

2023 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）（精选）^①

注意事项：

1. 考试时间为 120 分钟，满分为 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）

1. 肌组织包括骨骼肌、心肌和平滑肌，其中具有横纹结构特征的肌组织是（ ）。
 - A. 心肌和平滑肌
 - B. 骨骼肌和心肌
 - C. 骨骼肌和平滑肌
 - D. 骨骼肌、心肌和平滑肌
2. 髌骨在幼儿期是由哪三块骨借软骨连结的？（ ）
 - A. 髌骨、坐骨和耻骨
 - B. 髌骨、坐骨和髌骨
 - C. 髌骨、髌骨和耻骨
 - D. 髌骨、坐骨和耻骨
3. 韧带是加固关节的重要结构，主要分布在关节囊外，但也有分布在关节囊内的，具有囊内韧带的关节有（ ）。
 - A. 髌关节和肘关节
 - B. 肩关节和肘关节
 - C. 髌关节和膝关节
 - D. 肩关节和踝关节
4. 俯卧位屈膝抗阻训练可以发展下列哪一组肌肉的力量？（ ）
 - A. 大收肌、短收肌和长收肌
 - B. 比目鱼肌和缝匠肌
 - C. 半腱肌、半膜肌和股二头肌
 - D. 股四头肌和腓肠肌
5. 小肠是人体吸收营养物质的主要场所，与吸收相关的特殊结构是（ ）。
 - A. 肠系膜
 - B. 小肠绒毛
 - C. 肠淋巴结
 - D. 小肠平滑肌

① 编者注：本套试卷包含 4 道大题，依次为单项选择题（35 题）、简答题（3 题）、案例分析题（2 题）、教学设计题（1 题）。因收录不全，有部分题目缺失，以“缺”来标示这类题目。

6. 足球运动员在比赛中发生踝关节扭伤，产生剧烈疼痛，该疼痛是由三级神经元连接传导完成的，其中第一级神经元位于（ ）。
 - A. 脊神经节
 - B. 脊髓后角
 - C. 薄束核与楔束核
 - D. 丘脑外侧核
7. 在下列四种肌肉力量练习方法中，哪一种方法引起的“延迟性肌肉酸痛”最明显？（ ）
 - A. 等张练习
 - B. 等长练习
 - C. 等速练习
 - D. 超等长练习
8. “第二次呼吸”是运动过程中机体建立新平衡的表现，其产生原因不包括（ ）。
 - A. 氧气供应增加
 - B. 每分需氧量显著增加
 - C. 乳酸得到逐步清除
 - D. 内脏器官惰性逐步得到克服
9. 有氧运动是一种合理有效的减肥手段，其生理学机制不包括（ ）。
 - A. 增加基础代谢率
 - B. 促进脂肪分解
 - C. 消耗碳水化合物
 - D. 抑制脂肪生成
10. “开窗”理论解释了运动与免疫的关系，其主要观点是（ ）。
 - A. 运动后有一段免疫低下期
 - B. 运动后有一段免疫增强期
 - C. 经常参加锻炼者免疫功能无变化
 - D. 经常参加锻炼者免疫功能会降低
11. 在长跑运动中，慢肌纤维发挥着主要作用，其生理特征表现为（ ）。
 - A. 收缩速度快，抗疲劳能力弱
 - B. 收缩力量大，耐持久
 - C. 收缩速度慢，抗疲劳能力强
 - D. 收缩力量小，不持久
12. 最大摄氧量是评定人体有氧运动能力的重要指标，它的哪一种表述常用来预测耐力性运动项目的成绩？（ ）
 - A. 相对值
 - B. 绝对值
 - C. 利用率
 - D. 百分率
13. 消除运动性疲劳有多种方法和手段，通过神经调节法消除疲劳的是（ ）。
 - A. 温水浴
 - B. 桑拿浴
 - C. 睡眠
 - D. 整理活动
14. 在运动型重症伤病急救时，必须维持的生命体征指标是（ ）。
 - A. 意识
 - B. 心率
 - C. 疼痛
 - D. 视觉

15. 某学生在运动时不慎摔倒利用手撑地导致前臂骨折，造成这种骨折的原因是（ ）。
 - A. 疲劳性骨折
 - B. 撕脱性骨折
 - C. 间接暴力
 - D. 直接暴力
16. 用于诊断下肢疲劳性骨膜炎的检查方法是（ ）。
 - A. 后蹬试验
 - B. 外翻试验
 - C. 内翻试验
 - D. 肌肉抗阻力收缩试验
17. 与骨骼发育密切相关的维生素是（ ）。
 - A. 维生素 A
 - B. 维生素 B
 - C. 维生素 C
 - D. 维生素 D
18. 在自我医务监督中，常用于评定身体机能状况的客观指标是（ ）。
 - A. 基础脉搏
 - B. 运动心情
 - C. 精神状态
 - D. 排汗量
19. 学生打篮球时，腹部受到其他同学的肘部撞击，开始感到有些不适，但仍能坚持运动。20 分钟后突然出现面色苍白、意识障碍等征象，初步判断该损伤最可能是（ ）。
 - A. 腹壁挫伤
 - B. 肝脾破裂
 - C. 腹肌拉伤
 - D. 肋骨骨折
20. 体育运动技术动作的质量和效果可以从哪些方面进行评定？（
 - A. 准确性、协调性、力量、经济性和弹性
 - B. 连续性、可变性、空间性、多样性和弹性
 - C. 准确性、全面性、节奏性、实践性和细节
 - D. 流畅性、协调性、全面性、可变性和细节
21. 体育媒介从内容上一般包括（ ）。
 - A. 体育内容、体育材料、体育设施与器材
 - B. 体育手段、体育方法、体育组织形式
 - C. 体育内容、体育材料、体育组织形式
 - D. 体育手段、体育方法、体育设施与器材
22. 在体育教学中，教师提出问题，学生搜集有关材料并从理论与实践上分析推理问题或得出结论进行补充，该方法属于（ ）。
 - A. 自主教学法
 - B. 合作教学法
 - C. 探究教学法
 - D. 情景教学法
23. 在表象训练法对学生投篮表现影响的研究中，学习态度和学习的动机可设计为（ ）。
 - A. 自变量
 - B. 因变量

- C. 无关变量 D. 中介变量
24. 在执行不同运动任务时, 为了实现有效目标要求采用不同的注意类型。用于制订比赛计划或策略时应采用 ()。
- A. 广泛 - 外在注意 B. 狭窄 - 外在注意
C. 广泛 - 内在注意 D. 狭窄 - 内在注意
25. 下列哪些基本维度决定了体育课堂师生心理气氛的特色? ()
- A. 指向性、参与性和交往性 B. 全面性、稳定性和系统性
C. 多变性、调控性和规范性 D. 即时性、针对性和竞争性
26. 足球比赛中, 防守应遵循的基本原则是 ()。
- A. 平衡、拉开、收缩、渗透 B. 延缓、平衡、收缩、控制
C. 拉开、渗透、收缩、控制 D. 延缓、平衡、拉开、渗透
27. 在篮球比赛中, 有许多常见的违例和犯规行为, 下列哪一选项属于违例? ()
- A. 两次运球、带球走、阻挡对方队员
B. 两次运球、带球走、脚踢球
C. 两次运球、阻挡对方队员、脚踢球
D. 阻挡对方队员、带球走、脚踢球
28. 排球发球技术中, 通过手形和手法的变化能改变球的飞行状态, 发上旋球击球时要求 ()。
- A. 全手掌包球, 手腕积极推压 B. 全手掌包球, 手腕后仰
C. 掌根击球, 手腕积极推压 D. 手腕后仰, 掌根击球
29. 女子竞技体操有四个项目, 除了高低杠和平衡木, 还有 ()。
- A. 单杠、双杠 B. 自由体操、跳马
C. 吊环、鞍马 D. 自由体操、鞍马
30. 在跨栏跑项目中, 跨栏后起跨攻栏的技术要领是 ()。
- A. 重心高、髋前移、腰挺直、体前倾
B. 重心高、髋后移、腰挺直、体后倾
C. 重心低、髋前移、腰挺直、体后倾
D. 重心低、髋后移、腰挺直、体前倾
31. 简化太极拳的基本动作中不包括 ()。
- A. 野马分鬃、转身搬拦捶 B. 搂膝拗步、手挥琵琶
C. 金鸡独立、高探马 D. 腾空侧踢、前滚翻

32. 为了最大程度提高课的综合密度,各项教学活动时间与总时间的比例应()。
- A. 恒定 B. 适中
C. 越大越好 D. 越小越好
33. 单元体育教学计划是把某项教学内容和活动按照一定的体例安排到多个课次所形成的教学文件,最直接的制订依据是()。
- A. 学年教学计划 B. 学期教学计划
C. 学时教学计划 D. 水平教学计划
34. 仅依据学生 100 米跑的期末测试结果来评定体育课成绩,该评价属于()。
- A. 诊断性评价 B. 操作性评价
C. 定性评价 D. 定量评价
35. 体育教师将学生在体育课堂中的学习态度和测试成绩按比例计入体育期末考试总成绩。该教师采用的评价手段为()。
- A. 诊断性评价和过程性评价相结合
B. 诊断性评价和终结性评价相结合
C. 过程性评价和终结性评价相结合
D. 诊断性评价、过程性评价和终结性评价相结合

二、简答题（本大题共 3 小题，每小题 10 分，共 30 分）

36. 从解剖学角度简述葡萄糖进入肝脏的路径。

37. 简述高中体育与健康课程标准中体育品德的内涵。

38. 简述体育与健康课程教学中相对评价的优势和不足。

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：缺

问题：

（1）学校体育教学的一般规律有哪些？（9 分）

（2）体育教师应具备哪些条件才能适应未来学校体育的发展。（6 分）

40. 案例：缺

问题：

（1）分析韩同学动作形成过程中几个阶段的动作特点。（9 分）

（2）指出韩同学每个动作形成阶段所采用的教学要点。（6 分）

四、教学设计题（本大题共 20 分）

41. 缺