细血管出血、静脉出血、动脉出血,下面出血情况（ ）属于静脉出血。

- A. 鲜红色的血液喷泉般流出不止,时间稍久就会有生命危险
B. 鲜红色的血液从整个伤口向外渗出,时间不久就会凝固
C. 暗红色的血液像流水一样不断流出,危险性较大
D. 艳红色的血液像流水一样不断流出,危险性较大

三、多项选择题(5 小题,每小题 2 分,共 10 分,下列每小题备选答案至少有两项是符合题意的,请将所选答案前的字母填在答题相应位置。多选、少选、错选和不按要求作答的均不给分。)

41. 常见的支撑跳跃有（ ）。

- A. 横箱分腿腾跃 B. 横箱屈腿腾跃
C. 横箱伸腿腾跃 D. 山羊分腿腾跃

42. 长拳中的传统技法有（ ）。

- A. 放长击远 B. 长桥大马
C. 以大开大合取敌 D. 刚柔并济

43. 篮球比赛中的转身包括（ ）转身。

- A. 前 B. 后
C. 正 D. 侧

44. 提升弹跳训练的方法有（ ）。

- A. 抬脚尖 B. 台阶跳

C. 脚尖跳

D. 半蹲跳

45. 根据《国家学生体质健康标准》，下列属于小学 1-4 年级测试的项目的是（ ）。

A. 掷实心球

B. 50 米跑

C. 立定跳远

D. 坐位体前屈

四、简答题(4 小题, 每小题 5 分, 共 20 分。)

46. 简述小学生田径运动会医务监督的内容。

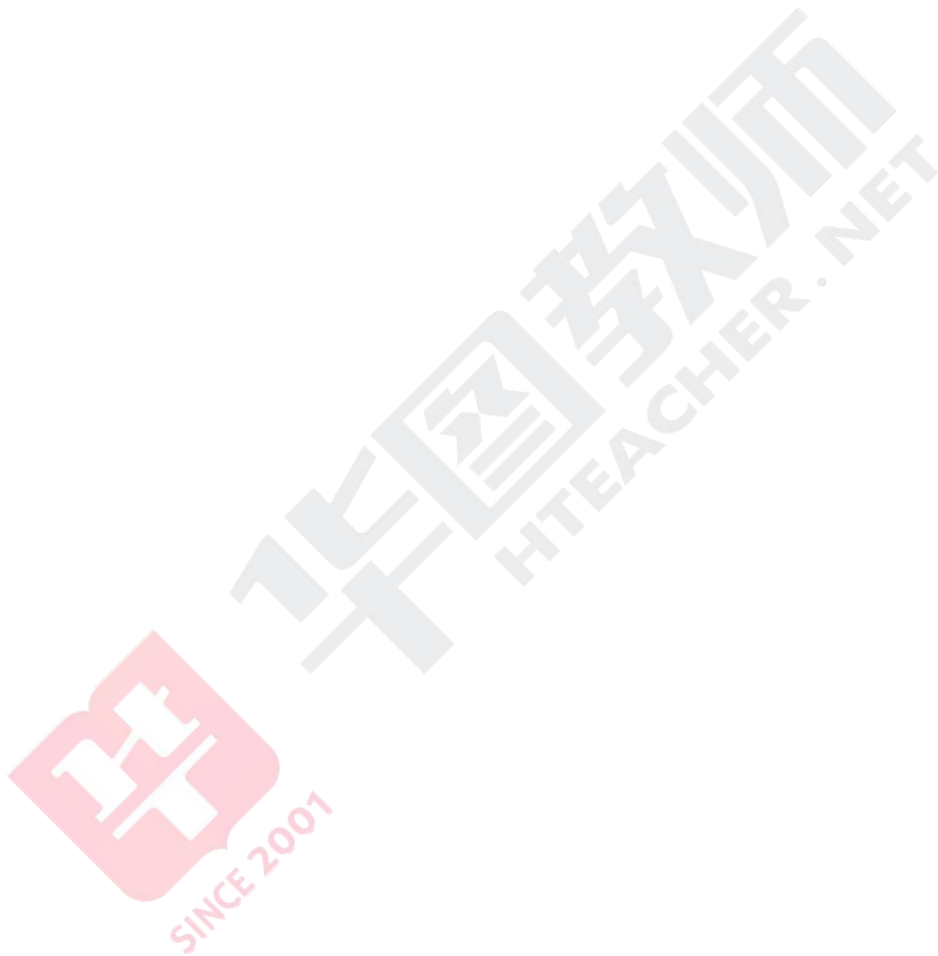
47. 简述跳远助跑步点不准确的主要原因及纠正方法。

48. 简述柔韧的生理因素。

49. 周训练计划根据训练任务及内容有哪几种类型。

五、论述题（10分）

50. 根据儿童少年运动系统的特点，试述在健身运动过程中应注意哪些保健要求。



教师招聘考试小学体育学科模拟题 2 答案及解析

第二部分：专业知识（80分）

一、是非判断题（20 小题，每小题 1 分，共 20 分“对下列命题作出判断，你认为正确的在答题框相应位置打“√”，错误的打“×”。不按要求作答的不予计分。）

1. 【答案】√

【解析】略。

2. 【答案】×

【解析】体育态度由认知、情感和行为倾向三种主要成分构成。体育态度是学生对体育学习和锻炼活动所持有的认知评价、情感体验和行为意向的综合表现。体育态度也是学生在长期的社会环境影响下，从一定的直接经验和间接经验中习得的。它一旦形成，就具有一定的稳定性。

3. 【答案】×

【解析】人工呼吸，借助人工方法来维持机体的气体交换，以改善病员缺氧状态，并排出二氧化碳，为恢复病员自主呼吸创造条件，最常用为口对口人工呼吸法。单人抢救时，吹气频率为 12—16 次/分钟。胸外挤压的频率为 60—80 次/分钟。两人进行抢救，一人负责心脏复苏，一人负责肺复苏。具体步骤为一人做 5~10 次心脏挤压(60~80 次/分钟频率)，另一人吹一口气(12~16 次分钟频率，同时或交替进行。但要注意正吹气时避免做心脏挤压的压下动作，以免影响胸廓的起伏。

4. 【答案】×

【解析】推铅球手触球的部位为掌根触球，掌心需要空出来。

5. 【答案】√

【解析】处于越位位置接角球、界外球、球门球不犯规。

6. 【答案】×

【解析】少儿阶段的最大摄氧量和负氧债的能力低于青年人、成年人。最大摄氧量在少儿期间随年龄增长而增加，并于青春发育期出现性别差异，男子一般在 18-20 岁时最大摄氧量达峰值，并能保持到 30 岁左右；女子在 14-16 岁时即达峰值，一般可保持到 25 岁左右。以后，最大摄氧量将随年龄的增加而递减。

7. 【答案】×

【解析】动作结构是借以区别不同动作，包括正确动作和错误动作的依据。

8. 【答案】×

【解析】题干只是叙述肩肘倒立动作要领，且存在动作错误，应该是由两腿伸直并腿做垫开始。

9. 【答案】√

【解析】略。

10. 【答案】×

【解析】跳跃包括一般跳跃和支撑跳跃两大类。一般跳跃有跳上、跳下、跳越障碍等动作，是支撑跳跃的基础。

11. 【答案】×

【解析】传切配合是指队员之间利用传球和切入技术所组成的简单配合，包括一传一切和空切两种，是一种最基本的简单易行的进攻方法。

12. 【答案】×

【解析】起跨腿是蹬、叠、拉。摆动腿是抬、伸、压。

13. 【答案】√

【解析】略。

14. 【答案】×

【解析】教师的主导性在于：明确教学目标，然后要对学生的学习动机、兴趣、学习步骤等进行深入地了解，并根据目标和学习动机的关系来编制教材和实际教学过程，这样就可以不断地激发学生的动机和学习积极性，使师生融洽地、相互配合地达到教学目标。

15. 【答案】√

【解析】略。

16. 【答案】×

【解析】竞技体育项目按模糊聚类分析法，可以分为体能、技能、对抗、高科技四大类。

17. 【答案】×

【解析】模拟性比赛方法指在训练的条件下，模拟真实比赛的环境和对手，并严格按照比赛规则进行比赛的训练方法。适应性比赛训练方法是指在真实比赛条件下，力求尽快适应重大比赛环境的训练方法。适应性比赛训练方法与模拟性比赛训练方法的不同在于，前者在正式比赛的环境下进行，后者则在人为模拟比赛环境下进行。

18. 【答案】√

【解析】略。

19. 【答案】√

【解析】男子 400 米栏共有 34 人参加, 按规则规定应安排预、次、复、决四个赛次。

20. 【答案】√

【解析】略。

二、单项选择题(20 小题, 每小题 1 分, 共 20 分, 下列每小题备选答案中, 只有一项最符合题意, 请将所选答案前的字母填在答题框相应位置。不按要求作答的不予计分。)

21. 【答案】A

【解析】运动技能形成的分化过程中, 这时已初步建立了动力定型。但定型尚不巩固, 遇到新异刺激(如有外人参观或比赛等), 多余动作和错误动作可能重新出现。在此过程中, 教师应特别注意错误动作的纠正, 让学生体会动作的细节, 促进分化抑制进一步发展, 使动作日趋准确。故本题选 A。

22. 【答案】B

【解析】动作要领为直线助跑, 最后一步稍大些, 支撑脚积极着地支撑, 在球侧面 10—12 厘米左右, 脚尖正对出球方向, 膝关节微屈, 踢球腿随跑动向后摆动, 小腿屈曲, 支撑的同时踢球腿以髋关节为轴, 大腿带动小腿由后向前摆动, 当膝关节摆至球体正上方时, 小腿加速前摆, 脚背正面击球的后中部, 击球后身体随球前移。故本题选 B。

23. 【答案】A

【解析】动作要领为直线助跑, 最后一步稍大些, 支撑脚积极着地支撑, 在球侧面 10—12 厘米左右, 脚尖正对出球方向, 膝关节微屈, 踢球腿随跑动向后摆动, 小腿屈曲, 支撑的同时踢球腿以髋关节为轴, 大腿带动小腿由后向前摆动, 当膝关节摆至球体正上方时, 小腿加速前摆, 脚背正面击球的后中部, 击球后身体随球前移。故本题选 A。

24. 【答案】C

【解析】平衡能力自然发展的敏感期是 6~8 岁, 故本题选 C。

25. 【答案】B

【解析】长骨的长长依靠软骨内成骨来实现。早起骨骺与骨干之间还保留一定厚度的软骨, 即骺软骨。骺软骨中的细胞可不断分裂增殖, 同时骨化也不断向两端推进, 长骨因而不断增长。故本题选 B。

26. 【答案】D

【解析】健美操手型中的“拳”应五指弯曲紧握、大拇指扣在中指和食指的第二节。

故本题选D。

27. 【答案】C

【解析】合理的用力提高篮球传球技术的关键。故本题选C。

28. 【答案】D

【解析】动作方法以右手投篮为例，右脚跨出一大步的同时接球，接着左脚跨一小步并用力蹬地起跳，右膝屈膝上抬，同时举球至头上方；当身体接近最高点时右臂向前上方伸展，手腕前屈，食、中指用力拨球，通过指端将球投出。故本题选D。

29. 【答案】C

【解析】后退跑是在进攻或防守时背向跑动方向的一种跑动方法。故本题选C。

30. 【答案】

【解析】。

31. 【答案】C

【解析】自我掩护进攻可分为“时间差”、“位置差”和空间差。故本题选C。

32. 【答案】B

【解析】足球比赛中裁判员认为队员是受轻伤，一般继续比赛直到成死球再处理，而受重伤时立即停止比赛处理受伤队员。故本题选B。

33. 【答案】D

【解析】技术教学时，对因概念不清而产生的错误动作时，教练员可以通过正确示范，进一步讲清动作要领。故本题选D。

34. 【答案】B

【解析】落地区宽度最小为2.75米，最大为3米，并填满柔软及湿润的沙，沙面应与起跳板齐平。故本题选B。

35. 【答案】A

【解析】小学三年级的学生我们主要是急行跳远动作是由自然助跑，一脚蹬地踏跳、身体腾空和双脚轻巧落地四个连续的动作环节组成的，其中助跑与踏跳结合的技术是跳远的关键。因此，教学时应多做短距离助跑与踏跳相结合的游戏练习，在跳远与游戏教学中也应多做些快速奔跑练习，体会和掌握跑的节奏。故本题选A。

36. 【答案】A

【解析】学习要点：回摆时要直臂直体下落，肩保持在杠上垂面部位；当腹部接近杠时，同时上体迅速后倒。单杠支撑后回环的动作难点是倒肩压臂腹贴杠。故本题选 A。

37. 【答案】C

【解析】起跳板至落地区远程的距离不得少于 21 米。在国际赛中，建议起跳板至落地区近端的距离为男子不少于 13 米，女子不少于 11 米。故本题选 C。

38. 【答案】A

【解析】装斯泰洛齐第一个用要素的观点分析人体运动，他认为人体运动的基本要素是关节活动，它表现为简单的搬、推、拉、摇等基本动作。故本题选 A。

39. 【答案】B

【解析】前臂出血时，为了止血应指压上臂的肱动脉。故本题选 B。

40. 【答案】C

【解析】血液的颜色决定于红细胞内的血红蛋白的含量。富氧血呈鲜红色，缺氧血呈暗红色。静脉血缺氧成暗红色。且出血速度相对动脉出血较慢。但同样具有危险性，故本题选 C。

三、多项选择题(5 小题, 每小题 2 分, 共 10 分, 下列每小题备选答案至少有两项是符合题意的, 请将所选答案前的字母填在答题相应位置。多选、少选、错选和不按要求作答的均不给分。)

41. 【答案】ABD

【解析】常见的支撑跳跃有横箱分腿腾跃、横箱屈腿腾跃、山羊分腿腾跃跳上成跪撑接跪跳下、侧腾跃等。故本题选 ABD。

42. 【答案】ABC

【解析】长拳中的传统技法有 1. 放长击远；2. 长桥大马；3. 以大开大合取敌。刚柔并济属于武术的特点。故本题选 ABC。

43. 【答案】AB

【解析】篮球比赛中的转身包括前转身和后转身。故本题选 AB。

44. 【答案】ABCD

【解析】以上都是训练弹跳的训练方法，训练得当都可以提升弹跳力。故本题选 ABCD。

45. 【答案】BD

【解析】1-4 年级都有的测试项目有：身高、体重、肺活量、50 米跑、坐位体前屈、1 分钟跳绳。故本题选 BD。

四、简答题(4 小题, 每小题 5 分, 共 20 分。)

46. 【参考答案】

(1) 赛前医务监督赛前体格检查：检查的重点应该是心血管系统和运动系统，如测安静脉搏、血压、关节检查和询问近期的伤病情况。赛前组织管理：医务人员应协助体育教师做好比赛程序的组织和编排。制定比赛的计划和日程，应考虑的气候和儿童、青少年的生理解剖特点，做好赛前准备活动：准备活动是调整赛前身体供能状态和缩短进入人工作状态时间的重要措施，也是防止运动性伤病的主要手段。因此，应督促运动员做好准备活动。赛前还应对比赛场地、器材和运动服装进行认真的安全检查，配备好医务人员，准备好急救用品及药物。(2) 赛中医务监督应建立赛期临场医疗急救站，对比赛中出现的常见伤病，如腹痛、晕厥、肌肉痉挛、挫伤、撕裂伤、擦伤、韧带损伤等要随时注意观察，及时发现处理。对一些严重伤病，做现场紧急处理后送医院急救。在比赛中应做好饮料供应，加强饮食饮水卫生工作，特别是在炎热的气候下，应注意饮水和补充盐分防止中暑和电解质紊乱。(3) 赛后医务监督赛后体格检查：根据运动项目的特点，在赛后有针对性和选择性地体检，测定某些生理、生化指标，如脉率、血压、体重、尿蛋白、心电图、功能试验，询问学生自我感觉观察机体的恢复状况。如发现异常，应分析原因并及时处理。赛后消除疲劳等。

47. 【参考答案】

产生原因：

- ①助跑起动方法不固定；
- ②助跑节奏不稳定；
- ③最后一步起跳着板技术不正确；
- ④气候、场地、身体机能状况和心理因素的影响。

纠正方法：

- ①固定助跑的起动方式，正确使用助跑标志；
- ②固定加速方式，确定和掌握助跑节奏；
- ③反复进行起跳练习，着重改进和掌握起跳时的踏板放脚技术；
- ④注意在各种环境下进行练习，培养适应能力，提高助跑的稳定性。

48. 【参考答案】

柔韧性的生理学基础有

- (1) 关节的结构特征
- (2) 关节周围软组织的伸展性
- (3) 关节周围组织的体积
- (4) 中枢神经的协调功能和肌肉力量

49. 【参考答案】

根据训练任务及内容的不同，可把周的训练分为基本训练周、赛前训练周、比赛周以及恢复周这样四种基本类型。

五、论述题（10分）

【参考答案】

(1) 注意养成正确的身体姿势：儿童少年骨骼承受压力和肌肉拉力的功能都不及成人，骨易弯曲变形。因此要注意养成正确的坐、站、跑、跳的姿势。

(2) 注意全面的身体锻炼：网球、乒乓球、投掷等都是以一侧肢体为主进行的运动项目，若不注意进行对称练习，易造成发育不均衡，脊柱变形等。

(3) 注意运动场地的选择：儿童少年脊柱生理弯曲小于成人，缓冲作用较差，不宜在硬地上反复跳跃或着地动作过猛，否则会对下肢骨化点产生过大或过频的刺激，造成骨化点过早骨化或软骨损伤。应避免过多地进行从高处向下跳的练习，防止骨盆变形。

(4) 慎用负重练习：负重练习不宜过早、过多、过长，以防骨化过早完成，影响身高发育。

(5) 注意矿物质补充：儿童少年的骨骼生长正处于生长旺盛时期，对钙、磷等元素的需求量较大，膳食中要保证充足的钙、磷等的供给量。

(6) 注意将柔韧练习与负重练习结合：儿童少年的关节活动范围大，柔韧性好，宜进行柔韧性练习。但其关节的牢固性差，易造成关节韧带损伤或关节脱位。因此在发展关节柔韧性的同时，要注意发展关节周围的肌肉力量，增加其牢固性。

(7) 注意肌肉的平衡发展：在生长加速期，骨骼增长较快，宜多采用伸展练习拉长肌肉使之与骨骼同步发展。在骨骼增粗期，要注意发展肌肉力量，使骨骼肌变粗，力量变大。要注意发展小肌群的力量和伸肌力量，促进肌肉平衡发展。

教师招聘考试小学体育学科模拟题 3

一、是非判断题（25 小题，每小题 1 分，共 25 分“对下列命题作出判断，你认为正确的在答题框相应位置打“√”，错误的打“×”。）

1. 人体对外界环境刺激产生适应的能力是实现可训练性的生理基础。
2. 两个关节面面积大小差别越大, 关节运动幅度越大, 关节灵活性越小。
3. 体育课的运动负荷量度反映的是一节课时间是否合理利用, 而体育课的密度反映身体练习对机体刺激的程度。
4. 学生进行山羊分腿腾越时保护人站在落地点的前面, 扶同伴的背部或握住上臂。
5. 小学 1-6 年級的体育教学, 在让学生体验参加体育活动的同时, 还应加强对运动技能的学习。
6. 体育游戏是小学体育教学的主要内容。
7. 田径接力跑中, 如发生掉棒, 必须由掉棒人拾起。
8. 田径 100 米和 200 米比赛, 起跑器的安装方法是一样的。
9. 少年拳第一套是由震脚架打、望月平衡等动作组成。
10. 新兴运动类的项目包括轮滑、独轮车、攀岩等。
11. 乒乓球直拍握法的特点是出手较快, 正手攻球快速有力, 防守时照顾面积大。
12. 跳高比赛中, 在某高度上运动员可以第一次或第二次试跳后申请免跳。
13. 在中长跑比赛中, 一名终点冲刺能力比较强, 但整体实力稍弱的运动员, 为了战胜整体实力强于自己的对手, 往往在比赛的开始阶段采用领先跑战术。
14. 羽毛球比赛三场制时, 每场团体赛由两场单打和一场双打组成, 比赛场序可以是单、单、双, 或者是双、单、单。
15. 准确、速度、力量、旋转、落点是提高乒乓球击球成功率技术的五种因素。
16. 掷标枪场地助跑道宽 4 米, 起掷弧半径为 8 米, 有效落地区为 35 度角的扇形。
17. 心率是影响灵敏素质的主要因素。
18. 小学支撑跳跃的教学重点是第一腾空。
19. 人体力量素质发展最快的敏感期是 14--15 岁。
20. 发展有氧耐力效果较好的是 12 分钟跑。

21. 乒乓球比赛开始时及比赛过程中运动员需要更换球拍时，只需向裁判员展示他将要使用的球拍即可。

22. 田径全能比赛各单项之间的比赛间隔至少应有 30 分钟的休息时间。

23. 篮球比赛中，裁判员鸣哨时握拳高举表示某球员违例。

24. 正步走时要求踢出的腿要挺直，脚尖下压，脚掌与地面平行，离地面约 35 厘米高。

25. 小学阶段发展力量素质，应以动力性力量练习为主。

二、单项选择题(25 小题，每小题 1 分，共 25 分，下列每小题备选答案中，只有一项最符合题意，请将所选答案前的字母填括号内。)

1. 体育锻炼可使骨发生良好的变化。下列关于体育锻炼的作用，说法错误的是（ ）。

- A. 骨干增粗，长度增加
- B. 骨密质增厚
- C. 有机物增多，无机物减少
- D. 骨小梁变粗、增多，排列清晰

2. 下列关于关节腔的说法，正确的是（ ）。

- A. 指纤维层与滑膜层之间的腔
- B. 运动时关节腔内为正压
- C. 关节腔内有滑液
- D. 腔内有空隙与外界联通

3. 以下不属于体循环特点的一项是（ ）。

- A. 路程长
- B. 使静脉血转变成富含氧的动脉血
- C. 流经范围广
- D. 以动脉血滋养全身各部

4. 学校课余体育训练的固有特点是（ ）。

- A. 早期性
- B. 全面性
- C. 专业性
- D. 基础性

5. 以下关于田径运动会竞赛分组原则的说法，错误的一项是（ ）。

- A. 尽量使每组人数均等
- B. 预赛时同一单位运动员应尽量避免在同一组
- C. 长跑项目的最佳分组人数是每组 18 人
- D. 有报名成绩时可采用蛇形分组法

6. 男子三级跳远比赛的沙坑离起跳板的距离为（ ）米。

- A. 8
- B. 13
- C. 14
- D. 15

7. 跳起投篮是篮球运动中常见的投篮技术，其特征表现为（ ）。

A. 比赛表演

B. 愉悦身心

C. 技击

D. 适应

17. 武术运动的步形有弓步、马步、仆步、虚步、()。

A. 跳步

B. 跨步

C. 滑步

D. 独立步

18. 腿部柔韧性的练习方法主要有()。

A. 压腿、耗腿、搬腿

B. 弹腿、踢腿、控腿

C. 蹬腿、弹腿、压腿

D. 吊腿、撕腿、鞭腿

19. 下列关于乒乓球基本发球技术,说法错误的是()。

A. 正手发平击球:挥拍击球时有一个略向前下方压球的动作

B. 反手平击发球:击球点比较低,应与网同高

C. 正手发不转球:用球拍下半部分撞击球的中上部分

D. 正手发左侧下旋球:球拍略后仰,摩擦球的内侧下部

20. 乒乓球击球的四环节顺序分别是()。

A. 移动—准备—击球—还原

B. 准备—移动—击球—还原

C. 准备—移动—还原—击球

D. 准备—击球—移动—还原

21. 目前国际乒乓球比赛中所用球的直径为()毫米。

A. 37

B. 39

C. 40

D. 42

22. 健美操的基本动作包括()三个部分。

A. 躯干动作、上肢动作、下肢动作

B. 躯干动作、全身动作、局部动作

C. 上肢动作、下肢动作、局部动作

D. 四肢动作、躯干动作、局部动作

23. 羽毛球重()

A. 4.70-5.50克

B. 4.74-5.75克

C. 4.74-5.50克

D. 4.74-5.524克

24. 羽毛球比赛时,在双打接发球站位中,站得离前发球线很近,前脚紧靠前发球线,且身体前倾度较大,球拍高举的站位法是()。

A. 一般站位法

B. 抢攻站位法

C. 稳妥站位法

D. 特殊站位法

25. 以下不属于 1-2 年级学生身体健康学习目标要求的是 ()。

- A. 初步了解个人卫生保健知识和方法 B. 注意保持正确的身体姿态
C. 初步发展柔性、灵敏性和平衡能力 D. 初步了解疾病预防知识

三、简答题(2 小题, 每小题 5 分, 共 10 分)

1. 简述蹲踞式跳远的动作要点。

。

四、案例分析题(10 分)

在某小学四年级的一节体育课上, 在分组练习时, 一名男生没有按照教师的要求, 独自跑到单杠上去玩, 不小心从单杠上摔下, 造成了上肢摔伤。

请结合以上案例回答问题:

1. 教师应如何处理学生运动损伤? (4 分)
2. 体育教学和训练中应该怎样预防运动损伤? (6 分)

五、论述题(10 分)

1. 论述少年儿童骨骼的特点, 以及在运动训练中应注意的问题。

教师招聘考试小学体育学科模拟题 3 答案及解析

一、是非判断题（25 小题，每小题 1 分，共 25 分“对下列命题作出判断，你认为正确的在答题框相应位置打“√”，错误的打“×”。）

1. 【答案】√

【解析】略。

2. 【答案】×

【解析】构成的两个关节面的面积相差越大，关节越灵活，运动幅度也越大，但稳固性就差。

3. 【答案】×

【解析】体育课的运动负荷量度是身体练习对机体刺激程度的反映，体育课密度是一节课中合理利用时间的一个重要标志。

4. 【答案】×

【解析】学生进行山羊分腿腾越时保护人站在落地点的侧前面。如果是帮助应该站在正前方。

5. 【答案】×

【解析】小学阶段要注重体育游戏的学习，发展学生的基本运动能力。（取自义务教育课标——运动技能目标）。

6. 【答案】√

【解析】略。

7. 【答案】√

【解析】略。

8. 【答案】×

【解析】200 米跑涉及到弯道跑，200 米比赛应将起跑器安装在弯道跑道的右侧，起跑器对着弯道的切线方向。

9. 【答案】×

【解析】少年拳第一套有震脚架打、蹬踢架打、垫步弹踢、马步横打、弓步撩掌、虚步架打、跳步推掌、撩拳收抱。望月平衡属于少年拳第二套的动作。

10. 【答案】√

【解析】略。

11. 【答案】×

【解析】乒乓球直拍握法的特点是出手较快,正手攻球快速有力,防守时照顾面积小。

12. 【答案】√

【解析】略。

13. 【答案】×

【解析】在中长跑比赛中,一名终点冲刺能力比较强,但整体实力稍弱的运动员,为了战胜整体实力强于自己的对手,往往在比赛的开始阶段采用跟随跑战术。

14. 【答案】×

【解析】三场制:每场团体赛由两场单打和一场双打组成,比赛场序可以是单、单、双,或者是单、双、单。每队每名运动员在一场团体赛中只能出场一次单打,双打的运动员可以由单打运动员兼项,也可以规定必须由其他运动员出场。三场制的团体比赛是在基层比赛中采用,因为要求每队的人数较少,容易吸引较多的队参加。有时为了避免一个队只依靠一名技术水平高的运动员即可得到好的名次,竞赛主办方可以在竞赛规程中规定,在一场团体赛中一名运动员只能出场一次,即打了单打不能打双打、打了双打不能打单打。

15. 【答案】√

【解析】略。

16. 【答案】×

【解析】掷标枪场地助跑道宽4米,起掷弧半径为8米,有效落地区为约29度角的扇形面。

17. 【答案】×

【解析】灵敏素质是指在各种突然变化的条件下,机体能迅速、准确、协调改变身体运动空间位置和方向,以适应变化着的外环境的能力。影响灵敏素质的因素主要有年龄、性别、疲劳程度、情绪、其他身体素质发展水平(力量、速度、耐力、柔韧、协调性等)、运动技术的熟练及运动经验的丰富程度、气温。故心率不是影响灵敏素质的因素。

18. 【答案】×

【解析】小学支撑跳跃的重点是起跳。

19. 【答案】×

【解析】人体力量素质发展最快的敏感期是13--17岁。

20. 【答案】√

【解析】略。

21. 【答案】×

【解析】乒乓球比赛开始时及比赛过程中运动员需要更换球拍时，需向对方和裁判员展示他将要使用的球拍，并允许他们检查。

22. 【答案】√

【解析】略。

23. 【答案】×

【解析】单臂上举，掌心向前，张开手掌，五指并拢代表违例。

24. 【答案】×

【解析】正步走时要求踢出的腿要挺直，脚尖下压，脚掌与地面平行，离地面约 25 厘米高。

25. 【答案】√

【解析】略。

二、单项选择题(25 小题，每小题 1 分，共 25 分，下列每小题备选答案中，只有一项最符合题意，请将所选答案前的字母填括号内。)

1. 【答案】C

【解析】人体长期坚持适度的体育锻炼，可使骨密质增厚，骨径变粗，骨面肌肉附着处突起明显，骨小梁的排列更加有规律，骨小梁增粗。体育锻炼使骨的血液循环加强，改善了骨的营养，骨的新陈代谢也随之加强。所以，在形态结构方面发生良好的变化，使骨变得更加粗壮坚固，在抗压、抗弯曲和抗扭转方面的性能均有提高。体育锻炼可使有机物减少。故本题选 C。

2. 【答案】C

【解析】关节腔是由关节囊滑膜层和关节软骨共同围成的密闭腔隙，腔内有少量滑液，呈负压，对维持关节的灵活性与稳固性有一定作用。故本题选 C。

3. 【答案】B

【解析】体循环（大循环）由左心室射出的动脉血流入主动脉，又经动脉各级分支，流向全身各器官的毛细血管。然后血液经过毛细血管壁，借助组织液与组织细胞进行物质和气体交换。经过交换后，使动脉血变成了静脉血，再经过小静脉、中静脉，最后经过上、下腔静脉流回右心房。这一循环途径路径长、范围广，称为体循环。体循环以动脉血滋养全身各部，并将其代谢产物经静脉运回心。故本题选 B。

4. 【答案】D

【解析】学校课余体育训练的固有特点有业余性、基础性和广泛性。故本题选 D。

5. 【答案】C

【解析】不分道的径赛项目每组人数不应超过 12 人，否则应将他们分成两组同时起跑。

故本题选 C。

6. 【答案】B

【解析】在三级跳比赛中，男子比赛的沙坑离起跳板 13 米远，女子比赛则是 11 米远。

故本题选 B。

7. 【答案】D

【解析】跳起投篮具有突然性强、出球点高、不易防守。故本题选 D。

8. 【答案】D

【解析】排球换人规则：每一局每队最多可替换六人次。可以同时替换一人或多人。故本题选 D。

9. 【答案】D

【解析】脚内侧运球特点：与其他运球技术相比，速度最慢，容易控制，多用于掩护性运球或运球变向。动作要领：运球时，支撑脚稍向前跨，踏在球的前侧方，膝关节稍弯曲，上体前倾向里转。随着身体向前移动，运球脚提起，用脚内侧推球的侧后中部。故本题选 D。

10. 【答案】B

【解析】头顶球是一个自下而上全身协调发力的动作过程，它的动作结构由判断与选位、蹬地与摆动、头触球、触球后的身体控制四个环节组成。由于上体恢复正直时的力量最大，因此头顶球的最佳时机是上体恢复垂直状态时。故本题选 B。

11. 【答案】D

【解析】根据攻击时是否有愤怒的情绪表现，可以将运动员的攻击性行为分为故意性攻击和工具性攻击。故意性攻击，是指由攻击者的愤怒而产生的，具有使人受伤害的意图和引起他人痛苦的攻击性行为。工具性攻击，是指由希望得到奖赏所引起的，并通过强化而局限在一定条件下的攻击性行为，工具性攻击虽然也有伤害的意图，但其主要目的不是使攻击者受到身心上的痛苦，而只是将攻击作为达到目的的一种手段，一般没有愤怒的情绪，防守队员因铲球造成的攻击性行为属于工具性攻击。故本题选 D。

12. 【答案】A

【解析】在体操教学的第一阶段应做正确完整的示范，并配合精练、生动形象的讲解使

学生建立完整的动作概念。第二阶段除了做完整示范外，还应针对学生学习中出现的问题做分解示范或对比示范，以利于预防和纠正错误动作，改进和提高动作技术，故本题选 A。

13. 【答案】C

【解析】保护帮助者单腿跪立在练习者侧后方，当练习者后滚至头部时，一手拖其肩，一手推背，助其翻转。故本题选 C。

14. 【答案】D

【解析】跳马分腿腾越是由助跑、上板、踏跳、第一腾空、推手、第二腾空、落地 7 个技术环节组成。故本题选 D。

15. 【答案】B

【解析】自由体操属于竞技体操。故本题选 B。

16. 【答案】C

【解析】武术的本质是技击。故本题选 C。

17. 【答案】D

【解析】武术运动的步形有弓步、马步、仆步、虚步、歇步，独立步，故本题选 D。

18. 【答案】A

【解析】压腿是热身拉筋，是畅快运动的推进器，也是避免受伤的防护罩。耗腿是舞蹈、戏曲等专业必须完成的基本功，只有从小打下基础以后才能完成更难的技术技巧，目的是拉长腿部肌肉和韧带，养成腿部关节直伸的习惯和表现出优美的姿势，以便达到表演动作的标准要求。搬腿，主要是增进腿部的柔韧性，加大髋关节的活动幅度，提高腿部的上举力量，主要分正搬腿，侧搬腿，后搬腿三种。搬腿是武术的基本功之一。故本题选 A。

19. 【答案】C

【解析】正手发不转球时，用球拍的中上部去碰击球的中下部，球面后仰的角度小些。故本题选 C。

20. 【答案】B

【解析】乒乓球击球过程的基本结构是判断、移动、击球、还原，准备等同于判断故本题选 B。

21. 【答案】C

【解析】比赛用球由直径为 38 毫米重量 2.5 克的小球改为直径为 40 毫米、重量为 2.7 克的大球。故本题选 C。

22. 【答案】A

【解析】健美操的基本动作包括躯干动作、上肢动作和下肢动作，故本题选A。

23. 【答案】C

【解析】羽毛球重4.74-5.50克。故本题选C。

24. 【答案】B

【解析】双打抢攻站位法应站得离发球线很近，前脚紧靠在前发球线，而且身体倾斜度较大，球拍高举，这种站法以进攻型打法的男选手居多。故本题选B。

25. 【答案】D

【解析】1-2 年级学生身体健康学习目标要求有初步了解个人卫生保健知识和方法，注意保持正确的身体姿势，初步发展柔韧性、灵敏和平衡能力以及发展户外运动的能力。故本题选D。

三、简答题(2 小题, 每小题 5 分, 共 10 分)

1. 【参考答案】

蹲踞式跳远：起跳结束后，上体正直并保持腾空步，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，随后两腿上收，两臂由前向下、向后摆动。

四、案例分析题(10 分)

1. 【参考答案】

1. 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。这类损伤的处理原则是：及时止血和处理创口、预防感染。先止血然后再处理伤口（清洗、消毒、缝合、包扎、消炎）。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。

2. 闭合性软组织损伤是指局部皮肤或黏膜完整，无裂口与外界相通，损伤时的出血积聚在组织内，这在体育运动中最为常见。常见闭合性软组织损伤有：挫伤、肌肉肌腱拉伤、关节韧带扭伤、滑囊炎、肌腱鞘炎等。

1. 急性损伤的处理

(1) 早期：（损伤发生在 24—48 小时以内）

处理原则：制动、止血、防肿、镇痛及减轻炎症。

(2) 中期：（损伤发生在 24—48 小时以后）

处理原则：改善局部的血液和淋巴循环，促进组织的新陈代谢，加速瘀血和渗出液的吸

收及坏死组织的清除，促进再生恢复，防止粘连形成。

(3) 晚期

处理原则：恢复和增强肌肉、关节的功能。

2. 【参考答案】

加强思想教育、合理安排运动负荷、认真做好准备活动、合理安排比赛和训练、加强易伤部位的练习、加强医务监督工作。

五、论述题（10分）

1. 【参考答案】

(1) 儿童少年软骨成分较多，水分和有机物质(骨胶元)多，无机盐(磷酸钙、碳酸钙)少，骨密质较差，骨富于弹性而坚固不足，不易完全骨折而易于发生弯曲和变形。随着年龄增长，骨的无机盐增多、水分减少、坚固性增强而韧性减低，直到20~25岁骨化完成后，骨不再生长，身高也不再增长，但骨的内部构造仍在变化。下肢骨在16~17岁以后骨化迅速，而脊柱椎体到20—22岁才完成骨化。

(2) 针对儿童的骨的特点，所以训练时一定训练要注意以下几点：

- ①主要养成正确的身体姿势
- ②注意身体的全面训练
- ③在进行力量训练时，应注意负荷的重量
- ④注意练习场地的选择
- ⑤注意预防“骺软骨病”的发生
- ⑥适当营养注意矿物质补充：对钙、磷等元素的需求量较大

教师招聘考试小学体育学科模拟题 4

一、单项选择题（本大题共 60 道小题，每小题 1.1 分，共 66 分）

1. 下列运动中属于技能主导类项目的是（ ）。

- A. 跳远
- B. 400 米跑
- C. 跳水
- D. 400 米游泳

2. 采用高强度间歇训练时，每次练习的负荷时间应控制在（ ）。

- A. 10-20 秒
- B. 10-60 秒
- C. 20-80 秒
- D. 20-50 秒

3. 华生在 1913 年发表了（ ）标志着行为主义心理的诞生。

- A. 《一个行为主义者眼中所认为的心理学》
- B. 《行为-比较心理学导论》
- C. 《行为主义观点的心理学》
- D. 《行为主义》

4. （ ）是人体内最复杂的内分泌腺体，所产生的激素不但与身体骨骼、软组织的生长有关，而且影响其他内分泌腺的活动。

- A. 甲状腺
- B. 松果体
- C. 垂体
- D. 肾上腺

5. （ ）年，乒乓球传入中国。

- A. 1900
- B. 1904
- C. 1916
- D. 1919

6. 4*100 米的接力区为（ ）米，预跑区为 10 米。

- A. 10
- B. 20
- C. 30
- D. 40

7. 田径运动中，步长组成不包括（ ）。

- A. 着地缓冲距离
- B. 腾空距离
- C. 前摆距离
- D. 后蹬距离

8. 下列属于成年男子十项全能运动项目的是（ ）。

- A. 400 米跑
- B. 标枪
- C. 跳高
- D. 以上都是

18. 竞技体育的特征不包括（ ）。
- A. 强烈的竞争性
B. 充沛的体力和高超的技艺
C. 娱乐性
D. 自由开放性
19. 人体运动时，需氧量与吸氧量之间的差异称为（ ）。
- A. 运动后过量氧耗
B. 氧耗
C. 氧债
D. 氧亏
20. 训练的竞赛期中，运动负荷的安排应遵循（ ）的基本原则。
- A. 量大强度大
B. 量大强度小
C. 量小强度大
D. 量小强度小
21. 标准篮球场：长 28 米，宽（ ）米。
- A. 13
B. 14
C. 15
D. 16
22. 足球控球不包括（ ）。
- A. 运球
B. 运球过人
C. 传球
D. 接球
23. 速度素质包括反应速度、（ ）速度、位移速度。
- A. 水平
B. 动作
C. 起跑
D. 冲刺
24. 某市中学 8 支足球队举行比赛，采用单循环制，一共要进行（ ）场比赛。
- A. 21
B. 28
C. 36
D. 45
25. 在顺风情况下投掷标枪或铁饼时，出手角和倾斜角应（ ）。
- A. 出手角小些
B. 倾斜角大些
C. 出手角和倾斜角均不变
D. 倾斜角小些
26. 三角巾小悬臂带法不能用于（ ）损伤的固定。
- A. 肱骨
B. 肩
C. 锁骨
D. 前臂
27. （ ）不能与碘酒合用。
- A. 松节油
B. 酒精

- C. 过氧化氢溶液
D. 红药水
28. 肾上腺素能引起心率加快，心输出量增多，血压（ ）。
- A. 不变
B. 降低
C. 不确定
D. 升高
29. 第一届世界杯足球赛于 1930 年在（ ）举办。
- A. 乌拉圭
B. 巴西
C. 美国
D. 瑞典
30. 世界级乒乓球团体赛中，一般采用的赛制为（ ）。
- A. 七局四胜
B. 三局二胜
C. 五局三胜
D. 九局五胜
31. 一场足球比赛应有两支球队参加，每队上场队员人数不得多于 11 人，其中必须有 1 名守门员，如果任何一队少于（ ）人则比赛不能开始。
- A. 6
B. 7
C. 8
D. 9
32. 下列不属于躯干肌的是（ ）。
- A. 三角肌
B. 斜方肌
C. 膈肌
D. 胸大肌
33. 下列不属于有氧氧化系统供能特点的是（ ）。
- A. 终产物是水和二氧化碳
B. ATP 生成量很大
C. 能量输出功率很高
D. 需要氧的参与
34. （ ）是平衡和谐人体各种阴阳矛盾的健身养性的传统体育项目。
- A. 长拳
C. 短拳
B. 太极拳
D. 螳螂拳
35. （ ）是应用比人体温度高的物理因子刺激治疗伤病的方法。
- A. 拔罐疗法
B. 针刺疗法
C. 冷冻疗法
D. 温热疗法
36. 武术在我国有悠久的历史，起源于（ ）。
- A. 战争
B. 体育运动
C. 游戏
D. 生产劳动

- A. 平滑肌
B. 心肌
C. 旋前圆肌
D. 骨骼肌
47. () 属于封闭式的连贯的动作技能。
- A. 篮球中的发球
B. 铅球
C. 乒乓球
D. 自由体操
48. 在我国 () 最早论述了体育心理学的有关问题。
- A. 马启伟
B. 首国忠
C. 马约翰
D. 吴文忠
49. 在动作过程中，非外界作用于人体的力是 ()。
- A. 肌肉的拉力
B. 外界环境的阻力
C. 支撑反作用力
D. 摩擦力
50. 在日常体育教学中，为显示动作的前后距离，一般可使用 ()。
- A. 背面示范
B. 正面
C. 侧面
D. 镜面
51. 奥运会比赛中，运动员听到枪声起跑是 ()。
- A. 减压反射
B. 前馈反射
C. 非条件反射
D. 条件反射
52. 体育课时计划也称 ()。
- A. 年度计划
B. 教学进度
C. 单项计划
D. 教案
53. 体育教师的职业技能不包括 ()。
- A. 课余体育训练能力
B. 教学设计能力
C. 动作示范能力
D. 社会交往技能
54. 体育教学中，不属于分组不轮换的优点是 ()
- A. 场地器材充足
B. 不便于教师统一指导
C. 合理安排教材顺序
D. 合理安排运动负荷
55. 如果幼年时生长激素分泌过剩，就会患什么病 ()。
- A. 地方性甲状腺肿
B. 糖尿病
C. 侏儒症
D. 巨人症

A. 正确 B. 错误

68. 动脉出血，颜色为鲜红色，血液从伤口一股股喷出。

A. 正确 B. 错误

69. 处于半封建半殖民地的近代中国，武术被誉为“国术”

A. 正确 B. 错误

70. 动作记忆不是运动记忆的主要成分。

A. 正确 B. 错误

71. 挫伤属于闭合性软组织损伤

A. 正确 B. 错误

72. 男孩子力量增长最快的年龄阶段是 14~17 岁。

A. 正确 B. 错误

73. 排球比赛场地分为比赛区和无障碍区。

A. 正确 B. 错误

74. 奥运会足球赛是世界上规模最大，影响最大，水平最高的足球比赛

A. 正确 B. 错误

75. 在器械上发生意外时，练习者采用紧握器械停止练习的措施属于自我保护。

A. 正确 B. 错误

76. 体育教学中的篮球运动是一项个人对抗性的球类游戏。

A. 正确 B. 错误

77. 一般来说，跳远助跑最后一步于倒数第二步步长相比稍短。

A. 正确 B. 错误

78. 运动技术原理须全部或部分服从动力学原理

A. 正确 B. 错误

79. 短跑项目的起跑都采用站立式

A. 正确 B. 错误

80. 在体育领域，无论家长，教练员和队员强调比赛获胜还是技术掌握，会在一个运动集体中造成不同的心理气氛，这被称为动机气氛。

A. 正确 B. 错误

三、简答题（本大题共 2 道小题，每小题 8 分，共 16 分）

81. 什么是适宜负荷原则？请简述贯彻适宜负荷原则的训练学要点？

82. 试论述应如何预防运动时发生肌肉痉挛？



教师招聘考试小学体育学科模拟题 4 答案及解析

一、单项选择题（本大题共 60 道小题，每小题 1.1 分，共 66 分）

1. 【答案】C

【解析】依据竞技能力的主导因素划分，400米跑属于体能主导类速度性项群，400米游泳属于体能主导类耐力性项群，跳远属于体能主导类快速力量性项群，按照各个项目体能或技能表现形式和特征分类，跳水属于技能主导类表现难美性项群。故本题选C。

2. 【答案】A

【解析】根据间歇的负荷时间可以分为高强度间歇训练，强化间歇训练，发展间歇训练，其中高强度间歇训练方法的一次练习时间较短为小于40秒。故本题选A。

3. 【答案】A

【解析】美国心理学家华生发表了《一个行为主义者眼中所认为的心理学》标志着行为主义心理学的诞生。故本题选A。

4. 【答案】C

【解析】垂体是人体内最复杂的内分泌腺体，所产生的激素不但与身体骨骼、软组织的生长有关，而且影响其他内分泌腺的活动。故本题选C。

5. 【答案】B

【解析】1904年乒乓球运动从日本传入中国。故本题选B。

6. 【答案】B

【解析】4*100米的接力区为20米，预跑区为10米。故本题选B。

7. 【答案】C

【解析】步长是由后蹬距离、腾空距离和着地缓冲距离三部分组成。故本题选C。

8. 【答案】D

【解析】男子十项全能，第一天：100米赛跑，跳远，铅球，跳高和400米赛跑；第二天：110米栏，铁饼，撑竿跳高，标枪和1500米赛跑。故本题选D。

9. 【答案】A

【解析】本题考查的是体育心理学的相关知识，由于体育在训练时不仅要承受心理上的压力还要承受身体上的压力，所以一般在训练时注重对学生的心理和技能两个方面进行科学的训练，也就是心理技能训练：就是有系统，持续化的心智或心理技能的练习，而不仅仅是传统的心理训练。故本题选A。

10. 【答案】B

【解析】儿童少年生长发育的一般规律为生长发育是一个由量变到质变的过程，生长发育

是波浪式的，其中以身高、体重为例，从胎儿到人体生长发育成熟时期期间有两次增长较快的阶段，称为突增期或生长发育高峰，第一次为胎儿时期开始到出生后的第一年内，第二次一般从10~12岁开始。故本题选B。

11. 【答案】C

【解析】发展柔韧素质的常用练习方法，动力拉伸法和静力拉伸法，其中A选项被动性拉伸练习，B选项动力性拉伸练习，D选项静力性拉伸练习都属于拉伸法。故本题选C。

12. 【答案】B

【解析】个体与他人行为的共同性因素越少，相应推断的可靠性就越低。个体与他人行为的共同性因素越多，相应推断的可靠性就越高。故本题选B。

13. 【答案】D

【解析】公元前776年在希腊举行了第一届古代奥林匹克运动会。故本题选D。

14. 【答案】A

【解析】(1) 调节血液循环、增强心脏功能；(2) 调节神经功能，减轻或消除疼痛；(3) 增强机体抗病能力，提高自身免疫功能；(4) 矫正骨与关节的位置异常，改善关节功能；(5) 修复创伤组织，增加皮肤弹性；(6) 消除肌肉疲劳、增进肌肉动力功能。故本题选A。

15. 【答案】C

【解析】A选项“8”字包扎法适用于关节部位包扎。B选项转折形包扎法：用于包扎前臂、大腿和小腿等粗细相差较大的部位。C选项环行包扎法：适用于额部、手腕和小腿下部粗细均匀的部位。D选项螺旋形包扎法用于肢体粗细相差不多的部位，如上臂、大腿下段和手指。故本题选C。

16. 【答案】D

【解析】D选项，三大热源物质是糖、脂肪和蛋白质。故本题选D。

17. 【答案】B

【解析】马拉松全长42.195公里，故本题选B。

18. 【答案】D

【解析】竞技体育的特点有竞争性、规范性、公平性、集群性、公开性、观赏性。D选项竞技体育具有规范性和自由开放性项。故本题选D。

19. 【答案】D

【解析】运动一开始，肌肉对氧的需求量立刻增加，由于内脏器官的生理惰性，需要几

分钟才能使摄氧量达到稳定状态，因此在运动的开始阶段，摄氧量总是小于需氧量，需氧量与摄氧量之间的差异称为氧亏。故本题选 D。

20. 【答案】C

【解析】训练的竞赛期中，运动负荷的安排应遵循量小强度大的基本原则，以此来保证运动员的最佳状态，故本题选 C。

21. 【答案】C

【解析】标准篮球场地：长 28 米，宽 15 米。故本题选 C。

22. 【答案】C

【解析】足球的控球是指尽可能多的把球权控制在本方的脚下，慢慢推进以寻求机会的打法，故本题选 C。

23. 【答案】B

【解析】速度素质包括反应速度，动作速度，位移速度（移动速度）。故本题选 B。

24. 【答案】B

【解析】8 支球队进行单循环赛场数公式 $[n \times (n-1)] \div 2 = 28$ 。故本题选 B。

25. 【答案】B

【解析】在掷标枪和掷铁饼时，是根据风向和风速，掌握好器械飞行的倾斜角度和器械的出手角度，通常在逆风情况下投掷时，出手角度和倾斜角度小些。在顺风情况下投掷时，出手角度和倾斜角度应大些，以减少空气的阻力作用和增加空气的升力作用。故本题选 B。

26. 【答案】B

【解析】三角巾小悬臂带法是适用于肱骨、肩和锁骨损伤的固定。不能用于前臂。故本题选 B。

27. 【答案】D

【解析】红药水里的汞溴红和碘酒里的碘相遇时，会生成碘化汞。碘化汞是一种剧毒物质，对皮肤黏膜及其他组织会产生强烈的刺激作用，甚至引起皮肤损伤、黏膜溃疡。故本题选 D。

28. 【答案】D

【解析】肾上腺素能引起心率加快、心输出量增多、血压升高。故本题选 D。

29. 【答案】A

【解析】第一届世界杯足球赛于 1930 年在乌拉圭举办，每隔 4 年举办一次。故本题选 A。

30. 【答案】C

【解析】团体为五局三胜，单打为七局四胜制。故本题选 C。

31. 【答案】B

【解析】一场足球比赛应有两支球队参加，每队上场队员人数不得多于 11 人，其中必须有 1 名守门员，如果任何一队少于 7 人则比赛不能开始。故本题选 B。

32. 【答案】A

【解析】BCD 选项都属于躯干肌，三角肌属于四肢肌肉。故本题选 A。

33. 【答案】C

【解析】有氧氧化系统，该能源系统以糖和脂肪为主，尽管其供能的最大输出功率仅达酵解能系统的二分之一，ABC 选项都属于有氧氧化系统的供能特点。故本题选 C。

34. 【答案】C

【解析】太极拳是以太极阴阳学说理论来解释拳理而得名，它是平衡和谐人体各种阴阳矛盾的健身养性的传统体育项目。故本题选 C。

35. 【答案】D

【解析】温热疗法：是应用比人体温度高的物理因子刺激治疗伤病的方法。故本题选 D。

36. 【答案】D

【解析】武术在我国有悠久的历史，起源于缘故祖先的生产劳动。人们在狩猎的生产活动中，逐渐积累了劈、砍、刺的技能，这些原始的攻防技能是低级的，还没有脱离生产技能的范畴，却是武术技术形成的基础。故本题选 D。

37. 【答案】C

【解析】可兴奋组织，受刺激后可以产生动作电位的组织(或细胞)称为可兴奋组织(或细胞)，通常指神经、肌肉和腺细胞等。故本题选 C。

38. 【答案】C

【解析】三大球类运动是篮球、排球、足球。故本题选 C。

39. 【答案】A

【解析】男子体操比赛项目有自由体操、鞍马、吊环、跳马、双杠和单杠六项。女子体操项目包括自由体操、跳马、平衡木和高低杠。故本题选 A。

40. 【答案】C

【解析】ABD 在进行体操运动是都会用到器械，而自由体操属于基本体操，不需要运动到器械。故本题选 C。

41. 【答案】C

【解析】椎骨包括颈椎 7 块，胸椎 12 块，腰椎 5 块，骶椎 5 块及尾椎 3~5 块。故本题选 C。

42. 【答案】B

【解析】选择田径运动教学内容的基本原则如下：（1）健身性原则（2）简易性原则（3）兴趣性原则。故本题选 B。

43. 【答案】C

【解析】消化腺有胃腺肠腺唾液腺胰腺和肝脏。故本题选 C。

44. 【答案】A

【解析】一个标准田径运动场应由两个平行的直道和两个半径相等的弯道组成，跑道全长应为 400 米，半径为 36 米。故本题选 A。

45. 【答案】D

【解析】足球无球技术有起动、跑、急停转身、身体假动作，足球有球技术有踢球、停球、头顶球、运球、抢截球、假动作、掷界外球、守门员技术。故本题选 D。

46. 【答案】D

【解析】运动系统包括骨、骨连结和骨骼肌三部分构成。故本题选 D。

47. 【答案】D

【解析】连贯的动作技能完成动作序列较长如舞蹈、自行车之类，不连贯的动作技能完成动作序列较短，其精确性可以记数，如射箭、一次投篮、举重、铅球等。开放性技能是指外部条件不断变化着，封闭性动作技能是外部环境保持不变。因此篮球中的发球会受防守队员的干扰，是开放性不确定性的，是属于开放式的不连贯动作。铅球受外界条件影响较少，属于封闭式不连贯动作技能。乒乓球在能对手的较量中会随对手打法而改变战略，是开放性不连贯的动作技能。自由体操是一个人在无其他干扰的情况下完成一整套固定的动作，因此属于封闭式的连贯动作技能。故本题选 D。

48. 【答案】C

【解析】马约翰是我国著名体育教育家，1926 年他在《体育的迁移价值》中最早论述了体育心理学的有关问题。故本题选 C。

49. 【答案】A

【解析】肌肉的拉力属于内力而体运动时受到的外力有以下几种：①支撑反作用力；②

重力；③摩擦力；④空气阻力。故本题选 A。

50. 【答案】C

【解析】为了显示动作的左右距离，采用正面示范；为了显示动作的前后部位，采用侧面示范；对方向、路线变化比较复杂的动作，可采用背面示范；对于一些简单动作，为了便于教师领做、学生模仿则可采用镜面示范。故本题选 C。

【答案】D

【解析】非条件反射是指不需要后天学习就会的东西，而条件反射是指需要后天学习的，比如田径观众在听枪响时无任何反应，但是运动员由于常年的训练，形成了一种条件反射，因此运动员在听枪响后会迅速起跑，属于条件反射。故本题选 D。

52. 【答案】D

【解析】体育课时计划也称教案，以单元计划为依据。故本题选 D。

53. 【答案】D

【解析】体育教师职业技能包括（1）教学设计能力（2）课堂组织和运用口令的能力（3）语言表达和动作示范的能力（4）课外体育组织能力（5）组织竞赛与裁判能力（6）课余体育训练的能力。故本题选 D。

54. 【答案】B

【解析】分组不轮换的优点是场地器材充足，便于教师统一指导，合理安排教材顺序，合理安排运动负荷，故本题选 B。

55. 【答案】D

【解析】生长激素分泌异常时人会患一些疾病：如果幼年时生长激素分泌不足，会患侏儒症；如果幼年时期生长激素分泌过多，则会过分生长，到了成年，有的身高可达 2.6m 以上，这叫巨人症，故本题选 D。

56. 【答案】A

【解析】缺乏维生素 A，导致夜盲症等症状，缺乏维生素 D 导致儿童佝偻病，成年人出现骨软化和骨质疏松。维生素 C 可以促进铁的吸收，促进伤口的愈合。故本题选 A。

57. 【答案】C

【解析】武术搏斗运动包括散打、推手、短兵和长兵。故本题选 C。

58. 【答案】C

【解析】体操要求要有较强的艺术性，它是体育与艺术修养的高度结合。故本题选 C。

59. 【答案】B

【解析】根据运动兴趣的深度、范围和稳定性，可以分为有趣、乐趣和志趣。有趣是低层次兴趣，乐趣是中层次兴趣，志趣是高层次兴趣。故本题选B。

60. 【答案】B

【解析】身体训练和技术训练是课余训练最主要的内容。故本题选B。

二、判断题（本大题共 20 道小题，每小题 0.9 分，共 18 分）

61. 【答案】A

【解析】神经组织是由神经细胞和神经胶质细胞组成，他们都是由突起的细胞。神经细胞是神经系统的结构和功能单位，亦成为神经元。

62. 【答案】B

【解析】上肢与躯干连接的关节除了肩锁关节还有胸锁关节。

63. 【答案】A

【解析】静止状态启动一般采用近似站立式起跑的姿势。由于开始几步助跑的步幅和速度都容易控制，因而有利于运动员提高助跑的准确性。

64. 【答案】A

【解析】耐力性运动是长时间运动，是以有氧代谢功能为主，因此有氧适能在耐力性运动中起着决定性作用。

65. 【答案】A

【解析】在强度和密度相同的情况下，要增加生理负荷可相应加大运动强度或练习的密度。

66. 【答案】A

【解析】略。

67. 【答案】B

【解析】“体育”一词最早见于 1762 年卢梭出版的《爱弥儿》，所以“体育”一词最早产生于 18 世纪。

68. 【答案】A

【解析】动脉血由于富含氧气，因此颜色呈鲜红色，动脉血从心室收缩射出，流动性强，因此血液会从伤口一股股喷出。

69. 【答案】A

【解析】略。

70. 【答案】B

【解析】动作记忆是形象记忆的一种特殊形式。

71. 【答案】A

【解析】闭合性软组织损伤是指皮肤黏膜完整，伤口未与外界相通，挫伤是指由钝器作用造成以皮内或/和皮下及软组织出血为主要改变的闭合性损伤。

72. 【答案】B

【解析】男孩绝对力量自然增长的敏感期为11~13岁，7~13岁是速度力量发展的敏感期，13岁以后男孩增长得比女孩快，力量耐力的自然发展趋势较为稳定，男孩7~17岁之间基本处于直线上升趋势。

73. 【答案】A

【解析】略。

74. 【答案】B

【解析】国际足联世界杯（FIFA World Cup）简称“世界杯”，是世界上最高荣誉、最高规格、最高竞技水平、最高知名度的足球比赛，与奥运会并称为全球体育两大最顶级赛事，影响力和转播覆盖率超过奥运会的全球最大体育盛事。

75. 【答案】A

【解析】略。

76. 【答案】B

【解析】体育教学中的篮球运动一项集体对抗性的球类游戏而不是个人对抗性游戏。

77. 【答案】A

【解析】略助跑的准确性取决于助跑中步长的稳定性，并应在最后几步跑出高步频的最大速度，在最后几步，可采用步长较短，步频加大来达到助跑的最高速度，因此一般来说，助跑最后一步较倒数第二部稍短。

78. 【答案】A

【解析】略。

79. 【答案】B

【解析】短跑项目的起跑都采用蹲踞式。

80. 【答案】A

【解析】略动机气氛是指是指教练员、体育教师在运动训练或体育课上营造的影响运动员、学生的成就追求、自我评价和归因的心理气氛和环境。在体育课或运动训练中，体育教师、教练员可创造高任务参与的心理气氛，如强调努力训练和练习、个人提高，视错误为学习过程的一部分等，亦可建构高自我参与的心理气氛，如强调运动员、学生之间的相互竞争，认可和赞扬优秀的学生和运动员等。

三、简答题（本大题共 2 道小题，每小题 8 分，共 16 分）

81. 【参考答案】

（1）适宜负荷原则是指根据运动员的现实可能和人体机能的训练适应规律，以及提高运动员竞技能力的需要，在训练中给予相应量度的负荷，以取得理想训练效果的训练原则。

（2）正确理解负荷的构成；渐进地增加负荷的量度；科学地探求负荷量度的临界值；建立科学的诊断系统；正确处理负荷与恢复的关系。

82. 【参考答案】

（1）加强体育锻炼，提高身体的耐寒力和耐久力；

（2）运动前必须认真做好准备活动，对容易发生痉挛的肌肉可以事先做适当的按摩；

（3）冬季运动要注意保暖，夏季运动时，尤其是进行剧烈运动或长时间运动时，要注意电解质的补充和维生素 B1 的摄入；

（4）疲劳和饥饿时不宜进行剧烈运动；

（5）游泳下水前要用冷水冲淋全身，使身体对寒冷有所适应，水温太低时游泳时间不宜过长；

（6）在运动中要学会肌肉放松，在降体重和控制体重时要讲究科学性。

教师招聘考试小学体育学科模拟题 5

一、单选题（共 30 题，每道题 1 分，共 30 分）

1. 人体运动肌肉工作的直接能源是（ ）。
A. ADP
B. ATP
C. 糖元
D. 蛋白质
2. 分腿腾越（纵放器械）是（ ）生考核内容。
A. 初中男
B. 高中男
C. 初中女
D. 小学男
3. 铅球投掷圈的直径是（ ）。
A. 2.50 米
B. 1.25 米
C. 2.135 米
D. 1.065 米
4. 下列哪项不属于积极性休息（ ）。
A. 散步
B. 欣赏音乐
C. 大课间体育活动
D. 睡眠
5. 从教学改革的角度看、新课程改革的显著特征和核心任务（ ）。
A. 教学行为的改变
B. 教学方式的变化
C. 学习方式的变化
D. 教学目标的改变
6. 4x100 米接力区的长度是（ ）。
A. 10 米
B. 20 米
C. 30 米
D. 40 米
7. 3000 米属于田径运动会中的（ ）项目。
A. 短跑
B. 中长跑
C. 长跑
D. 超长距离跑
8. 排球比赛中，对后排队员的限制有（ ）。
A. 传球
B. 垫球
C. 拍球
D. 拦网
9. 标准田径场内突沿围长为（ ）。
A. 400 米
B. 398 米
C. 396 米
D. 394 米

10. 2016 年第 31 届奥运会将在（ ）里约举行。
- A. 法国
B. 阿根廷
C. 哥伦比亚
D. 巴西
11. 有 5 支篮球队比赛，若采用单循环赛制，则共有（ ）场比赛。
- A. 10
B. 12
C. 15
D. 20
12. 无论直接任意球还是间接任意球，在球踢出之前被罚队员须离球（ ）。
- A. 11 米
B. 9.36 米
C. 9.15 米
D. 7.55 米
13. 背越式跳高的助跑是采用（ ）方式助跑。
- A. 直线
B. 弧线
C. 直线加弧线
D. 弧线加直线
14. 上呼吸道是指（ ）。
- A. 鼻腔以上
B. 喉以上
C. 气管以上
D. 支气管以上
15. 双人拦网“心跟进”防守战术中，一般是几号位跟进（ ）。
- A. 1
B. 4
C. 6
D. 5
16. 重复训练的主要特征是（ ）。
- A. 不间断进行训练
B. 循环进行训练
C. 反复做同一练习
D. 控制练习的间歇
17. 调节内脏活动的中枢是（ ）。
- A. 延脑
B. 中脑
C. 下丘脑
D. 小脑
18. 头手倒立用身体的（ ）。
- A. 两手与前额
B. 两手与头
C. 两手与肩
D. 两手与头顶
19. 人体骨骼共有（ ）块骨头。
- A. 210
B. 203

- C. 206
D. 201
20. 现代足球运动起源于（ ）。
- A. 美国
B. 法国
C. 英国
D. 德国
21. 男孩子的青春发育是从哪个时期开始（ ）。
- A. 10-12 岁
B. 12-14 岁
C. 14-16 岁
D. 16-18 岁
22. 在双杠的支撑摆动动作中，应以（ ）为轴摆动。
- A. 手
B. 髋
C. 肩
D. 腰
23. 投掷铁饼时，哪种因素可提高成绩（ ）。
- A. 顺风
B. 逆风
C. 无风
D. 横风
24. 体育课出勤及课堂表现占体育课成绩考核的（ ）。
- A. 5%
B. 10%
C. 15%
25. 体育课免修的条件是（ ）。
- A. 有医生的证明
B. 有生理缺陷
C. 家长申请
26. 体育教学内容分为基本部分和选用部分，选用部分占整个教学内容的（ ）。
- A. 30%
B. 25%
C. 40%
27. 体育教学中的主导是指什么（ ）。
- A. 教材
B. 教师
C. 教学手段
28. 投掷项目地技术一般包括几个阶段（ ）。
- A. 4
B. 3
C. 2
29. 八支球队进行单循环比赛，需比（ ）场。

A. 28

B. 32

C. 34

30. 在跳高跳远三级跳比赛中，每次试跳时限为（ ）。

A. 1 分钟

B. 1 分 30 秒

C. 3 分钟

二、填空题（共 12 题，没每空一分，共 30 分）

1. 体育与健康课程是一门以_____练习为主要手段，以增进中小学生_____为主要目的的必修课程。

2. 肌肉工作时的直接能源是_____它储存在细胞中，以肌细胞最多。

3. 由一列横队变成二列横队时应先_____报数。

4. 决定投掷项目远度的因素为出手的_____、_____、_____。

5. 行进间跳远的四个技术环是_____、_____、_____、_____。

6. 标准篮球场长_____米，宽_____米，篮球圈上沿高_____米，场中圈直径_____米。

7. 排球场长_____米，宽_____米，进攻线距中线_____米，足球点球点距球门_____米。

8. 第一届现代奥运会在_____年举行，现任国际奥委会主席_____。

9. 体育_____和_____是上好体育课和开展课外体育活动的物质保证。

10. 实现学校体育目的任务的基本途径有_____、_____、_____。

11. 运动技能形成的三个阶段_____、_____、_____。

12. 标准四百米半圆式跑道第一分道线应以内突外侧_____厘米计算。

三、判断题（共 40 题，每题 1 分，共 40 分）

1. 支撑摆动要求以肩为轴，脚向远伸、髋向远送、身体伸直。

2. 直腿后滚翻的保护与帮助是保护者单手提拉练习者臀部帮助推手和翻转。

3. 韵律操比赛可设规定动作和自选动作，规定动作由竞赛组织部门确定，采用统一的动作。

4. 侧向滑步推铅球最后用力动作是通过蹬腿、送髋、转体、挺胸、低头、推臀、拨球、连贯动作将球推出。

5. 维生素 D 主要功能是促进体内钙、磷的代谢和骨骼的生长。

6. 排球比赛中，A 队队友在接发球时，用脚将球踢到了对方场内，裁判员判其违例。
7. 急停是快速移动中突然停止，借以甩开防守者的方法，动作有单步急停和两步急停。
8. 如八个队员参加比赛，采用单淘汰制，其比赛场次为七场。
9. 长拳的手法主要有拳、掌、勾，步法主要有马步、弓步、仆步、虚部和歇步。
10. 重力休克是在剧烈运动中由于体内大量缺氧所引起的暂时性贫血而发生的休克。
11. 径赛的距离应从起点线的后沿量至终点线的后沿。
12. 排球比赛中后排队员不得参与进攻。
13. 以时间计算成绩的项目叫田赛，以高远度计算成绩的叫径赛。
14. 健身锻炼与适度的控制饮食相结合，是公认的安全可靠，科学的减肥方法。
15. 耐久跑是提高学生无氧代谢能力的有效手段。
16. 我国是 1979 年恢复国际奥委会成员国资格的。
17. 一场足球比赛受到红牌或累计两张黄牌时受罚者因罚出场外，但仍可参加下一场比赛。
18. 体育健康课程是一门以身体练习为主要手段以增进小学生健康为主要目的的必修课程，是学校课程的重要组成部分，是实施素质教育和培养德智体美全面发展人才不可缺少的重要途径。
19. 篮球运球变向时手应拍击球的上部。
20. 足球个人进攻战术，包括停球、跑位、运球、过人、射门。
21. 出生以后人的生长发育有三次较快的突增期。
22. 学生进行山羊分腿腾越时保护人站在落点的前面，扶同伴的背部或握住上臂。
23. 奥运会的宗旨是“更快、更高、更强”。
24. 在进行耐久跑的活动时会有种生理现象“极点”出现，用有深度和节奏的呼吸可减轻“极点”的程度。
25. 排球的技术动作中，双手上手传球用拇指、食指触球并承担主要力量，其余手指帮助控制传球方向。
26. 在队型练习中，分队走是一路纵队行进间在某点听到分队走的口令后，单数做左转弯，双数做右转弯走，形成方向相反的两个一路纵队。
27. 在跳跃运动中要使身体腾起的远或高，关键在于起跳时身体获得最快的速度 and 适宜的起跳高度。
28. 在投掷练习中，投掷力量不变，出手角度适当才会获得最佳成绩。
29. 正步走时要求踢出的腿要绷直，脚尖下压，脚掌与地面平行，离地面约三十五厘米高。

30. 在体育活动中要注意多喝水，特别是在剧烈活动和夏天更要大量喝水，否则人体将失去水分，造成“脱水”。
31. 巧妙运用模型图片，幻灯、录音，电影等教学媒介来发挥教学作用，体现出因材施教原则。
32. 举重是田径运动会中力量型运动项目。
33. 足球脚内侧踢定位球时，应击球的后下部。
34. 对正在三分线外投篮的队员犯规，投中有效再加罚一次，不中时加罚三次。
35. 传、切战术配合指的是行进间运球将球传至篮下，接球人接着向篮下切入，接传球三步上篮得分的进攻配合。
36. 脚背内侧踢球的助跑方法与其他踢球助跑方法不同。
37. 运球、急停、跳投和扣球都属于篮球术语。
38. 篮球运动中运用最多的技术是运球。
39. 教学检查是评价的前提和基础。
40. 后滚翻成半劈腿的关键技术是动作不停顿。

教师招聘考试小学体育学科模拟题 5 答案及解析

一、单选题（共 30 题，每道题 1 分，共 30 分）

1. 【答案】B

【解析】ATP 是人体运动肌肉工作的直接能源。故本题选 B。

2. 【答案】B

【解析】根据体育与健康标准分腿腾越是高中男生考核内容。故本题选 B。

3. 【答案】C

【解析】铅球投掷圈的直径是 2.135 米。故本题选 C。

4. 【答案】D

【解析】积极休息是指在日常生活中，按时更换不同的活动内容。消极休息是和积极休息相对比而言，不是指情绪上的消极。睡眠不属于积极性休息。故本题选 D。

5. 【答案】C

【解析】从教学改革的角度看，本次课程改革的显著特征和核心任务是：学习方式的转变。故本题选 C。

6. 【答案】C

【解析】根据 2018-2019 国际田联的竞赛规则，在 4×100 米、4×200 米接力，以及异程接力的第一、第二次交接棒中，各接力区的长度为 30 米，标志线 (scratch line) 位于距接力区开始分界线 20 米处。在异程接力的第三次交接棒和 4×400 米及更长距离的接力中，每个接力区的长度为 20 米，标志线位于中间。接力区的开始和结束都从接力区分界线跑进方向的后沿算起。故本题选 C。

7. 【答案】B

【解析】3000 米属于田径运动会的中长跑。故本题选 B。

8. 【答案】D

【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会触及对方拦网队员，则为后排队员进攻性击球犯规。故本题选 D。

9. 【答案】B

【解析】标准半圆式田径场第 1 分道周长 400m，标准田径场内突沿围长为 398 米。

10. 【答案】D

【解析】现代奥林匹克运动会每 4 年举办一次，第 31 届奥运会将在巴西里约热内卢举办。故本题选 D。

11. 【答案】A

【解析】单循环比赛场数计算方法 $N(N-1)/2$ ，5 个队比赛共 10 场比赛。故本题选 A。

12. 【答案】C

【解析】无论直接任意球还是间接任意球，在球踢出之前被罚队员须离球 9.15 米，也就是人墙的距离。故本题选 C。

13. 【答案】C

【解析】背越式跳高的助跑采用的是直线+弧线助跑。故本题选 C。

14. 【答案】B

【解析】呼吸系统分为上呼吸道和下呼吸道。上呼吸道为鼻、咽、喉，下呼吸道为气管和支气管。故本题选 B。

15. 【答案】C

【解析】“心跟进”战术在本方拦网能力强，对方吊打结合时采用。当对方 4 号位队员进攻时，我方 2、3 号位队员拦网，后排中间的 6 号位队员在本方拦网时跟在拦网队员之后进行保护，其余 3 名队员组成后排弧形防守。因此双人拦网“心跟进”防守战术中，一般是 6 号位跟进。故本题选 C。

16. 【答案】C

【解析】重复训练法是指多次重复同一练习，两次练习之间安排相对充分休息的练习方法。故本题选 C。

17. 【答案】C

【解析】下丘脑是神经内分泌的中心，是大脑皮质下调节内脏活动的高级中枢，对参与体温、摄食、生殖、水盐平衡和内分泌活动等的调节。故本题选 C。

18. 【答案】A

【解析】蹲撑姿势开始，两手与肩同宽在体前撑地，接着用前额撑地，头与手成等边三角形，两肘内夹。然后两腿蹬直提臀，当臀部提到支点垂直部位时，伸髋立腰成头手支撑的倒立。头手倒立用身体的两手和前额。故本题选 A。

19. 【答案】C

【解析】人体骨骼共有 206 块骨。故本题选 C。

20. 【答案】C

【解析】现代足球运动起源于英格兰，诞生于 1863 年 10 月 26 日。故本题选 C。

21. 【答案】B

【解析】女性的青春发育期从 10-12 岁开始，一般比男孩子早 2 年左右，所以男孩子的青春期在 12-14 岁开始。故本题选 B。

22. 【答案】C

【解析】在双杠的支撑摆动动作中，应以肩为轴摆动。故本题选C。

23. 【答案】B

【解析】投掷铁饼时，在逆风的情况下，风力吹到器械下面形成两个分力，一个分力沿水平方向向后，起阻力作用，另一个分力沿垂直方向向上，产生浮举力(或叫浮力)作用，可起到增大飞行距离的作用。这就是为什么有时在小逆风情况下掷标枪和掷铁饼比无风和小顺风时掷得远的原因。故本题选B。

24. 【答案】B

【解析】学生在体育课出勤及课堂表现占体育课成绩考核的10%。故本题选B。

25. 【答案】A

【解析】体育课免修的条件是有医生的证明。故本题选A。

26. 【答案】A

【解析】基本部分，占整个教学内容的70%，这部分教学内容，面向全体学生，使大多数学生都能使用的内容。选用部分，占整个教学内容的30%，主要是为适应各种教学环境，方便教学。故本题选A。

27. 【答案】B

【解析】体育教学中的主导是指教师，主体是学生。故本题选B。

28. 【答案】A

【解析】投掷项目的完整技术都是由持握器械、投掷项目的预先加速、最后用力、器械出手后的身体平衡4个技术阶段组成。

29. 【答案】A

【解析】单循环比赛场数计算公式 $N(N-1)/2$ 得28场。故本题选A。

30. 【答案】A

【解析】在跳高跳远三级跳比赛中，每次试跳时限为1分钟。故本题选A。

二、填空题（共12题，没每空一分，共30分）

1. 【答案】身体 健康

2. 【答案】ATP

3. 【答案】1-2

4. 【答案】出手速度 出手角度 出手高度

5. 【答案】助跑 起跳 腾空 落地
6. 【答案】28 15 3.05 3.6
7. 【答案】18 9 3 11
8. 【答案】1896 托马斯·巴赫
9. 【答案】场地 器材
10. 【答案】体育与健康课程、课外体育活动 课余体育训练（课余体育竞赛）
11. 【答案】泛化阶段 分化阶段 巩固与自动化阶段
12. 【答案】30

三、判断题（共 40 题，每题 1 分，共 40 分）

1. 【答案】√

【解析】略。

2. 【答案】×

【解析】支腿前滚翻的保护

与帮助是保护者站在练习者的侧后方，两手扶腰侧，帮助身体缓冲坐垫。当练习者翻滚至两手肩上触垫时两手提拉练习者臀部，帮助翻转、推手成站立。

3. 【答案】√

【解析】韵律操比赛可设规定动作和自选动作，规定动作由竞赛组织部门确定，采用统一的动作和音乐进行。

4. 【答案】√

【解析】略。

5. 【答案】√

【解析】略。

6. 【答案】×

【解析】根据排球比赛相关规则，可以用身体的任何部位将球击出至对方的场内属于有效击球。

7. 【答案】√

【解析】略。

8. 【答案】√

【解析】单淘汰赛比赛场数等于参赛队数减 1。

9. 【答案】×

【解析】长拳的手型是拳、掌、勾，手法是冲拳，架拳和推掌。

10. 【答案】×

【解析】重力性休克指的是疾跑后突然停止，肌肉的收缩作用骤然停止，使大量血液聚集在下肢，造成循环血量明显减少、血压下降、心跳加快而心搏输出量减少，脑供血急剧减少而造成晕厥。

11. 【答案】√

【解析】起点线的后沿是指离终点线远的边缘，终点线的后沿是指离起点线近的边缘。

12. 【答案】√

【解析】略。

13. 【答案】×

【解析】以时间计算成绩的项目叫径赛，以高度和远度计算成绩的叫田赛。

14. 【答案】×

【解析】略。

15. 【答案】×

【解析】耐久跑是在人体氧气供应充足的情况下长时间跑步的能力，耐久跑可以增加心肌收缩能力，提高心脏供血能力，促进心、肺、血液循环系统的发展，提高有氧代谢能力。

16. 【答案】√

【解析】略。

17. 【答案】×

【解析】一场足球比赛受到红牌或累计两张黄牌时受罚者因罚出场外，不可以参加下一场比赛。

18. 【答案】√

【解析】略。

19. 【答案】×

【解析】篮球向左运球变向时手应拍击球的右上部，篮球向右运球变向时手应拍击球的左上部。

20. 【答案】×

【解析】足球个人战术包括：摆脱与跑位、传球、射门、运球过人。

21. 【答案】×

【解析】出生以后人的生长发育有两次较快的突增期，第一次在3岁以前，第二次在青春发育期。

22. 【答案】×

【解析】学生在进行山羊分腿腾跃时保护者应站在山羊斜前方，面向练习者，当练习者撑器械后，双手握其上臂，顺势向上提拉过器械并顺势后撤一步至落地，换至一手扶腰，另一手护其胸腹。

23. 【答案】×

【解析】奥运会的宗旨是和平、友谊、进步。更高、更快、更强是奥运会精神。

24. 【答案】√

【解析】在进行长时间运动时，在运动初期由于内脏器官的生理惰性，吸氧量满足不了需氧量，练习者会产生非常难受生理反应，称为“极点”，通过调整呼吸的节奏和意志力，可减轻“极点”反应，促进“第二次呼吸”的到来。

25. 【答案】×

【解析】两手自然张开成半球形，两拇指相对成“一”字型，用拇指内侧、食指全部、中指二、三关节触球。无名指和小指在两侧辅助控制传球方向。

26. 【答案】×

【解析】一路纵队中场行进，听到分队走的口令，第一名学生左转弯，第二名学生右转弯，后面学生依此跟进，成二路沿左右边线绕场行进。

27. 【答案】√

【解析】在跳跃运动中，要使身体腾起的高或远，关键在于起跳时应充分利用助跑所获得的最快速度和适宜的起跳高度。

28. 【答案】√

【解析】略。

29. 【答案】×

【解析】正步走时要求踢出的腿要绷直，脚尖下压，脚掌与地面平行，离地面约二十五厘米高。

30. 【答案】×

【解析】在体育活动中要注意多喝水，特别是在剧烈活动和夏天更要适量补充水分，否则人体将失去水分，造成“脱水”。

31. 【答案】×

【解析】巧妙运用模型图片，幻灯、录音，电影等教学媒介来发挥教学作用，体现出直观教学原则。

32. 【答案】√

【解析】略。

33. 【答案】×

【解析】踢球时，支撑脚踏在球的侧后方 15 厘米左右处，膝盖稍弯曲，踢球脚稍向后提起，膝盖外转，脚尖稍翘起，前摆时小腿加速，脚迅速外转 90 度，脚掌与地面平行，脚腕要用力，用脚内侧(踝骨下面、根骨前面)触球的后中部，将球向正前方踢出。

34. 【答案】√

【解析】略。

35. 【答案】×

【解析】是指进攻队员之间利用传球和切入技术所组成的简单配合，他包括一传一切和空切配合。

36. 【答案】√

【解析】脚背内侧踢球的助跑方式是斜线助跑。其余是直线助跑。

37. 【答案】×

【解析】篮球和足球中都有运球，扣球多用于排球。

38. 【答案】√

【解析】略。

39. 【答案】√

【解析】略。

40. 【答案】√

【解析】后滚翻成半劈腿的难点在于动作的连贯性，因此关键技术是动作不停顿。