

2017 年上半年教师资格证考试《高中体育与健康》题解析

1 答案:A

解析： 本题考查不同部位骨的类型。长骨分布于四肢，呈长管状，分为一体两端， 指骨属于长骨，共 14 块。A 项正确。

B 项：扁骨呈板状，面积较大，薄而坚固，主要分布于颅骨、胸骨等处，参与形成体腔，具有保护脏器和为骨骼肌提供附着点等作用。与题干不符，排除。

C 项：短骨形似立方体，且成群分布，主要分布于手腕部和足踝部，具有使手和足灵活运动以及分散压力等作用。与题干不符，排除。

D 项：不规则骨形状不规则，如椎骨。与题干不符，排除。

故正确答案为 A

2 答案: B

解析： 本题考查骨骼肌的物理特性。骨骼肌具有伸展性与弹性、黏滞性等物理特性。黏滞性与温度的变化关系密切，温度越低，黏滞性越大；温度越高，黏滞性越小。B 项正确。

A、C 两项：温度稳定，黏滞性不变。与题干不符，排除。

D 项：温度高，黏滞性低。与题干不符，排除。

故正确答案为 B

3 答案: D

解析： 本题考查多关节肌主动不足。多关节肌作为原动肌工作时，其肌力充分作用于一个关节后，就不能再充分作用于其他关节，这种现象称为多关节肌“主动不足”。在足球运动中踢定位球时，原动肌是股直肌，所以为避免其“主动不足”，支撑腿应落在球的横轴稍前方。D 项正确。

A 项：臀大肌具有使髋关节伸的作用，在足球踢定位球时髋关节的运动形式为屈，臀大肌不属于原动肌，所以不存在“主动不足”的情况。与题干不符，排除。

B 项：腓绳肌包括股二头肌、半腱肌和半膜肌，属于股后肌群，在完成足球踢定位 球时不属于原动肌，所以不存在“主动不足”的情况。与题干不符，排除。

C 项：腓肠肌位于小腿后面皮下浅层，属于小腿三头肌的组成部分，具有使踝关节 屈的作用，在足球踢定位球时踝关节伸，因此腓肠肌不属于原动肌，所以不存在“主动不足”的情况。与题干不符，排除。

故正确答案为 D

4 答案: A

解析： 本题考查多关节肌主动不足。多关节肌作为原动肌工作时，其肌力充分作用于一个关节后，就不能再充分作用于其他关节，这种现象称为多关节肌“主动不足”。在足球运动中踢定位球时，原动肌是股直肌，所以为避免其“主动不足”，支撑腿应落在球的横轴稍前方。D 项正确。

A 项：臀大肌具有使髋关节伸的作用，在足球踢定位球时髋关节的运动形式为屈，臀大肌不属于原动肌，所以不存在“主动不足”的情况。与题干不符，排除。

B 项：腓绳肌包括股二头肌、半腱肌和半膜肌，属于股后肌群，在完成足球踢定位 球时不属于原动肌，所以不存在“主动不足”的情况。与题干不符，排除。

C 项：腓肠肌位于小腿后面皮下浅层，属于小腿三头肌的组成部分，具有使踝关节 屈的作用，在足球踢定位球时踝关节伸，因此腓肠肌不属于原动肌，所以不存在“主动不足”的情况。与题干不符，排除。

故正确答案为 D

5 答案: B

解析： 本题考查肩关节的结构与运动。肩关节由肩胛骨的关节盂与肱骨的关节头构成，属于典型的球窝关节。关节头与关节窝的面积差度大，关节窝仅能容纳关节头的 $1/4 \sim 1/3$ ，灵活性最大，稳固性差。B 项正确。

A 项：桡腕关节由桡骨的桡腕关节面和尺骨下方关节盘组成的关节窝与近侧列腕骨 手舟骨、月骨和三角骨组成的关节头构成，在灵活性上不如肩关节。与题干不符，排除。

C 项：髋关节由股骨头和髌臼构成，是典型的球窝关节，关节囊厚而坚韧，是人体内稳固性非常突出的关节，在灵活性上不如肩关节。与题干不符，排除。

D 项：踝关节由胫骨的下关节面、内踝关节面和腓骨的外踝关节面共同形成的叉状关节，以及距骨滑车的关节头构成，在灵活性上不如肩关节。与题干不符，排除。

故正确答案为 B

6 答案：C

解析： 本题考查不同项目运动员的肌纤维类型。参加短时间、剧烈运动的项目，如短跑、举重等的运动员，肌肉中快肌纤维百分比明显占优；参加耐力性项目，如马拉松、长跑等项目的运动员，肌肉中慢肌纤维的百分比占优；而对于有氧能力和无氧能力需求均较高的中跑运动员和自行车运动员，其两种肌纤维的分布接近相等。C 项正确。

A 项：100 米跑属于短跑项目，快肌纤维占比较高的运动员适宜从事。与题干不符，排除。

B 项：800 米属于中距离跑，快肌纤维和慢肌纤维均等的运动员适宜从事。与题干不符，排除。

D 项：跳高与跳远属于短时间、剧烈运动项目，快肌纤维占比较高的运动员适宜从事。与题干不符，排除。

故正确答案为 C

7 答案：A

解析： 本题考查状态反射对姿势的调节。状态反射指头部空间位置的改变，以及头与躯干的相对位置发生改变时，反射性地引起躯干和四肢肌肉紧张性改变的反射活动。它包括迷路紧张反射和颈紧张反射，例如体操运动员进行后手翻、后空翻或在平衡木上做动作时，举重时提杠铃至胸前瞬间头后仰，都利用了状态反射。A 项正确。

B 项：翻正反射指当人和动物处于不正常体位时，通过一系列协调运动将体位恢复常态的反射活动，例如跳水中的许多转体动作，要先转头，再转上半身，然后转下半身；篮球转身过人的动作，要先转头以带动身体，这比整个身体一起转动更迅速且协调。与题干不符，排除。

C 项：人体在主动或被动地进行直线加、减速运动时，即发生肌张力重新调配恢复常态现象，这种反射称为直线运动反射，分为升降反射和着地反射。与题干不符，排除。

D 项：人体在进行主动或被动旋转运动时，为了恢复正常体位而产生的一种反射活动称为旋转运动反射。例如，在弯道上跑步时，身体向左侧倾斜，将反射性地引起躯干右侧肌张力增加，以保持身体姿势。与题干不符，排除。

故正确答案为 A

8 答案：A

解析： 本题考查儿茶酚胺对运动的反应和适应。儿茶酚胺主要包括肾上腺素和去甲肾上腺素，主要功能是动员能量释放和提高身体功能。在运动应激状态下，儿茶酚胺类物质分泌增多，且增多程度与运动强度密切相关，即运动强度越大，升高的幅度也越大。A 项正确。

B、C、D 三项：与题干不符，排除。

故正确答案为 A

9 答案：D

解析： 本题考查平均动脉血压的计算方法。动脉血管内血液对于单位面积血管壁的侧压力，称为动脉血压。在一个心动周期中，动脉血压随着心室的收缩与舒张发生有节律的波动。心室收缩射血时，动脉血压急剧升高，在心室收缩中期达到最大，称收缩压。心室舒张时，动脉血压下降，在心舒末期

降至最低，称舒张压。收缩压与舒张压的差值称脉搏压，简称脉压。整个心动周期中各瞬间动脉血压的平均值，称为平均动脉压。由于整个心脏的收缩期比舒张期短，所以平均动脉压的数值接近舒张压，约等于舒张压与 1/3 脉压之和。D 项正确。

A、B、C 三项：与题干不符，排除。

故正确答案为 D

10 答案：C

解析： 本题考查乳酸阈强度训练法。在递增负荷运动中，血乳酸浓度随运动负荷的递增而增加，当运动强度达到某一负荷时，血乳酸浓度会急剧增加，血乳酸出现急剧增加的那一点（乳酸拐点）称为“乳酸阈”，这一点所对应的运动强度即乳酸阈强度。它反映了机体的代谢方式由有氧代谢为主过渡到无氧代谢为主的临界点或转折点。有氧耐力主要与人体肌肉中的糖原储备有关，个体乳酸阈是训练有氧耐力最有效的强度指标。C 项正确。

A 项：最大心率是每个人心率增加的一定限度，又称极限心率，最大心率 = 220 - 年龄。与题干不符，排除。

B 项：心输出量是指每分钟一侧心室射出的血液总量，又称每分输出量。与题干不符，排除。

D 项：运动后过量氧耗是将运动后恢复期处于高水平代谢的机体恢复到安静水平消耗的氧量。与题干不符，排除。

故正确答案为 C。

11 答案：C

解析： 本题考查分化阶段的教学要点。在分化阶段，教学需注意加深对动作内在规律的认识，建立完整的动作的概念；强化正确动作，及时纠正错误动作；加大动作难度，建立更精细的分化抑制。C 项正确。

A 项：动作主要环节应该在泛化阶段强调。与题干不符，排除。

B 项：在泛化阶段应采取直观教学方式（如纠正错误动作）进行教学。与题干不符，排除。

D 项：在泛化阶段应对动作进行讲解，帮助学生了解动作的基本要领和做法。与题干不符，排除。

故正确答案为 C

12 答案：C

解析： 本题考查体育锻炼对儿童少年心血管系统的影响。经常进行大强度力量训练，机体克服高阻力负荷，肌肉收缩紧张性高使心脏收缩后的负荷增加，引起搏出量减少，机体只能通过加强心肌的收缩力来保证供血，长此以往，心肌细胞增粗，心室壁增厚，而心脏的整体大小无明显变化，心容积相对减少。C 项正确。

A、B、D 三项：与题干不符，排除。

故正确答案为 C

13 答案：D

解析： 本题考查维生素 D 的生理功能。维生素 D 主要功能是，调节钙、磷代谢，促进小肠对钙和磷的吸收与利用；促进骨组织的钙化；构成健全的骨骼与牙齿。D 项正确。

A 项：维生素 A 的生理功能为，维持正常视觉功能；维持骨骼正常生长发育；促进生长和生殖；对机体免疫有重要影响。与题干不符，排除。

B 项：维生素 E 的生理功能为，抗氧化，维持细胞膜的完整性和正常功能；延缓衰老、预防大细胞性溶血性贫血。与题干不符，排除。

C 项：维生素 C 的生理功能为，参与体内氧化还原过程，维持组织细胞的正常能量代谢；促进铁的吸收；增加机体抗病能力，促进伤口愈合；阻断亚硝胺在体内形成，防癌、抗癌。与题干不符，排除。

故正确答案为 D

14 答案：A

解析：本题考查脂类的生理功能。脂类能供应能量，构成一些重要的生理物质，促进维生素的吸收，增加饱腹感，维持体温和保护内脏，相同质量的糖、蛋白质和脂类释放的能量，脂类最多，因此脂类被称为“浓缩的燃料”。A 项正确。

B 项：糖是人体中最重要、最经济和最快速的能源物质，因此被称为肌肉的“最佳燃料”，另外糖还有保肝解毒的作用。与题干不符，排除。

C 项：蛋白质能维持细胞组织的生长、更新与修复，参与多种重要的生理活动，还有氧化功能。与题干不符，排除。

D 项：维生素是人和动物为维持正常的生理功能而必须从食物中获得的一类微量有机物质，在人体生长、代谢、发育过程中发挥着重要的作用，不能分解供能。与题干不符，排除。

故正确答案为 A

15 答案：B

解析：本题考查胸外心脏按压和人工呼吸的操作方法。胸外心脏按压的操作方法是使患者仰卧于硬板床或地上，急救者以一手掌根部置于患者胸骨的中、下 1/3 交界处，另一手交叉重叠于其手背上，肘关节伸直，充分利用上半身的重量和肩、臂部肌肉力量，有节奏地带有冲击性地垂直按压胸部，使之下陷 5~6 厘米（儿童相对轻一些）。人工呼吸操作方法：使患者仰卧，松开领口、裤带和胸腹部衣服，清除口腔内异物，打开患者口腔，盖上一块纱布。急救者一手掌尺侧置于患者前额，使其头部后仰，拇指和食指捏住病人鼻孔，避免气体外溢。另一手托起患者下颌，掌根部轻压环状软骨，使其间接压迫食管，以防止吹入的空气进入胃内，然后深吸一口气进行吹气，吹气后立即放开鼻孔，待患者呼气时，吸入新鲜空气准备下一次吹气。B 项正确。

A、C、D 三项：与题干不符，排除。

故正确答案为 B

16 答案：D

解析：本题考查不同部位损伤的绷带包扎法。转折形包扎用于包扎前臂、大腿和小腿粗细相差较大的部位。D 项正确。

A 项：环形包扎适用于头额部、手腕和小腿下部等粗细均匀的部位。与题干不符，排除。

B 项：螺旋形包扎用于包扎肢体粗细相差不多的部位，如上臂、大腿下段和手指等处。与题干不符，排除。

C 项：“8”字形包扎多用于包扎肘、膝、踝等关节处。与题干不符，排除。

故正确答案为 D

17 答案：D

解析：本题考查膝关节前后十字韧带损伤的检查方法。抽屉试验具体操作方法：患者仰卧，膝关节屈曲 90°位，检查者坐于床边以臀部抵压住患足，双手握住胫骨上端用力拉、推，双侧对比，如有异常前后错动则为阳性。胫骨上端有异常向前移动，提示前十字韧带断裂；胫骨上端有异常向后移动，提示后十字韧带断裂。D 项正确。

A、B、C 三项：与题干不符，排除。

故正确答案为 D

18 答案：B

解析：本题考查青少年血压增高的健康分组。对患有“青春期高血压”的学生，如果过去一直从事运动，则不应终止体育锻炼，但应加强保健指导，适当控制运动负荷和强度，避免进行连续紧张激烈的比赛，并少参加举重、摔跤等有屏气动作的运动项目，因此，应编入基本组。B 项正确。

A 项：凡身体发育和健康状况有轻度异常，功能状况虽无明显不良反应，但平时较少参加体育活动且身体素质较差者，可编入准备组。与题干不符，排除。

C 项：凡身体发育和健康状况有明显异常和残疾，不能按教学大纲的要求进行活动者，编入医疗体育组。与题干不符，排除。

D 项：不属于健康分组的组别。与题干不符，排除。

故正确答案为 B

19 答案：D

解析： 本题考查终身教育的提出。1965 年，法国教育家保罗·朗格朗在联合国教科文组织会议上提出了“终身教育”的倡议，20 世纪 60 年代末，苏联学者在此基础上明确提出了终身体育的主张。D 项正确。

A 项：陶行知提出“生活即教育”“社会即学校”“教学做合一”的主张，形成了“生活教育”教学思想体系。与题干不符，排除。

B 项：洛克提出了“白板说”，并提倡“绅士教育”，推崇德育和体育教学。与题干不符，排除。

C 项：从实用主义经验论和机能心理学出发，杜威批判了传统的学校教育，并就教育本质提出了他的基本观点——“教育即生活”和“学校即社会”。与题干不符，排除。

故正确答案为 D

20 答案：D

解析： 本题考查说课的概念。说课就是教师口头表述具体课题的教学设想及其理论依据，也就是授课教师在备课的基础上，面对同行或教研人员，讲述自己的教学设计，然后由听者评说，达到互相交流、共同提高的目的的一种教学研究和师资培训的活动。D 项正确。

A 项：评课是指对课堂教学成败得失及其原因做中肯的分析和评估，并且能够从教育理论的角度对课堂上的教育行为作出正确的解释。与题干不符，排除。

B 项：模拟上课也称为微课教学，或者无生试讲，指教师在没有学生的情况下，把 教学过程的片段压缩，进而呈现出来的一种真实课堂形式。与题干不符，排除。

C 项：讲课即正常的教学活动。与题干不符，排除。

故正确答案为 D

21 答案：A

解析： 本题考查体育教学和训练中心理暗示的形式与方法。暗示训练是指利用语言、手势、表情以及其他刺激物，采用间接、含蓄的方法，对训练者的心理状态和行为施加影响的过程。暗示训练法又包括自我暗示、他人暗示、表情和体态暗示、环境暗示、标志暗示、语调暗示法。表情和体态语言是体育教师或教练员与学生或运动员沟通知识、技术和情感的良好媒介。例如，体育教师或教练员可以用赞许的表情鼓励那些因胆怯而不敢做动作的学生或运动员；用皱眉和摇头表示学生或运动员完成的动作仍需改进；通过有节奏地挥舞手臂，来向学生或运动员暗示整套技术动作的节奏或韵律。A 项正确。

B 项：系统脱敏疗法又称交互抑制法，是一种以渐进方式克服神经症焦虑的技术。这种方法主要是诱导求治者缓慢地暴露出导致神经症焦虑的情境，并通过心理的放松状态来对抗这种焦虑情绪，从而达到消除神经症焦虑的目的。与题干不符，排除。

C 项：认知训练法也称认知疗法，又有人把它称为认知调整或思维控制训练。与题干不符，排除。

D 项：渐进放松训练法是利用全身各部位肌肉的紧张和放松，并辅以深呼吸和表象来调控人们紧张情绪的一种训练方法。与题干不符，排除。

故正确答案为 A

22 答案：B

解析： 本题考查教练员领导方式的分类。通常把教练员的领导方式分为三种类型，即专制型、民主型和放任型。民主型领导方式的特点是以运动员为中心、合作的态度、定向于运动员。B 项正确。

A 项：专制型领导方式的特点是以取胜为中心、发号施令、定向于任务。专制型的教练员有助于运动队或运动员的成功。与题干不符，排除。

C 项：放任型领导方式的特点是无中心、不参与、不过问、听之任之、无所谓。与题干不符，排除。

D 项：教练员的领导方式不包括综合型。与题干不符，排除。

故正确答案为 B。

23 答案：D

解析： 本题考查直观性原则提出的依据。体育教学基本原则主要有直观性原则、主体性原则。直观性原则提出的依据是从生动的直观到抽象的思维，再从抽象的思维到实践，这就是认识规律，即认识客观实际的辩证途径。D 项正确。

A 项：运动负荷适应性规律的整个过程包括工作阶段—相对恢复阶段—超量恢复阶段—复原阶段。与题干不符，排除。

B 项：人体机能活动变化的规律是指体育教学中学生的身心同时参加活动，在反复的练习和休息的交替过程中，学生的生理机能变化有一定的规律性。从一节体育课来看，呈上升—稳定—下降的趋势。与题干不符，排除。

C 项：运动技能的形成通常分为 3 个阶段，即粗略掌握动作阶段、改进与提高动作阶段、巩固与运用自如阶段。与题干不符，排除。

故正确答案为 D

24 答案：D

解析： 本题考查直观法中的领先诱导的教学方法。直观教学中的条件诱导与限制的形式有很多，如助力、阻力、定向和领先等形式。领先诱导是利用超前的信号和某种视听手段，对学生进行刺激或引导，以利于完成某一动作的直观方法。D 项正确。

A、B 两项：助力和阻力是借助外力的帮助，或对抗阻碍与限制，使学生通过触觉和 肌肉本体感觉，体验正确的用力时机、大小，辨别动作的时间、空间特点，以直接体会动作要领。与题干不符，排除。

C 项：定向诱导是以具体的或形象的方向标志物、标志线、标志点，给学生指示动作的方向、幅度、轨迹和用力点等的直观方式。与题干不符，排除。

故正确答案为 D

25 答案：B

解析： 本题考查重复训练法的概念。重复训练法指多次重复同一练习，两次（组）练习之间安排相对充分休息的练习方法。通过相对稳定的负荷强度的多次刺激，可使机体尽快产生较高的适应性机制，有利于运动员发展和提高身体素质。B 项正确。

A 项：间歇训练法指对多次练习间歇时间作出严格规定，使机体处于不完全恢复状态下，反复进行练习的训练方法。与题干不符，排除。

C 项：持续训练法指负荷强度较低、负荷时间较长、无间断地连续进行练习的训练法。与题干不符，排除。

D 项：变换训练法指变换运动负荷、练习内容、练习形式以及条件，以提高趣味性及运动员的积极性、适应性和应变能力的训练方法。与题干不符，排除。

故正确答案为 B

26 答案：C

解析： 本题考查直接任意球的判罚。判罚直接任意球的情况有：①踢或企图踢对方队员；②绊摔或企图绊摔对方队员；③跳向对方队员；④冲撞对方队员；⑤打或企图打对方队员；⑥推对方队员；⑦为了得到对球的控制而抢截对方队员时，于触球前触及对方队员；⑧拉扯对方队员；⑨向对方队员吐唾沫；⑩故意手球（不包括守门员在本方罚球区内）。C 项正确。

A 项：拖延时间持球超 6 秒判罚间接任意球。与题干不符，排除。

B 项：阻碍对方队员前进判罚间接任意球。与题干不符，排除。

D 项：以危险的方式比赛判罚间接任意球。与题干不符，排除。

故正确答案为 C

27 答案：C

解析： 本题考查对传切配合的战术图解的认识。传切配合包括一传一切和空切两种，一传一切配合指持球队员传球后，利用启动速度和假动作摆脱防守，向篮下切入接回传球投篮的配合；空切配合指无球队员掌握时机，摆脱对手，切向防守空隙区域接球 投篮或做其他进攻配合。C 项正确。

A 项：突分配合是持球队员运球突破对手后，遇到对方补防或关门时，及时将球传给进攻时机最好的同伴进行攻击的一种配合方法。与题干不符，排除。

B 项：掩护配合是掩护队员采用合理的行动，用自己的身体挡住同伴防守者的移动路线，使同伴借以摆脱防守，或利用同伴的身体和位置使自己摆脱防守的一种配合方法。与题干不符，排除。

D 项：策应配合是进攻队员背对或侧对球篮接球，以他做枢纽，与同伴空切或绕切相结合，借以摆脱防守，创造各种进攻机会的一种里应外合配合方法。与题干不符，排除。

故正确答案为 C

28 答案：A

解析： 本题考查排球比赛阵容配备的形式。“四二”配备由四名进攻队员（两名主攻队员与两名副攻队员）和两名二传队员组成，四名进攻队员分别站在对角的位置上。A 项正确。

B 项：“五一”配备，由五名进攻队员和一名二传队员组成。队员的站位与“四二”配备基本相同。五名进攻队员中的其中一名作为接应二传。接应二传在主二传队员来不及传球时承担传球任务，但主要还是承担进攻任务。目前，在水平较高的队中普遍采用这种配备形式。与题干不符，排除。

C、D 两项：不属于排球比赛的阵容配备形式。与题干不符，排除。

故正确答案为 A

29 答案：C

解析： 本题考查侧手翻的学习要点。侧手翻的学习要点为先摆腿后手撑地，摆蹬腿方向正、迅速有力，顶肩推手主动积极；初学手撑地姿势时，左手应外旋 90°撑地，而右手应内旋 90°撑地。C 项正确。

A、B、D 三项：与题干不符，排除。

故正确答案为 C

30 答案：B

解析： 本题考查推铅球的技术教学。在背向滑步推铅球技术教学过程中，教学难点为滑步与最后用力的连贯衔接。B 项正确。

A 项：滑步技术是背向滑步推铅球技术的一个组成部分，但不属于教学的难点。与题干不符，排除。

C 项：最后用力动作是背向滑步推铅球技术的一个组成部分，但不属于教学的难点。与题干不符，排除。

D 项：最后用力与维持平衡是背向滑步推铅球技术中的最后用力和铅球出手后维持身体平衡两个环节，不属于教学的难点。与题干不符，排除。

故正确答案为 B

31 答案：C

解析： 本题考查长拳传统技法“八法”。“八法”是指手、眼、身法、步、精神、气、力、功，其要求是“拳如流星眼似电”“腰似蛇行步赛粘”“精神充沛气宜沉”“力要顺达功要纯”。C 项正确。

A 项：“拧旋走转似流水，上下翻动如蛟龙”属于八卦掌技法要求。与题干不符，排除。

B 项：“运动如抽丝、迈步如猫行”属于太极拳的技法要求。与题干不符，排除。

D 项：“粘连黏随不丢顶”属于太极拳的技法要求。与题干不符，排除。

故正确答案为 C

32 答案：C

解析：

本题考查运动技能的概念。运动技能是指学生在体育学习和锻炼中完成运动动作的能力，它反映了体

育与健康课程以身体练习为主要手段的基本特征，是课程学习的重要内容和实现其他学习方面目标的主要途径。“学生能在起跳后越过规定区域内的障碍”是指学生掌握了这种技能和方法。C 项正确。

A 项：认知指对某一技术动作的认识或理解。与题干不符，排除。

B 项：体能指躯体工作能力、大脑工作能力、心理调控能力。与题干不符，排除。

D 项：情感主要是态度、意识、道德、价值观等方面的内容。与题干不符，排除。

故正确答案为 C

33 答案：A

解析： 本题考查离差法的概念。离差法是以测量原始观测值的平均数为参照点、标准差为计算单位来制定评价标准的方法。A 项正确。

B 项：如果将一组数据从小到大排序，并计算相应的累计百分位，则某一百分位所对应数据的值就称为这一百分位的百分位数，多用于医学测量。与题干不符，排除。

C 项：累进评分法是以正态分布理论为依据来建立抛物线方程的，故使用于正态分布或接近正态分布的原始观测值的评价。与题干不符，排除。

D 项：综合评价是将各项不同计量单位的原始观测值，转换成统一计算单位后，以其总和（总均值）来反映测验整体属性的一种评价方法。与题干不符，排除。

故正确答案为 A

34 答案：A

解析： 本题考查竞赛方法。顺序法有两种情况：按一定的顺序让参赛者一组一组地表现成绩，通过及格赛、预赛、复赛、决赛，比出优胜名次；球类和其他对抗性比赛项目，一对一按事前排好的淘汰表进行比赛，胜者进入下一轮，直到最后一对决出优胜者。A 项正确。

B 项：淘汰法分为单淘汰、双淘汰、交叉淘汰。与题干不符，排除。

C 项：循环法分为单循环、双循环、分组循环。与题干不符，排除。

D 项：在同一时间内，参赛者按规定的轮换顺序，进行不同项目的比赛，称为轮换法。与题干不符，排除。

故正确答案为 A

35 答案：C

解析： 本题考查高中体育与健康课程学时。高中学生在三年的体育与健康课程学习中需上满 216 课时，修完 12 个模块，获得 12 个学分。平均每学年修习 4 个模块，1 个模块一般为 18 课时。12 个模块包含体能 1 个模块、健康教育 1 个模块、运动技能系列 10 个模块。C 项正确。

A、B、D 三项：与题干不符，排除。

故正确答案为 C

36 答案： 有氧耐力素质是建立在运动对氧的需求、机体摄取氧的能力以及机体运动后恢复能力的基础之上的，与氧运输系统功能、骨骼肌特征、神经系统调节能力与能量供应特点密切相关。

（1）氧运输系统的功能

人体通过呼吸系统和心血管系统共同完成氧气的摄取和运输功能，因此将它们合称为氧运输系统，该系统功能的强弱是运动中供氧充足与否的制约因素，也是有氧耐力素质重要的生理学基础。

（2）骨骼肌特点

有氧耐力的高低不仅与氧运输系统有关，而且与肌肉纤维类型和氧的摄取与利用能力直接相关。

（3）神经系统的调节能力

长期进行耐力训练，不仅能够提高大脑皮质神经细胞对刺激的耐受力和神经过程的稳定性，而且能改善各中枢间的协调关系。神经调节能力的改善，可以提高肌肉活动的效率，节省能量消耗，从而保持长时间的肌肉活动。

（4）能量供应的特点

耐力性项目运动持续时间长，强度较小，运动中的能量绝大部分由有氧代谢供给。系统的有氧耐力训练，可以提高能源物质的储量、肌肉有氧供能的效率、各种氧化酶的活性，以及机体动用脂肪供能的能力

解析：同上

37 答案：体育体制的构成：

- （1）机构：所谓机构，是指由专职人员组成的、专门从事某一工作的专业部门的构成。
- （2）职能：所谓职能，一般指人、事物和机构所具有的功能，即“一个社会的行政体系在整个社会系统中所扮演的角色和所发挥的作用”。
- （3）制度：“制度可以定义为社会中个人所遵循的行为规则”。体育体制中的组织机构及其职能，都是通过各项制度加以形成和履行的。这些制度包括各种法规、规章。

体育体制的类型：

- （1）社会组织主导型：又称为分权型，其主要特点是政府不设专门体育机构，行政权力一般不干预体育的管理事务，充分保证体育的自治；国家体育政策的制定和实施、体育资源的配置以及体育管理工作完全由体育社会团体承担。
- （2）政府和社会组织结合型：主要特点是政府一般设有体育机构，但只承担行政主管的任命和财政资助，其他管理职能由社会组织管理执行，政府与社会组织共同管理体育事务。
- （3）政府主导型：又称集权型，其主要特点是政府设有专门的体育行政机构，对全国的体育实施全面的监控和高度集中管理；在体育政策的制定和实施、体育资源的配置及事务性工作方面几乎行使全部职权

解析：同上

38 答案：教学实践能力主要包括：

- （1）对课程标准、教科书、教学参考资料的理解能力；
- （2）学习、掌握与运用现代教育理论、体育理论、健康理论的能力；
- （3）设计高中体育与健康课程教学的能力；
- （4）激发学生学习主动性、积极性的能力；
- （5）恰当指导学生学习和掌握体育与健康知识和技能的能力；
- （6）运用多媒体教学手段辅助教学以及利用和开发体育与健康资源的能力等

解析：同上

39 答案：（1）材料中郎平教练说：“不要一赢球就谈女排精神，也要看我们努力的过程。女排精神一直在，但单靠精神不能赢球，还必须技术过硬。”郎平教练这句话所表达的内涵是，所有的胜利和进步都需要有精神的支撑，与此同时更需要女排队员们实实在在的努力和拼搏，女排姑娘们给我们带来的不仅仅是女排精神，更是胜利背后实实在在的努力。

材料中郎平教练说：“中国地大物博人才济济，而女排还需要我，说明我还有价值。我心里明白，人活着，被人需要，是一种幸福，能被国家需要，是更大的幸福。”郎平教练这句话的内涵是，每个人都需要活出自己的价值，并且利用自身价值为所从事的行业、为国家贡献自己的力量，个人的幸福感会在这种付出中体现出来。

（2）作为一名体育教师需要不断地提高自身能力，才能更好地完成教学工作。也就是体育教师要做到专业化：①专业理想，应该逐步形成关于教育价值、教育目的等方面的理想和信念；②专业态度，体育教师应该形成对教育事业兢兢业业，对待学生诲人不倦，对待同事精诚协作的教育态度；③专业知识，要不断拓展与积累，补充新的知识，扩大自己专业知识背景，从知识的初步理解到理性反思再到知识的创新；④专业技能，必须具备顺利完成教育教学任务的必需技能；⑤专业品质，需要在教学中形成具有稳定特征的认识态度、行为方式和个人品行等。只有具备了这些过硬的本领，再结合教师的专业精神，才能做好本职工作

解析：同上

40 答案：（1）A 和 B 搭配是合理的。

A 搭配合理的理由：

- ①两个内容具有相关性，挺身式跳远分为助跑、起跳、腾空和落地，而快速跑的复习可为挺身式跳远的助跑环节奠定基础。
- ②复习快速跑能够起到热身效果，提高各器官、系统的兴奋性，使其适应接下来的挺身式跳远腾空步的学习需求。

B 搭配合理的理由：

- ①侧向滑步推铅球属于快速力量型运动项目，供能系统是磷酸原系统，有氧健身操是耐力项目，供能系统是有氧氧化系统，两种供能系统交替供能，可避免产生运动疲劳。
- ②侧向滑步推铅球运动负荷较低，有氧健身操运动负荷较高，弥补了运动负荷过低的不足，且遵循了一节课两个教学内容时先小负荷后大负荷的内容安排原则。
- ③侧向滑步推铅球练习密度较低，进行全体的有氧健身操练习可以均衡课堂的练习密度。

（2）C 和 D 不合理。

C 搭配不合理的理由：

- ①学生的组织调动、场地布置比较困难，侧手翻接前滚翻需要摆放体操垫，而武术则需要平整、空旷的场地，所以，组织调动与场地布置较麻烦。
- ②两种运动技能属于不同类属，会存在相互干扰。

D 搭配不合理的理由：

- ①鱼跃前滚翻难度较大，耐久跑较枯燥，会降低学生的学习兴趣，不利于课堂的教学。
- ②鱼跃前滚翻难度较大，需要花费较长时间教学，耐久跑同样需要较长时间完成，两者在同一节课中完成运动负荷过大

解析：同上

41 答案：（1）立棒式

①游戏名称：迎面接力游戏

②游戏方法：将全班分为人数相等的两队，每队 18 人，10 名男生 8 名女生，队内再将 18 人分成两组，每组 9 人，分别一路纵队站在篮球场的 A、B、C、D 四点。A、C 点排头同学手持接力棒，向前跑动，跑至 B、D 点后将棒以立棒方式交给同队同学，并快速站到队尾，接到棒的同学继续完成游戏。直至全队队员全部完成，先完成的队伍获胜。

③游戏的规则：所有人必须在接到棒后才能跑动；若跑动过程中发生掉棒，由传棒人捡起，继续比赛。

组织方法：每队 10 名男生 8 名女生，队内可自行安排跑动顺序。分组之后每小组以一路纵队的方式站在 A、B、C、D 四点。

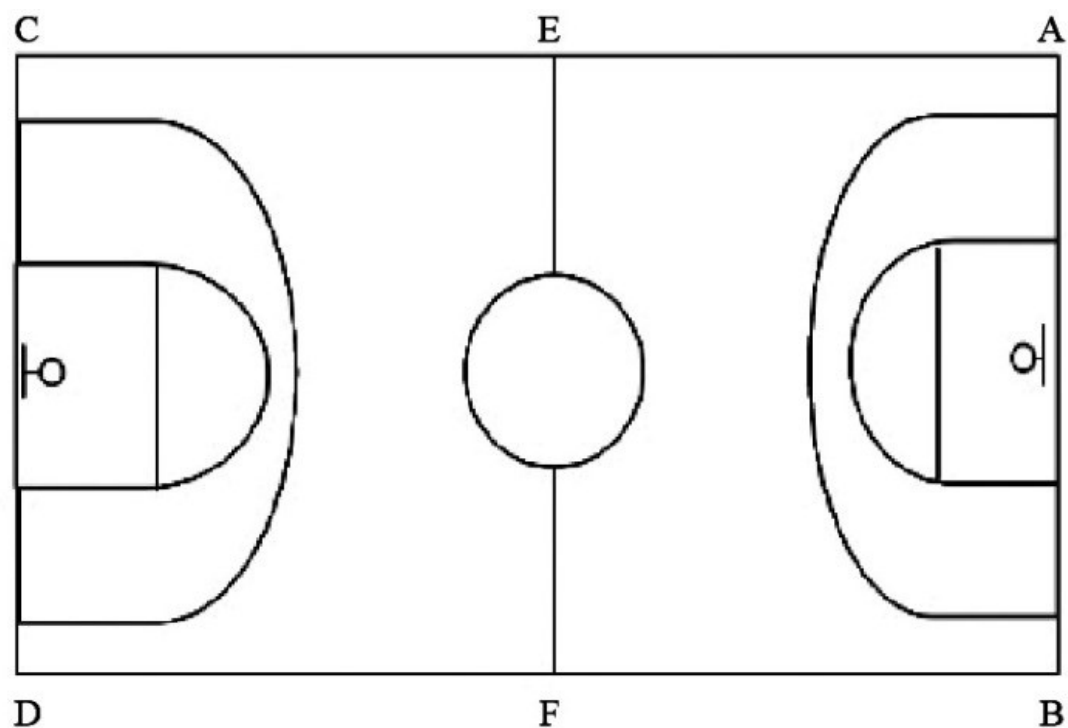
（2）下压式

①游戏名称：追逐接力

②游戏方法：全班分为人数相等的 4 组，每组 4 名女生 5 名男生，4 组分别以一路横队方式站在 A、B、C、D 四点。在 A、B、C、D 四点分别放置一根立柱，每组排头手持接力棒以蹲踞方式进行起跑，A、B 点的小组绕 B、A、E、F 半场逆时针跑动，C、D 点的小组绕 C、D、F、E 半场逆时针跑动，在跑到本组的位置时，将棒以下压式传接棒的方式传给最内侧队员，两个队员必须在 8 米内完成交接棒，接棒后继续完成游戏，直至本组同学全部完成，先完成的小组获胜。

③游戏规则：必须在规定范围内完成交接棒，否则不计成绩；若跑动过程中发生掉棒，由传棒人捡起，进行传接；跑动时必须绕过立柱；跑动过程不得故意干扰其他组别的正常跑动，否则视为犯规。

组织方法：每组分配 4 名女生 5 名男生，一列横队站立，接棒前后顺序可由小组商议决定。



解析：同上