

2020 年中小学体育教师专业知识模拟试题及答案(共七套)

中小学体育教师专业知识模拟试题及答案(一)

一、填空题

1、体育与健康课程是一门以身体练为主要手段、以增进中小学生健康为主要目的的必修课程。

2、评价一个人的健康状况要从身体、心理和社会适应等三个方面去评价。

3、运动参与是指学生主动参与体育活动的态度与行为表现。

4、肌肉工作时的直接能源是 **ATP**，它贮存在细胞中，以肌细胞为最多。

5、人体的运动，离不开骨骼、关节和肌肉的相互作用。骨骼起着杠杆的作用，关节是运动的枢纽，肌肉收缩是运动的动力。

6、体育锻炼之所以能够增强体能，主要是由超量恢复的生理机制决定的。

7、身高、体重、肺活量是学生体质健康标准的必测项目。

8、由一列横队变成二列横队时，应先 1-2 报数。

9、耐久跑中的途中跑，要求跑的节奏与呼吸节奏相配合。

10、三级跳远由快速助跑，沿直线向前的连续三次跳跃组成。

二、判断题

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，采用统一的动作和音乐进行。（√）

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、垂头、推臂、拨球连接动作将球推出；（×）

5、足球个人进攻战术包括：停球、跑位、运球过人、射门。（×）

6、排球比赛中 A 队队员在接发球时，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。动作有一步急停和两步急停。（√）

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、长拳的伎俩首要有拳、掌、勾，步法首要有马步、弓步、仆步、虚步、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脑贫血而发生的休克。（×）

3、简答题

1、体育与健康课程标准的基本理念是什么？

答：1、坚持“健康第一”的指导思想，促进学生健康发展。
2、激发运动兴趣，培养学生终身体育意识。3、以学生发展为中心，重视学生主体地位。4、关注个体差别与不同需求，确保每个学生受益。

2、体育锻炼应遵循哪些原则？

答：1、循序渐进的原则；2、全面锻炼的原则；3、经常性锻炼原则；4、区分对待的原则；5、准备与整理举动原则。

3、简述体育运动对运动系统的影响？

答：1、体育运动对骨骼结构与机能的影响；2、体育运动可以增强关节的灵活性和稳定性；3、体育运动对肌肉结构和形态的影响。

4、学校体育应从哪些方面为终身体育打好基础？

答：1、打好身体基础；2、掌握体育的常识、技术，学会自立研究、锻炼、评判 3、培养体育兴趣、快乐喜爱，养成锻炼惯；4、培养自我体育意识。

5、分腿腾越动作要领是什么？请用简笔画描绘动作过程。

答：动作要领：加速助跑，快速踏跳，起跳后紧腰，稍屈髋，两臂主动前伸，双手用力推撑器械远端，两腿左右分开积极前摆，脚过器械后立即制动腿，两臂斜上举，挺身落地。

四、分析题

根据体育课程标准精神的要求，分析篮球变向运球教材。请注意目标的明确，重点与难点的把握、教法与学法的创新。

（简案）

答：1、目标的确定，全面、得当、具体。2、教材的动作要领、重点、难点表述得当。3、新理念的贯彻实施。4、教师主导、学生主体效应。5、学生研究方法的运用。6、学生练自立空间的体现。7、教师教学过程中评判的运用。

中小学体育教师专业知识模拟试题及答案(二)

第一局部：名词解释：

1. 水平目标：指不同阶段学生在各个研究领域预期达到的研究结果。

2. 运动负荷：又叫运动量，包括负荷量和负荷强度。负荷量一般学用练的次数、时间、距离、重量来表示；负荷强度一般以练的速度、密度、难度来表示，这两者相互影响、相互制约。

3. 体育与健康：是以身体练为首要手段、以促进中小学生健康为首要目的的必修课程。它是对原有体育课程进行深化改革，凸起健身目标的一门课程。它是黄舍课程系统的重要组成部分，是实施素养教育中培德、智、体、美全面发展的人材必不可少的重要路子。

第二局部：填充题：

1. 体育与健康新课程，将根据三维健康观和体育自身的特点，将课程研究内容划分为运动参与、运动技能、身体健康、心理健康、社会适应五个研究领域。

2. 新课程标准根据学生身心发展的特征，将中小学的研究划分为六级水平，既水平一至水平五分别相当于 1—2 年级、3—4 年级、5—6 年级、7—9 年级、高中学段。

3. 《学生体质健康标准》划定小学一、二年级的测试项目为身高、体重、坐位体前屈三项；小学五至六年级和初中以

上年级测试项目为六项，其中身高、体重、肺活量为必测项目，选测项目为 3 项。

4. 根据少年儿童生长发育的基本规律，身体各器官系统的生长发育是不均衡的。其中神经系统发育最快；生殖系统发育最晚。

5. 人体能量的直接起原于糖、脂肪、卵白质。

6. 一个标准田径场，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；分道最小为 1.22 米最大为 1.25 米。

7. XXX 规定，从 2003 年 1 月 1 日起，除标枪外，各投掷项目（铅球、铁饼和链球）落地区标志线的内沿延长线的夹角为 34.92 度。铅球和链球投掷圈内沿直径应为 2.135 米。

8. 排球竞赛规则规定，如某队被召唤之后拒绝比赛，则宣布该队为弃权，对方以每局的 25： 比分和 3：

的比局获胜。

第三部分：判断题：

2. 测量安静时脉搏一般在安排在上午比较好，年龄越小，脉搏越慢。（×）

3. 田径比赛规则划定，对第一次起跑犯规的运动员应给予警告，以后的每次起跑犯规的运动员均应取消该项目的比赛资格。（√）

4. 排球规则规定，替补队员每局只能一场比赛一次，替补开始上场阵容的队员。而且他只能由被他替换下场的队员来替换。（√）

5. 田径项目比赛中，竞赛项目的距离应从某出发点线后沿至起点线的前沿。（×）

第四局部：问答题：

1. 组织一次小型体育比赛，需制订一个比赛规程，制订比赛规程必需具备哪些方面的内容？

答：组织一次小型体育比赛，制订比赛规程必需具备以下内容：1、比赛名称和任务；2、时间与地点、3、参赛办法（分组、人数、资格等）；4、比赛办法（方法、确定名次等）；5、比赛规则；6、奖励办法；7、报名日期和方法；8、对参赛单位的要求及注意事项。

2. 上好一堂《体育与健康（体育）》课将会受到多种因素的制约，备好课是上好课的前提条件。为保证课堂教学工作的顺利开展，并能收到预期的教学效果，就一节《体育与健康（体育）》实践课的备课须考虑哪些内容？

答：就一节《体育与健康（体育）》实践课的备课须考虑教材、学生、教法、场地、器材、时间、气候、安全、教案等内容。

3. 教育教学研究是一种有计划、有目的、有意义的认识活动，它与一般的工作总结不同，需要经历一个科学而严密的思维过程，一项具体的课题研究，从选题到获得成果，一般需经过哪几个步骤？

答：一项具体的课题研究，从选题到获得成果，一般需经过以下几个步骤：1、挑选研究课题；2、制定研究计划（题目的意义、对象、方法、时间安排等）；3、实施研究举动（材料要实在、充足）；4、对研究材料加工、整理和分析；5、撰写研究报告或学术论文。

4. 某中心黄舍征地一块，该地块长 110 米、宽 51 米，现请你给该校设计一个周长为 250 米、有 6 条跑道的半圆式田径场，（跑道宽为 1.22 米）。计算出该田径场直道总长、弯道总长、田径场半径、用地总长、用地总宽。并写出计算过程。（取小数点后两位）

解题结果：该田径场的半径为 18 米；弯道总长为 135.07 米；直道总长为 114.93 米；用地宽为 50.64 米；用地长为 108 米。

中小学体育教师专业常识模拟试题及答案(三)

一、填空

1、一个标准田径场，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；分道最小为（1.22）米最大为（1.25）米。

2、某学校 8 年级 8 个班举行篮球比赛,采用单循环制,一共要进行（28）场比赛,共有(7)轮。

3、武术运动的步型有(弓步)、（马步）、（虚步）、（仆步）（歇步）。

4、人们通常把身体素质分为（力量）、（速度）、（耐力）、（灵敏）、（柔韧）等五大素质。

5、2008 年北京奥运会乒乓球女子比赛将有（团体）和（单打）两个比赛项目。

6、《学生体质健康标准》要求从（身体形态）、（机能）和（素质）三个方面综合评定学生的体质健康状况。

7、在初中体育课教学中（技巧）、（单杠）、（双杠）和（支撑跳跃）都属于体操教学。

8、跳高的技术是由（助跑）、（起跳）、（腾空）和（落地）四个紧密联系的阶段组成。

9、接力跑的传接棒方式有（上挑式）、（下压式）和（立棒式）

10、体育锻炼前后要做（准备）举动和（整理）举动。

11、标准篮球场长（28）米、宽（15）米、3 分线半径（6.25）米。标准排球场长（18）米、宽（9）米。

12、根据少年儿童生长发育的基本规律，身体各器官系统的生长发育是（不均衡）的。其中（神经）系统发育最快；（生殖）系统发育最晚。

13、课程评判包括（学生的研究）、（教师的教学）和课程建设三方面的评判。

14、课程内容资源开发包括（现有运动项目的）改造、（新兴运动项目的）援用和（民族、民间传统体育资源的）开发。

15、人体能量的直接起原于（糖）、（脂肪）和（卵白质）。

二、判别

1、现阶段初中阶段每周每班应安排 3 节体育课。（√）

2、追逐跑是发展学生灵敏素养的有效方法。（X）

3、2008 年北京奥运会帆船比赛将在秦皇岛举行。（X）

4、逾越式跳高助跑倒数三步的比例是大、中、小。（X）

5、人体速度素养发展最快的敏感期 10—13 岁。（X）

6、国家颁布的学生体质健康标准中规定，身高、体重、肺活量等都属于身体形态项目。（X）

7、排球比赛发球时能够在球场端线后任意一点进行。（√）

8、分腿腾越练时，保护人应站在跳箱前方。（X）

9、在广播体操的教学中，教师多采用背面示范授课。（X）

10、田径项目比赛中，竞赛项目的距离应从某起点线后沿至终点线的前沿。（√）

3、名词解释

1、体能：指人体各器官系统的机能在身体活动中表现出来的能力。体能包括与健康有关的体能和与运动技能有关的体能。前者包括心肺耐力、柔韧性、肌肉力量、肌肉耐力、身体成份等。，后者包括从事运动所需要的速度、力量、灵敏性、平衡、反应等。其中一些体能成份即是与健康有关的体能，又是提高运动技能所需要的体能。

2、运动技术：指在体育运动中有效完成特地动作的能力，包括神经系统调节下不同肌肉群间的和谐工作的能力。作为研

究领域的运动技术，要肄业生研究、掌握和运用基本的运动常识和技术，形成一定的运用特长，为终身体育奠定良好的基础。

四、简答

1、简述前滚翻的动作要领

答：蹲撑，两手撑垫，屈臂、低头，同时两脚踏地，提臀收腹，重心前移，团身向前滚动，前滚时，后脑、肩、背、臀部依次着地，然后抱小腿团身成蹲撑。

2、上好一堂体育课将会受到多种因素的制约，备好课是上好课的前提条件。为保证课堂教学工作的顺利开展，并能收到预期的教学效果，就一节体育实践课的备课须考虑哪些内容？

答：实践课的备课须考虑教材、学生、教法、园地、东西、时间、气候、安全、教案等内容。

3、什么是课程评判？课程评判的首要目的是什么？

答：是通过系统收集课程设计、课程组织实施的信息，依据一定的标准和方法进行价值判别的举动。

目的是对课程设计和组织实施的科学程度进行诊断，并确定课程目标的达成程度。它是不断完善课程建设的重要依据和途径。

4、体育与健康课程的基本理念是什么

答：1）、坚持“健康第一”的指导思想，促进学生健康发展。2）、激发运动兴趣，培养学生终身体育的意识。3）、以学生发展为中心，重视学生的主体地位。4）、关注个体差别与不同需求，确保每一个学生受益。

五、综合题

小垫子在体育课教学中经常使用，请你举出 4 种在不同教学内容中合理使用小垫子的方法。

答：1）技巧：前滚翻仰卧起坐肩肘到立；2）游戏：作障碍等；3）单杠或双杠：保护；4）在投掷教学中做目标。

六、论说题

作为一名中学体育教师，请问你有什么措施加强对同学学法的指导？

答：1）、提高同学自学自练的能力。教师要指导同学学会看图和根据动作示意图进行模仿练，提高同学在模仿中研究，并鼓励他们提高自学自练能力。

2）、教师要给同学营造合作研究的氛围。在同学自学自练的基础上能够组成研究小组，让同学相互观察、相互帮助、相互纠正，使同学在合作研究的氛围中，提多发现错误和改正错误的能力，不断提高动作质量，并在合作研究中发展社会交往能力。

3)、教师要为学生提供机会,培养他们的创造力、竞争力以及迎接挑战的能力。在教学过程中,有些教学内容教师可以只提要求,不教方法,让学生自己去尝试研究。

4)、通过布置适当家庭作业,培养学生的锻炼惯以及对社会健康问题的责任感。

5)、发挥信息技术的优势,指导学生收集和综合信息,使信息技术成为学生的研究工具。

6)、发扬教学民主,经常听取学生的意见,与学生一起研究和改进教学方法,让学生以适当的方式对教、学过程和结果进行评价。

中小学体育教师专业知识模拟试题及答案(四)

一、填空题:

1、体育与健康课程是一门以身体练为主要手段、以研究体育知识、技能为基本内容,以增进中小学生健康为主要目的的必修课程。其功能与价值是健身和育人。

2、《学生体质健康标准》必测项目有身高、体重、坐位体前屈或(肺活量)。

3、《学生体质健康标准》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判标准，也是学生毕业的基本条件。

4、体育与健康课程研究成绩评定内容有：体能、知识与技能、研究态度、情意表现与合作态度。

5、在一个相对集中的时期内，对某个练内容进行系统研究或阶段研究的教学方法称之为单位教学。

二、挑选题：

1、肺活量体重指数=（A）

A、肺活量/体重 B、肺活量*体重 C、体重*肺活量 D、体重/肺活量

2、普通高中《标准》中规定，高中三年中学生修满个学分方可达到体育与健康课程的毕业要求。（C）

A、18 B、10 C、11 D、5

3、安全地进行体育举动是领域目标的内容之一。（B）

A、运动参与 B 运动技术 C、生理健康 D 社会适应

4、肩肘倒立——后滚成蹲立动作下列说法正确的是（D）

A、仰卧始，向后倒肩、举腿、翻臀 B、倒肩时，先举腿，再翻臀

C、倒立时，两手撑腰的两侧 D、后倒肩时，同时举腿、翻臀

5、根据“学法=个人的研究方略”这一认识，下列说法不准确的是（B）

A、学法是因人而异的 B、学法是教学方法的一部分

C、学法是靠研究行为展现的 D、学法与个人性格和经验特点有密切联系

3、判别题：

1、普通高中《标准》中规定，学生在田径类项目系列中至少必修 1 学分。（√）

2、学生身体的匀称度是通过身高标准体重来评价的。（√）

3、体育教学中的篮球运动是一项集体对抗性的球类游戏。（√）

4、在实施《标准》时，五个研究领域目标在每节体育课上都要有所体现。（x）

5、台阶试验，首要用以测定心血管系统功用，也能够间接推断机体的耐力。（√）

四、XXX：

1、《体育与健康课程标准》的基本理念是什么？

答：1) 坚持“健康第一”的指导思想，促进学生健康发展。
2) 激发运动兴趣，培养学生终身体育意识。3) 以学生发展为中心，重视学生的主体地位。4) 关注个体差别与不同需求，确保每一名学生受益。

2、简述坐位体前屈的测试方法。

答：受试者两腿伸直，两脚平蹬测试纵板坐在平地上，两脚分开约 10-15 厘米，上体前屈，两臂伸直向前，用两手中指尖逐渐向前推动游标，直到不能前推为止。测试计一脚蹬纵板内沿平面为点，向内为负值，向前为正值。记录以厘米为单位，保留一位小数。测试两次，取最好成绩。

3、请就“如何让学生成为课堂研究的主人”谈谈你的做法？

答：学生是研究的主体，教学内容的挑选、教学方式的确
定、教学方法的运用和教学效果的检验等，都必须以学生为出发点和归宿。让学生多一些挑选、让学生多一些想象、给学生多一份责任、给学生多一份信心。

4、根据小学低年级学生的特点，请简单列出水平一可供教师选用的具体教学内容。（小学教师必答）

5、请自选内容设计一份水平四（五）单位教学计划。
（中学教师必答）

中小学体育教师专业知识模拟试题及答案(五)

一、填空题：

1、体育与健康课程是一门以身体练习为主要手段、以研究体育知识、技能为基本内容，以增进中小学生健康为主要目的的必修课程。其功能与价值是健身和育人。

2、《学生体质健康标准》必测项目有身高、体重、坐位体前屈或（肺活量）。

3、《学生体质健康标准》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，也是学生毕业的基本条件。

4、体育与健康课程研究成绩评定内容有：体能、知识与技能、研究态度、情意表现与合作态度。

5、在一个相对集中的时期内，对某个练习内容进行系统研究或阶段研究的教学方法称之为单位教学。

二、选择题：

1、肺活量体重指数=（A）

A、肺活量/体重 B、肺活量*体重 C、体重*肺活量 D、体重/肺活量

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/566022215110010113>