

# 2020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. 儿童少年的长骨不断长长的原因是（ ）。
  - A. 成骨细胞不断分泌骨质的结果
  - B. 骺软骨不断增长、骨化的结果
  - C. 骨细胞不断分裂、增大的结果
  - D. 骨髓不断增生的结果
2. 在持哑铃完成前臂屈肘时，参与肘关节运动的关节有（ ）。
  - A. 桡尺关节和肱尺近侧关节
  - B. 肱尺关节和肱桡关节
  - C. 肱桡关节和桡尺近侧关节
  - D. 肱尺关节和桡尺近侧关节
3. 某学生在运动中跌倒，之后诊断发现右锁骨外侧 1/3 处骨折，内侧向上移位，这是哪块肌肉牵拉所致？（ ）
  - A. 胸锁乳突肌
  - B. 胸大肌
  - C. 三角肌
  - D. 冈上肌
4. 在心动周期的快速射血期，主动脉瓣和二尖瓣的状态是（ ）。
  - A. 主动脉瓣开，二尖瓣开
  - B. 主动脉瓣关，二尖瓣关
  - C. 主动脉瓣开，二尖瓣关
  - D. 主动脉瓣关，二尖瓣开
5. 当人体副交感神经兴奋性增强时，可引起（ ）。
  - A. 心搏加快，血压升高
  - B. 心搏加快，血压下降
  - C. 心搏变慢，血压升高
  - D. 心搏变慢，血压下降
6. 完成下列哪项径赛项目后，人体血乳酸含量最低？（ ）
  - A. 400 米跑
  - B. 800 米跑
  - C. 5000 米跑
  - D. 10000 米跑

- 7.快肌纤维的生理特征是( )。
  - A.收缩速度快,抗疲劳能力低
  - B.收缩速度慢,收缩力量小
  - C.收缩力量大,抗疲劳能力高
  - D.收缩速度快,抗疲劳能力高
- 8.跳水运动员在做空中转体动作时应充分利用( )。
  - A.状态反射
  - B.翻正反射
  - C.旋转运动反射
  - D.直线运动反射
- 9.血液和组织细胞间的气体交换称为( )。
  - A.内呼吸
  - B.外呼吸
  - C.肺通气
  - D.肺换气
- 10.实现骨骼肌兴奋-收缩耦联的关键物质是( )。
  - A.乙酰胆碱
  - B.钾离子
  - C.钙离子
  - D.钠离子
- 11.通过力量练习可以引起肌肉肥大是因为( )。
  - A.肌糖原含量增加
  - B.肌纤维增粗
  - C.ATP含量增多
  - D.毛细血管增加
- 12.长时间剧烈运动的初始阶段,人体机能不能达到最高水平的原因是( )。
  - A.空气阻力大
  - B.运动前准备活动不足
  - C.运动器官生理惰性
  - D.内脏器官生理惰性
- 13.运动员赛前合理膳食的结构是( )。
  - A.低糖高脂
  - B.低糖低脂
  - C.高糖高脂
  - D.高糖低脂
- 14.耐力性运动员补糖为了避免胰岛素效应,赛前哪一时间不宜补糖?( )
  - A.30~60 min
  - B.0~20 min
  - C.60~90 min
  - D.90~120 min
- 15.人体哪种元素不足,会引起蛋白质、核酸合成受阻?( )
  - A.钙
  - B.锌
  - C.碘
  - D.硒
- 16.人体久蹲突然起立,发生头晕、眼前发黑、面色苍白是因为( )。
  - A.血液重力作用
  - B.肌肉泵作用
  - C.血压升高
  - D.血糖下降
- 17.软组织损伤后,在治疗与恢复的不同阶段处理方式各有侧重,后期应注重( )。
  - A.消除局部肿胀
  - B.加速局部血液循环
  - C.加强功能锻炼
  - D.促进局部组织吸收

18. 体育课结束后, 某学生休息 10 分钟, 心率仍达 110 次/分, 可能是体育课负荷( )。
- A. 较小 B. 适中  
C. 较大 D. 过大
19. 我国国民体质监测人群的年龄区间为( )。
- A. 1~60 岁 B. 3~69 岁  
C. 6~60 岁 D. 12~75 岁
20. 运用示范法进行教学时, 为了使 学生知道学什么, 应采用哪种示范? ( )
- A. 快速示范  
B. 错误示范  
C. 认知示范  
D. 学法示范
21. 在体育教学中, 让学生了解体育活动的意义和作用是为了提高( )。
- A. 体育认识能力 B. 身体运动能力  
C. 自我锻炼与评价能力 D. 自我调节能力
22. 球类项目的“球感”属于( )。
- A. 本体感觉 B. 空间知觉  
C. 时间知觉 D. 专门化知觉
23. 教师在教案中设置的动作练习负荷值, 通常被称为( )。
- A. 表面数据 B. 一般密度  
C. 内部数据 D. 专项密度
24. 在体育学习中, 引导学生将注意集中在动作关键和学习难点上, 这一策略属于( )。
- A. 精加工策略 B. 练习策略  
C. 选择性注意策略 D. 认知-调控策略
25. 学年体育教学计划制订的步骤和方法除了确定体育教学目标、安排教学内容和分配教 学时数外, 还应包括( )。
- A. 学生学情分析 B. 选择和确定场地与器材  
C. 教法学法设计 D. 考核和评价内容与标准
26. 支撑脚的位置对踢球动作质量和出球质量均有一定影响, 其位置取决于( )。
- A. 球的起始状态、踢球腿的摆幅和出球的目标  
B. 踢球方法、球的起始状态和踢球腿的摆幅  
C. 踢球方法、球的起始状态和出球的目标与目的  
D. 防守队员的位置、球的起始状态和出球的目标
27. 篮球进攻战术的基础配合一般包括( )。
- A. 传切、突分、掩护、策应等  
B. 传切、挤过、掩护、策应等  
C. 传切、穿过、掩护、策应等



D.传切、突分、夹击、关门等

28.在排球比赛中,身体任何部位击球时,将球接住或抛出,应判为哪种犯规? ( )

A.连击

B.持球

C.进攻性击球

D.同时击球

29.在基本体操中,队列的左右两端称之为( )。

A.两头

B.两尾

C.基准

D.翼

30.跳高技术分为助跑、起跳、腾空过杆和落地等环节,其中起跳阶段的主要任务是( )。

A.顺利通过横杆,维持身体平衡

B.获得最大的腾起角

C.获得合理的腾起角和最大的腾起初速度

D.获得合理的腾起初速度

31.下列选项中,属于武术运动屈伸性腿法的是( )。

A.外摆腿

B.正踢腿

C.里合腿

D.侧踹腿

32.在体育课堂教学设计中,“自主与约束”是一对矛盾,下列哪一情景应强调约束? ( )

A.进行分组学习时

B.进行队列练习时

C.进行探究活动时

D.进行互帮互学时

33.一堂体育课上得好不好,最重要的评价内容是( )。

A.课的教学设计

B.课的教学方法

C.课的教学效果

D.课的教学过程

34.下列哪一选项属于学生的本体感知类教学方法? ( )

A.讲解法

B.示范法

C.讨论法

D.练习法

35.下列哪一选项属于课堂教学实际效果的评价? ( )

A.目标是否符合学生身心健康发展

B.是否对课程资源进行了开发

C.学生的技能是否得到提高

D.是否进行了必需的教材化工作

## 二、简答题(本大题共3小题,每小题10分,共30分)

36.简述无氧耐力的生理学基础及训练方法。

37.简述在动作技能形成的泛化阶段主要的教学任务和教法要求。

38.在体育教学中应从哪些行为表现来评价学生的合作精神？

**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:

高一篮球公开课教学内容是“行进间单手肩上投篮”。王老师采用“逆向递进”的方法进行教学,得到了听课教师的好评。公开课后,他叙述了该课堂的教改思路。

以前我进行“行进间单手肩上投篮”教学时,主要采用跨步接球、上步举球、跳起投篮的顺序进行。这种教法,学生在刚开始时积极性挺高,后来好像兴趣不高。

学生最关注的是“投篮”,如果把“投篮”放在前面教会如何呢?我与部分学生和教师进行了交流。他们都认为可以试一下。之后,我在其他班进行了尝试,学生的积极性果然很高。课后,找了几位学生了解情况,有的说打篮球就是靠投篮得分的,如果离开投篮就没意思了;有的说这次课投篮练得最多,每次投篮总有一种新鲜感,蛮好玩的……

问题:分析王老师的公开课得到听课者好评的原因。(15分)

#### 40.案例：

高一年级跨栏课，女生普遍对学习跨栏存在恐惧心理，担心跨不过去会把自己绊倒，其中有一名女生在上课当中以各种理由绕过了过栏练习环节。在考前复习时，当跨越第三个栏架时，被栏架绊倒受伤。医院诊断结果为膝关节髌骨骨折、韧带及周围软组织损伤，影响了她的正常学习和生活。为此，该生家长强烈要求学校取消跨栏跑教学内容。

问题：

(1)请分析造成该生膝关节受伤的原因。(6分)

(2)请回答学校是否应该取消类似跨栏这种教学内容？(3分)并说明理由。(6分)

#### 四、教学设计题(本大题共20分)

41.高一某班，男生40人，教学内容为“双杠支撑后摆转体180°成分腿坐”(见图1)。教学条件：双杠4副、体操垫12块、教学挂图1幅。

要求：设计本次课的教学目标、针对性准备活动内容、重点内容的教学步骤及要求。

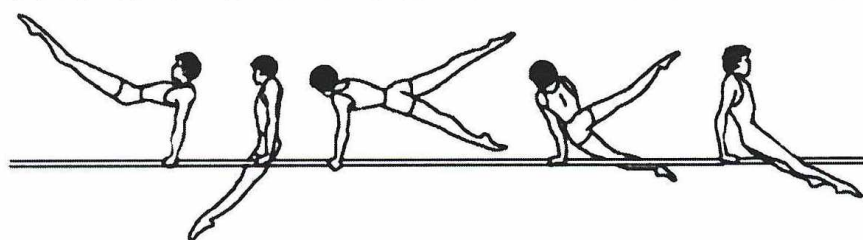


图1 双杠支撑后摆转体180°成分腿坐示意图