

2015年下半年中小学教师资格考试 体育与健康学科知识与教学能力试题（高级中学）

注意事项：

1. 考试时间 120 分钟，满分 150 分。
2. 请按规定在答题卡上填涂、作答。在试卷上作答无效，不予评分。

一、单项选择题（本大题共 35 小题，每小题 2 分，共 70 分）

在每小题列出的四个备选项中只有一个是符合题目要求的，请用 2B 铅笔把答题卡上对应题目的答案字母按要求涂黑。错选、多选或未选均无分。

1. “负重耸肩”可以发展下列哪些肌肉的力量？（ ）
 A. 胸大肌和肩胛提肌
 B. 斜方肌上部和菱形肌
 C. 肩胛下肌和胸小肌
 D. 斜方肌下部和菱形肌
2. 游泳时若水温过低，易发生腓肠肌痉挛，其痛觉沿下列哪一神经传导？（ ）
 A. 肌神经
 B. 腓总神经
 C. 胫神经
 D. 闭孔神经
3. 下列哪一腺体，不属于内分泌腺？（ ）
 A. 肾上腺
 B. 汗腺
 C. 松果体
 D. 甲状腺
4. 儿童少年时期，经常进行超负荷训练容易导致（ ）。
 A. 骨加快生长
 B. 骨密质增厚
 C. 骨过早骨化
 D. 骨小梁重新配布
5. 投掷铁饼时（以右手为例），完成向左转体的腹部肌肉是（ ）。
 A. 左侧腹内斜肌与右侧腹外斜肌下固定收缩
 B. 左侧腹外斜肌与右侧腹内斜肌下固定收缩
 C. 左侧腹内斜肌与左侧腹外斜肌下固定收缩
 D. 右侧腹内斜肌与右侧腹外斜肌下固定收缩
6. 当肌肉收缩产生的张力小于外力时，肌肉虽在积极收缩，但仍被拉长，其收缩形式是（ ）。
 A. 缩短收缩
 B. 离心收缩
 C. 等长收缩
 D. 等动收缩
7. 感受肌肉张力变化的感受器是（ ）。
 A. 腱器官
 B. 肌梭
 C. 壶腹嵴
 D. 囊斑



视频讲解



视频讲解



视频讲解



视频讲解



视频讲解



视频讲解



视频讲解

8. 在长跑运动中出现“第二次呼吸”，表明人体机能水平已经达到()。
- A. 进入工作状态
B. 疲劳状态
C. 恢复状态
D. 相对稳定状态
9. 健身走的主要能量供应系统是()。
- A. 磷酸原系统
B. 乳酸能系统
C. 有氧氧化系统
D. 无氧酵解系统
10. 人体长时间剧烈运动时会产生大量酸性物质，血液中可以起到缓冲作用的物质是()。
- A. 磷酸
B. 血红蛋白
C. 碳酸
D. 碳酸氢钠
11. 下肢肌肉中，快肌纤维占优势的人较适宜从事()。
- A. 3000 m 跑
B. 1500 m 跑
C. 800 m 跑
D. 100 m 跑
12. 中长跑比赛开始后不久，运动员常出现呼吸困难、胸闷、头晕、心跳加快、肌肉酸软无力、动作不协调的反应，这种现象称为()。
- A. 过度紧张
B. “极点”
C. 假稳定状态
D. 真稳定状态
13. 为了有效提高下肢肌肉力量，在进行跳深练习时，股四头肌的收缩属于()。
- A. 离心收缩
B. 等长收缩
C. 等张收缩
D. 超等长收缩
14. 与成年人相比，儿童力量运动疲劳与恢复的特点是()。
- A. 容易疲劳，不容易恢复
B. 不容易疲劳，不容易恢复
C. 容易疲劳，也容易恢复
D. 不容易疲劳，容易恢复
15. 中小学田径运动会前，对学生检查的重点应放在()。
- A. 运动系统和神经系统
B. 呼吸系统和内分泌系统
C. 全身检查
D. 心血管系统和运动系统
16. 某同学有轻度扁平足，功能检查良好，在体育课健康分组时，应将其安排在()。
- A. 基本组
B. 准备组
C. 保健组
D. 医疗体育组
17. 具有甜度低、口感好、渗透压低、胰岛素反应低以及无胃肠道反应等优点的糖是()。
- A. 葡萄糖
B. 果糖
C. 多糖
D. 低聚糖
18. 在运动过程中，由于损伤导致前臂出血时，应及时指压()。
- A. 锁骨下动脉
B. 肱动脉
C. 尺动脉
D. 桡动脉



视频讲解



视频讲解



视频讲解



视频讲解



视频讲解



视频讲解



视频讲解



视频讲解



视频讲解



视频讲解



视频讲解

19.《国家学生体质健康标准》是从哪几个方面综合评定青少年体质健康水平？（ ）

- A. 体育教学、课余训练和运动竞赛
- B. 身体形态、身体机能和身体素质
- C. 体育锻炼、课外活动和运动训练
- D. 体育意识、体育动机和体育兴趣



视频讲解

20.在欧洲启蒙运动影响下,体育逐渐完成了从“活动”向“课程”的转变,下列哪一位教育家的思想推动了这一转变？（ ）

- A. 夸美纽斯
- B. 卢梭
- C. 古茨姆茨
- D. 杜威



视频讲解

21.在原地单手肩上投篮前,教师要求学生回顾、重复已经形成的动作技术和运动情景,这种训练属于()。

- A. 表象训练
- B. 模拟训练
- C. 认知训练
- D. 暗示训练



视频讲解

22.根据体育学习过程中出现的情况,对体育学习活动进行及时的评价和调整的策略属于()。

- A. 练习策略
- B. 选择性注意策略
- C. 精加工策略
- D. 认知-调控策略



视频讲解

23.以学习小组为基本组织形式,以团体成绩为评价标准,充分利用学生之间的互助作用,这种学习属于()。

- A. 合作学习
- B. 发现学习
- C. 自主学习
- D. 探究学习



视频讲解

24.学生在学习任何技术动作时,都会经历“由不会到会、由不熟练到熟练、由不巩固到巩固”的变化过程。这一过程符合()。

- A. 体育学习集体形成与变化规律
- B. 体验运动乐趣规律
- C. 运动技能形成规律
- D. 运动负荷变化规律



视频讲解

25.在制订一次体育课教学目标时,除学生情况和教学条件外,还应重点考虑()。

- A. 领导评价
- B. 同行评价
- C. 单元计划
- D. 教学环境



视频讲解

26.下列踢球方式中,可以踢出“香蕉球”的是()。

- A. 脚背外侧踢球
- B. 脚跟踢球
- C. 脚背正面踢球
- D. 脚内侧踢球



视频讲解

27.篮球比赛中,下列哪一种情况裁判员不应判球出界违例？()

- A. 球触及边线、端线
- B. 球触及篮板上沿
- C. 球触及照明灯具
- D. 球触及篮板支架



视频讲解

28. 在排球扣球教学中,教师应强调最佳击球点在扣球人什么位置? ()

- A. 击球员的前上方
- B. 击球员的正上方
- C. 击球员的前方
- D. 击球员的外侧



视频讲解

29. 双杠“分腿坐——前进”的练习,保护者应站在()。

- A. 杠内,面对练习者
- B. 杠内,练习者后方
- C. 杠外,练习者侧面
- D. 杠外,练习者腿后



视频讲解

30. 在逆风情况下投掷标枪时,出手角和仰角应()。

- A. 出手角大些,仰角大些
- B. 出手角小些,仰角大些
- C. 出手角小些,仰角小些
- D. 出手角大些,仰角小些



视频讲解

31. 1978年11月16日,邓小平同志为太极拳运动题词是()。

- A. 弘扬民族文化
- B. 强身健心
- C. 发展太极拳文化,造福人类健康
- D. 太极拳好



视频讲解

32. 在体育课堂教学组织与管理行为设计中,应突出学生自主行为的教学环节是()。

- A. 队列队形练习
- B. 教师集中讲解
- C. 教师集中示范
- D. 进行相互评价



视频讲解

33. 现代教学评价注重个体内差异评价,其内涵是()。

- A. 个体水平与平均水平相比
- B. 个体水平与标准规定相比
- C. 个体水平前后之间相比
- D. 个体水平与合格标准相比



视频讲解

34. 学练简单、易掌握的技术动作时,宜选择的教学方法是()。

- A. 分解法
- B. 完整法
- C. 直观法
- D. 语言法



视频讲解

35. 下列哪一选项属于综合感知类教学方法? ()

- A. 提示法
- B. 演示法
- C. 示范法
- D. 比赛法



视频讲解

二、简答题(本大题共3小题,每小题10分,共30分)

36. 为避免运动损伤,应如何做好准备活动?



视频讲解

37. 体育教学计划分为哪几个层次? 并说明制订课时教学目标的要素。



视频讲解

38. 体育课堂教学中应从哪些方面评价教师的表现?



视频讲解

三、案例分析题(本大题共2小题,每小题15分,共30分)阅读案例,并回答问题。

39.案例:

某学校高中开设校本体育课程,教学内容为拓展训练的“克服心理障碍高台跳下练习”,(见图1)在第一次课上,老师直接让学生从3 m处尝试跳下,只有个别学生表示敢跳,但多数学生往后退缩。这时,教师开始讲解本次课的教学目的与意义、跳下时的技巧和注意事项,并着重指出:“这种训练虽然具有一定的危险,但可以培养我们勇敢、顽强的意志品质。”教师用轻松优美的动作进行了示范后,首先要求学生从1 m跳台开始试跳,体会落地的感觉,克服心理障碍。接着,让学生分别从2 m、3 m的高台进行跳下练习。为了学生安全,增加了保护措施,放置了海绵垫。通过练习,80%的学生基本“过关”。

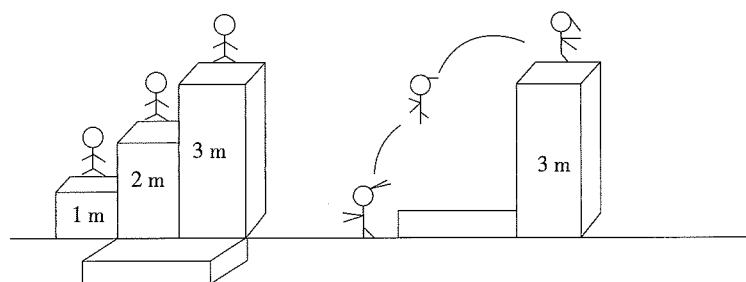


图1 克服心理障碍高台跳下练习图

问题:

(1)本次教学安排存在什么问题?(7分)



视频讲解

(2)校本课程开发有什么意义?(8分)

40. 案例：

在某高中，某同学向李老师请教：“老师，我下个月要参加学校运动会，报了100 m跑和跳远。我在练习的时候，前70 m还好，跑到后30 m就感觉跑不动了，这是什么原因？”李老师听后很高兴，就给他讲解。

问题：

(1) 请用运动生理学知识分析该同学“最后30 m跑不动的原因”。(7分)



视频讲解

(2) 提出两个能提升“后30 m跑”能力的训练方法。(8分)

四、教学设计题(本大题共20分)

41. 高二年级篮球选项课，男生40人。教学内容为“行进间运球接单手肩上投篮组合技术”(见图2)，新授课。教学条件：篮球场2块，篮球40个。

要求：设计本次课的教学目标、重点、难点、重点内容的学练方案，并从有效性与可行性角度说明学练方案的设计意图。

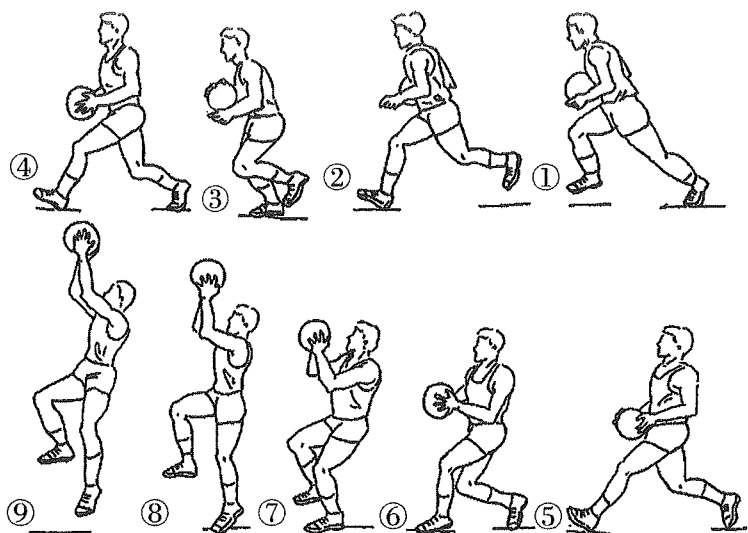


图2 行进间运球接单手肩上投篮组合技术示意图

教学内容	行进间运球接单手肩上投篮组合技术
教学目标	
重点难点	
学练方案	设计意图
练习 1:	
练习 2:	
练习 3:	

（请按提供的表格格式在答题卡上作答）



视频讲解