

2019年下半年教师资格证考试《初中体育与健康》题

一. 单项选择题：本大题共35小题，每小题2分，共70分

1. 手持哑铃在做前臂屈的动作时，肱二头肌所做的工作是（ ）。
A. 支撑工作 B. 固定工作 C. 离心工作 D. 向心工作
2. 人体肺部实现气体交换的结构是（ ）。
A. 气血屏障 B. 毛细血管网 C. 肺泡 D. 肺小叶
3. 窦房结是正常人体的心脏节律性收缩的起搏点，它位于（ ）。
A. 下腔静脉与右心房的交界处 B. 左心室壁
C. 上腔静脉与右心房的交界处 D. 右心室壁
4. 骨是人体运动系统的重要组成部分，具有多种功能，它不包括（ ）。
A. 支架和杠杆 B. 储存钙和磷 C. 保护和造血 D. 运输功能
5. 下列哪一内分泌腺分泌的激素可使血钙升高？（ ）
A. 甲状腺 B. 甲状旁腺 C. 肾上腺 D. 松果体
6. 人体活动时，肌肉直接能源是（ ）。
A. 糖 B. 三磷酸腺苷 C. 脂肪 D. 蛋白质
7. 运动处方定量化与科学化的核心要素是（ ）。
A. 运动形式 B. 运动强度 C. 运动时间 D. 运动频率
8. 与快肌纤维相比，慢肌纤维的生理特征是（ ）。
A. 收缩力量大 B. 耐劳能力强 C. 无氧能力快 D. 收缩速度快
9. 人体长时间运动时，内脏器官的血流量通常会（ ）。
A. 增加 B. 不变 C. 减少 D. 增多
10. 运动过程中，随着机体温度的升高，血氧饱和度会降低，进入骨骼肌的氧气量（ ）。
A. 不确定 B. 不变 C. 减少 D. 增多
11. 评定人体有氧工作能力的重要指标是（ ）。
A. 最大通气量 B. 潮气量 C. 最大摄氧量 D. 肺活量
12. 脉压差是衡量人体供血功能的指标之一，我国健康成年人安静时的脉压差，介于（ ）。
A. 10到20毫米汞柱 B. 30到40毫米汞柱 C. 50到60毫米汞柱 D. 70到80毫米汞柱
13. 依据身体素质发展规律，初中学生应当优先发展哪项身体素质？（ ）
A. 耐力素质 B. 柔韧素质 C. 力量素质 D. 灵敏素质
14. 长时间进行冰雪运动时，在膳食中，除补充维生素B外，还应补充（ ）。
A. 维生素E B. 维生素D C. 维生素C D. 维生素A
15. 冷敷是现场急救常用的方法之一，但不能产生下列哪一种效果？（ ）
A. 减少局部充血 B. 止血防肿 C. 抑制神经感觉 D. 消肿散瘀
16. 二人配合进行心肺复苏时，一人做胸部按压，一人做人工呼吸，其次数比例是（ ）。
A. 20 : 1 B. 10 : 1 C. 5 : 1 D. 1 : 1
17. 若出现运动性贫血，膳食中应注意补充哪种微量元素？（ ）
A. 铁 B. 钙 C. 钠 D. 钾

- 18.下列哪一症状不宜采用拔罐疗法？（ ）
A.骨质疏松症 B.坐骨神经痛 C.慢性关节炎 D.出血性损伤
- 19.“不懂体育的人，不应该做学校的校长”，这是我国哪位教育家的名言？（ ）
A.蔡元培 B.张伯苓 C.杨昌济 D.胡适
- 20.某节体育课，实际上课时间为45分钟，学生有效练习时间为15分钟，则该课练习密度为（ ）。
A.25% B.30% C.33.3% D.50.0%
- 21.影响运动技能学习的内部因素，除了经验与成熟度，智能和个性外，还包括（ ）。
A.反馈 B.运动能力 C.保护与帮助 D.指导与示范
- 22.根据建构主义心理学的理论，在体育教学过程中应强调（ ）。
A.多角度，多层次地进行体育学习 B.学习者内部积极的思维活动
C.学习内容按一定逻辑组织起来 D.学习过程中学生自我实现的心理历程
- 23.在体育实践课教学中，通常应在哪一维度上确定其教学重点？（ ）
A.运动参与 B.运动技能 C.身体健康 D.心理健康与社会适应
- 24.在体育教学中，下列哪一选项应强调严肃的学习氛围？（ ）
A.进行相互评价时 B.存在安全隐患时 C.进行探究活动时 D.进行放松练习时
- 25.学练活动结束后，教师进行集中评价时，其重点是（ ）。
A.批评差学生 B.指出个别错误 C.批评懒学生 D.强调正确做法
- 26.通常情况下，足球运球技术的触球方式是（ ）。
A.踢捅式 B.击扣式 C.推拨式 D.弹击式
- 27.学生做原地右手肩上投篮时，左手应扶在篮球的哪一部位？（ ）
A.左上方 B.正上方 C.前上方 D.后上方
- 28.下列四种排球发球技术中，最适合初学者学习的是（ ）。
A.正面上手发球 B.正面上手发飘球 C.正面下手发球 D.跳发大力球
- 29.单杠骑撑前回环动作正确的握杆方法是（ ）。
A.正反握 B.交叉握 C.正握 D.反握
- 30.跳高助跑的主要作用是获得（ ）。
A.向上的垂直速度 B.最佳的起跳姿势 C.适宜的水平速度 D.适宜的起跳角度
- 31.武术蹬腿，技术动作的发力顺序是（ ）。
A.胯—膝—脚 B.脚—膝—胯 C.膝—脚—胯 D.脚—胯—膝
- 32.体育实践课教学质量评价的关键指标是（ ）。
A.课堂结构 B.教学艺术 C.教学效果 D.课程管理
- 33.《义务教育体育与健康课程标准（2011年版）》规定中，水平四是指（ ）。
A.7年级 B.8年级 C.9年级 D.7到9年级
- 34.在以身体练习为主的体育教学方法中，将完整动作分成几个部分，逐步进行学与练，这种方法称为（ ）。
A.分解练习法 B.重复练习法 C.循环练习法 D.完整练习法
- 35.在健美操和武术操的教法组织中，通常会采用（ ）。

A.探究式教学

B.合作式教学

C.自由式教学

D.展现式教学

二. 简答题：本大题共3小题，每小题10分，共30分

36.（论述题）简述消除运动性疲劳的手段与方法。

37.（论述题）简述当代体育教学模式的发展趋势。

三. 案例分析题：本大题共2小题，每小题15分，共30分

38.（论述题）简述体育教师对学生体育学习评价的目的。

（一）

案例：

某教师在排球教学的第三次课上，按照正式排球比赛规则安排学生进行教学比赛。由于多数学生对排球的基础知识掌握较差，出现了攻防回合次数较少的情况，基本上是发球直接得分或者发球不过网。多数学生站在场边不用上场，排球比赛变成了捡球比赛。你来我往的紧张和乐趣荡然无存，学生的学习积极性受到了打击，教学效果不好。

39.（分析题）问题：

（1）请分析此案例中存在的问题。（6分）

（2）作为体育教师应该如何避免这种情况的发生？（9分）

（二）

周一上午第四节课，初一（一）班和初二（二）班同时上体育课，初一（一）班的教学内容是“接力跑”游戏比赛，初二（二）班的教学内容是“排球双手正面传球”，课前两个班的老师商量好，一个班用北面半块球场，另一个班用南面半块球场，为了互不干扰，同时考虑自然条件，两位老师一起画出了下列四个草图。

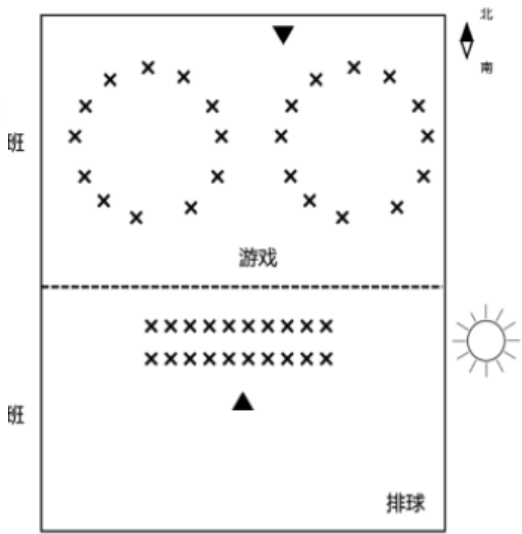


图 1

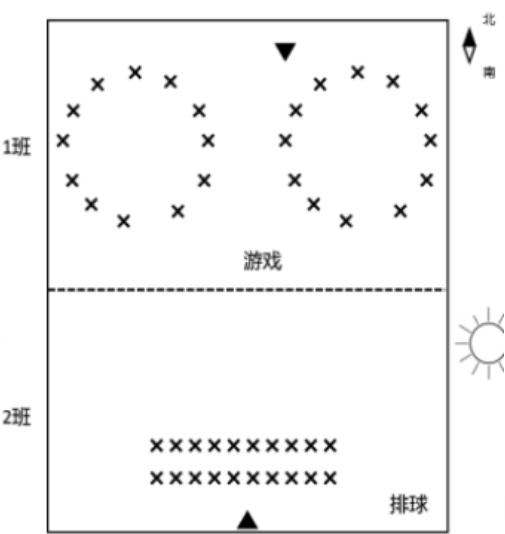


图 2

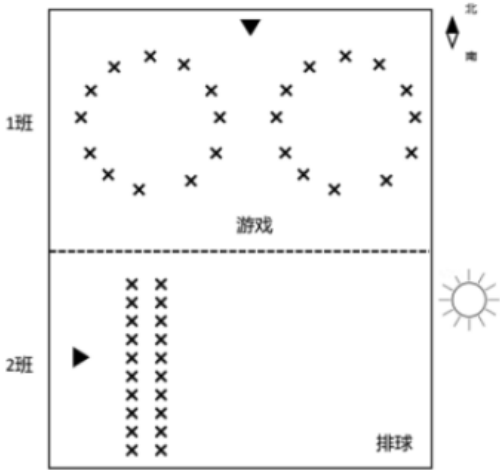


图 3

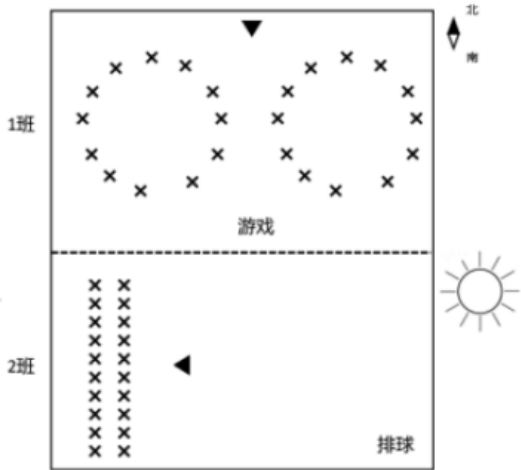


图 4

40. (分析题) 问题：
- (1) 四个草图中，你认为哪一个讲解示范队形安排最合理并说明理由。(6分)
 - (2) 如果四个草图是学生练习队形的安排，你认为哪一个最合理？为什么？(9分)

四. 教学设计题：本大题共1小题，20分

41. (论述题) 跳远是水平四学生重要的教学内容，下表是蹲踞式跳远五次课的单元教学设计，请针对每一次课的教学内容，各设计出三种教学方法与手段。

课次	教学内容	教学方法与手段
1	腾空步	
2	助跑与起跳技术	
3	腾空蹲踞姿势	
4	落地技术	
5	完整技术	