

2016年上半年教师资格证考试《初中体育与健康》题

一. 单项选择：本大题共 35 小题，每小题 2 分，共 70 分

- 完成足球脚内侧踢球动作的主动肌是（ ）。
A.大腿外展肌群 B.大腿后部肌群 C.大腿内收肌群 D.大腿前部肌群
- 人体的基本生命中枢位于脑干，它的组成是（ ）。
A.中脑、小脑、间脑和大脑 B.延髓、脑桥、中脑和小脑
C.大脑、小脑和延髓 D.延髓、脑桥和中脑
- 长期运动训练可使心壁结构发生适应性的变化，但不包括下列哪一选项？（ ）
A.心内膜 B.心肌层 C.心外膜 D.心瓣膜
- 影响骨骼生长发育的内在因素是（ ）。
A.遗传和激素 B.遗传和营养 C.遗传与免疫 D.遗传与运动
- 股四头肌是人体膝关节伸的主要收缩肌，肌腱向下止于哪一部位？（ ）
A.胫骨外侧髁 B.胫骨粗隆 C.髌骨 D.胫骨内侧髁
- 淋巴结是人体免疫系统的重要组成部分，其主要功能是（ ）。
A.参与细胞免疫、体液免疫和调节机体 pH B.预防身体感染，参与体液免疫和滤过淋巴液
C.参与体液免疫、物质代谢和滤过淋巴液 D.参与细胞免疫、体液免疫和滤过淋巴液
- 兴奋在神经—肌肉接点处的传递属于化学性传递，其参与的递质是（ ）。
A.多巴胺 B.5-羟色胺 C.谷氨酸 D.乙酰胆碱
- 长时间剧烈运动会使体内pH值下降，人体是通过下列哪一选项维持其相对恒定的？（ ）
A.血液缓冲、呼吸、肾脏的排泄和重新吸收的调节
B.肾脏的排泄和重新吸收、碱性食物的摄入和淋巴调节
C.血液缓冲、酶活性的神经调节
D.血液缓冲、酶活性和内分泌调节
- 运动疲劳是运动中出现的一种生理现象，可对其进行评定的指标是（ ）。
A.视力 B.听力 C.闪光融合频率 D.身体成分
- 体重指数法（BMI）是依据体重与身高的比值来判断肥胖的一种办法，其计算公式是（ ）。
A.体重（kg）/ 身高（m）
B.体重（kg）/ 身高²（m²）
C.身高²（m²）/ 体重（kg）
D.体重（kg）²/ 身高（m）
- 小脑具有重要的运动调节功能，但不包括下列哪一项？（ ）
A.调节肌紧张 B.维持身体平衡 C.协调和形成随意运动 D.调节血脑屏障
- 下列哪种训练方法不能有效地提高人体的有氧耐力水平？（ ）
A.持续训练法 B.高温训练法 C.间歇训练法 D.高原训练法
- 个人卫生包括人体卫生和精神卫生两个方面，其中人体卫生主要指（ ）。
A.健康行为和生活方式 B.食品安全和疾病预防 C.健康行为和食品安全 D.生活方式和疾病预防
- 体育课健康分组中，通常把身体发育和健康状况有轻微异常、功能状态无明显不良反应及身体素质较差者编入哪一组？（ ）

- A.康复保健组 B.医疗体育组 C.准备组 D.基本组
15. 锌是人体的一种微量元素，具有重要的生理功能，但不包括（ ）。
- A.增强免疫功能 B.维持神经的兴奋性 C.促进性器官的发育 D.增加食欲
16. 人工呼吸是借助人工的方法来维持机体气体交换，其吹气频率为每分钟（ ）。
- A.60~80 次 B.28~36 次 C.20~26 次 D.12~16 次
17. 髌骨研磨试验通常用于检查下列哪种损伤？（ ）
- A.髌骨软骨病 B.膝关节内侧韧带损伤 C.半月板损伤 D.膝关节外侧韧带损伤
18. 肌糖原在运动中的主要作用是（ ）。
- A.补充血糖的消耗 B.供给能量 C.储存葡萄糖 D.维持血糖的水平
19. 东方体育文化与西方体育文化相比，它的价值追求是（ ）。
- A.挑战自己 B.比赛胜负 C.天人合一 D.竞争意识
20. 最早设立了自然主义体育思想的教育家是（ ）。
- A.卢梭 B.顾拜旦 C.洛克 D.杜威
21. 在体育心理学中，把推动学生参与运动学习与身体锻炼的内部心理动因称为（ ）。
- A.运动动机 B.体育习惯 C.运动兴趣 D.体育态度
22. 在运动技能学习过程中，迁移表现最强的是（ ）。
- A.右手—左手的迁移 B.右手—左脚的迁移 C.左手—右脚的迁移 D.右脚—右手的迁移
23. 体育教学工作的基本规范与要求属于哪一范畴？（ ）
- A.体育教学方法 B.体育教学内容 C.体育教学目标 D.体育教学原则
24. 下列哪一选项是体育课教学目标的内涵？（ ）
- A.在教学情景中的预期效果 B.“课标”对学生的学习要求
C.体育老师对学生的学习要求 D.教学计划对学生的学习要求
25. 下列哪一选项是体育课教学的主要内容？（ ）
- A.体育知识和素质 B.体育知识与方法 C.体育知识与技术 D.体育方法与技术
26. 在足球比赛中，裁判员驱逐球员出场的表达方式是（ ）。
- A.哨声警告 B.吹哨后出示红牌 C.口头警告 D.吹哨后出示黄牌
27. 篮球比赛中，进攻方发动快攻的首要条件是（ ）。
- A.良好的体力 B.强烈的快攻意识 C.熟练的技术 D.积极的拼抢能力
28. 排球运动的移动技术，要求脚的着地与发力部位是（ ）。
- A.脚跟 B.脚尖 C.前脚掌 D.全脚掌
29. 完成“双杠支撑后摆挺身下”动作的关键环节是（ ）。
- A.前摆送髋 B.支撑后摆 C.双手推杠 D.挺身跳下
30. 跑步属于一种周期性运动项目，每一周期单腿的动作顺序是（ ）。
- A.后蹬—前摆—折叠—扒地 B.后蹬—折叠—扒地—前摆
C.后蹬—前摆—扒地—折叠 D.后蹬—折叠—前摆—扒地
31. 下列选项中，属于武术手型的是（ ）。

- A.掌、勾、拳 B.冲拳、架拳 C.砸拳、劈拳 D.撩拳、勾手
- 32.课时教学目标的设计应做到可观察性，因此表述预期的结果应尽量做到（ ）。
- A.概括化 B.行为化 C.简单化 D.复杂化
- 33.知识、技能、体能的测试与评价应以下列哪一选项为主？（ ）
- A.学生评价与相对评价 B.教师评价与绝对评价 C.学生评价与绝对评价 D.教师评价与相对评价
- 34.在设计与实施体育课准备活动时，除了要达到热身效果外还应考虑（ ）。
- A.针对性、独特性与趣味性 B.趣味性、独特性与简便性
C.简便性、个体性与针对性 D.针对性、简便性与趣味性
- 35.在体育教学中应贯彻“精讲多练”原则，通常在下列哪一阶段更应强调“精讲”？（ ）
- A.准备部分 B.基本部分前半段 C.结束部分 D.基本部分后半段

二. 简答题：本大题共 3 小题，每小题 10 分，共 30 分

- 36.（论述题）列举运动中常用的两种止血方法，并简述。（10分）
- 37.（论述题）一个合格的体育教师应具备哪些基本素质？（10分）
- 38.（论述题）简述体育教学中的诊断性评价及其作用。（10分）

三. 案例分析题：本大题共 2 小题，每小题 15 分，共 30 分

- 39.（分析题）案例：

在一块标准的排球场上，李老师给初一年级女生上排球课，班级人数40人，排球20个，学习内容是下手发球（新授课）。在基本部分的技能教学中，李老师给学生进行了详细的讲解和动作示范后，直接让学生分成两队站在排球场的两个端线后进行面对面发球练习。在练习中，李老师要求学生每次成功发球过网后举手示意，以培养学生的竞争意识。结果发现学生开始练习热情很高，但举手的同学寥寥无几，一段时间后，大部分同学的练习热情很快就低落下来，甚至变得有点沮丧……

问题：

- （1）请分析学生练习热情下降的原因。（6分）
- （2）针对上述问题，请设计出3种练习方法。（9分）

- 40.（分析题）案例：

某校初三（1）班上田径课，教学内容为复习弯道跑。张老师在讲解、示范技术动作后，直接组织学生在弯道上进行50m×6的分组练习。该练习完成后，又安排学生分4组进行自主练习，在练习过程中有4名男生跑到旁边的篮球场上打篮球。当张老师看到这种情况时立即阻止了他们，并进行批评。其中一名男生辩解说：“老师跑来跑去有什么劲！我们早就知道弯道跑了，就想打会儿篮球，有什么不对吗？”张老师很气愤，并大声训斥：“知道了要练，不知道也要练！”随后，立即吹哨让全班同学集合，开始训话，直到下课铃声响起。

问题：

- （1）请分析本次课张老师的处理方式是否合适。（6分）
- （2）为什么会出现4名男生打篮球的情况？作为教师应如何避免？（9分）

四. 教学设计题：本大题共 1 小题，20 分

- 41.（分析题）初中阶段（水平四）体操学习内容为：“鱼跃前滚翻”（如图）。教学时数为4个学时，请根据提供的表格格式，设计出该教学单元的第1、2次课的教学内容和教学步骤。



鱼跃前滚翻示意图

	第一次课	第二次课
教学内容		
教学步骤		