

2022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：单项选择题（本大题共35小题，每小题2分，共70分）

- 1.骨髓成分包括有机物和无机物，与成年人相比，儿童少年骨骼的特点是（ ）。
A.有机物多，无机物少，易变形 B.有机物多，无机物少，易骨折
C.有机物少，无机物多，易变形 D.有机物少，无机物多，易骨折
- 2.膝关节是人体下肢屈伸运动的重要关节，组成它的3块骨骼是（ ）。
A.股骨、胫骨、腓骨 B.胫骨、腓骨、髌骨 C.股骨、胫骨、髌骨 D.股骨、腓骨、髌骨
- 3.短跑运动中出现“拖腿跑”的主要原因之一是髂腰肌力量不足，采用哪种练习方法可以有效提高该肌肉的力量（ ）。
A.仰卧负重蹬伸 B.杠铃负重深蹲 C.负重高抬腿跑 D.坐位负重伸小腿
- 4.人体对营养物质的消化包括物理性消化和化学性消化，其中化学性消化的主要场所是（ ）。
A.肝 B.胃 C.小肠 D.大肠
- 5.长时间、大强度运动后，人体可能会出现血尿，其主要原因是肾的哪一部位受损（ ）。
A.肾大盏 B.肾小盏 C.集合管 D.肾小球
- 6.骨骼肌的运动受躯体运动神经支配，其中支配股四头肌运动的脊神经是（ ）。
A.股神经 B.闭孔神经 C.坐骨神经 D.桡神经
- 7.人体运动的速度可分为三种类型，投掷运动中器械出手的速度属于哪一类型？（ ）
A.反应速度 B.位移速度 C.动作速度 D.力量速度
- 8.制定运动处方应考虑四大要素，其中能够体现“量化”“科学化”的核心要素是（ ）。
A.运动强度 B.运动形式 C.运动时间 D.运动频度
- 9.骨骼肌有多种收缩形式，负重深蹲的下降阶段臀大肌的收缩形式是（ ）。
A.向心收缩 B.等长收缩 C.离心收缩 D.超等长收缩
- 10.运动可有效提高机体的免疫功能，下列哪一种负荷的运动效果最佳？（ ）
A.小负荷 B.中等负荷 C.大负荷 D.超大负荷
- 11.运动时机体各器官的血流量要进行重新分配，其中内脏器官表现为（ ）。
A.先增加、后减少 B.增加 C.先减少、后增加 D.减少
- 12.人体在青春发育期身体形态与机能表现出明显的性别差异，体育课中实施男女分组教学宜从哪一时期开始？（ ）
A.青春发育前期 B.青春发育中期 C.青春发育后期 D.青春发育期
- 13.伤员的体位影响急救效果，在运动性伤病急救时，最常用的体位是（ ）。
A.俯卧位 B.仰卧位 C.侧卧位 D.坐卧位
- 14.开放性和闭合性损伤现场处理均需止血，使用范围广且效果显著的方法是（ ）。
A.加压包扎 B.加垫屈肢 C.患肢抬高 D.间接指压
- 15.不同运动损伤的症状和体征各异，现场检查时出现哪种症状或体征可判定为骨折？（ ）
A.功能丧失 B.活动受限 C.剧烈疼痛 D.假关节活动或骨摩擦音
- 16.某初中生晨起参加学校的早操活动时，突然感觉头晕，有虚脱感，并伴有明显的饥饿感，可初步判断为（ ）。

- A.运动性贫血 B.过度训练 C.运动性低血糖 D.重力性休克
- 17.某初中生在体检时发现心脏有收缩期杂音，但无任何症状，运动机能试验正常，平时经常参加体育锻炼，在体育课健康分组时应编入（ ）。
- A.准备组 B.基本组 C.医疗体育组 D.见习组
- 18.人体运动时，最主要的能源物质是（ ）。
- A.蛋白质 B.脂类 C.维生素 D.碳水化合物
- 19.人体在运动疲劳时易出现小腿肌肉痉挛，按压承山穴可有效缓解，该穴位位于（ ）。
- A.腓肠肌腹下方人字纹处正中 B.外踝与跟腱之间
- C.外膝眼下三寸、胫骨外侧一横指 D.窝横纹下方
- 20.身体运动有不同的分类方法，从运动解剖学的角度可分为（ ）。
- A.内收运动、旋内运动、悬垂、支撑、平衡 B.内收运动、外展运动、有氧运动、无氧运动
- C.旋内运动、旋外运动、平动、转动、鞭打 D.内收运动、外展运动、旋内运动、旋外运动
- 21.体育体制是指国家组织管理体制的各种体育机构，制度和准则的总和，其构成要素包括（ ）。
- A.机构、职能和制度 B.机构、形式和体制 C.制度、准则和秩序 D.制度、方式和手段
- 22.体育教师在课堂教学中采用“预令和动令相连，预令拖音稍长，动令短促有力”的口令，在形式上属于（ ）。
- A.短促口令 B.连续口令 C.断续口令 D.复合口令
- 23.体育与健康课的类型可分为理论课和实践课，确定实践课结构的依据是（ ）。
- A.学生生理活动变化规律、教与学的规律和精讲多练
- B.学生心理活动变化规律、教与学的规律和精讲多练
- C.学生生理活动变化规律、心理活动变化规律和教与学的规律
- D.学生生理活动变化规律、心理活动变化规律和精讲多练
- 24.在足球比赛中，优秀运动员总是能向同伴精准传出不同距离的球，最适合解释这一现象的理论是（ ）。
- A.概括化理论 B.共同要素说 C.图式理论 D.双因素理论
- 25.有凝聚力的团队更容易在赛场上取得成功，影响体育团体凝聚力的因素主要包括（ ）。
- A.环境、个人、领导力和团体因素 B.计划、互动、满意度和运动成绩
- C.角色、关系、归属感和任务方式 D.目的、合作、情感性和社会支持
- 26.足球运动中，运球技术动作的触球方式是（ ）。
- A.推拨式的触球 B.敲击式触球 C.推击式的触球 D.摆击式触球
- 27.篮球单手肩上投篮技术要求下肢蹬地，身体协调用力，抬肘伸臂充分，球出手时要求腕关节（ ）。
- A.旋内 B.旋外 C.前屈 D.后伸
- 28.排球运动中有多多种垫球技术，正面双手垫球动作常用的三种手型是（ ）。
- A.叠指式、抱拳式、并掌式 B.叠指式、并掌式、互靠式
- C.抱拳式、互靠式、并掌式 D.叠指式、抱拳式、互靠式
- 29.在体操项目中，用手掌撑地，头部朝下、两臂和两腿均伸直的人体倒置动作称之为（ ）。
- A.侧手翻 B.手倒立 C.前手翻 D.后手翻
- 30.跑是单脚支撑与腾空相交替、蹬与摆相结合，动作协调连贯的周期运动，该技术的教学重点是（ ）。

2022年下半年教师资格证考试《初中体育与健康》题

- A.蹬与摆相结合 B.支撑与腾空 C.两臂协调摆动 D.协调与放松
- 31.在简化24式太极拳中，下列动作顺序衔接正确的选项是（ ）。
- A.高探马—双峰贯耳—右蹬脚 B.手挥琵琶—白鹤亮翅—搂膝拗步
C.右蹬脚—双峰贯耳—高探马 D.白鹤亮翅—搂膝拗步—手挥琵琶
- 32.依据体育与健康课程的单元教学计划，教师备课时首先应确定（ ）。
- A.教学方法 B.教学内容 C.教学目标 D.教学任务
- 33.在排球正面屈体扣球学习中，教师根据学生的身高等因素分别设置了1.9米、2.0米和2.1米三种高度的球网供学生练习，该教学策略属于（ ）。
- A.主题教学策略 B.分层教学策略 C.多媒体教学策略 D.反思性教学策略
- 34.体育教学评价涉及“为什么评”“评什么”“谁来评”“怎么评”四个基本问题，对于体育课堂教学中“谁来评”的问题一般不包括（ ）。
- A.教师自我评价 B.学生评价 C.同行专家评价 D.家长评价
- 35.下列哪一选项可用于评价一节体育课教学目标是否达成？（ ）
- A.教学组织 B.教学内容 C.教学方法 D.教学效果

二. 简答题：简答题（本大题共3小题，每小题10分，共30分）

- 36.（论述题）“仰卧两头起”练习可发展哪些肌肉的力量？
- 37.（论述题）简述体育教学设计的基本结构要素。
- 38.（论述题）体育与健康课程在选择与设计教学内容时应考虑哪些因素？

三. 案例分析题：案例分析题（本大题共2小题，每小题15分，共30分）

（一）

案例

某中学体育组教研活动，主题：学习和讨论教育部《中小学教育惩戒规则（试行）》的文件精神。

教研组长：教育部已颁布《中小学教育惩戒规则（试行）》并于2021年3月1日起施行，而网上还经常爆出体育老师用不同的方式体罚学生的现象，如罚俯卧撑、跑圈、蹲起或因学生没穿运动鞋让赤脚跑等，下面请各位老师谈谈自己的看法。

青年教师小王：家长对网上这些情况的看法并不一样，有支持的、也有反对的，现在有惩戒规则了，教师体罚学生终于有政策依据了。

青年教师小李：过去老师没有依据，对那些故意调皮捣蛋的学生确实没法管理，我认为可以体罚。

青年教师小张：我记得某教师曾说过“道德劝说是我的理论，但鞭子抽打是我的实践！”我感觉也不无道理。

老教师赵某：老师们说的似乎有道理，但是一定要记住，教育惩戒的目的是对违规违纪学生进行管理、训导或者以规定方式予以矫治的行为，不能与体罚学生混为一谈，我们是搞教育的，可以按照惩戒规则的要求对学生进行惩戒，但不应进行体罚。

- 39.（分析题）问题：

- （1）结合上述材料，对青年教师和老教师的发言分别进行分析。（6分）
- （2）在体育教学中，对上课不遵守纪律的学生应如何处理。（9分）

（二）

某中学八年级（3）班体育课，内容是学习单手肩上投篮，男、女各16人，女生运动技能水平较低，男生相对较高。教师将学生分成四排，队形组织见图1，教师先介绍本次课的教学内容，然后结合动作要领在罚球线上

2022年下半年教师资格证考试《初中体育与健康》题

进行投篮动作示范，男、女生分组进行两人一球面对面投篮模仿练习，练习队形和教师巡回指导的区域见图2。



图一：学生成四排观察单手肩上投篮完整动作示范

图二：学生练习的队形与教师巡回指导

40.（分析题）问题：

- （1）如图1所示，指出教师动作示范、学生的队形、位置存在什么问题，说明理由并给出建议。（9分）
- （2）如图2所示，判断该教师巡回指导的区域是否合理，为什么？（6分）

四. 教学设计题：教学设计题（本大题共1小题，共20分）

41.（论述题）根据体育与健康课程标准的教学实施建议，按要求设计跨越式跳高单元教学计划（见下表），将表格中的内容补充完整。

表跨越式跳高单元教学计划

教学内容	跨越式跳高	技术环节	
教学重点		教学难点	
单元教学目标	1. 运动参与 2. 运动技能 3. 身体素质 4. 心理健康与社会适应		
课次	教学内容		
1			
2			
3			
4			
5	单元考核		
专项体能练习			