

中小学教师专业能力考核测试卷

中小学 体育与健康

卷面分值：100分 考试时间：120分钟

准考证号

姓名

考场号

班级

学校

一、填空。每空1分，共24分。

1. 体育与健康是实现青少年儿童全面发展的重要途径。
2. 体育与健康课程以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，全面贯彻党的教育方针，落实立德树人根本任务，坚持健康第一教育理念。
3. 体育与健康课程依据学生的学习需求和兴趣爱好，面向全体学生落实教会、勤练、常赛、要求，注重学、练、赛一体化教学。
4. 专项运动技能包括球类运动、田径类运动、体操类运动、水上或冰雪类运动、中华传统体育类运动、新兴体育类运动六类。
5. 义务教育阶段体育与健康课程基本运动技能包括移动性技能、非移动性技能和操控性技能。
6. 义务教育阶段体育与健康课程内容包括基本运动技能、体能、健康教育、专项运动技能和跨学科主题学习。
7. 体育与健康课程围绕核心素养，体现课程性质，反映课程理念，确立课程目标。
8. 某学校六年级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。
9. 体育与健康课程以实践活动为主。

二、选择题（每题2分，共26分）

1. (**C**) 是指为了达到预期的教学目标，遵循教学过程的基本规律、对教学活动进行规划的过程。
A.教学方法 B.教学内容 C.教学设计 D.教学目标
2. 现代教学系统由 (**D**) 等四个要素组成。
A.教师、学生、教学内容和教学目标 B.教师、学生、教学内容和教学方法
C.教师、学生、教学环境和教学媒体 D.教师、学生、教学内容和教学媒体
3. (**D**) 是课堂教学设计的核心。
A.教学方法 B.教学重点 C.教学过程 D.教学目标
4. 教学目标具有导向功能、评价功能、激励功能、(**C**) 等四项功能。
A.教学功能 B.反馈功能 C.思维功能 D.教育功能
5. 教学目标的设计遵循系统性、差异性、可操作性、(**A**) 等四项基本理念。
A.全面性 B.科学性 C.灵活性 D.普及性
6. (**A**) 是教学活动的出发点和归宿，是课堂教学的灵魂。

A.教学目标 B.教学重点 C.教学过程 D.教学方法

7. (**A**) 是教师通过对其教学活动进行的理性观察与矫正，从而提高其教学能力的活动，是一种分析教学技能的技术。

A.教学反思 B.教学能力 C.教学手段 D.教学管理

8. 标准篮球场的长和宽分别是 (**B**) 米

A. 18 9 B. 28 15 C. 28 14 D. 18 8

9. 培养目标不包括以下哪一项？ (**B**)

A.有理想 B.有学识 C.有担当 D.有本领

10. 分腿腾越练习时，保护人应站在 (**A**)

A. 跳箱旁边 B. 垫子旁边 C. 跳箱前方

11. 义务教育课程的根本任务是什么？ (**A**)

A.立德树人 B.提高国民素质 C.素质教育 D.培养时代新人

12. 落实国务院的 (**C**) 政策要求，优化了课程设置。

A.“实践” B.“创新” C.“双减” D.“综合”

13. 标准篮球场的长和宽分别是 (**B**) 米

A. 18 9 B. 28 15 C. 28 14 D. 18 8

三、判断（每题1分，共10分）

1. 现小学阶段每周每班应安排5节体育课。 (**√**)
2. 追逐跑是发展学生灵敏素质的有效方法。 (**X**)
3. 体育与健康课程目标中跨学科主题学习是所有水平的教学内容之一。 (**√**)
4. 根据科学研究，糖是你运动时身体能量的主要来源。 (**√**)
5. 人体速度素质发展最快的敏感期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. 排球比赛发球时可以在球场端线后任意一点进行。 (**√**)
8. 分腿腾越练习时，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。 (**√**)

五、简答题（每题5分，共10分）

1. 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。

2. 组织一次小型体育比赛，需制订一个比赛规程，制订比赛规程必需主要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。

六、名词解释（每题5分，共10分）

1. 健康行为：

健康行为是指学生增进身心健康积极适应外部环境的综合表现。

2. 体育品德：

体育品德是指学生在体育运动中应当遵循的行为规范和体育伦理，以及形成的价值追求和精神风貌。

六、论述题（20分）

1、《体育与健康课程标准》强调“以学生发展为中心，重视学生的主体地位”在教学活动中应如何实施？（8分）

答：《体育与健康课程标准》强调要“以学生发展为中心，重视学生的主体地位”。在教学活动中应从以下几方面做起：

① 体育活动中确保全体学生参与（2分）

学生是活动的主体，在教学活动过程中应强调学生对活动的亲自性、参与性，突出每一个学生的能动性。

② 让学生拥有一定的自由空间（2分）

教师首先要重视教学设计，使活动富有吸引力，有思维的空间和创造的余地，其次把学生个体与集体活动结合起来。学生是学习的主体。在充分发挥教师主导作用下，让学生拥有一定的自由权，是实现学生由被动向主动学习跨越的前提。因此，在体育与健康教学中，首先要给学生一定的自由支配时间，同时布置一定的学习任务，让权利与责任相结合；其次要给学生思考问题、提出问题和解决问题的时间和机会；最后教学难度的设计要有梯度，学生能够自主选择适合自己学习能力的学习内容。

③ 发扬教学民主（2分）

民主的教学有利于形成一个和谐的教学环境，有利于师生间的沟通、理解和配合。这就要求教师重塑形象，具有亲和力；其次，建立一种资源共享的伙伴型师生关系，教学过程中师生共同尊重，共同分享；同时教师要真诚的信任与鼓励学生。

④ 满足学生的需要（2分）

需要是个体或群体生存与发展的基本动力。一个学生在不同时期有着不同的需要。不同的需要导致不同的学习动机，从而形成不同的学习效果。在体育教学中，教师可以提出以下具体的教学策略：第一，教师与没有明确需要的学生多进行个别交流，帮助他们明确目标，从而激起他们的学习需求；第二，要了解学生的需要类型，尽可能地创造条件满足他们不同的需求；第三，要培养学生学习的兴趣，激发他们的学习动机，使他们的学习需要不断得到提升。

2、体育与健康课程是学校教育的重要组成部分，上好体育与健康课是每个体育教师的职责所在，备课是体育与健康教学的一个关键环节。请你阐述体育与健康课的备课应该包括哪几方面？一堂课的教案包括哪些要素？请按照体育与健康课堂结构，以40分钟一节课为例，计算出各教学环节大约需要的时间和比例。（12分）

答：①备课应包括备学生、备教材、备场地器材、写教案；（2分）

②教案包括应该包括：授课年级（班级）、时间、地点；教学内容；教学目标；教学重点、难点（或关键问题）；教学过程——教学内容、学练标准、组织形式、教学方法、练习时间和练习次数、场地布局、器材的数量、教学预测等。（或教学过程——学练内容、学练标准、组织形式与安全措施、教学法、练习时间和练习次数、场地布局、器材的数量教学预测等（6分）

③以40分钟一节课为例，准备部分（开始部分和课堂常规）活动的时间约8分钟，约占总时间的20%；基本部分（素质练习 小组比赛、体能练习）学习活动时间大约25-28分钟，约占总时间的70%左右；结束部分（放松和小结）时间大约3-5分钟，约占总时间的10%左右。（4分）