

## 2021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. 韧带具有限制关节运动幅度、维持关节稳定的作用。其构成组织是（ ）。  
A. 肌组织                      B. 致密结缔组织                      C. 上皮组织                      D. 疏松结缔组织
2. 跑跳运动，涉及关节的屈和伸，能使膝关节屈的肌肉是（ ）。  
A. 髂腰肌                      B. 股四头肌                      C. 股二头肌                      D. 臀大肌
3. 体循环动脉是为各器官和组织输送血液的血管，为心脏供血的动脉是（ ）。  
A. 冠状动脉                      B. 胸动脉                      C. 腹主动脉                      D. 锁骨下动脉
4. 通过长期的有氧运动，可明显发展呼吸系统哪一器官的功能？（ ）  
A. 气管壁                      B. 支气管                      C. 肺                      D. 喉
5. 骨骼肌收缩受躯体运动神经元的控制。该神经元的胞体位于（ ）。  
A. 脊髓灰质后角                      B. 脊髓白质后索                      C. 脊髓灰质前角                      D. 脊髓白质前索
6. 运动可使糖皮质激素水平升高，以调节能量，供应该分泌该激素的腺体是（ ）。  
A. 脑垂体                      B. 松果体                      C. 甲状腺                      D. 肾上腺
7. 肺泡与血液之间的气体交换过程称为（ ）。  
A. 肺通气                      B. 肺换气                      C. 外呼吸                      D. 组织换气
8. 人体进行负重深蹲练习时，在缓慢下蹲阶段，股四头肌的收缩形式是（ ）。  
A. 离心收缩                      B. 向心收缩                      C. 等动收缩                      D. 等长收缩
9. 人体进行剧烈运动时，器官机体各器官的血流量会重新分配，其中肾脏的血流量（ ）。  
A. 增多                      B. 减少                      C. 不变                      D. 无规律变化
10. 较长时间剧烈运动时，肌肉中哪种物质的含量会明显上升？（ ）  
A. 乳酸                      B. 水                      C. ATP                      D. CP
11. 心肌节律性收缩可分为血液流动提供动力，正常情况下不会发生强直收缩，其原因是（ ）。  
A. 兴奋性低                      B. 兴奋传导速度快                      C. 兴奋性高低有效                      D. 不应期长
12. 根据儿童少年的生理特征，在进行体育锻炼时宜采用（ ）。  
A. 大负荷力量训练                      B. 长时间进行                      C. 短时间速度性练习                      D. 长距离耐力性练习
13. 准备活动是指在训练和比赛前进行的有组织、有目的的专门性练习。其生理作用有很多，其中不包括（ ）。  
A. 减轻“极点”的程度                      B. 缩短进入工作状态的时间  
C. 调整赛前状态                      D. 加速运动性疲劳的恢复
14. 学校健康促进的目标人群可分为一级和次级，其中一级人群目标是指（ ）。  
A. 学校领导                      B. 教职员工                      C. 学生群体                      D. 学生家长
15. 在体育课的教学中，依据健康分组的要求，可让学生分为哪三个组？（ ）  
A. 准备组、一般组、特殊体育组                      B. 基本组、准备组、医疗体育组  
C. 准备组、正常组、运动康复组                      D. 基本组、正常组、特殊锻炼组
16. 蛋白质由必需氨基酸和非必需氨基酸组成，若所含必需氨基酸的种类齐全，但其中某一种或几种含量相对较低，该蛋白质称为（ ）。  
A. 半完全蛋白质                      B. 优质蛋白质                      C. 不完全蛋白质                      D. 完全蛋白质

- 17.骨折急救的目的是用简单而有效的方法，抢救生命，保护患部，使伤者能够安全迅速的运输至医院。其急救的原则是（ ）。
- A.立即消肿，固定敷药，先包扎伤口，再止血  
B.立即止痛，冷敷消肿，先止血，再包扎伤口  
C.防止休克，就地固定，先包扎，伤口再止血  
D.防止休克，就地固定，先止血，再包扎伤口
- 18.绷带包扎有环形包扎、螺旋型包扎、转折性包扎和八字形包扎等方法。其中八字形包扎方法常用于哪些部位？（ ）
- A.肘、膝、踝等关节处  
B.上臂、大腿下段和手指等处  
C.前臂、大腿和小腿等处  
D.头额部、手腕处和小腿下部等处
- 19.网球肘是运动中的常见损伤。其学科名称是（ ）。
- A.肱二头肌长头肌腱鞘炎  
B.肱骨内上髁炎  
C.肘后创伤性滑膜炎  
D.肱骨外上髁炎
- 20.为达到增强体质、增进健康、娱乐身心及提高运动技术水平的目的，必须进行（ ）。
- A.身体运动  
B.心理调节  
C.合理营养  
D.健康管理
- 21.奥林匹克文化的特征除具有人文性和象征性外，还有（ ）。
- A.艺术性、多元性、专业性  
B.艺术性、单一性、划一性  
C.艺术性、多元性、划一性  
D.商业性、多元性、划一性
- 22.体育课是实现学校体育目标的基本途径。教师在教学中不仅要培养学生爱体育、懂体育和会体育，更应注重（ ）。
- A.立德树人  
B.尊重差异  
C.心理调适  
D.运动参与
- 23.根据体育教学的特点，体育课中教师在运用讲解法时应注意（ ）。
- A.精讲多练  
B.少讲多练  
C.只练不讲  
D.只讲不练
- 24.为了了解学生的体育心理素质与心理需求，教师采用心理量表对学生进行测试，这种方法属于（ ）。
- A.心理咨询  
B.心理干预  
C.心理测量  
D.心理分析
- 25.某校在新学期大课间活动中，有意安排了健美操、街舞、轮滑等内容，其目的是（ ）。
- A.端正体育态度  
B.养成成就动机  
C.适当展开竞争  
D.激发运动兴趣
- 26.正式的11人制足球赛中，每队上场队员人数不得少于（ ）。
- A.5人  
B.6人  
C.7人  
D.8人
- 27.篮球传接球技术是战术配合的具体手段。单手肩上传球用于（ ）。
- A.短传快攻  
B.传切配合  
C.长传快攻  
D.突分配合
- 28.初学排球正面传球时，为提高传球的准确性和稳定性，击球点的位置应位于（ ）。
- A.头上方约一臂距离处  
B.额前上方约一臂距离处  
C.头上方约一球距离处  
D.额前上方约一球距离处
- 29.在体操运动中，将整个身体腾起后从器械上越过的动作，称为（ ）。
- A.摆越  
B.腾越  
C.飞跃  
D.空翻
- 30.跳高比赛时，应由地面垂直丈量至横杆（ ）。
- A.上沿最低处  
B.下沿最低处  
C.上沿最高处  
D.下沿最高处
- 31.武术基本功练习中，正踢腿动作要求做到“三直一勾”，其中“一勾”是指（ ）。
- A.勾手  
B.支撑腿脚尖勾起  
C.勾头  
D.摆动腿脚尖勾起

32.体育教学设计需要对体育教学的各个环节进行全面分析，但不包括（ ）。

- A.教学过程 B.教学策略 C.教学制度 D.教学媒体

33.在教学设计中对学情分析时，除学生基本信息、体育学习兴趣、学生预备技能与目标技能分析外，还包括（ ）。

- A.情境分析 B.教学效果分析 C.教材分析 D.困难学生分析

34.在体育教学过程中，为了发现教学中存在的问题并及时调整教学计划，以达到理想的体育教学效果而进行的评价称为过程性评价，也可称为（ ）。

- A.总结性评价 B.形成性评价 C.诊断性评价 D.绝对评价

35.下列哪一选项可用于学生足球学习“态度与参与”的评价？（ ）

- A.脚部颠球 B.每周踢足球的次数 C.快速往返运球 D.帮助同伴纠正动作

## 二. 简单题：本大题共3小题，每小题10分，共30分

36.（论述题）简述呼吸形式。

37.（论述题）简述学年体育教学计划制定的基本内容。

38.（论述题）简述体育教学评价的功能。

## 三. 案例分析题：本大题共2小题，每小题15分，共30分

### （一）

案例：

初一年级学生张某，性格内向，平时不爱说话，动作协调性较差，学习运动技术较慢，一次体育课上，李老师讲解和示范技术动作后，学生开始自主练习，一段时间练习后，大多数同学已基本掌握，但张某还没学会，此时，李老师走到张某身边让他把刚才学的动作做一遍，张某腼腆的说：“老师，我还没学会呢。”李老师很不高兴地：“别人都学会了，怎么就你学不会！没用心吧？”此时张某低下头哭了起来，也不愿再练习了。

39.（分析题）问题：

- （1）分析李老师的言行对张某产生的影响。（5分）  
（2）作为体育教师在教学中对张某的这类情况应如何指导。（10分）

### （二）

案例：

某中学初三学生李某，平时不爱运动，在临近体育中考三个月时，开始“拼命”练习，两个月后李某对体育老师说：“我每次训练后两条小腿比较疼痛，都不敢再练习了。但是还有一个月就要体育中考了，我真担心考不好，现在非常痛苦。”体育老师运用自己掌握的知识进行必要的检查后，告诉学生这可能是轻度胫腓骨疲劳性骨膜炎，需要进行及时的处理，否则会加重，学生着急地问：“老师，快考试了！我该怎么办啊.....”

40.（分析题）（1）作为教师，针对李某出现的轻度胫腓骨疲劳性骨膜炎给出合理的处理方法。（8分）

- （2）针对李某的这种情况，在训练中应如何预防？（7分）

## 四. 教学设计题：本大题有1小题，共20分

41.（论述题）阅读下列材料，请依据提供的条件，设计出一节体育课的基本部分，时间为30分钟，教学设计内容包括教学目标、重点难点和教学内容的练习步骤及方法。

某初中二年级（2）班共有学生40人，教学内容为蹲踞式跳远，跳远场地4块，踏跳板4个，海绵垫4块。

（请在答题卡上作答）