

2018年上半年教师资格证考试《初中体育与健康》题

一. 单选题：本大题共 35 小题，每小题 2 分，共 70 分

1. 仰卧起坐练习发展的肌群是（ ）。
 A. 屈脊柱肌群 B. 侧屈脊柱肌群 C. 伸脊柱肌群 D. 回旋脊柱肌群
2. 围绕关节额状轴运动时，运动形式是（ ）。
 A. 屈伸运动 B. 收展运动 C. 回旋运动 D. 环绕运动
3. 推铅球出手动作，肱三头肌的运动形式是（ ）。
 A. 远固定向心工作 B. 远固定离心工作 C. 近固定向心工作 D. 近固定离心工作
4. 下列腺体中，不属于内分泌腺的是（ ）。
 A. 甲状腺 B. 肾上腺 C. 唾液腺 D. 垂体
5. 正常人体心脏节律性收缩的起搏点位于（ ）。
 A. 窦房结 B. 结间束 C. 房室结 D. 房室束
6. 长跑运动引起体内血液黏滞性增大的主要原因是（ ）。
 A. 血细胞增加 B. 水分丢失，血液浓缩 C. 血浆蛋白升高 D. 进入血液代谢物质下降
7. 与快肌纤维相比，下面哪一项属于慢肌纤维的形态特征？（ ）
 A. 肌纤维直径大，毛细血管丰富 B. 肌纤维直径小，线粒体数量多
 C. 肌纤维直径大，线粒体数量多 D. 肌纤维直径小，肌浆网发达
8. 对糖酵解系统供能能力有较高要求的项目是（ ）
 A. 100 米 B. 200 米 C. 800 米 D. 10000 米
9. 短跑教学比赛时，学生从听到发令到起跑的时间长短属于（ ）
 A. 动作速度 B. 反应速度 C. 位移速度 D. 力量速度
10. 运动技能形成的自动化阶段，教师在教学过程中应（ ）。
 A. 做好示范动作 B. 让学生多做模拟练习 C. 纠正错误动作 D. 不断检查动作质量
11. 运动过程中氧运输系统功能达到最高水平时，摄氧量仍满足不了需氧量的要求，此时人体处于何种状态？（ ）
 A. 赛前状态 B. 真稳定状态 C. 假稳定状态 D. 进入工作状态
12. 为更好地完成旋转动作，要求练习者头部快速向旋转侧扭转，这是利用了哪一反射？（ ）
 A. 牵张反射 B. 翻正反射 C. 腱反射 D. 状态反射
13. 人体进行长时间运动时，最主要的能源物质是（ ）。
 A. 糖 B. 脂肪 C. 蛋白质 D. 磷酸肌酸
14. 人体运动后，为保持体内酸碱平衡应多吃（ ）。
 A. 米饭 B. 苹果 C. 乳酪 D. 牛肉
15. 下列哪一假说认为，运动性疲劳是由于体内能源物质的大量消耗且得不到及时补充而产生的？（ ）
 A. 能量耗竭假说 B. 堵塞假说 C. 突变假说 D. 自由基假说
16. 在体操运动中，转肩动作容易引起肩袖损伤，其症状不包括（ ）。
 A. 肩痛 B. 肌肉痉挛 C. 肌肉萎缩 D. 灵活性不变
17. 运动时因身体过量排汗，使体内电解质失衡，极易引起肌肉（ ）
 A. 僵硬 B. 痉挛 C. 松弛 D. 颤抖

18. 足球运动中，进行大力正脚背踢球而未踢中时易造成膝部（ ）。
 A. 内翻受伤 B. 外翻受伤 C. 过伸受伤 D. 屈曲受伤
19. 为促进身心健康，促进运动技术水平提高而采用的活动内容、形式和方法称为（ ）。
 A. 体育手段 B. 体育意识 C. 体育兴趣 D. 体育锻炼
20. 科学的健康观主要体现在哪三方面？（ ）
 A. 心理、心情、心境 B. 身体、心理、社会适应 C. 体格、体型、体质 D. 人格、魅力、容貌
21. 体育教学过程中，为解决学生“想不想学”问题的学习策略属于（ ）。
 A. 学习认知—运动策略 B. 学习认知—注意策略 C. 学习认知—练习策略 D. 学习认知—调控策略
22. 用于解释“动作学习与操作”最具影响力的是（ ）。
 A. 信息加工理论 B. 动作程序理论 C. 协调控制理论 D. 认知定向理论
23. 为了解决好体育教学中“教什么”问题，教师应注意哪方面的学习？（ ）
 A. 训练学 B. 管理学 C. 课程论 D. 学习论
24. 在体育教学中，要使学生承受一定负荷、满足学生身体锻炼和掌握运动技能的需要，教师应（ ）。
 A. 注重因材施教 B. 加强安全教育 C. 合理安排身体活动量 D. 注重文化传承
25. 徒手操练习中教师左脚左移成开立与学生右脚右移成开立相对应，这种示范属于（ ）。
 A. 正面示范 B. 侧面示范 C. 镜面示范 D. 背面示范
26. 一个完整的足球接球动作，一般包括四个技术环节，其顺序是（ ）。
 A. 接球前的支撑—判断选位—触球动作—接球后跟进 B. 接球前的支撑—触球动作—判断选位—接球后跟进
 C. 判断选位—触球动作—接球前的支撑—接球后跟进 D. 判断选位—接球前的支撑—触球动作—接球后跟进
27. 篮球双手胸前传球时，手腕旋内的同时拇指下压，此时传出的球将呈（ ）。
 A. 后旋飞行 B. 前旋飞行 C. 侧旋飞行 D. 无旋转飞行
28. 在排球运动中，正面双手垫中等力量来球时其击球点的位置应保持在（ ）。
 A. 膝前高度 B. 胸前高度 C. 腹前高度 D. 额前高度
29. 完成单杠“骑撑后倒挂膝上”动作时，两手的正确握法是（ ）。
 A. 反握 B. 正握 C. 正反握 D. 交叉握
30. 田径接力跑技术的教学难点是（ ）。
 A. 传棒人的跑动速度和传接棒时机的确定 B. 接棒人的起动速度
 C. 接棒人的起动时机和传接棒时机的确定 D. 交接棒方式的选择
31. 武术长拳传统技法“四击”“八法”“十二型”中的“四击”是指（ ）。
 A. 踢、打、摔、拿 B. 直、摆、勾、刺 C. 闪、展、腾、挪 D. 搞、捋、挤、按
32. 根据教学目的和条件，对某一教学过程诸要素所进行的最优化研究和计划工作，称为（ ）。
 A. 教学思想 B. 教学评价 C. 教学策略 D. 教学设计
33. 用来解决教学评价方法问题的选项是（ ）。
 A. 为什么评 B. 谁来评 C. 评什么 D. 怎么评
34. 在制定一节体育课的教学目标时，应优先考虑（ ）。
 A. 教材价值和学习基础 B. 教学条件和学习基础 C. 学生人数和教学条件 D. 教学手段和教学方法

35. 为发挥教师的主导作用，提高学生的主动性，教师应该（ ）。

- A. 精讲多练 B. 只讲不练 C. 多讲少练 D. 不讲只练

二. 多选题：本大题共 3 小题，每小题 10 分，共 30 分

36. (论述题) 肌肉活动时的直接能源是什么？其再合成途径是什么？

37. (论述题) 简述体育课堂教学的基本矛盾。

38. (论述题) 体育课成绩考核包括哪些内容？

三. 案例分析题：本大题共 2 小题，每小题 15 分，共 30 分

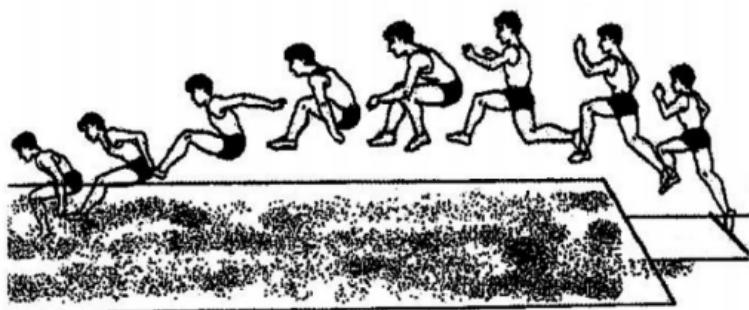
39. (分析题) 案例：某校初二有几个调皮学生，成绩不好，还影响其他同学学习，班主任多次批评教育仍无效果。校长跟体育组张老师说：“这几个调皮鬼就交给你管了！”接到任务后，张老师将几个学生叫到一起。张老师：听说你们都挺活泼的，也都喜欢体育，是这样吗？学生七嘴八舌：我们确实都喜欢体育！但班主任总说我们是“捣蛋鬼”。张老师：那么你们愿不愿意跟我学足球？学生异口同声：愿意！张老师：那好！那从今天开始，下午课外活动时间来跟我练足球！开始时，张老师说：“踢球要动脑筋，没有文化知识照样踢不好球。”一周后，学生们练得热火朝天，劲头十足。这时，张老师进一步提出要求：“你们每天上课都必须认真听讲，不许捣乱！否则就不让你们踢球了！能做到吗？”学生异口同声：“能！”几周下来，这几名学生说到做到，学习情况明显好转。经过几个月的时间，学生的学习成绩也上升到了中上游水平……问题：(1) 张老师是如何借助体育手段来教育学生的？谈谈你的看法。(6分) (2) 作为体育教师，结合案例阐述开展校园足球的重要意义。(9分)

40. (分析题) 案例：我是一名新入职的体育老师，在一次七年级的短跑蹲踞式起跑新授课教学中，我按照起跑的竞赛技术要求进行教学，效果却不尽人意。课的基本部分阶段，在调动好队形后，我详细地讲解、示范了“各就位”（蹲立双手支撑）、“预备”（抬起臀部重心前移）、“听枪跑”（迅速蹬离起跑器及加速跑）三个环节，还专门强调了“双手支撑间距多少厘米”“抬起臀部后大小腿的夹角为多少”等技术细节，用了大概十五分钟。在示范讲解中，同学们的注意力不太集中，有的交头接耳甚至打闹，我置之不理，专注于自己的讲解与示范。在随后的学生练习阶段，大部分同学还是不能正确掌握所教的技术动作。我反复提示，同学们的学习兴趣还是不高。问题：

- (1) 请指出该教师在教学中存在的主要问题。(6分) (2) 结合材料，谈谈如何对竞技运动项目进行教材化处理。(9分)

四. 教学设计题：本大题共 1 小题，20 分

41. (分析题) 某校初二(1)班体育课，男、女生各 25 人，教学内容为“蹲踞式跳远”技术(如图)。本单元共 4 个学时，分 8 次课。第 1 次课的内容为“腾空步”，第 2 次课的内容为“助跑与起跳”。要求：依照提供的表格样式，请设计出第 2 次课的教学重难点和基本部分的教学步骤(不少于 4 步)。



蹲踞式跳远

教学重难点	
基本部分	