



2020 年湖北省中小学教师统一招聘考试

小学体育-参考解析

一、单项选择题（本大题共 15 题，每小题 2 分，共 30 分）

1. 【答案】C

【格木解析】三级课程管理的基本模式是：国家、省级和学校三级。国家制定课程发展的总体规划，省级教育行政部门根据国家对课程的总体设置，规划符合不同地区需要的课程实施方案，包括地方课程的开发与选用；学校在执行国家课程和地方课程的同时，开发或选用适合本校特点的课程。国家、地方和学校三级主体在课程开发方面的权限和侧重点不同，出现相应的国家课程、地方课程、学校课程“三级课程”。故答案选择 C。

2. 【答案】A

【格木解析】体育与健康课程是以身体练习为主要手段，以学习体育与健康知识、技能和方法为主要内容，以增进学生健康，培养学生终身体育意识和能力为主要目标的课程。故答案选择 A。

3. 【答案】B

【格木解析】体育教学内容选编要遵循教育性、符合生理特和心理特征、理论与实践相结合、继承和发扬民族传统体育、统一性与灵活性、针对性等原则。故答案选择 B。

4. 【答案】A

【格木解析】按照速度素质在运动中的表现形式可分为反应速度、动作速度及周期性运动的位移速度。反应速度是指人体对刺激发生反应的快慢。动作速度是指机体完成单个动作的速度。位移速度是指周期性运动中人体通过一定距离的时间或人体通过某一特定距离的快慢。故答案选择 A。

5. 【答案】D

【格木解析】当练习者身体平衡能力不足，需要帮助其稳定重心，维持身体平衡时，通常的手法是“扶”。故答案选择 D。

6. 【答案】C

【格木解析】合作型分组是指教师让学生自愿组合，这样根据学生需要协调小组活动，学生相互交往，取长补短，发挥集体合作精神。故答案选择 C。

7. 【答案】B

【格木解析】推小车侧重于发展上肢力量；踢毽子、滚铁环、贴膏药侧重于发展速度素质和灵敏性。故答案选择 B。

8. 【答案】C

【格木解析】排球比赛中对球员的场上位置有明确规定：接发球队获得发球权后，该队发球队员必须按顺时针方向转一个位置，依次循环。故答案选择 C。



9. 【答案】B

【格木解析】前滚翻的动作方法：从蹲立开始，两手体前撑垫，与肩同宽，手指自然分开。重心前移，两脚踏地，同时屈臂、低头、团身，经后脑、肩、背、臀、脚依次着垫，向前滚动至肩背部着垫时，立即抱腿团身，成蹲位。动作要点为：支撑、蹬伸、低头、提臀、团身。故答案选择 B。

10. 【答案】D

【格木解析】《国家学生体质健康标准》规定，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。其中中小学的加分指标为 1 分钟跳绳。故答案选择 D。

11. 【答案】A

【格木解析】五步拳是通过武术中最基本的弓、马、仆、虚、歇五种步型结和拳、掌、勾三种手型及上步、退步步法和搂手、冲拳、按掌、穿掌、挑掌、架打、盖打等手法构成的组合练习套路。故答案选择 A。

12. 【答案】D

【格木解析】学校课余体育训练是指利用课余时间，对部分在体育方面有一定天赋或有某项运动特长的学生，以运动队、代表队、俱乐部等形式对他们进行较为系统的训练。学校课余体育训练与一般训练的不同点：学校课余体育训练具有业余性、基础性、广泛性等特点。故答案选择 D。

13. 【答案】A

【格木解析】交叉韧带又称十字韧带，是关节上连接两骨并呈十字形交叉的两条韧带。见于膝关节（膝交叉韧带）、掌指和跖趾关节（籽骨交叉韧带）。故答案选择 A。

14. 【答案】D

【格木解析】体育内容资源的开发和利用要求新兴运动项目的开发与利用要注意教学内容的时代性。各地、各校可根据实际情况选用健美操、攀岩、街舞、软式排球、软式橄榄球和软式足球等新兴运动项目。故答案选择 D。

15. 【答案】C

【格木解析】根据动作的技术结构，把体操中的技巧动作分为以翻腾动作和平衡动作为主的技巧动作。故答案选择 C。

二、简答题（本大题共 3 小题，每小题 8 分，共 24 分）

16. 【格木解析】

快跑能力侧重于各种爆发力练习，强化以磷酸原代谢为主要供能途径的供能能力。具体方法可采用：小步跑，发展步频；高抬腿跑，发展抬腿肌肉群力量和下压技术；后蹬跑，发展后蹬肌群力量；斜坡跑，提高速度、力量、耐力；牵引跑，强化对快步频和大步幅的适应。

17. 【格木解析】

运动外伤指的是身体由于运动原因造成组织或器官解剖结构的破坏和生理功能的紊乱。



运动外伤与运动项目、技术动作特点密切相关。按照伤后皮肤、黏膜的完整性分类，可将运动外伤分为开放性软组织损伤和闭合性软骨组织损伤。

开放性软组织损伤是指受伤部位皮肤或黏膜破裂，伤口与外界相通，如擦伤、撕裂伤、刺伤、开放性骨折。因此，要及时止血和处理伤口，防止感染。闭合性软骨组织损伤是指受伤部位皮肤或黏膜完整，无裂口与外界相通，如挫伤、关节韧带扭伤、肌肉肌腱拉伤、滑囊炎、肌腱腱鞘炎、闭合性骨折。因此，要及时制动、即刻冷敷（损伤早期）、加压包扎、抬高患肢；24-28 小时后理疗消肿；后期康复性训练。

18. 【格木解析】

体育教学过程中常常会借助相应的教学器材布置，同时，为了加强教学效果，避免损伤，场地器材的布置要有相应的要求：场地器材的布置应符合安全、卫生原则，有利于增进学生的健康；不同的练习场地距离得当，可动器材应尽量向固定器材靠拢；要有利于增加练习密度和适宜的生理负荷；要有利于练习转换时的调动队伍，节省调动队伍和分发器材的时间；场地器材的布置要便于教师调控课程和辅导学生。

三、综合题（本大题共 2 小题，每小题 15 分，共 30 分）

19. 【格木解析】

一：游戏名称：巧妙传球

二：游戏目标：提高学生传球的准确性，增强学生的协作能力、相互信任和竞争意识。

三：教学过程：

1. 开始部分

课堂常规：集合整队，清点人数，师生问好，检查服装，宣布内容和要求，安排见习生等。

2. 准备部分

（1）准备活动

一般准备活动：随着音乐和节奏，学生跟着老师一起跳有氧操，做好全身肌肉和关节的充分活动。

专项准备活动：学生跟着老师的口令可动作，做手指手腕操，做好上肢的强化练习。

3. 基本部分

（1）场地器材：篮球场地一个、标志物若干、秒表、篮球若干。

（2）游戏方法：

一阶段：将学生分为两队，两队之间距离 6 米相对而立，在原地进行一对一与队友传球训练，传球持续时间大概 5 分钟。

二阶段：在场地上用标志物标记出一个直径为 6 米的圆圈。将学生分为人数相等的四个队伍，随机选出两队交叉站立在圈外，一对一等距站立。准备，各队一半人持球，记住与自己对应的同伴。开始，全体按逆时针方向绕圈跑动，并伺机传球通过圆的直径，各队每 2 人顺利传球通过 1 次得 1 分。在规定的时间内，总分多的一队为胜。

解这剩余两队按照同样过程和要求进行游戏，两次游戏结束后，每次胜利的队伍按照同样的方法进行第一名竞争。

(3) 游戏规则：

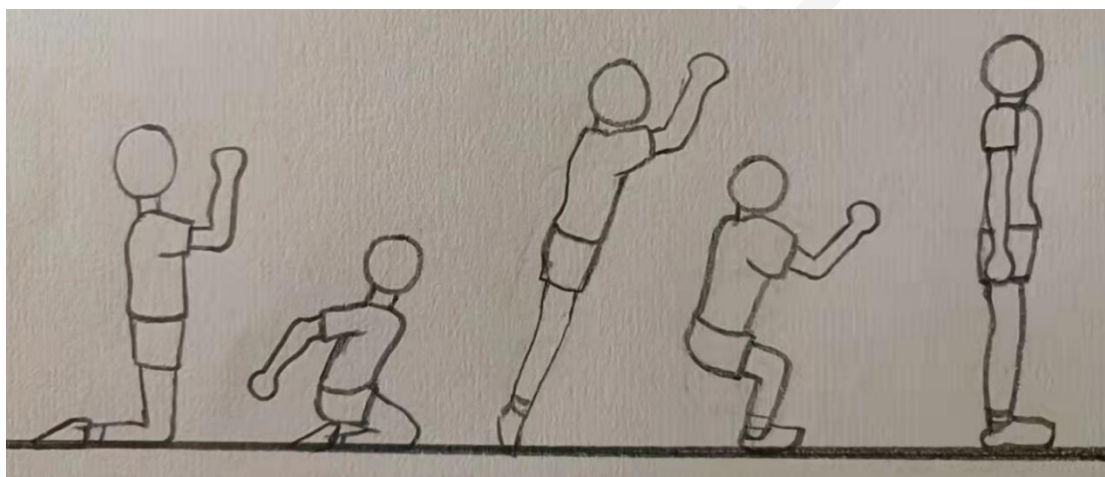
接球失误时，由传球者自己捡起，回到队伍中跟着队伍重新开始；传球者不准进入圈内传球。

4. 结束部分

跟着音乐和节拍拉伸放松；整理好场地器材；集合点评；师生再见。

20. 【格木解析】

动作过程如下：



动作重点：摆臂制动要提腰，小腿下压要用力，提膝收腿要快速。

动作难点：摆臂制动与小腿下压的配合。

四、应用题（本大题共 1 小题，16 分）

21. 【格木解析】

一：教学内容：

教学内容：“脚内侧传球”，第一课时。

授课对象：三年级学生。

授课类型：新授课。

二：教学目标

(1) 知识与技能目标：通过观察、模仿、练习的方式，学生能够理解脚内侧传球的动作要点，知道其注意事项和易错点，基本掌握动作要领。

(2) 过程与方法目标：通过自主探究与合作交流的多种方法练习，学生能够提高腿部爆发力、全身协调性、反应速度等身体素质。

(3) 情感、态度与价值观目标：学生能够提升团队协作能力，培养良好的运动兴趣、遵守规则的意志品质和安全防范意识。

三：教学重难点

教学重点：脚内侧传球在比赛中的临场运用。

教学难点：摆动腿外展、踢球时髋关节前送。

四：教学过程

（一）开始部分（约 2 分钟）

课堂常规：集合整队、点名报数、师生问好、宣布本节课内容、检查服装、安排见习生等。

（二）准备部分（约 8 分钟）

热身运动：第一圈慢跑、第二圈“S”形跑、第三圈慢跑。

一般准备活动：在老师的带领下，跟着音乐做有氧操运动。

专项准备活动：折返跑练习。

（三）基本部分（约 29 分钟）

1. 自主、合作、探究阶段

将学生分为四组，进行小组讨论和自主练习，要求学生探究脚内侧传球的动作要点，并体会难点和关键点。

2. 讲解与示范和学生练习阶段

针对学生探究过程中的问题进行解答和评价，然后通过完整与分解动作的示范以及讲解，让学生初步建立动作表象。同时，学生在模仿的过程中，能充分体验正确动作的操作方法。然后，学生积极分组练习，教师巡视并做好时时评价和纠正错误。

3. 重难点练习和整体练习阶段

教师根据学生的练习情况，指出普遍存在的问题：支撑脚落点不准确、击球点不固定。然后，展开针对性练习：从助跑到支撑脚踏实地的练习、原地脚内侧传球练习。

专门性技术强化之后，进行整体练习。学生积极分组练习，教师巡视并做好时时评价和纠正错误。

4. 游戏比赛阶段

把学生分为性别和运动能力相当的四组，借助跨栏架当球门，进行组别之间射门命中率的比赛，以提高学生的实战运用能力。每人 5 次射门机会，命中数高的组别获胜。

（四）结束部分（约 4 分钟）

放松、拉伸练习；收拾器材，整理队伍；总结点评；宣布下课。

五：场地器材

足球场、跨栏架、小音箱、足球、记录工具等。

六：教学预设

练习密度：35%-40%；

练习强度：中等偏上。

平均心率：130-145 次/分钟。