

# 2018年下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

- 对线粒体的描述，说法正确的是（ ）。
  - A.位于细胞核内
  - B.具有合成 ATP 的功能
  - C.位于细胞膜上
  - D.是由一层单位膜构成的小泡
- 人体解剖学姿势对躯干和下肢的规定是（ ）。
  - A.身体直立，两足并拢，足趾向前
  - B.身体俯立，两腿分开
  - C.身体直立，两腿分开，足趾向前
  - D.身体俯立，两腿并拢
- 下列哪一练习能有效发展股四头肌力量？（ ）
  - A.跪撑后倒
  - B.勾脚正压腿
  - C.负重深蹲
  - D.俯卧负重屈小腿
- 下列选项中不会影响关节运动幅度的是（ ）。
  - A.关节周围肌肉的伸展性和弹性
  - B.关节周围的血管和神经
  - C.关节周围韧带的多少和强弱
  - D.两骨关节面的弧度差及关节囊的厚薄松紧
- 关于消化系统，下列描述正确的是（ ）。
  - A.由胃肠和肝脏组成
  - B.由食管和肠道组成
  - C.由口腔、食管和肠道组成
  - D.由消化管和消化腺组成
- 动脉血压形成的两个基本条件是（ ）。
  - A.心脏的泵血功能和肺活量
  - B.循环血量和肺活量
  - C.心脏射血和血管外周阻力
  - D.心率和血管外阻力
- 乳酸阈是评价哪一种身体素质最有效的指标之一？（ ）
  - A.有氧耐力
  - B.力量素质
  - C.无氧耐力
  - D.灵敏素质
- 与慢肌纤维相比，快肌纤维的形态特征是（ ）。
  - A.肌纤维直径细、线粒体数目多
  - B.肌纤维直径粗、毛细血管丰富
  - C.肌纤维直径粗、肌浆网发达
  - D.肌纤维直径细、毛细血管最少
- 在运动过程中，当心率达到 180 次 / 分以上时，常表现为心输出量减少，其主要原因是（ ）。
  - A.心室慢速射血期缩短
  - B.心房收缩期缩短
  - C.心室快速充盈期缩短
  - D.心房舒张期缩短
- 投掷运动中，机体的主要供能系统是（ ）。
  - A.磷酸原系统
  - B.无氧酵解系统
  - C.乳酸能系统
  - D.有氧氧化系统
- 当发令员鸣枪后，运动员“从听觉感受器接受刺激到肌肉效应器产生兴奋”所需的时间称为（ ）。
  - A.反应速度
  - B.位移速度
  - C.动作速度
  - D.加速度
- 在制定运动处方前除了要进行一般调查，填写 PAR-Q 筛选问卷，临床健康检查外，还要进行（ ）。
  - A.营养测试和体能测试
  - B.力量测试和耐力测试
  - C.体适能检测和运动试验
  - D.体适能检测和心理测试
- 在处理关节韧带急性扭伤时，首先要做（ ）。
  - A.热敷
  - B.冷敷
  - C.按摩
  - D.包扎
- 当女生处于生理期时，在课余体育训练时可进行（ ）。
  - A.适量训练
  - B.正常训练
  - C.加量训练
  - D.停止训练
- 某学生在炎热的夏天踢完足球后，出现脉搏、呼吸加快，无汗，高热等症状，可被诊断为（ ）。
  - A.热痉挛
  - B.热衰竭
  - C.热射病
  - D.热习服

16. 由于外力作用使关节面之间失去正常的连接称为（ ）。
- A.畸形                      B.骨折                      C.韧带损伤                      D.关节脱位
17. 对于过度训练的防治关键在于（ ）。
- A.补充丰富的营养              B.早期发现，及时处理              C.服用有关药品              D.各种物理疗法
18. 随着一堂体育课的进行，学生脉率呈上升趋势，在基本部分可达到最高峰，其值为（ ）。
- A.140 次 /min                      B.140 ~ 159 次 /min  
C.160 ~ 180 次 /min                      D.180 次 /min
19. ‘’发展体育运动，增强人民体质‘’是毛泽东主席在 1952 年 6 月 10 日为下列哪一组织成立所做的题词？（ ）
- A.中国奥林匹克委员会              B.中华全国体育总会              C.国家体育运动委员会              D.共青团中央委员会
20. 在 1920 年奥林匹克运动有了自己著名的格言，其内容是（ ）。
- A.参与、团结、奋斗              B.参与、搏斗、实现              C.团结、和平、进步              D.更快、更高、更强
21. 体育锻炼可影响主观幸福感，主观幸福感是由三个维度组成的。下列选项中正确的是（ ）。
- A.自我接纳、环境条件和生活满意度                      B.积极情感、消极情感和生活满意度  
C.情绪体验、积极情感和生活满意度                      D.环境条件、人际关系和生活满意度
22. 利用身体各部位肌肉的紧张与放松，并辅以呼吸和表象来调控人们紧张情绪的练习方法，可称为（ ）。
- A.系统脱敏训练                      B.生物反馈训练                      C.自生训练                      D.渐进放松训练
23. 发挥体育教师主导性的前提条件是（ ）。
- A.熟知体育教学观念、体育教材和自己的学生                      B.熟知体育教学观念、评价方法和自己的学生  
C.熟知体育项目、教学环境和评价方法                      D.熟知体育项目、体育教材和评价标准
24. 体育教学中，在教师引导下，学生所表现出的积极态度、独立和创新的学习行为是下列哪一特征的具体表现？（ ）
- A.教师主导性                      B.教师主宰性                      C.学生能动性                      D.学生主体性
- 教师要求学生以小组为单位，通过辩论等方式获取体育知识与能力的教学方法属于（ ）。
25. A.讲解法                      B.示范法                      C.讨论法                      D.游戏法
26. 足球运动中，决定出球准确性最重要的环节是（ ）。
- A.判断                      B.脚击球                      C.站位                      D.助跑
27. 原地单手肩上投篮时，球出手瞬间手指的正确动作是（ ）。
- A.食指用力拨球                      B.五指同时用力拨球                      C.中指用力拨球                      D.中指、食指用力拨球
28. 排球运动员做好准备姿势，其目的是为了（ ）。
- A.保持平衡                      B.加强防守                      C.快速移动                      D.加强进攻
29. 一列横队变二列横队的口令是（ ）。
- A.一列横队变二列横队              B.一列横队成二列横队              C.成二列横队——走              D.变二列横队——走
30. 短跑弯道跑时，运动员右脚正确的着地部位是（ ）。
- A.前脚掌                      B.前脚掌外侧                      C.全脚掌                      D.前脚掌内侧
31. 在二十四式简化太极拳中，由“棚、捋、挤、按”组成的动作称为（ ）。
- A.海底针                      B.揽雀尾                      C.高探马                      D.倒卷肱

32. 体育教学内容选择的基本要求是（ ）。

- A. 基础性、实用性、兴趣性和科学性  
B. 基础性、自主性、兴趣性和科学性  
C. 基础性、政策性、实用性和科学性  
D. 基础性、实践性、计划性和兴趣性

33. 学生正在进行技术动作练习时，教师所给予的评价属于（ ）。

- A. 课前评价  
B. 即时评价  
C. 课后评价  
D. 阶段评价

34. 依据运动技能形成规律，以系统传授运动技能为主要目的，而设计的教学模式是（ ）。

- A. 技能掌握式  
B. 课题研究式  
C. 快乐体验式  
D. 小群体学习式

35. 体育教学评价的最终目的是（ ）。

- A. 督促家长  
B. 选拔学生  
C. 评定成绩  
D. 激励学生

## 二. 简答题：本大题共 3 小题，每小题 10 分，共 30 分

36. （论述题）简述膝关节的结构，并列出三种诊断膝关节损伤的方法。

37. （论述题）简述体育教学计划与体育教学设计之间的不同点。

38. （论述题）简述体育教学中教师相互评价的内容、方法和手段。

## 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：下面是某实习生在上蹲踞式起跑课时，给同学们讲解动作要领时的课堂记录。同学们，今天我们学习蹲踞式起跑，下面先看一下动作图解（蹲踞式起跑动作图解）。现在我给大家示范一下蹲踞式起跑动作，并讲解一下动作要领，希望大家认真听和仔细观察。首先，蹲在起跑线后，一条腿的膝盖跪在地上，两手拇指张开呈八字形放在起跑线后沿，相距与肩同宽或略宽于肩；另一条腿蹲下，脚离起跑线一脚到一脚半，两腿之间一个平拳距离；头部自然下垂，然后，重心前移落在两臂与腿之间，当听到枪声或“跑”的口令时，两臂积极摆动，前腿迅速蹬离起跑器，快速向前跑动。问题：

（1）该实习生的讲解存在什么问题？（4 分）应该怎样讲解该动作？（4 分）

（2）分析“重心前移落在两臂与腿之间”这一动作要领的作用。（7 分）

40. （分析题）案例：初三（1）班足球教学比赛课，李老师在宣布本堂课的教学任务时要求学生先慢跑两圈，然后做徒手操和足球专项准备活动后再进行教学比赛，其中几位学生高呼：“李老师安排那么多准备活动太浪费时间了，我们直接开始比赛吧，这样可以多踢一会儿。”李老师给学生进行了适当的解释，并按照他之前的计划开始上课，比赛过程中有的学生不遵守规则，为了争抢球故意用手推搡别的同学，甚至出现抱球跑的现象，场面一度混乱。

问题：（1）你认为学生的要求是否合理？（2 分）请从运动生理学的角度做出解释。（8 分）

（2）如何强化规则意识来转变学生的上述行为？（5 分）

## 四. 教学设计题：本大题共 1 小题，20 分

41. （分析题）请根据下列材料，设计教学技能目标、教学重难点，并设计出单人练习、双人练习和多人练习各 2 种。初二（2）班的篮球“新授课”，教学内容：“篮球双手胸前传接球”。教学条件：标准篮球场 1 块；篮球 40 个；人数 40 人。