

## 教师招聘体育预测模拟试卷一

### 一、填空题（本大题共 10 题，每空 1 分，共 15 分）

1. 1996年国家批准设立武术博士学位，博士授予权属于\_\_\_\_\_。
2. 运动恢复可分为：运动时恢复、运动后恢复和\_\_\_\_\_。
3. 体育课的运动负荷包括\_\_\_\_\_和\_\_\_\_\_。
4. 由于长期的锻炼或训练而引起的以心脏扩大和心壁增厚为主要标志的心脏肥大，称为\_\_\_\_\_。
5. 根据肌肉收缩的张力和长度的变化，运动生理学将肌肉收缩的形式分为\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_和\_\_\_\_\_。
6. 现代第一届奥运会于 1896 年由法国教育家\_\_\_\_\_发起举办。
7. 武术套路包括拳术套路、器械套路、\_\_\_\_\_套路、\_\_\_\_\_套路。
8. 学校组织校园足球比赛，一共有十支队伍参加此次比赛，比赛采用单循环制，一共要进行 9 轮、\_\_\_\_\_场比赛。
9. 竞技游泳包括蛙泳、自由泳、\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_四种姿势。
10. 队列练习时，被指定作为看齐目标的学生称为\_\_\_\_\_。

### 二、判断题（本大题共 10 题，每题 1 分，共 10 分）

1. 身体形态测量中身高、体重、胸围三项是评价身体素质状况的基本指标。
2. 根据科学研究，糖是运动时身体能量的主要来源。
3. 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脑贫血而发生的休克。
4. 运动中腹痛指因体育活动而引起或诱发的腹痛以左上腹痛最常见。
5. 增加负荷的四种基本形式，直线式、阶梯式、波浪式、跳跃式。
6. 跨越式跳高的助跑路线与横杆成 20-30 度夹角。
7. 篮球、羽毛球场地边线属于场外，排球、足球边线属于场内。
8. 现代足球起源于中国已为世界公认，公元前 475 年的战国时代称足球游戏为“蹴鞠”或“踏鞠”。
9. 排球比赛中后排队员不得参与进攻。
10. 我国古代流传至今的五禽戏动作分别为猿摘果，鹿长跑、虎寻食、熊晃臂、鹤飞翔。



- C. 非条件反射  
D. 运动条件反射
8. 恢复时期训练负荷的突出特点是 ( )。
- A. 强度大、量大  
B. 强度小、量大  
C. 强度、量均衡  
D. 降低练习强度, 保持一定的量
9. 在耐力素质锻炼中, 常选用的越野跑属于 ( )
- A. 比赛法  
B. 重复练习法  
C. 变换练习法  
D. 综合练习法
10. 体育教材中——速度、灵敏、力量、耐力、柔韧、协调等形式出现的分类是 ( )。
- A. 按运动能力分类  
B. 按素质分类  
C. 按基本活动能力分类  
D. 按技术结构分类
11. 在 4×100 米接力赛, 棒次安排时, 以下哪个项目的运动员跑第三棒最合适 ( )。
- A. 100 米  
B. 200 米  
C. 110 米栏  
D. 400 米
12. 田径项目技术特征如: ①旋转; ②交叉步; ③背弓; ④腾空步; ⑤起跨腿外展前摆, 对应正确的是 ( )。
- A. 铁饼、跨栏、跳远、跳高、标枪  
B. 铁饼、标枪、跨栏、跳远、跳高  
C. 铁饼、跨栏、跳高、标枪、跳远  
D. 铁饼、标枪、跳高、跳远、跨栏
13. 以下 ( ) 不是篮球运动的跑法。
- A. 侧身跑  
B. 变速跑  
C. 变向跑  
D. 转身跑
14. 乒乓球发球时, 拍形后仰向前正方发力所击出的球具有 ( ) 性能。
- A. 上旋  
B. 下旋  
C. 飘球  
D. 向前
15. 稍息时, 左脚顺脚尖方向伸出约全脚的 ( )。
- A. 三分之一  
B. 四分之一  
C. 四分之二  
D. 三分之二

四、名词解释 (本大题共 5 题, 每题 3 分, 共 15 分)

1.亚健康

2.体育教学

3.超量恢复

4.运动处方

5.体育教学模式

五、简答题（本大题共4题，每题5分，共20分）

1. 什么是横队？什么是纵队？

2. 简述团身后滚翻的动作方法，易犯错误及纠正方法。

3. 试述“极点”和“第二次呼吸”产生的原因。

4. 简述运用示范法应注意那些问题。

六、论述题（本大题共 1 题，共 10 分）

1. 育新学校有在校生 1000 人，但是学校场地小，体育器材匮乏，如果你是体育教师，如何进行体育设施和器材的开发利用？

七、教学设计（本大题共 1 题，共 15 分）

请设计跨越式跳高单元教学计划（水平 4），根据单元教学计划设计第 2 课时计划。

《跨越式跳高》单元教学计划

单元目标	1. 知识与技能目标：学生基本上掌握跨越横杆的动作技能。 2. 过程与方法目标：通过跨越式跳高的学习提高学生身体协调性、灵敏性，提高跳跃能力，发展弹跳能力，学会跨越式跳高技术动作要领并能在练习中做出正确的过杆动作。 3. 情感、态度与价值观目标：培养学生对体育运动的兴趣，在练习中提高团队协作意识，培养运动中的安全意识，并为终身体育打下良好的基础。		
教学重难点	教材重点：正确做出助跑、起跳、腾空、落地的跨越式动作 教材难点：过杆动作		
课时	教学内容	教学目标	教学重难点
第一课时	多种形式的跳跃	通过教学使学生了解跳高的基本知识，发展跳高能力，掌握立定跳远的基本技术。	重点：跳高的基本知识 难点：向上跳跃
第二课时	跨越式跳高的助跑、踏跳的技术	发展学生的跳高能力培养创新意识	重点：单脚踏跳 难点：助跑与有力的起跳相结合
第三课时	跨越式跳高的完整技术	复习和改进助跑、踏跳的技术，学习和掌握跨越横杆空中动作的技术，发展学生的身体协调性和爆发力。	重点：完整技术 难点：过杆的空中动作
第四课时	复习和改进跨越式完整技术	复习跨越式跳高的完整动作技术，巩固和发展学生的跳高能力	重点：完整技术 难点：空中动作
第五课时	跨越式跳高的考核	通过对跨越式跳高的考核，来更进一步巩固和强化学生的跳高能力。	重点：跨越式跳高的考核 难点：技评