

2018年河南省教师招聘考试模拟试卷解析（一）

体育学科

一、选择题

1. D【图图解析】心理健康与社会适应的目标：（1）培养坚强的意志品质；（2）学会调控情绪的方法；（3）形成合作意识与能力；（4）具有良好的体育道德。
2. B【图图解析】2. 学生在快速跑的练习中出现左右摆臂动作，教师安排学生一侧靠近墙壁进行摆臂练习，这种教学方法属于纠错练习法。
3. D【图图解析】毛细血管的主要功能是与周围组织进行气体交换和物质交换。
4. B【图图解析】速度能力发展“敏感期”6~8岁。
5. A【图图解析】上止血带的伤员要有明显标志，并在止血带附近或皮肤上明确写上上带时间。为防止伤肢缺血坏死，每隔40~60分钟放松止血带1~2分钟，松带时动作要缓慢，同时需要指压伤口以减少出血。
6. D【图图解析】体育课独特的功能是健身功能。
7. D【图图解析】图示的动作为篮球转身动作。
8. A【图图解析】10公里竞走属于有氧运动项目，其余三项均属于无氧运动项目。
9. B【图图解析】儿少力量训练应以动力性练习为主，少用或不用静力性练习，特别要尽量避免出现憋气动作，以免胸内压的突然变化影响心脏正常发育。
10. A【图图解析】接力属于4人集体项目，而其余三项均属于个人项目。
11. B【图图解析】仰卧起坐主要锻炼腹肌力量。
12. B【图图解析】力量训练的超负荷指超过训练者已适应的负荷。
13. C【图图解析】运动员的试跳顺序应抽签决定。运动员的人数超过8人时，每人可试跳3次，有效试跳成绩最好的前八名运动员每人可再试跳3次。运动员只有8人或不足8人时，每名运动员均可试跳6次。
14. B【图图解析】由6号位队员跟进，防吊球及前区球，称“心跟进”防守阵型。
15. A【图图解析】队列练习时听到“立正”号令后两脚尖应向外分开的角度约是60°。
16. B【图图解析】图中所示为二十四式太极拳中手挥琵琶一式。
17. A【图图解析】《国家学生体质健康标准》评价指标分为身体形态、身体机能和身体素质。50米属于身体素质，而其余三项属于身体机能。
18. A【图图解析】“有趣”是运动兴趣的初级水平，属于原始状态的低层次兴趣，“乐趣”是继发状态的中层次兴趣，“志趣”则是完成状态的高层次兴趣。
19. A【图图解析】球场中圈：其作用是开球时，只能有两位攻方球员在圈内开球，双方其他球员都必须在圈外，起到规范的作用，半径9.15米。
20. A【图图解析】以探究活动为主的体育教学方法：发现法、问题探究法小群体教学法等。
21. A【图图解析】以磷酸原为主要供能系统参与的极大强度运动时间是6~8秒。
22. C【图图解析】合理安排身体活动量原则：指在体育教学中必须要体现体育教学的本质特点身体活动性，还要使学生身体所承受的运动负荷有效、合理，以满足学生锻炼身体和掌握运动技能的需要。
23. C【图图解析】乳酸是由于运动过程中，体内葡萄糖的代谢过程中产生的中间产物。
24. B【图图解析】为了显示动作的前后部位，采用侧面示范。
25. C【图图解析】根据《国家学生体质健康标准》的规定：“学生毕业时体质健康标准的成绩和等级，按毕业当年得分和其他学年平均得分各占50%之和进行评定。”

二、填空题

26. 反馈
27. 步长
28. 途径
29. 力量
30. 教学思想
31. 120~140
32. 运动强度
33. 内侧
34. 短骨
35. 10
36. 摆臂与压脚背
37. 摔
38. 传接球
39. 间接
40. 粗略掌握动作

三、简答题

41. 【参考答案】

(1) 处理原则：制动、止血、防肿、镇痛及减轻炎症。

(2) 处理方法：冷敷，加压包扎并抬高伤肢。24 小时后拆除固定包扎；外敷新伤药，以达到消肿、止痛和减轻炎症的效果；疼痛剧烈的可服用止痛剂或中草药。

42. 【参考答案】

(1) 定义：是指将完整的动作分成几部分，逐部分进行体育教学的方法。

(2) 优缺点：优点是把动作技术的难度相对降低，便于学生掌握和突出教学重点和难点，同时还有利于提高学生学习的信心。其缺点是不利于学生对完整动作的领会，有可能形成对局部和分解动作的简单掌握，甚至妨碍完整地掌握动作。

43. 【参考答案】

(1) 定义：因材施教原则是指在体育教学中要贯彻“面向全体学生”的精神，根据每一个学生的具体情况，实施各不相同的、有针对性的教育，是每一个学生的运动技能和身心健康能在各自的基础上得到充分的发展。

(2) 基本要求：①要深入细致地研究和了解学生；②要正确看待和引导学生客观对待个体上的差异；③要通过各种体育教学组织形式创造因材施教的条件；④要采用各种体育教学方法进行因材施教；⑤要把因材施教与统一要求结合起来。

44. 【参考答案】

运球时，两脚左右或前后开立，两膝弯曲，重心落两脚之间，上体略前倾，五指自然张开，用手指和指根部位触球（掌心不触球），以肩为轴，同时上臂带动肘关节和小臂，通过手腕、手指用力按拍篮球上部，做出随球与应球的动作，目视前方。

45. 【参考答案】

短跑的基本技术主要包括：起跑、起跑后的加速跑、途中跑、弯道跑、终点冲刺跑。

46. 【参考答案】

(1) 分解训练法：首先把训练内容分成若干部分，分别学习、掌握各个部分或环节的内容，再综合各部分进行整体学习。

(2) 完整训练法：从技术动作或战术配合的开始到结束，不分部分和环节，完整地进行练习。

(3) 重复训练法：将某一技术动作或者战术配合多次重复同一练习，两次（组）练习之间安排相对充分休息时间。

(4) 间歇训练法：将某一技术动作或者战术配合多次练习时的间歇做出严格规定，使机体处于不完全恢复状态，反复进行练习。

(5) 循环训练法：根据训练的具体任务，将练习手段设置为若干个练习站，练习者按照既定顺序和路线，依次完成每站练习任务。

四、教学设计题

47. 【参考答案】

(1) 助跑、上板、踏跳、第一腾空、支撑推手、第二腾空和落地七个环节组成。

(2) 教学重点：助跑与踏跳相结合和支撑提臀分腿。教学难点：支撑后的有力顶肩和快速推手与展体挺身。

(3) 跳矮山羊、场边保护、利用橡皮筋辅助、“跳背”游戏、原地练习、缩小踏板距离。

48. 【参考答案】

(1) 1. 知识与技能目标：通过学习，学生能够准确说出前滚翻动作要领，同时提高学生的灵敏协调素质。2. 过程与方法目标：通过学习能够准确作出前滚翻技术动作。3. 情感态度与价值观目标：在学习过程中体验体育运动的乐趣，通过自我目标设定、自我目标超越，获得成就感，学生的自尊和自信感得到增强，同时培养学生克服困难、拼搏进取的精神品质。

(2) 基本部分：①自主探究，合作交流：学生通过观看教学视频自主尝试学习蹲踞式跳远动作。相互讨论并交流，说出该技术动作的动作要领。②讲解示范，模仿学习：教师细致讲解并正确示范蹲踞式跳远技术动作，学生观察老师动作，并认真模仿练习。③自由练习，场边指导：学生自由练习蹲踞式跳远踏跳动作。同时教师在场边指导并纠正错误动作。

2018年河南省教师招聘考试模拟试卷解析（二）

体育学科

一、选择题

1. B【图图解析】《国家学校体育卫生条件试行基本标准》规定，可以免修体育课的是病残学生。

2. A【图图解析】立德树人作为教育的根本任务，必须从儿童青少年抓起。

3. D【图图解析】体育与健康课程具有鲜明的综合性，是以体育学习为主，同时融合部分保健、卫生、安全、救护知识和技能的课程。

4. C【图图解析】投篮是最直接、最有效和最具威胁的进攻技战术。

5. C【图图解析】单循环场数计算方法：场数*（场数-1）/2=8*（8-1）/2=28。

6. C【图图解析】女生初学排球时，宜使用动作简单，便于发力，稳定性强，且能借助转体力量击球的发球方式为侧面下手发球。

7. C【图图解析】摆动是头部击球力量的主要来源。

8. A【图图解析】起跑的任务是迅速摆脱静止状态；起跑后的加速跑的主要任务是尽快至最高速度；途中跑的任务是保持最高速度。

9. A【图图解析】提高中长跑的耐力水平的合理手段是走跑交替。

10. D【图图解析】ABC选项属于原地队列动作口令。
11. C【图图解析】拳动作说明：五指卷紧，拇指压于食指、中指第二指节上。掌动作说明：四指伸直并拢，拇指弯曲紧扣于虎口处。勾动作说明：五指撮拢成勾，屈腕。
12. A【图图解析】华佗五禽戏是由东汉末年著名医学家华佗根据中医原理、以模仿虎鹿熊猿鸟等五种动物的动作和神态编创的一套导引术。
13. B【图图解析】1923年《新学制课程标准纲要》的公布，正式将“体操科”改为“体育课”。
14. A【图图解析】体育教师的首要职责是上好体育与健康课。
15. A【图图解析】情景教学法最适宜使用的学段是小学低年级。
16. D【图图解析】选拔和甄别不符合现在的新课标标准。
17. B【图图解析】心率是反应体育课运动量和运动强度的一个指标，一般要求平均心率在120-140次/min，最高心率不能超过180。
18. C【图图解析】低策略性技能动作的完成几乎不需要复杂的认知与决策，如田径、游泳、举重等；高策略性技能动作的完成需要复杂的认知与决策，如球类项目、拳击、散打等。
19. A【图图解析】形成与获得运动技能的主要途径是反复练习。
20. D【图图解析】篮球属于团队合作类项目。
21. B【图图解析】BMI指数计算公式是 kg/m^2 。
22. A【图图解析】心率(HR)是评定运动性疲劳最简易的指标，一般常用基础心率、运动后立即心率和恢复期心率对疲劳进行诊断。
23. D【图图解析】闭合性软组织损伤是指局部皮肤或粘膜完整，无裂口与外界相通，损伤时的出血积聚在组织内。开放性软组织损伤是指伤口与外界相通，容易引起出血和感染，最常见的有擦伤、切伤、刺伤和撕裂伤等。
24. A【图图解析】体重的主要原因，一是体力活动，二是人体的进食量。
25. B【图图解析】提杠铃耸肩、持哑铃扩胸、负重侧上举等辅助练习可发展斜方肌的力量。
26. C【图图解析】骨生长内因：种族、遗传、激素等；外因：营养、维生素、机械力、体育锻炼等。
27. B【图图解析】50米和立定跳远是以磷酸原系统为主要供能的运动项目。
28. C【图图解析】抛掷实心球练习提高耐力素质不明显。
29. D【图图解析】运动能力差别：跑、跳、投及引体向上等男孩优于女孩；柔韧性、协调性以及平衡能力，女孩优于男孩。
30. D【图图解析】贫血是指人体外周血红细胞容量减少，低于正常范围下限的一种常见的临床症状。由于红细胞容量测定较复杂，临床上常以血红蛋白(Hb)浓度来代替。

二、双项选择题

31. AD【图图解析】篮球进攻战术基础配合是指进攻时两三人之间有组织有目的的协同行动，它包括传切配合、策应配合、突分配合、掩护配合和快攻配合等。
32. AC【图图解析】2008年北京奥运会中国女排获得季军。
33. BC【图图解析】体操技巧类也叫“垫上运动”，主要包括各种滚翻、空翻、手翻、倒立、平衡等动作。
34. CD【图图解析】“六艺”教育中，下列选项中包含体育因素的是射和御。
35. AB【图图解析】动作技能的内因：经验、智力、个性、运动能力；外因：指导和示范、练习、反馈。
36. BD【图图解析】人体三大能源物质：糖、脂肪、蛋白质。

三、匹配题

37. (1) D; (2) B; (3) A; (4) C

【图图解析】基本的示范面有四种：一种是正面示范，示范者（教师或指定学生）面对示范对象（学生），显示动作的左右距离，如篮球防守中的左右移动；一种是侧面示范，示范者身体须侧对学生，显示动作的前后距离，如跑、跳、投、单双杠等；一种是背面示范，是显示方向、路线变化比较复杂的动作所需采用的形式，如武术、自由体操的复杂动作等；一种是镜面示范，即示范者面对学生，动作方向与学生相反，象学生照镜子一样，易于模仿学习动作，如广播操、徒手操之类。

38. 【图图解析】(1) B; (2) A; (3) D; (4) C

四、判断题

39. × 【图图解析】《国家学校体育卫生条件试行基本标准》规定，每年对在校学生进行一次健康体检，并建立学生健康档案。

40. √ 【图图解析】(1) 患有心血管疾病的人；(2) 患有某些传染性疾病的人；(3) 患肾炎、支气管哮喘、中耳炎、鼓膜穿孔的患者；(4) 女性月经期及大病初愈者；(5) 开放性创伤等。

41. × 【图图解析】排球强攻时，击球力量主要来自挥臂和展体。

42. × 【图图解析】足球比赛没有暂停时间。但值得一提的是，世界杯历史上首次正式的喝水暂停发生在2014年世界杯，裁判组只是为了球员的健康与生命安全着想，但双方教练员们不被允许向球员做出技战术指导。

43. √ 【图图解析】按照羽毛球比赛规则，球压线应判为界内球。

44. × 【图图解析】篮球拳击球应判违例。

45. √ 【图图解析】体操腾越指整个身体腾越后从器械越过

46. × 【图图解析】弯道跑根据跑速改变身体左倾的角度，左脚用前掌外侧，右脚用前脚掌内侧着地，摆臂与身体协调。

47. √ 【图图解析】队列队形口令中，动令音调高于预令音调，便于学生注意。

48. × 【图图解析】重复训练法与持续训练法都有间歇时间。

49. √ 【图图解析】疲劳时和运动技能尚未形成之前若采用竞赛训练法，不利于动作技能的掌握，甚至容易引起受伤。

50. √ 【图图解析】了解学生的差异，是做好因材施教工作的必要前提，是教育的起点和基础。

51. √ 【图图解析】题干描述的情节、竞争、合作等是游戏和竞赛的共同特性，正确。

52. √ 【图图解析】恰当的表扬和鼓励可以增加学生的自信心，提高学生学习兴趣，提升学习动机，正确。

53. √ 【图图解析】营养素是指食物中可给人体提供能量、构成机体和组织修复以及具有生理调节功能的化学成分。凡是能维持人体健康以及提供生长、发育和劳动所需要的各种物质称为营养素。人体所必需的营养素有蛋白质、脂类、糖类、维生素、水和无机盐（矿物质）、膳食纤维（纤维素）7类、还包含许多非必需营养素。

54. × 【图图解析】人体3个基本的切面是矢状面，额状面和水平面。

55. × 【图图解析】急性软组织挫伤时，应该立即冷敷，24小时之后按摩处理。

56. × 【图图解析】运动中出现腹痛时，应适当降低运动负荷。

57. √ 【图图解析】准备不足、过大的运动负荷、不良心理状态、场地设备缺陷等可能导致运动损伤。

58. × 【图图解析】儿童时期应少做大强度力量训练和静力性练习。

59. × 【图图解析】50米和400米，项目运动强度不同，呼吸节奏也不同。

60. × 【图图解析】学生通过适量运动，可使运动中枢兴奋，能有效、快速地抑制思维中枢，使其得到积极的休息，对提高学习效率有帮助。

61. √ 【图图解析】青少年骨骼有机物多无机物少，经常参加体育锻炼，可以促进软骨的增

值和分裂，有利于身高的增长。

62. ✓ **【图图解析】**肌肉的绝对肌力取决于该肌肉的生理横断面积。肌肉的生理横断面愈大，肌肉收缩时产生的力也愈大，两者接近正比例关系。

63. × **【图图解析】**小学生进行力量练习时，不宜多做静力性练习。

五、简答题

64. **【参考答案】**

脚背正面运球动作要领：跑动时，身体自然放松，上体稍前倾，两臂自然摆动，步幅不宜过大。运球脚提起时，膝关节弯屈，脚跟提起，脚尖下指，在迈步前伸脚着地前，用脚背正面向前推拨球前进。

65. **【参考答案】**

由直腿坐姿开始，上体后倒，两臂在体侧用力压地，接着举腿、翻臀，当脚尖至头部上方时，两腿上伸、髋关节充分伸直，用两手托住腰部成肩肘倒立姿势。

66. **【参考答案】**

(1) 放松活动；(2) 睡眠；(3) 温水浴、桑拿浴；(4) 按摩；(5) 吸氧和负离子吸入；(6) 营养补充；(7) 中草药。

67. **【参考答案】**

(1) 要明确讲解的目的；(2) 讲解内容要正确，符合学生的接受能力；(3) 讲解要生动形象，精简扼要；(4) 讲解要具有启发性；(5) 注意讲解的时机与效果。

六、案例分析

68. **【参考答案】**

(1) 突出重点的教学步骤有：学生自主练习；教师的完整示范并讲解；学生练习第1步——体验抛远接准练习等。

突破难点的教学步骤是：学生练习中，两人一组分别间隔2、3、4米进行抛远接准练习；学生再次练习中的游戏和竞赛等。

(2) 第一：通过学生的自主练习，提高学生的自主探究能力；第二：通过教师讲解、示范，使学生从中发现自身不足并进行改正；第三：通过学生的自主模仿练习后(泛化阶段)，两人一组分别间隔2、3、4米进行抛远接准练习(分化阶段)，练习难度逐渐增加，充分遵循循序渐进的教学原则；第四：待技能动作接近成熟时，以游戏和比赛的方式来进行巩固动作技术(巩固和自动化阶段)；第五：最后以自评、互评和教师总结评价的方式结束本节课的基础教学部分。

七、教学设计题

69. **【参考答案】**

学情分析：水平二的水生在水平一阶段就已经接触过投掷项目，但他们在投掷项目的远度和准度上还有待更进一步的提高；这一阶段的学生活泼好动、模仿能力和好奇心较强，但注意力易分散，自控能力较差。

教材分析：原地投掷纸垒球是选自人民教育出版社《体育与健康》课程水平二的教学内容；这是一节技能课，是田径运动项目中的重要内容；通过本节课的练习，发展学生的上肢力量、爆发力以及协调能力等，并且在社会适应能力方面有了一个更进一步的提高。

教学目标：1. 学生能够简要说出原地投掷纸垒球的动作要领，知道其锻炼价值，初步掌握原地投掷纸垒球的动作技术。

2. 通过本节课的练习，提高力量、灵敏以及柔韧等身体素质。

3. 培养学生遵守纪律、团结友爱、协同合作的良好作风和不怕吃苦、克服困难的优良品质。

教学重点：原地投掷纸垒球技术的握法和投法。

教学难点：全身协调用力、动作连贯。

教学步骤：

- (1) 自主练习
- (2) 教师讲解、示范原地投掷纸垒球
- (3) 学生练习、教师巡回指导，纠正错误
 - ①原地模仿练习。
 - ②两人一组相互投掷练习，相互评价、相互帮助。
 - ③以小组为单位，进行投准、投远练习。
- (4) 学生再次练习
 - ①游戏：“冲破封锁线”。
 - ②组间竞赛：投掷纸垒球比远练习。
- (5) 组间交流，相互评价，教师点评。