2019年湖南娄底教师招聘考试市场宣传模拟卷

（体育学科）

参考答案及解析

**一、单项选择题**

1.【答案】A。解析：学校应当在核定的教职工总编制数内，根据体育课教育教学工作的特点，按照教学计划中体育课授课时数和开展课外体育活动的需要，配备体育教师。小学1～2年级每5～6个班配备1名体育教师，3～6年级每6～7个班配备1名体育教师；初中每6～7个班配备1名体育教师；高中（含中等职业学校）每8～9个班配备1名体育教师。农村200名学生以上的中小学校至少配备1名专职体育教师。

2.【答案】D。解析：动作电位是指可兴奋细胞受到刺激时在静息电位的基础上产生的可扩布的电位变化过程。

3.【答案】B。解析：正常成人骨共206块，分中轴骨和附肢骨（四肢骨）。其中177块参与随意运动。中轴骨共80块，包括颅骨、躯干骨。附肢骨包括上肢骨和下肢骨，共126块。

4.【答案】C。解析：肌纤维会选择性增大，耐力训练可引起慢肌纤维选择性肥大，速度、爆发力训练可引起快肌纤维选择性肥大，并不会使两类肌纤维都出现肥大，力量训练会是肌纤维增粗，从而使肌纤维横断面积增大。

5.【答案】D。解析：脑血管痉挛表现为运动员在运动中或运动后即刻出现一侧肢体麻木，动作不灵，常伴有剧烈恶心、呕吐；A选项中单纯虚脱症状，赛后即刻出现头晕、面色苍白、恶心、呕吐、大汗淋漓；通常由于训练水平低或长时间中断训练后突然参加比赛引起；B选项中急性胃肠道综合症症状，运动后出现恶心、呕吐、头痛、头晕、面色苍白、腹部压痛、脉搏稍快等；C选项中晕厥是由于脑血流展示降低或血中化学物质变化所致的意识短暂紊乱和意识丧失，也是过度紧张的一种表现形式。本题题干中有明确的信息提示说一侧肢体麻木，这是其他三个选项不会表现出来的症状。因此答案选D。

6.【答案】D。解析：该题主要考查攻击行为的分类。敌意性攻击是由攻击者的愤怒产生，具有使人受伤害的意图。工具性攻击是指由期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，而只是将攻击作为获取金钱、胜利或某种荣誉的一种手段。工具性攻击行为出现时，攻击者一般是没有愤怒情绪，故本题选D。

7.【答案】B。解析：注意看清楚题目，奥运会和冬奥会，一个夏季一个冬季，2022年北京张家口联合承办冬季奥运会。所以本题选B。

8.【答案】B。解析：弯道跑时的蹬地与摆动方向应于身体向圆心方向倾斜趋于一致。身体向圆心方向倾斜是为了克服离心力，产生向心力。

9.【答案】C。解析：科学的体育锻炼促进骨的生长发育，改善骨的内部结构，骨的生长是骨的破坏和建造两个过程对立统一的结果，生长过程中建造占优势。在儿童少年时期，骺软骨不断增生和骨化促使骨不断长长。在12～18岁期间，大部分的骺软骨生长速率快，四肢骨化更为明显。接近成年时，骺软骨停止增长，全部骨化，骨干与骺之间遗留一骺线。儿童青少年进行适宜的体育锻炼，可促进骺软骨增殖与分裂，有益于长高。儿童少年时期超负荷的运动会使骨过早骨化，从而影响身高。因此体育锻炼促进骨的生长与骺软骨有关。A选项骨外膜和B选项骨内膜是骨的构成之一骨膜的构成分类，他们参与骨的生成；D选项关节面软骨能减少相邻两骨的摩擦，缓冲运动时产生的震动，与骨的生长没有关系。

10.【答案】C。解析：本题考查的知识点是我国体育发展。1917年毛泽东在《新青年》发表《体育之研究》一文，对我国体育及学校体育现状做了深刻的分析和尖锐的批评，开创了我国近代体育教学的先河，结束了学校体育教育中基本没有体育的历史。“体者，载知识之车而寓道德之舍也”出自于《体育之研究》。因此，答案选择C。

11.【答案】A。解析：“带球走”是当队员在比赛场地上持着一个活球时，他的一脚或双脚超出本条款所述的限制向任一方向的非法移动。在比赛场地上接住一个活球的队员要确定中枢脚。因此裁判员判定带球走的关键就是确定和观察持球运动员的中枢脚。

12.【答案】C。解析：本题考查的知识点为合理选择体育与健康学习评价内容中的态度与参与。体能：主要根据教学的实际情况以及参考《国家学生体质健康标准》，确定体能测试的指标，评价学生的体能水平。知识与技能：主要根据本标准的学习目标与要求，以及教学的实际情况，选择相应的体育与健康知识、技能评价指标，评价学生掌握体育与健康知识和技能的程度，以及对所学知识和技能的应用能力等。态度与参与：主要对学生体育与健康课的出勤率、课堂表现、学习兴趣、积极主动地探究问题，以及课外运用所学知识和技能参与体育与健康活动的行为表现等进行评价。情意与合作：主要对学生在体育学习和锻炼中的情感表现、意志品质、人际交往与合作行为等进行评价。因此本题正确答案为C选项。

13.【答案】B。解析：青春发育期女性16岁以后，男性18岁以后，有些人可以出现高血压症状，称为青年性高血压。青年性高血压的特点是收缩压升高，安静时可达到140--150mmHg。

14.【答案】A。解析：该题主要考查的是肌肉的工作性质。肌肉收缩或拉长到一定程度后，长度保持不变，使运动环节保持一定姿势的工作称为支持工作。支持工作有两种情况，第一种是肌肉保持缩短状态下支持工作，第二种是肌肉保持拉长状态下的支持工作；当外力（包括重力）使各运动环节之间产生离散趋势，肌肉收缩保持一定的紧张度，防止关节在外力的作用下在关节处相互脱离的工作称为加固工作；肌肉收缩使相邻环节在关节处相互紧靠的工作称为固定工作；向心工作是使运动环节朝向肌拉力方向运动的工作。三角肌属于支持工作的第一种形式。因此本题选A。

15.【答案】C。解析：足球竞赛规则关于比赛人数的规定是上场队员最多不得超过11人,最少不得低于7人,任何一队少于7名队员时，该场比赛应为无效。国际比赛每场可替补3名球员，如果是友谊比赛,可以有5名以下的替补队员。

16.【答案】A。解析：下列情况之一者为位置错误犯规（1）在发球队员击球时，场上其它队员未完全站在本场区内；（2）未按规则“每一名前排队员至少有一只脚的一部分，比同列后排队员的双脚距中线更近”。规则规定即4号位同5号位,3号位同6号位，2号位同1号位对比发生位置错误犯规。（3）未按规则“每一名左边(右边)队员至少有一只脚的一部分比同排中间队员的双脚距左(右)边线更近。规则规定3号位同4号位,3号位同2号位；6号位同5号位，6号位同1号位对比发生位置错误犯规。对位置错误犯规的裁判方法（1）第一裁判员观看发球一方有无位置错误犯规，第二裁判员观看[接发球](https://www.baidu.com/s?wd=%E6%8E%A5%E5%8F%91%E7%90%83&tn=44039180_cpr&fenlei=mv6quAkxTZn0IZRqIHckPjm4nH00T1YkPW0YP1b3n1FWrj7Buhf10ZwV5Hcvrjm3rH6sPfKWUMw85HfYnjn4nH6sgvPsT6KdThsqpZwYTjCEQLGCpyw9Uz4Bmy-bIi4WUvYETgN-TLwGUv3EPHTzrj6vnHb1)一方有无位置错误犯规。（2）队员的位置，根据其脚着地部位来判定。（3）位置错误犯规是击球瞬间造成的，击球前后均不存在位置错误犯规，击球后，队员可以在本场区任何地方和无障碍区自由活动。（4）对位置错误犯规的处理办法同轮转错误相同。

17.【答案】D。解析：技术结构包括动作基本机构和技术组合两层含义。由若干独立的技术动作连结组成的集合属于技术组合，其包括乒乓球运动员的“左推右攻”，A、B、C项属于独立的技术动作。故本题选择D。

18.【答案】B。解析：该题主要考查的知识点是体操技巧运动。技巧俗称“翻筋斗”，也叫“垫上运动”，是中小学体育课教材中的主要内容之一。技巧内容丰富，动作形式多样、变化多端，它主要包括滚动、手翻、空翻、倒立、平衡等动作，是广大学生非常喜爱又易于开展得运动项目。故本题选B。

19.【答案】B。解析：枪的技法以拦、拿、扎为主，要求扎抢平直，力透抢尖，体现抢扎一条线的特点。A项刺、挂、点以及劈、崩、撩、斩、抹、云、绞等是主要的剑法；C项缠头、裹脑是刀术的技术，D项劈、戳、扫是棍术的技术。

20.【答案】B。解析：本题主要考察新课程标准的基本理念，坚持“健康第一”的指导思想，促进学生健康成长以学生的发展为中心帮助学生学会体育与健康学习。坚持“健康第一”的指导思想，促进学生健康成长，关注地区差异和个体差异，保证每一位学生受益。所以答案选B。选项AC没有关注到学生个体差异和区别对待。选项D关注成绩并不能很好体现健康第一的指导思想，不可以强求结果。

21.【答案】A。解析：本题考查的知识点是体育教学目标的层次。课程目标针对具体的课程；领域目标包括运动参与、运动技能、心理健康、社会适应；水平目标则用六个水平区分小学到高中的学段。因此三者的层次由高到低是课程目标、领域目标、水平目标。因此，答案选A。

22.【答案】A。解析：学生在体育学习中的主体性主要表现在他们在体育学习过程中的选择性、自主性、能动性和创造性等方面。

23.【答案】C。解析：在奥运会比赛过程中，女子有平衡木、高低杠、自由体操、跳马；男子有自由体操、单双杠、跳马、鞍马、吊环。

24.【答案】B。解析：关于游泳的预防损伤和自我保护，选项A、C、D说法正确。B选项错误，原因是为了使游泳者下水前先适应冷水刺激，以避免突然下水遭遇意外。

25.【答案】B。

**二、填空题**

1.【答案】骨膜。解析：骨由骨质、骨膜、骨髓构成。

2.【答案】脑；脊髓。

3.【答案】关节囊；关节腔。

4.【答案】体循环；肺循环。

5.【答案】超量恢复。解析：运动时消耗的能源物质及各器官系统机能不仅恢复到原来水平，甚至超过原来水平，这种现象称为超量恢复或超量代偿。

6.【答案】运动强度；持续时间。

7.【答案】磷酸原系统；有氧氧化系统。解析：磷酸原供能特点为供能总量少，持续时间短，功率输出最快，不需要氧，不产生乳酸等类中间产物。主要供能的运动项目为高功率输出项目，如短跑、投掷、跳跃、举重、足球射门等运动项目。有氧氧化系统供能特点为ATP生成总量很大，但速率很低，持续时间很长，需要氧的参与，终产物是水和二氧化碳，不产生乳酸类的副产品。主要供能的运动项目为长时间的耐力项目。

**三、判断题**

1.【答案】×。解析：国家学生体质健康标准从身体形态、身体机能、身体素质和运动能力等方面综合评定学生的体质健康水平，是促进学生体质健康发展、激励学生积极进行身体锻炼的教育手段，是学生体质健康的个体评价标准。小学、初中、高中、大学各组别的测试指标均为必测指标。其中，身体形态类中的身高、体重，身体机能类中的肺活量以及身体素质类中的50米跑、坐位体前屈为各年级学生共性指标。

2.【答案】√。解析：一般性准备活动：包括走跑练习，徒手操等。专门性准备活动：专项准备活动，注意其全面性、针对性和多样化。

3.【答案】×。解析：跨越式跳高起跳过程中远离横杆一侧的腿起跳，起跳腿脚跟先着地，并迅速滚动到全脚掌，两臂和摆动腿快速摆动配合，起跳腿积极蹬伸完成起跳。

4.【答案】×。解析：普通中小学校、农业中学、职业中学每天应当安排课间操，每周安排四次以上课外体育活动，保证学生每天有一小时体育活动的时间（含体育课）。

5.【答案】√。

6.【答案】√。解析：体育锻炼对心形态结构与功能的影响是可引起心的外形增大、心室壁增厚，心肌的相对重量和绝对重量增加。这种由于适应运动需要所发生的心脏增大，称为功能性增大或称运动员心脏。通过体育锻炼可使心肌收缩力增大，心脏容量增大，使心的每搏输出量和每分输出量增加。

7.【答案】×。以直接感知为主的方法有动作示范法、演示法、纠正错误动作法、保护与帮助法、视听引导法等；以身体练习为主的体育教学方法有分解练习法、完整练习法、领会教学法和循环练习法等。

8.【答案】×。解析：两脚跟靠拢并齐，两脚尖向外分开约60°，两腿挺直。小腹微收，自然挺胸，上体正直，稍向前倾。两肩要平，稍向后张。两臂自然下垂，手指并拢自然微屈，中指贴于裤缝。头要正，颈要直，口要闭，下颌微收，两眼向前平视。

9.【答案】×。解析：各部位名称为掌心、掌背、掌指、掌根、掌外沿；动作说明为四指并拢伸直，拇指弯曲紧扣于虎口处。

10.【答案】×。解析：当“极点”出现后，如果依靠意志力或调整运动节奏继续坚持运动，一些不良的生理反应便会逐渐减轻或消失，此时呼吸变得均匀自如，动作变得轻松有力，运动员能以较好的机能状态继续运动下去，这种状态称为“第二次呼吸”，“第二次呼吸”的出现标志着进入工作状态阶段的结束，机能水平进入一个相对稳定的状态。

11.【答案】√。解析：上场队员必需的装备是：运动上衣、短裤、护袜、护腿板和足球鞋，上场队员不得穿戴能危及其他运动员的任何物件。护腿板必须由护袜全部包住；两队身着球衣颜色必须易于区分，守门员球衣必须有别于其他队员、裁判和助理裁判。

12.【答案】√。解析：传接球是篮球比赛中进攻队员之间有目的地转移球的方法。传球技术的动作结构：整个传球过程来看都是由传球的持球手法、传球用力、球的飞行路线和球的落点四要素组成。

13.【答案】√。解析：运动中腹痛的处理措施包括运动中出现腹痛后，可适当减慢速度，并作深呼吸，调整呼吸与动作节奏；必要时用手按住疼痛部位，弯腰跑一段距离，一般疼痛即可消失。如仍然疼痛，应暂时停止运动，针刺或点掐足三里、内关、三阴交等穴位，进行腹部热敷等。如无效请就医处理。

14.【答案】√。解析：正面下手发球的重点是抛球的位置、稳定性、击球的部位及击球的方法；难点是击球时机和击球时手臂后引与腰腹发力带动手臂迅速挥动的配合。

15.【答案】×。解析：动作技能是指学生在体育学习和锻炼中完成运动动作的能力，它反映了体育与健康课程以身体练习为主要手段的基本特征，是课程学习的重要内容和实现其它学习方面目标的主要途径。

16.【答案】×。解析：胆囊位于肝的胆囊窝内，借结缔组织与肝相连，为贮存和浓缩胆汁的器官。

17.【答案】×。解析：从学生好奇、好问、好动的心理特点出发，以培养研究性思维为目标，以基本教材为内容，使学生通过再发现的过程进行学习的一种方法是发现教学法。

18.【答案】×。解析：武术的功法练习内容丰富，形式多样，主要有腰功、腿功、臂功和桩功。武术的基本动作，是指武术拳术中最基础、最具有代表性的动作，主要包括肩、肘、手、髋、膝、足的基本攻防方法与跳跃、平衡动作。

19.【答案】√。解析：在运动的开始阶段，人体各器官系统的工作能力不可能立刻达到最高水平，而是有一个逐步提高的过程，这一提高过程称为进入工作状态。

20.【答案】√。解析：人体缺水时易发肌肉痉挛，所以治疗腿部和脚部的肌肉痉挛首先应考虑补水。如果频发肌肉痉挛，应在膳食中添加镁、钙、钾或其他矿物质。

21.【答案】√。解析：2022年世界杯在卡塔尔举办。

22.【答案】×。解析：24秒钟规则：一名队员在场上获得控制活球时或者在一次掷球入界中，球触及任何一名场上队员，或者被他合法触及，掷球入界，队员所在球队依然控制着球；在进攻计时钟的信号发出前，球必须离开队员的手，而且球离开队员的手后，必须触及篮圈或进入球篮。24秒违例常见的几种情况：①如果球进入球篮，没有违例发生，信号应被忽略，并且计中篮得分。②如果球触及篮筐，但未进入球篮，没有违例发生，信号应被忽略，并且比赛应继续。③如果球未碰篮圈，一次违例发生，然而如果对方球员立即和清晰的获得了控制球，信号应被忽略，并且比赛应继续。

23.【答案】×。解析：当前我国学校体育课生理负荷的平均心率标准是120～140次/min，这是指一堂体育课的平均心率。

24.【答案】×。解析：运动参与目标包括了参与体育学习和锻炼、体验运动乐趣与成功，学习体育运动知识属于运动技能目标之一。

25.【答案】√。解析：人体周期性水平位移的基本形式有两种，即走和跑；走是一种单脚支撑与双脚支撑相交替的周期性位移运动。跑则是一种单脚支撑与腾空相交替的周期性位移运动。跑的一个周期包括人体跑步时左、右脚分别跑完一步，简称为“复步”，即由两个单步技术动作所构成（如下图）。运动员在跑的一个周期中经历两次单脚支撑状态和两次腾空状态。走与跑的重要区别在于是否存在腾空阶段。两脚同时离地即为腾空。

26.【答案】×。解析：肺泡上皮外面和毛细血管壁外界各有一层基膜，肺泡与毛细血管间的气体交换必须透过由肺泡上皮、上皮基膜、血管内皮基膜和内皮细胞4层结构所组成的薄膜层，此薄膜层称为气—血屏障，也称呼吸膜。气体交换必须透过此气—血屏障才得以完成。

27.【答案】×。解析：比赛和游戏法有如下两个主要区别（1）游戏有竞争、合作、表现等多种类型，而比赛则偏重于竞争；（2）游戏不限于某个项目，而比赛往往是与某个运动项目有关。

28.【答案】×。解析：左脚向正前方迈出约75厘米着地，身体重心前移，右脚动作同左脚；上体正直，微向前倾；手半握（拇指贴于食指第二节）；两臂自然摆动，向前摆时肘部弯曲，小臂自然向里合，手心向内稍向下，拇指根部对正衣扣线，并与第五衣扣同高，离身体约25厘米。

29.【答案】×。解析：用自己身体的晃动或位移破坏对手的进攻，称为非接触防守。如：后闪、侧闪、下闪、绕闪、撤闪等。

30.【答案】√。解析：肥胖的成因包括遗传因素、生理因素、代谢因素、环境因素、行为因素；现代肥胖流行的原因为过量饮食、缺乏体力活动；依照发病原因分为肥胖可以分为单纯性肥胖和继发性肥胖。

**四、名词解释题**

1.【答案】肺活量体重指数是人体自身的肺活量与体重的比值，即每千克体重肺活量的相对值来反映肺活量与体重的相关程度。计算公式为肺活量体重指数=肺活量（ml）/体重（kg）。

2.【答案】柔韧素质是指运动时关节活动的范围或幅度。

3.【答案】运动负荷与机体机能过于不相适应，以致疲劳连续积累而引起的一系列功能紊乱或病理状态。常于力量、速度、耐力和协调为主的项目中出现。

**五、简答题**

1.【参考答案】

易犯错误：

（1）支撑脚选位不当，影响摆踢发力和击球效果。

（2）击球刹那，脚型不稳，脚尖上挑，影响出球力量和方向。

（3）踢球腿摆踢路线不直，身体后仰，膝关节没有顺势上提，出球方向不正，将球踢高。

纠正方法：

（1）进行徒手模仿练习，在强调支撑脚位置的同时，采用分解动作和固定球的方式，体会动作。

（2）在练习中固定脚型，稳固脚的击球部位，增大支撑腿最后一步跨出的距离，使后摆腿充分伸展，膝关节放松。

（3）强调用中等以下力量击球，控制击球点，运用敲击的方式固定型，使踢出的球低、平、直。

2.【参考答案】

动作方法：从蹲撑开始，两手推地后放在肩上（掌心向上，抬肘内收），团身向后滚动，当肩颈着垫时，团身翻臀，同时两手用半推直撑起成蹲撑，直立。要求滚动圆滑、方向正。

保护与帮助：教师单腿跪立于练习者后侧方，一手托其肩，一手推其背。

教学重难点重点：推手后滚翻臀，脚前掌触头后地面。难点：推手与翻臀和脚着地的配合时机。

3.【参考答案】

（1）根据教学目标和教材，明确单元的性质；

（2）根据单元的性质，调整单元的规模（确定教学时数）；

（3）根据某个单元教学设计原理，或者参照某个体育教学模式，设计出该单元教学过程，其具体的工作就是定出每次课的教学的目标和任务；

（4）选择适当的教学方法，填充到各节课中去；

（5）确定某项教材的考核方法与评价方法。

4.【参考答案】

（1）病人仰卧于硬板床或地面

（2）用一手掌跟部按压，另一手交叉重叠于其手背上，肘关节伸直，充分利用上半身的重量和肩、臀部肌肉力量，有节奏地带有冲击性地垂直按压胸部

（3）手部按压部位：手掌根部置于患者胸骨的中、下1/3交界处

（4）使之下陷3～4cm（儿童相对轻一些）

（5）按压速率：60～80次/min

**六、问答题**

1.【参考答案】

（1）本节课采用的教学方法有：①讲解法；②示范法；③完整练习法。

（2）①学生面对阳光站立；上课或示范时要排除视线干扰：应注意让学生背向或侧向阳光、风向，以避免视线干扰，有利于观察。

②教师用10分钟讲解，时间太长。体育课的技能教学应贯彻“精讲多练”，学生练习应占主要时间，运动技能的形成就是需要反复练习。

③只设置了一个练习：“一抛一垫”，练习教学方法单一，违背了循序渐进原则。练习的设置应遵循循序渐进原则，首先要设置徒手模仿体会练习，其次设置垫固定球练习，再次再设置一抛一垫练习。练习的设置要着眼于解决重、难点，本节课练习的设置没有解决重、难点。

④教师没有进行纠错指导，只是在一旁观察，没有及时进行过程性评价。运动技能的形成需要练习，在练习的过程中需要反馈，教师需要及时对学生进行纠错指导和过程性评价，帮助他们改进动作，提升自信心。

2.【参考答案】

（1）【参考答案】

知识与技能：学生能正确的做出跨越式跳高的技术动作；

过程与方法：通过起跳过杆练习，发展跳跃能力和身体的灵敏协调能力；

情感态度与价值观：培养克服困难、勇敢顽强、团结协作的优秀品质，培养善于观察、积极思考和自我评价的能力。

（2）【参考答案】

①教师示范并讲解蹲踞式跳远的动作要领

动作要点：侧面直线助跑，助跑方向与横杆的夹角为30-60度，一般跑6-8步；助跑逐渐加速，在距离横杆垂直线三四脚的地方，用有力脚起跳；起跳以脚跟先着地、快速过渡到全脚掌并稍屈膝、以前脚掌快速有力蹬地起跳，同时摆动腿积极向上摆起，两臂配合协调上摆；过杆时上体前倾，摆动腿屈膝，大腿靠近胸部，摆至横杆上后稍内旋，积极下压；过杆后上体稍前倾并向横杆方向扭转，接着起跳腿迅速向上摆起、高抬外旋，两腿相继过杆；摆动腿先落地，然后起跳腿落地，屈膝缓冲。

组织教学：四列横队，前两排蹲下，组织学生讨论，学生得出答案。

②学练环节：

复习助跑起跳练习

组织教学：四列横队，体操队形

原地摆腿起跳练习

组织教学：全班四路纵队，分别进行练习，教师巡回指导。

完整练习

组织教学：分四组，分别在四个个跳高架上进行练习。

纠错：跳跃时注意上半身前倾。

分高度练习

组织教学：全班同学按照技术掌握程度分为四组分别在四个高度练习。

③教学比赛—胸前贴纸的接力比赛

组织教学：以体育小组为单位，每组一个跑道，学生需要将白纸置于胸前，当听到起跑口令后迅速跑动，速度尽量快使纸不掉落至地，跑25米后绕过标志桶原路返回，将白纸交给下一名同学。跑的过程中白纸如果掉落需要从原地捡起。