

2021 天津市南开区教师招聘考试试题（体育）

一、单项选择(第 31 题~第 60 题, 每题 0.8 分, 共 24 分)

31. 少年儿童的肌肉的生长发育不均衡, 对于各肌群的生长发育情况, 下列选项正确的是 ()。

- A. 躯干肌先于四肢肌
- B. 伸肌先于屈肌
- C. 下肢肌先于上肢肌
- D. 小肌肉先于大肌肉

32. 在青少年体育训练和比赛中, 比赛法是经常采用的训练方法之一, () 适合随时在比赛过程中为中断比赛

- A. 检查性比赛
- B. 模拟性比赛
- C. 教学型比赛
- D. 适应性比赛

33. 人体的肘关节由肱骨远侧端和桡、尺骨近端挂接面组成。在结构上包括 () 关节。

- A. 二个
- B. 三个
- C. 四个
- D. 五个

34. 人体各种生理机能的调节中, () 具有反应快、准确、作用时间短的特点。

- A. 神经调节
- B. 体液调节
- C. 自身调节
- D. 生物节律调节

35. 下面所列方法中不能, 有效评定青少年灵敏素质的事 ()。

- A. 立卧撑测试
- B. 象限条测试
- C. 十字变向测试
- D. 30 米跑测试

36. 分组教学市中小学体育教学中常用的组织形式之一, 通常可以分组轮换和不轮换。

下列情况不适合采用分组不轮换的形式进行组织教学。 ()

- A. 器材充足, 班级人数较少
- B. 场地小班级人数多
- C. 新教师授课
- D. 器材部充足场地小

37. 关于青少年耐力素质训练, 下列说法正确的是 ()。

- A. 青少年耐力训练应以无氧耐力为主
- B. 青少年进行耐力训练的基本方法为循环训练法
- C. 青少年进行耐力训练的基本方法为持续训练法
- D. 少年运动员从青春期开始进行有氧耐力训练为好

38. 在青少年体育训练过程中, 为了有效提高运动员的 100 米跑的成绩, 主要采用 ()。

- A. 间歇训练方法
- B. 持续训练法
- C. 重复训练法
- D. 循环训练法

39. 讲解法体育教学中常用的教学方法之一。对于讲解法运用过程中的注意事项, 下

列说法不正确的是（ ）。

- A. 任何阶段讲解都要有目的性
B. 任何阶段讲解都要精炼准确
C. 任何阶段讲解都要详细到位
D. 任何阶段讲解都要生动形象,还要时空恰当

40. 学校体育功能是指学校体育在一定环境和条件下,对个人和社会所能发挥的作用,基本及功能是“育人”其核心功能是（ ）。

- A. 健身功能 B. 益智功能 C. 促群功能 D. 塑美功能

41. 对于青少年力量训练的说法正确的是（ ）。

- A. 男孩,绝对力量自然增长的敏感时期为15岁
B. 女孩,绝对力量自然增长的敏感时期为15岁
C. 女孩,20岁随后基本达到绝对力量最大
D. 女孩,20岁随后基本达到绝对力量最大

42. 对于体育课堂教学过程的评价指标有教师表现的评价、（ ）和教学效果的评价。

- A. 教学理念的评价
B. 学生表现的评价
C. 课堂目标达程度的评价
D. 教学氛围的评价

43. 在青少年训练中,一般不提倡和采用憋气的形式,但是有些时候通过憋气才能取得最后的胜利,这样的憋气是必要的。正确的憋气方法应该是（ ）。

- A. 憋气前深吸一口气
B. 憋气结束快速呼出
C. 憋气前吸气不要太深
D. 每一个动作

44. 体育课中某项教学活动合理运用时间与实际上课总时间的比例叫做（ ）。

- A. 体育课密度
B. 一般密度
C. 专项密度
D. 教学密度

45. 口令是中小学体育教师必备技能之一。在发挥学生完成进行间的三面转法时下列说法正确的是（ ）

- A. 向后转走的动令要下在左脚上
B. 向右转走的动令要下在左脚上
C. 向右转走的动令要下在右脚上
D. 向后转走的动令要下在右脚上

46. 在体育课密度的测定中对各项活动的计算说法正确的是（ ）。

- A. 学生练习跳绳中断的时间在计算时,要在学生练习时间中扣除。
B. 循环练习中,整个练习过程都记为练习时间。
C. 教师通过跑步的方式调动队伍,所用的时间不能记为练习时间

D. 教学过程中，如果教室边讲边带领学生做，则只记录为教师讲解时间，不能记录为学生练习时间

47. 在进行力量练习时，（ ）与其他力量练习相比，更接近比赛时人体的运动形式。

- A. 等动收缩练习
- B. 等长收缩练习
- C. 超等长收缩练习
- D. 向心收缩练习

48. 在中小学体育课教学中。当学生学习一项新技能。教学的初期教师应该做到（ ）

- A. 从最基本的细节开始，一步一步稳扎稳打
- B. 详细讲解基本要领
- C. 抓住动作的主要环节和学生存在问题
- D. 不要过多抓住细节，粗略进行动作示范

49. 肌肉最大收缩时产生张力的大小，取决于肌肉收缩的类型和收缩速度。同一块肌肉，在收缩速度相同的情况下，（ ）可产生最大的张力。

- A. 等长收缩
- B. 等动收缩
- C. 向心收缩
- D. 离心收缩

50. 关于运动与体温的关系，下列说法错误的是（ ）

- A. 人体肌肉活动最适宜的体温是 40° ，运动前准备活动大致可以使温度该水平。
- B. 运动中的出汗是运动中体温调节的主要途径。
- C. 在冬夏进行体育锻炼有助于提高神经系统的兴奋性。
- D. 运动中体温适度升高有助于提高神经系统的兴奋性。

51. 在体操前翻滚练习时，人体是围绕（ ）完成翻滚动作

- A. 矢状轴
- B. 额状轴
- C. 垂直轴
- D. 水平轴

52. 在青少年体育训练的初级阶段，通常采用（ ）增加负荷的量度，以保证较好的训练效果。

- A. 直线式
- B. 阶梯式
- C. 波浪式
- D. 跳跃式

53. 在运动训练时，采用（ ）的运动方式，可以有效增强快肌纤维的代谢能力。

- A. 85%最大强度，持续时间长
- B. 45%最大强度，持续时间短
- C. 45%最大强度，持续时间长
- D. 85%最大强度，持续时间短

54. 各种能源物质所蕴含的化学能量释放出来，成为人体生命活动及运动的能源。人体每天从（ ）获得的能量约占总能量消耗的 70%。

- A. 糖类
- B. 脂肪
- C. 蛋白质
- D. 水

55. 运动技能分成开式或闭式两类关于这两类技能下列说法正确的是 ()
- A. 完成开式技能时, 运动员基本上不会因为外界环境改变自己的动作。
B. 完成开式技能时, 反馈信息只会来自运动员的本体感受器
C. 完成闭式技能时, 运动员往往随外界环境的改变而改变自己的动作。
D. 一般来说开式运动技能比闭式运动技能的动作复杂
56. 关于运动前进行补糖的问题, 下列补糖时机选择不恰当的是 ()
- A. 运动前 5 分钟内
B. 运动前 2-4 小时
C. 运动前 1 小时
D. 运动前 3 天
57. 人体肌肉活动的直接能量来源是 () 而它最终来源于糖, 脂肪, 蛋白质的氧化分解。
- A. ATP B. ADP C. CP D. ATP-CP
58. 在中小学体育教学过程中, 可以采用不同的方法来调节运动负荷的大小。下列方法中不能实现体育课运动负荷的是 ()
- A. 力量素质练习课改变练习内容 B. 操作学习可改变动作幅度
C. 追逐类游戏课改变场地大小 D. 改变新授和复习两个教材先后顺序
59. 在完成手持哑铃双臂弯举动作时 () 为对抗肌
- A. 肱二头肌 B. 肱桡肌 C. 旋前圆肌 D. 肱三头肌
60. 在完成能引体向上动作时, 身体重心从高处下降的过程中, 肱二头肌的收缩形式为 ()
- A. 向心收缩 B. 离心收缩 C. 等张收缩 D. 等动收缩

多项选择 (61 题-70 题, 每题 1.2 分, 共 12 分)

61. 胸大肌位于胸前庭, 为扇形肌关于胸大肌的说法下列正确的是 ()
- A. 胸大肌的起点分为锁骨部、胸肋部和腹部
B. 胸大肌分别起于锁骨内侧半, 胸骨前面和上位 6 个肋软骨
C. 近固定时, 可使上臂曲, 内收, 旋内
D. 远固定时可以助肋
E. 促杆练习是常用的有效发展性打击力量的运动手段。
62. 人类关节的运动通常是绕着某个轴来进行的, 下面属于关节运动可以进行的形式是 ()。

A. 屈伸 B. 水平屈伸 C. 内收外展 D. 回旋 E. 环绕

63. 长时间站立运动容易导致运动员的静脉回心血量减少。影响静脉回心血量的因素有（ ）。

- A. 体循环平均充盈压 B. 心脏收缩力量
C. 体位变化 D. 骨骼肌的挤压作用 E. 呼吸运动

64. 我国义务教育阶段《体育与健康课程标准》明确了体育课程的基本理念有（ ）。

- A. 坚持“健康第一”的指导思想
B. 构建合理的学习内容
C. 激发学生兴趣，培养学生体育锻炼的意识和习惯
D. 以学生发展为中心，帮助学生学习和体育学习
E. 关注地区差异和个性差异，保证每一位学生受益

65. 看课是中小学体育教师教研活动的主要形式。看课的视角应该包括（ ）。

- A. 教学目标的达成度 B. 教学中多大程度上解决了教学难点
C. 教师教学手段的运用情况 D. 课堂的教学氛围 E. 看课的密度的达成情况

66. 动作技能的形成是有简单到复杂的过程，一般包括（ ）几个阶段。

- A. 泛化阶段 B. 分化阶段
C. 去分化阶段 D. 动作自由化阶段 E. 巩固与自动化阶段

67. 在体育科学研究领域，肌电被广泛地应用。其应用主要在（ ）几个方面。

- A. 测定神经传导速度 B. 评定神经机能状态
C. 评定肌肉机能状态 D. 评定肌力 E. 进行动作分析

68. 最大摄氧量是评定青少年有氧工作能力的重要指标之一，其影响因素有（ ）。

- A. 肺通气和换气机能 B. 循环系统运输氧的能力
C. 肌组织利用氧的能力 D. 遗传 E. 年龄和性别

69. 在青少年体育比赛前，运动员往往会出现过度紧张、尿频、全身颤抖、有时也会出现情绪低落、全身无力等表现，我们统称为赛前状态。对赛前状态，作为教师或者教练员通常可以通过（ ）等方式调整。

- A. 指导运动员端正比赛状态，正确认识比赛的意义
B. 提前安排适宜的准备活动 C. 按摩

- D. 在训练阶段多组织比赛 E. 安排一些转移注意力的练习

70. 人体运动的整个过程按照其自然发生的顺序可以分为（ ）几个阶段。

- A. 赛前状态 B. 进入工作状态 C. 稳定状态
D. 疲劳 E. 恢复

简答题 (共 2 题, 每题 6 分, 共 12 分)

1. 口令与队伍调动技能是体育老师必备的教学行为技能, 请简述体育教师下达口令的基本要求。

2. 生理“极点”是青少年体育活动和比赛中经常出现的生理现象。请简述生理“极点”产生的原因。

案例分析题 (共 2 题, 每题 6 分, 共 12 分)

3. 山羊分腿腾跃是中小学体育教学中的内容之一, 该项目对学生的身体能力、意志品质、心理素质均有较好的锻炼价值。为了克服学生在练习过程中产生恐惧心理, 在教学过程中应该从哪些角度进行合理安排? 应该如何进行合理安排?

4. 为了提高教师的教学质量, 教育管理部门会定期对体育教师的课堂进行检查和评价。作为一名体育教师, 应该如何认识这种检查和评价的意义? 为了迎接检查和评价, 课前应该从哪些方面进行准备。

论述题 (共 2 题, 每题 10 分, 共 20 分)

5. 社会和教育变革、体育课程的改革与更新促使体育教师的角色也在发生转变。请论述作为新时代的体育教师, 应该做好哪些改变?

6. 2020 年国家体育总局和教育部联合印发《关于深化体教融合 促进青少年健康发展的意见》, 全方位推动深化体教融合, 促进青少年全面健康成长。请论述体教融合的提出背景、实施存在的困难。同时选择一个角度, 试论述在中小学如何实施体教融合。