

教师招聘体育学科知识模拟试卷（三）

一、填空题（本大题共 10 小题，每空 1 分，共 15 分）

1. 维持人体直立的三块主要肌肉是_____、_____和小腿三头肌。
2. 人体的肌纤维类型包括_____和_____两类。
3. 《中共中央国务院关于加强青少年体育，增强青少年体质的意见》中明确规定，1-2 年级体育课每周_____课时，3-6 年级体育课每周 3 课时。
4. 足球比赛规则规定，胜一场得_____分，平一场得_____分。
5. 乒乓球的握拍方法主要有_____和_____两种。
6. 体操教学保护与帮助具有重要的意义，帮助可分为_____、_____和利用器械帮助。
7. 田赛比赛中，远度项目每人按顺序试跳（掷）一次为一个轮次；高度项目以_____为一个轮次。
8. 体育课综合密度是指体育课中各项教学活动_____与上课的总时间比。
9. 《国家学生体质健康标准》规定，测试学生身高“三点靠立柱”指的是_____、骶骨及两肩胛区与立柱相接触。
10. 成年男子 400 米栏间距和 110 米栏间距相差_____米。

二、判断题（本大题共 10 小题，每题 1 分，共 10 分）

1. 血液由左心房射入主动脉，经各级动脉的分支最后送到身体各部的毛细血管。
2. 反射弧是反射活动的形态和基础，它包括感受器——感觉（传入）神经元——神经中枢（联络神经元）——运动（传出）神经元——效应器。
3. 在运动技能形成过程中，所谓“自动化”就是练习者在练习某一套技术动作时，在大脑有意识的条件下完成。
4. 在跳高项目中，跳高成绩 $H=H_1+H_2+H_3$ ，要取得理想成绩，应充分利用和增大 H_1 ，加大 H_2 ，缩小 H_3 。
5. 有 6 支球队参加单循环的篮球比赛，需进行 5 轮共 15 场比赛。
6. 在队列队形练习向后转时，按向左转的要领向后转体 180° 。
7. 合理安排身体活动量原则是依据体育教学的本质特点和体育教学需要适宜的运动负荷规律。

8. 大强度运动训练后，常会感到食欲下降，此时进食有利于减脂和食物消化。
9. 最大摄氧量是评定人体有氧工作能力的客观指标。
10. 体操腾越是指整个身体腾越后从器械越过。

三、选择题（本大题共 15 题，每小题 1 分，共 15 分）

1. 它是典型长骨，分为一体两端与肩胛骨的关节盂相关联的关节称（ ）。
A. 股骨
B. 胫骨
C. 桡骨
D. 肱骨
2. 腓绳肌（股二头肌、半腱肌、半膜肌）的主要作用是（ ）。
A. 屈髋伸膝
B. 屈髋屈膝
C. 伸髋屈膝
D. 伸髋伸膝
3. 运动心脏的主要形态特征表现为心室和心房肥大，但主要肥大的部位是（ ）。
A. 左心房
B. 左心室
C. 右心房
D. 右心室
4. 正常成年人在静息状态下的每博输出量为（ ）。
A. 40-60 毫升
B. 60-80 毫升
C. 80-100 毫升
D. 100-120 毫升
5. 用止血带控制下肢出血，每隔 1 小时应放松（ ）。
A. 1-2 分钟
B. 11-12 分钟
C. 21-22 分钟
D. 31-32 分钟
6. 《中共中央国务院关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》颁发的时间（ ）。
A. 2003 年
B. 2005 年
C. 2007 年
D. 2009 年
7. 爆发力是指快速克服阻力的能力，可以表示为（ ）。
A. 力量×速度
B. 速度×耐力
C. 灵敏×速度
D. 力量×耐力
8. 运动员在比赛中为达到战术目的而决定的战术行为的思维活动过程是（ ）。
A. 战术意识
B. 战术观念
C. 战术知识
D. 战术行动
9. 跳远比赛中，如果运动员最好的成绩相等，判定名次依据是（ ）。

- A. 次优成绩
B. 犯规次数
C. 免跳次数
D. 比赛顺序

10. 《田径竞赛规则(2018—2019)》规定,4×100 米接力比赛时,各接力区的长度为()。

- A. 10 米
B. 20 米
C. 30 米
D. 40 米

11. 学生投篮的手臂侧靠墙,徒手做投篮动作是为了纠正()。

- A. 持球手型不正确
B. 肘关节外展
C. 手臂过早前伸
D. 抬肘伸臂不充分

12. 《排球竞赛规则》规定,第 1-4 局中,每局的技术暂停次数为()。

- A. 1 次
B. 2 次
C. 3 次
D. 4 次

13. 下列体育教学方法中,以探究活动为主的是()。

- A. 发现性
B. 保护与帮助法
C. 竞赛法
D. 循环练习法

14. 模拟或真实的比赛条件下,严格按照比赛规则和规程,对赛前训练质量进行检验的训练法是()。

- A. 检查性比赛方法
B. 教学性比赛方法
C. 模拟性比赛方法
D. 适应性比赛方法

15. 新兴运动项目属于以下哪一类体育课程资源()。

- A. 人力资源
B. 场地器材
C. 内容资源
D. 自然地理资源

四、简答题(本大题共 4 题,每题 5 分,共 20 分)

1. 简述运动损伤的预防原则。

2. 简述体育教师的专业能力。

3. 根据下面跳高成绩记录表，直接写出 A、B、C、D、E 五位运动员的名次。

运动员	跳跃高度 (米)							
	1.40	1.45	1.50	1.55	1.60	1.63	1.66	1.69
A	○	○	○	-	×○	○	××○	×××
B	-	○	○	×○	×○	-	××○	×××
C	××○	-	-	××○	×○	-	×○	×××
D	○	○	×○	○	○	-	××○	×××
E	○	-	×○	-	○	×○	××○	×××

注：○为成功；×为失败；-为免跳

4. 简述“原地跳起单手肩上投篮”的易犯错误与纠正方法。

五、论述题（本大题共 1 题，共 10 分）

1. 现今，部分体育课仍然存在过分追求合作、探究的形式和热闹的局面，正常考勤、口令、集合整队、课堂小结减少了，体能练习缺乏，练习密度不高，运动负荷过低。

请从课程性质、课堂常规、运动负荷方面，分析上述现象。

六、案例分析题（本大题共1题，共15分）

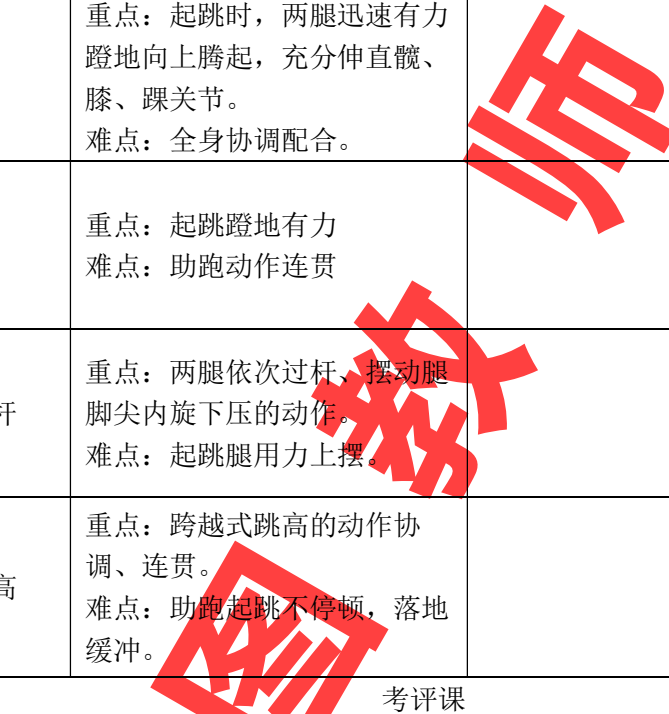
金老师是某学校的体育老师，今天他的上课内容是足球的头顶球技术，金老师介绍了头顶球技术在实际比赛中的重要作用，还示范了相关技术要点，在练习过程中，很多学生用错误部位顶球，甚至应用脸颊顶球造成擦伤，还有学生摆动身体时采用的用力方法错误，造成顶球无力，金老师及时让学生停止练习，让受伤学生到卫生室接受治疗，同时指出头顶球的正确部位，并让学生两手持球，用球，触及顶球部位，体会触球部位。此外，还让学生先从原地顶球技术练习，循序渐进，最后在练习跳起顶球技术。

问题：

- （1）头顶球的正确顶球部位是哪里？
- （2）头顶球的教学难点是什么？
- （3）结合实际，谈谈如何在足球课堂上预防伤害事故发生。

七、教学设计（本大题共 1 题，共 15 分）

请以“跨越式跳高（水平四）”为教学内容进行单元教学设计完成表格。

单元目标	1.学习跨越式跳高的动作，基本掌握并说出助跑、起跳、过杆、落地 4 个环节的技术方法。 2.通过各个跳跃环节的练习学生能较为连贯地完成跨越式跳高的动作，将学得的方法运用到实际生活中，发展跳跃能力。 3.通过学习，发扬学生勇于进取和顽强拼搏精神，培养自我调控、团结互助的精神，增强与他人合作，共同进步的意识。		
课时	教学内容	教学重点及难点	练习步骤
1	蹲跳起	重点：起跳时，两腿迅速有力蹬地向上腾起，充分伸直髋、膝、踝关节。 难点：全身协调配合。	
2	起跳摸高	重点：起跳蹬地有力 难点：助跑动作连贯	
3	起跳、过杆	重点：两腿依次过杆、摆动腿脚尖内旋下压的动作。 难点：起跳腿用力上摆。	
4	跨越式跳高	重点：跨越式跳高的动作协调、连贯。 难点：助跑起跳不停顿，落地缓冲。	
5	考评课		