

教师资格考试标准预测试卷
体育与健康学科知识与教学能力(初级中学)
卷(六)~(十)

(科目代码:313)

目 录

教师资格考试体育与健康学科知识与教学能力（初级中学）标准预测试卷（六）·····	（ 1 ）
教师资格考试体育与健康学科知识与教学能力（初级中学）标准预测试卷（七）·····	（ 7 ）
教师资格考试体育与健康学科知识与教学能力（初级中学）标准预测试卷（八）·····	（ 13 ）
教师资格考试体育与健康学科知识与教学能力（初级中学）标准预测试卷（九）·····	（ 19 ）
教师资格考试体育与健康学科知识与教学能力（初级中学）标准预测试卷（十）·····	（ 25 ）

教师资格考试体育与健康学科知识与教学能力(初级中学)

标准预测试卷(六)

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. () 属于典型的复关节。
A. 肩关节 B. 手关节
C. 踝关节 D. 肘关节
2. 躯干骨中的肋由肋骨和肋软骨组成, 共有() 对。
A. 10 B. 11
C. 12 D. 13
3. 骨是人体运动的杠杆, 具有多重功能, 而储备() 就是其重要功能之一。
A. 钙和铁 B. 镁和碘
C. 钙和磷 D. 碘和硒
4. 排球扣球时, 参与手臂鞭打动作的主要肌肉有()。
A. 斜方肌 B. 臀大肌
C. 比目鱼肌 D. 肱三头肌
5. 对血糖水平的维持具有重要作用的激素是()。
A. 甲状腺素 B. 性激素
C. 胰岛素 D. 肾上腺素
6. 新陈代谢是生物体自我更新的最基本的生命活动过程, 包括() 两个过程。
A. 同化作用和异化作用 B. 同质作用和异质作用
C. 功能作用和同质作用 D. 功能作用和异质作用
7. 人体在长时间大强度运动时, 下列哪一物质增多会引起血液中 pH 值下降? ()
A. 乳酸 B. 磷酸氢钙
C. 碳酸氢钠 D. 丙酮
8. 肺活量体重指数等于()。
A. 肺活量 (ml) / 体重 (kg) B. 肺活量 (ml) × 体重 (kg)
C. 体重 (kg) / 肺活量 (ml) D. 以上均不正确

9. 由呼吸道黏膜受刺激引起的以清除刺激物为目的的反射性呼吸变化称为()。
 - A. 肺牵张反射
 - B. 呼吸肌本体感受性反射
 - C. 防御性呼吸反射
 - D. 化学感受性呼吸反射
10. 血红蛋白的主要功能是()。
 - A. 生成肌酐
 - B. 止血和凝血
 - C. 运输氧气
 - D. 运输脂肪酸
11. “第二拐点”的出现意味着机体开始进入()状态。
 - A. 工作
 - B. 疲劳
 - C. 恢复
 - D. 稳定
12. 下列供能系统中, 不需要氧, 不产生乳酸, 供能速度最快, 能量输出功率最高的是()。
 - A. 无氧氧化供能系统
 - B. 磷酸原供能系统
 - C. 有氧氧化供能系统
 - D. 乳酸能供能系统
13. 夜盲症主要是缺乏()所导致的。
 - A. 维生素 A
 - B. 维生素 B
 - C. 维生素 C
 - D. 维生素 D
14. 下列哪类食物含碳水化合物最多? ()
 - A. 蔬菜类
 - B. 谷物类
 - C. 鱼类
 - D. 蛋类
15. 运动性中暑的主要发生机制是()。
 - A. 机体产热增多
 - B. 代谢产物堆积
 - C. 体内热量散发障碍
 - D. 环境温度过高
16. 下列属于慢性闭合性软组织损伤的是()。
 - A. 刺伤
 - B. 擦伤
 - C. 腰肌劳损
 - D. 挫伤
17. 小腿动脉出血时, 可采用的止血方法有()。
 - A. 止血带止血法
 - B. 冷敷法
 - C. 抬高伤肢法
 - D. 加压包扎止血法
18. 以下属于保持血液凝固的必要因子的是()。
 - A. 钙
 - B. 铁
 - C. 锌
 - D. 碘
19. 体育教师的首要职责是()。
 - A. 搞好课外体育活动
 - B. 搞好训练
 - C. 上好体育课
 - D. 培养好体育骨干
20. 某次课实际上课时间为45分钟, 课中无效时间共计4.5分钟, 则课的一般密度是()。
 - A. 10%
 - B. 50%
 - C. 80%
 - D. 90%

21. 倒“U”形假说是人们在唤醒水平与操作成绩关系的研究中讨论得最多的理论。这一理论来自最初的()。

- A. 耶克斯-多德森定律
- B. 皮格玛利翁效应
- C. 艾宾浩斯遗忘曲线
- D. 马斯洛需要层次理论

22. 不良体育态度的转变过程需要经过哪几个阶段? ()

- A. 接受、主动和内化
- B. 服从、认同和内化
- C. 服从、认同和自愿
- D. 接受、认同和自愿

23. 体育备课时应进行学情分析, 其重点分析的内容是()。

- A. 班级人数
- B. 学习基础
- C. 学习态度
- D. 特殊学生

24. 体育课中提高学生运动负荷最简捷的办法是()。

- A. 减少队伍调动
- B. 选择集体练习
- C. 减少指导评价
- D. 注意讲解示范

25. 教师对学生反复强调学习该教材的价值与意义, 目的是解决学生的什么问题? ()

- A. “为什么学”
- B. “用什么学”
- C. “学什么”
- D. “怎么学”

26. 足球于()年被列入奥运会正式比赛项目。

- A. 1900
- B. 1903
- C. 1904
- D. 1906

27. 篮球的进攻技术包括进攻移动、()、投篮、运球、持球突破。

- A. 抢篮板球
- B. 传接球
- C. 防守对手
- D. 断球

28. 排球正面传球时, 两拇指相对的形状接近()。

- A. 相交
- B. “八”字
- C. “一”字
- D. 平行

29. 在学生做双杠支撑前摆下的练习时, 保护与帮助者应()。

- A. 站在练习者下杠同侧, 两手托其腰部帮助出杠
- B. 站在练习者下杠异侧, 两手托其腰部帮助出杠
- C. 站在练习者下杠异侧, 一手扶其上臂, 另一手托其腰部帮助出杠
- D. 站在练习者下杠同侧, 一手扶其上臂, 另一手托其腰部帮助出杠

30. 以下属于田径女子七项全能项目的是()。

- A. 100米栏、铅球、400米
- B. 跳高、跳远、标枪
- C. 跳高、100米、标枪
- D. 800米、铁饼、跳远

31. 在武术运动中, ()是直线击打对手的进攻手法。

- A. 冲拳
- B. 抄拳
- C. 鞭拳
- D. 摆拳

32.《义务教育体育与健康课程标准(2011年版)》构建了四个学习方面、三个层次的目标体系。这三个层次的递进关系为()。

- A.水平目标—课程目标—领域目标
- B.课程目标—领域目标—水平目标
- C.课程目标—水平目标—领域目标
- D.课程目标—水平目标—层次目标

33.讲解示范是教学过程中教法的重要组成部分,也是教师教学能力的重要体现,是()的重要保证。

- A.提高身体素质和教学质量
- B.提高教学效率和教学质量
- C.提高教学效率和身体素质
- D.提高运动负荷和教学质量

34.体育教学目标的功能有()。

- A.激励功能、定向功能、评价功能
- B.激励功能、基本功能、评价功能
- C.辅助功能、定向功能、评价功能
- D.辅助功能、基本功能、评定功能

35.教学评价是体育教学活动的一个重要环节和有机组成部分,在体育教学评价时,必须采用统一的评价内容和评价标准,这体现了体育教学评价的()。

- A.发展性原则
- B.一致性原则
- C.全面性原则
- D.可行性原则

二、简答题(本大题共3小题,每小题10分,共30分)

36.简述肌肉痉挛的病因、症状、处理及预防措施。

37.简述体育课准备部分的内容。

38.简述体育学科教学设计原则的内容。

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:

初二(2)班的女生晓芳和小敏是好朋友,由于晓芳上周休病假,刚到学校就遇上体育课。在课的上半段进行耐久跑时,晓芳觉得头晕、胸口憋闷、呼吸急促、下肢沉重,有一种不想坚持跑下来的感觉,但在小敏的鼓励下还是跑到了终点。在课的下半段进行蛙跳练习时,晓芳的积极性不高,而小敏却超额完成了老师安排的练习要求。第二天上学的路上晓芳问小敏:“昨天我在跑步时,特别特别难受,不知为什么?”小敏说:“今天早上我的腿酸痛酸痛的,都不敢走路,也不知道为什么?”……

问题:

(1)运用运动生理学知识分析上述现象产生的原因。(10分)

(2)你认为该教师的教学内容安排是否得当,为什么?(5分)

40.案例:

某校初一年级(3)班,学生40人,排球场4块,每场10人。

教学内容:排球双手正面垫球,新授课。

教学步骤:

(1)教师宣布本节课的内容,带领学生做准备活动。

(2)讲解双手正面垫球技术的动作要点及重点。

(3)学生练习(每人戴护腕一副):徒手模仿双手正面垫球练习3~5次,两人一组垫固定球练习(一人持球另一人垫球)3~5次,两人一组垫活动球练习(一人用网兜持球另一人垫球)3~5次,单人垫球练习10次两组,一人抛球另一人垫球5次两组。

(4)游戏:组织学生进行“垫球比赛”,5人一队,五分一局,低手发球,接球者在球触地后,用双手正面垫球将球垫过网或传球,本队只能传、垫三次球后过网,得分多者为胜。

(5)小结,下课,收器材。

问题:

(1)分析该案例教学步骤的优点和缺点。(9分)

(2)对学生而言,排球课涉及一定的运动负荷,请结合案例谈谈设置体育课的运动负荷应考虑哪些方面。(6分)

四、教学设计题(本大题共20分)

41.教材:投掷——侧向滑步推实心球。

教学对象:水平四(八年级)。

学生人数:男生20人,女生20人。

要求:从教学目标、教学重难点、教法学法、教学过程、场地器材以及运动负荷等方面设计教案。

教师资格考试体育与健康学科知识与教学能力(初级中学)

标准预测试卷(七)

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. 人体的运动系统由全身()。
 - A. 200 多块肌肉和 600 多块骨骼构成
 - B. 600 多块肌肉和 200 多块骨骼以及关节构成
 - C. 600 多块肌肉和 200 多块骨骼构成
 - D. 200 多块肌肉和 600 多块骨骼以及关节构成
2. 以下选项中不属于加固肘关节韧带的是()。
 - A. 尺侧副韧带
 - B. 桡侧副韧带
 - C. 腓侧副韧带
 - D. 桡骨环状韧带
3. 人体中最长的与髋臼相关的长骨是()。
 - A. 股骨
 - B. 肱骨
 - C. 桡骨
 - D. 胫骨
4. 运动环节在矢状面内绕冠状轴运动, 称为()。
 - A. 屈和伸
 - B. 外展和内收
 - C. 回旋
 - D. 环转
5. 后蹬跑支撑腿蹬伸阶段的原动肌是()。
 - A. 臀大肌和股四头肌
 - B. 髂腰肌和缝匠肌
 - C. 髂腰肌和股二头肌
 - D. 髂腰肌和臀大肌
6. 动作自动化的实现, 需要()的参与。
 - A. 延髓
 - B. 丘脑
 - C. 小脑
 - D. 大脑皮质
7. 兴奋在神经-肌肉接点的传递属于化学性传递, 其参与的递质是()。
 - A. 多巴胺
 - B. 5-羟色胺
 - C. 谷氨酸
 - D. 乙酰胆碱

- 8.腹式呼吸主要依靠下列哪块肌肉的舒缩活动来完成？（ ）
- A.肋间外肌 B.腹直肌
C.肋间内肌 D.膈肌
- 9.运动时骨骼肌的血流量显著增加，其主要原因是（ ）。
- A.心输出量增加 B.静脉的回流量增加
C.血液总量增加 D.血液重新分配
- 10.下列哪项不是无氧耐力的训练方法？（ ）
- A.最大乳酸训练 B.乳酸耐受训练
C.个体乳酸阈强度训练 D.缺氧训练
- 11.脉搏为体表可触摸到的动脉搏动，平时脉搏的正常变动范围为每分钟（ ）。
- A.40~60次 B.60~80次
C.60~100次 D.80~120次
- 12.（ ）是指由血液中一些化学成分的改变刺激周围或中枢化学感受器，从而引起的呼吸增强。
- A.条件反射机制 B.神经调节机制
C.本体感受机制 D.体液调节机制
- 13.通过机能试验，主要对心血管、呼吸、运动和神经系统进行检查及评价是体育课健康分组依据中的（ ）。
- A.健康状况 B.身体发育状况
C.生理功能状况 D.运动史和身体素质状况
- 14.长时间运动时补糖的最佳方法是（ ）。
- A.多量多次 B.多量少次
C.少量多次 D.一次性补给
- 15.脚踝扭伤后中期不适用的治疗方法是（ ）。
- A.针灸法 B.推拿法
C.冷敷法 D.热疗法
- 16.下列选项中，不属于人工呼吸操作方法的是（ ）。
- A.使患者俯卧
B.松开领口
C.开始应连续2次吹气，以后每隔5秒吹一次气
D.吹气后，立即松开鼻孔
- 17.人类健康的“第三状态”被称作（ ）。
- A.健康状态 B.疾病状态
C.亚健康状态 D.心理健康状态
- 18.运动过程中最容易发生肌肉痉挛的肌肉是（ ），最容易发生肌肉痉挛的运动是（ ）。
- A.股二头肌；田径 B.小腿腓肠肌；游泳
C.股四头肌；篮球 D.小腿腓肠肌；足球

- 19.著名教育家夸美纽斯提出了()的教育原则,他被誉为“近代学校体育之父”。
- A.适应规律 B.适应自然
C.适应环境 D.适应身心
- 20.测定体育课的密度时,要求学生跑步捡回器材的时间应作为()。
- A.组织措施 B.休息时间
C.练习时间 D.教导时间
- 21.运动员经常将比赛失败的原因归结为“教练水平低”或“裁判不公”。这种归因属于()。
- A.内归因型 B.外归因型
C.习得性无助型 D.无归因型
- 22.运动兴趣的形成一般都要经历哪三个阶段?()
- A.有趣—乐趣—志趣 B.乐趣—有趣—志趣
C.志趣—有趣—乐趣 D.有趣—志趣—乐趣
- 23.在小组或团队中,学生运用互助性学习形式完成了排球垫球教学任务,这种学习方法是()。
- A.合作式学习 B.探究式学习
C.自主式学习 D.发现式学习
- 24.选择解决问题的策略、方法和步骤是()的核心内容。
- A.教学目标 B.教学设计
C.教学能力 D.教学任务
- 25.在动作的方向、路线较为复杂时,采用()有利于教师领做和学生模仿。
- A.背面示范 B.正面示范
C.镜面示范 D.侧面示范
- 26.下列不属于足球脚背正面踢球特点的是()。
- A.踢球腿摆幅大 B.摆速快
C.出球方向变化较多 D.踢球力量大
- 27.下列属于篮球防守战术基础配合的是()。
- A.传切配合 B.掩护配合
C.策应配合 D.夹击配合
- 28.排球运动中,垫球用力的大小与来球的力量(),与垫球的目标距离()。
- A.成正比;成正比 B.成正比;成反比
C.成反比;成反比 D.成反比;成正比
- 29.体操中,四肢移动范围不超过180°而停止在某一部位的动作称为()。
- A.倾 B.举
C.桥 D.绕
- 30.根据田径竞赛日程编排原则,下列说法错误的是()。
- A.不同组别的同一径赛项目,最好衔接进行
B.接力比赛项目应安排在单元第一项进行

C.不同组别的同一田赛项目,不连续安排在同一单元进行

D.同一时间不安排两个田赛长投项目

31.太极拳的基本动作不包括()。

A.云手

B.仆步砸拳

C.揽雀尾

D.野马分鬃

32.在设计与实施体育课准备活动时,除了要达到热身效果外还应考虑()。

A.针对性、独特性与趣味性

B.趣味性、独特性与简便性

C.简便性、个体性与针对性

D.针对性、简便性与趣味性

33.体育与健康课程标准在构建()时,十分关注满足学生全面发展的需要和学生的情意体验。

A.课程体系

B.课程目标

C.课程设计

D.课程评价

34.体育教学以传授体育技术、技能为主要内容,其根本目的在于()。

A.传授体育技能

B.增强学生体质

C.促进体能发展

D.加强思想教育

35.以下不属于体育教学评价功能的是()。

A.信息反馈功能

B.动机强化功能

C.环境营造功能

D.考察鉴定功能

二、简答题(本大题共3小题,每小题10分,共30分)

36.简述运动技能的形成过程以及每个阶段的特点。

37.分别简述运用示范法教学和分解法教学时应注意的内容。

38.简述影响技能迁移的因素。

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:

在某校初一体育课例研讨中,王老师在课课练环节设计了10分钟的“足球运球往返接力”游戏,将全班40人分成4组,学生实际练习次数较少,效果并不理想。经指导教师建议,王老师第二次授课时将原有的10人一组改为4人一组,练习次数变多,练习密度大幅提升,学生学习效果明显。

问题:

- (1)王老师在第二次课中所做的调整,有助于发展学生何种能力?(6分)
- (2)谈谈如何提高体育课堂练习密度。(9分)

40.案例:

某中学召开“如何提高体育教学质量”教学研讨会。会上教研组的老师踊跃发言,展开激烈讨论。

王老师说:“转变学习的方式,将自主学习、探究学习和合作学习引进体育课堂,就可以提高体育教学质量。”

张老师说:“虽然转变学生的学习方式是提高体育教学质量的重要途径之一,但是我不认为只要我们在教学中提倡了合作、探究和自主学习就能够有较高的体育教学质量。现在很多自主学习就是放羊,合作学习就是装样子讨论,很多探究学习就是教师提一些学生们都已经知道的问题。”

问题：

(1) 请你对王老师的观点做出评价。(5分)

(2) 请剖析张老师所说的“很多自主学习就是放羊，合作学习就是装样子讨论”的现象。
(10分)

四、教学设计题(本大题共20分)

41. 初一(2)班排球选项课,教材内容为复习垫球技术,学习传球技术。

教学条件如下:

场地、器材:排球场2块,排球40个。

学生情况:女生40人,学生运动技能差异较大。

要求:依据分层学习、探究学习、自主学习的要求,按照提供的表格样式,设计本次课基本部分的教学步骤(不少于3步)、练习形式(每步骤不少于2种)和时间分配。

教学步骤	练习形式	时间分配

(请按照表格在答题卡上作答,此处作答不评分)

教师资格考试体育与健康学科知识与教学能力(初级中学)

标准预测试卷(八)

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. 骨由骨质、() 构成。
 - A. 骨小梁和骨髓
 - B. 骨小梁和骨膜
 - C. 骨膜和骨髓
 - D. 骨膜和骨密质
2. 感受肌肉长度变化的感受装置是()。
 - A. 腱器官
 - B. 肌梭
 - C. 视网膜
 - D. 囊斑
3. 下列选项中, 哪一个关节属于鞍状关节? ()
 - A. 髋关节
 - B. 桡腕关节
 - C. 指关节
 - D. 拇指腕掌关节
4. 肾上腺可分泌多种激素, 下列不属于肾上腺皮质分泌的激素是()。
 - A. 雄性激素
 - B. 醛固酮
 - C. 肾上腺素
 - D. 皮质醇
5. 在足球掷界外球的准备动作中, 使脊柱后伸的最主要的肌肉是()。
 - A. 斜方肌
 - B. 竖脊肌
 - C. 夹肌
 - D. 胸锁乳突肌
6. 下列影响动脉血压的生理要素不包括()。
 - A. 输出量
 - B. 大动脉管壁的弹性
 - C. 心肌收缩能力
 - D. 循环血量
7. 能够有效评价人体有氧耐力训练效果的生理指标是()。
 - A. 最大心率
 - B. 最大心输出量
 - C. 乳酸阈
 - D. 运动后过量氧耗
8. 慢肌纤维与快肌纤维相比具有不同的生理特征, 具体表现为()。
 - A. 收缩力量大, 速度快, 抗疲劳能力强
 - B. 收缩力量大, 速度快, 抗疲劳能力弱

C.收缩力量小,速度慢,抗疲劳能力强

D.收缩力量小,速度慢,抗疲劳能力弱

9.人体在吸入新鲜空气后,会有一部分气体留在气管内无法被利用,只有进入肺泡内的气体才是每次呼吸会被利用的有效气体。这部分气体的计算公式为()。

A. (潮气量-无效腔)×呼吸频率(次/分)

B. (潮气量-余气量)×呼吸频率(次/分)

C. (吸气量-无效腔)×呼吸频率(次/分)

D. (吸气量-余气量)×呼吸频率(次/分)

10.磷酸原系统和乳酸能系统供能的共同特点是()。

A.都不需要氧

B.都产生乳酸

C.都能维持较长时间

D.都可以产生大量ATP

11.运动员在参加马拉松时,当进入工作状态阶段结束后,机体的摄氧量已达到并稳定在最大摄氧量水平上,但仍不能满足机体对氧的需求。此时运动员的状态属于()。

A. “极点”

B. 真稳定状态

C. 假稳定状态

D. “第二次呼吸”

12. ()的快慢主要取决于反应时的长短(兴奋通过反射弧的时间)、中枢神经系统的机能状态和运动条件反射的巩固程度等。

A. 动作速度

B. 位移速度

C. 练习速度

D. 反应速度

13.长期大量食用碾磨过分精白的米和面粉,容易引发以下哪项维生素缺乏?()

A. 维生素B₆

B. 维生素B₂

C. 维生素B₁

D. 维生素B₁₂

14.常见的开放性损伤处理的首要原则和措施是()。

A. 抬高伤肢

B. 加压包扎

C. 先处理伤口再止血

D. 先止血再处理伤口

15.大量出汗引起氯化钠丢失过多,导致肌肉兴奋性升高,从而发生肌肉疼痛或肌肉痉挛。这是运动中暑的哪一类型?()

A. 热射病

B. 热痉挛

C. 热衰竭

D. 热晕厥

16.肘、膝、踝关节患处包扎应选择()。

A. 环形包扎

B. 螺旋形包扎

C. 转折形包扎

D. “8”字形包扎

17.在按压类按摩手法当中,具有开窍醒脑功能的手法是()。

A. 按法

B. 点法

C. 掐法

D. 以上都不对

18. 凡身体发育及健康状况无异常或身体发育和健康有轻微异常，而功能检查良好，具有一定锻炼基础者，体育课分组应分在()。

- A. 基本组
- B. 准备组
- C. 医疗体育组
- D. 以上均不对

19. ()年，《新学制课程标准》的公布，正式将学校“体操科”改为“体育课”。

- A. 1922年
- B. 1923年
- C. 1924年
- D. 1925年

20. 奥运会吉祥物是一届奥运会的独特标志和最有代表意义的纪念品，2022年北京冬季奥运会的吉祥物是()。

- A. “冬梦”
- B. “雪容融”
- C. “飞跃”
- D. “冰墩墩”

21. 在班级篮球比赛中，由于对方球员动作过于粗野，致使甲队员无法忍受而破口大骂。甲队员的这种行为属于()。

- A. 敌意性攻击
- B. 工具性攻击
- C. 特质性攻击
- D. 状态性攻击

22. 教练员以运动员为中心，以平等、合作的态度管理运动队，这种领导方式的类型属于()。

- A. 专制型
- B. 民主型
- C. 放任型
- D. 综合型

23. 下列不属于教学评价过程步骤的是()。

- A. 确定评价的目标
- B. 收集评价所需要的信息
- C. 树立评价体系
- D. 依据标准进行评价

24. 一节45分钟的体育课结束部分时间一般为()。

- A. 1~3分钟
- B. 3~5分钟
- C. 5~7分钟
- D. 7~9分钟

25. 在体育课教学中运用预防和纠正错误的方法时应()。

- A. 以练习为主
- B. 以预防为主
- C. 以讲解和练习为主
- D. 以讲解为主

26. 在足球比赛中，出现下列哪种情况时应判为间接任意球？()

- A. 向对方队员吐唾沫
- B. 拉扯对方队员
- C. 动作具有危险性
- D. 踢或企图踢对方队员

27. ()是篮球持球突破技术的首要环节。

- A. 侧身探肩
- B. 加速
- C. 推放球
- D. 蹬跨

28. 下列哪一选项可缓冲速度快、力量大的来球, 以提高排球垫球效果? ()
- 含胸收腹, 手臂随球后撤并适当放松肌肉
 - 含胸收腹, 手臂随球后撤并适当收紧肌肉
 - 挺胸收腹, 手臂随球前伸并适当放松肌肉
 - 挺胸收腹, 手臂随球前伸并适当收紧肌肉
29. 某同学做山羊分腿腾越时因摔伤而不敢再跳, 消除这种心理障碍的最佳手段是()。
- 拉大踏板远度并加强保护帮助
 - 教师演示正确动作
 - 降低山羊高度并加强保护帮助
 - 让其他学生演示
30. 下列关于男子 110 米栏的说法不正确的是()。
- 每条跑道上共设置 10 个跨栏
 - 第一栏距起跑线 13.72 米
 - 每个栏之间的距离是 10 米
 - 栏高均为 1.067 米
31. 马步正确的做法是两脚平行开立, 屈膝半蹲, 大腿接近水平, 身体重心在()。
- 两脚之间
 - 两脚前方
 - 两脚后方
 - 身体右侧
32. 在对运动项目进行教材化处理时, 通常的工作流程是()。
- 改造、选择、编排、媒介化
 - 选择、改造、编排、媒介化
 - 编排、选择、改造、媒介化
 - 改造、编排、选择、媒介化
33. 布置场地器材时, 可移动器材和固定器材应()。
- 相对分开
 - 相对靠拢
 - 保持距离
 - 保持较远
34. 下列选项中, 不利于提高学生运动参与兴趣的教学方法是()。
- 游戏教学法
 - 比赛教学法
 - 重复练习法
 - 情景教学法
35. 从体育教学评价实践看, 下列哪一选项是体育教学评价的难点? ()
- 评价目的
 - 评价内容
 - 评价主体
 - 评价方法

二、简答题(本大题共 3 小题, 每小题 10 分, 共 30 分)

36. 简述运动员贫血发生的基本原因。

37.何谓体育课的定性评价与定量评价？举例说明。

38.体育教师在动作示范中，常用的示范面有哪四种？并加以解释。

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：

某校初二（3）班武术教学课中，教师的教学步骤如下：

（1）复习武术基本组合动作和少年拳第一套的第1~6个动作。

（2）教师讲解示范，学习第7~8个动作（跳步推掌、撩拳收抱）。

（3）教师要求学生在小组长带领下分组进行练习。练习过程中，要求学生进行交流与合作，相互评价、欣赏。（学生自觉、主动练习）

（4）分组创编动作及展示。教师要求各组在少年拳8个动作中至少选择4个动作进行重新组合，还可以加上自己的动作，最后给创编拳取上响亮的名字。（学生各抒己见，场面热烈）

（5）各组分别展示自创成果，学生自评、互评，教师给予点评与建议。（学生大胆展示，认真表演，整堂课在紧张、愉悦的氛围中结束）

问题：

（1）简述武术组合动作创编的要求。（5分）

（2）请你根据课程标准相关教学理论，对该教学过程进行分析评价。（10分）

40.案例：

学校安排体育老师王老师为学校的肥胖学生制订减肥运动处方。王老师找到所有的肥胖学生，简单地了解了学生的身高、体重，并且交代减肥计划的周期为三个月。他让大家每天下午放学后在学校田径场集合（周末和下雨天除外），运动60分钟，根据计划每天采用不同的运动形式，如周一慢跑，周二羽毛球，周三户外爬山等。刚开始大家兴趣高涨，可是两个星期后，有很多学生因身体原因和枯燥而放弃了运动，王老师则向学校报告说学生偷懒坚持不下来。

问题：

（1）王老师制订的运动处方中涉及的要素有哪些？（4分）

（2）请根据材料试评价王老师制订的运动处方中存在的问题并提出改进方法。（11分）

四、教学设计题（本大题共20分）

41.阅读下列材料，根据提供的条件，设计一节45分钟的教学内容，要求包括教学目标及教学过程（教学组织形式）。

教学对象：初一（2）班，共40人。

教学条件：接力棒20个，田径场1块。

教学内容：“上挑式”“下压式”传接棒的技术动作。

教师资格考试体育与健康学科知识与教学能力(初级中学)

标准预测试卷(九)

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. 沿人体前后方向, 将人体纵切为左、右两部分的切面是()。

- | | |
|--------|--------|
| A. 冠状面 | B. 矢状面 |
| C. 额状面 | D. 水平面 |

2. 直接与左心房相连的大血管是()。

- | | |
|--------|---------|
| A. 肺静脉 | B. 冠状动脉 |
| C. 主动脉 | D. 上腔静脉 |

3. 小腿三头肌是构成小腿形态的主要肌肉, 也是影响小腿围度的重要因素。下列哪种练习方式主要发展小腿三头肌的伸展性?()

- | | |
|---------|-----------|
| A. 负重提踵 | B. 负重蹲起 |
| C. 纵跳 | D. 勾脚尖正压腿 |

4. 成人生长激素分泌过多, 可以引起()。

- | | |
|----------|----------|
| A. 肢端肥大症 | B. 黏液性水肿 |
| C. 侏儒症 | D. 巨人症 |

5. 肺是呼吸系统的实质性器官, 根据肺的功能, 肺的组织结构可分为()。

- | |
|------------|
| A. 导气部和肺泡 |
| B. 导气部和呼吸部 |
| C. 肺泡和呼吸部 |
| D. 肺泡和毛细血管 |

6. 下列运动项目中, 最能体现运动员有氧耐力水平的是()。

- | | |
|------------|---------|
| A. 5000 米跑 | B. 花样游泳 |
| C. 100 米跑 | D. 三级跳远 |

7. 闪躲腾跃等训练方式主要用于发展运动员的()。

- | | |
|---------|---------|
| A. 力量素质 | B. 耐力素质 |
| C. 柔韧素质 | D. 灵敏素质 |

8. 在相同肺通气量的情况下,经常参加体育活动的人相比普通人,其呼吸频率()。
 - A. 稍高
 - B. 更高
 - C. 一样
 - D. 更低
9. 体操运动员在进行后手翻动作时起着重要作用的反射是()。
 - A. 牵张反射
 - B. 腱反射
 - C. 翻正反射
 - D. 状态反射
10. 能有效发展绝对力量的训练负荷是()。
 - A. 1~5 RM
 - B. 6~10 RM
 - C. 11~15 RM
 - D. 20~30 RM
11. 确定运动强度的指标不包括()。
 - A. 肺活量
 - B. 心率
 - C. 梅脱
 - D. 自感用力度
12. 下列关于交感神经兴奋的叙述错误的是()。
 - A. 支气管平滑肌收缩
 - B. 心跳加强、加快
 - C. 引起肾上腺髓质分泌激素
 - D. 引起瞳孔扩大
13. 对心脏骤停者进行胸外心脏按压时,按压的部位应置于()。
 - A. 胸骨中、上 1/3 交界处
 - B. 心前区
 - C. 胸骨中、下 1/3 交界处
 - D. 胸骨角
14. 有利于促进运动创伤愈合的是()。
 - A. 维生素 A
 - B. 维生素 B
 - C. 维生素 C
 - D. 维生素 D
15. “抽屉试验”被用于检查哪个部位的损伤?()
 - A. 肩部
 - B. 腕部
 - C. 腰部
 - D. 膝部
16. 在按摩手法中,用单手或双手拇指螺纹面或手掌面紧贴于头面部,略用力做上下或左右的单向移动,称为()。
 - A. 擦法
 - B. 摩法
 - C. 抹法
 - D. 推法
17. 运动中,由于肌肉突然猛烈收缩,最容易引起的损伤是()。
 - A. 肌肉痉挛
 - B. 关节错位
 - C. 肌肉拉伤
 - D. 骨骼断裂
18. 骨折和脱位相区别的一个主要特征是()。
 - A. 疼痛
 - B. 功能障碍
 - C. 畸形
 - D. 骨擦音
19. 教育家蔡元培先生将体育摆在德育、智育、美育前面,其教育思想是()。
 - A. 改革教育,兼容并包
 - B. 自我教育,自我发展
 - C. 完全人格,首在体育
 - D. 增强体质,尚武求强

20. 下列教学方法最能体现以学生发展为中心的是()。
- A. 情境化教学 B. 游戏化教学
C. 小组合作教学 D. 分组教学
21. 在篮球比赛中, 运球时用肘部推打人, 该行为属于()。
- A. 敌意性攻击 B. 情景性攻击
C. 竞争性攻击 D. 工具性攻击
22. 需要较高唤醒水平的运动项目是()。
- A. 射击 B. 举重
C. 射箭 D. 飞镖
23. 既是竞技体育的组成部分, 又是实现竞技运动目标的最重要途径是()。
- A. 运动员选材 B. 运动训练
C. 运动管理 D. 运动竞赛
24. () 是指在不改变动作结构和运动负荷的情况下按照既定要求反复练习, 每次练习之间的间歇能使机体得以恢复的一种训练方法。
- A. 重复训练法 B. 持续训练法
C. 变换训练法 D. 比赛训练法
25. 在投掷练习时, 教师要求学生将器械投过三米高的横杆, 其主要目的是()。
- A. 改善出手速度 B. 提升投掷远度
C. 改善出手角度 D. 提升投掷准度
26. 在足球比赛中, 进攻方球员发任意球时, 防守方球员距离球不得近于()。
- A. 5.50 米 B. 7.32 米
C. 9.15 米 D. 11.00 米
27. 在篮球比赛中, 掷界外球时, 当裁判员递交球后, 掷界外球球员必须在几秒内将球掷入场内, 否则应判为违例? ()
- A. 3 秒 B. 5 秒
C. 7 秒 D. 9 秒
28. 排球竞赛规则规定, 自由人在场上只能运用下列哪种技术? ()
- A. 发球 B. 扣球
C. 拦网 D. 传球
29. 下列队列口令中, 动令落在左脚的是()。
- A. 向右转——走 B. 立——定
C. 向后转——走 D. 向左转——走
30. 关于背越式跳高的动作要领, 下列说法不正确的是()。
- A. 在过渡阶段的主要任务是使运动员的水平位移变为垂直位移
B. 起跳时由脚跟内侧先着地, 并迅速沿着内侧过渡到全脚掌
C. 起跳后身体在杆上成反弓形
D. 落地时低头含胸, 以肩背部及双臂着垫顺势后翻, 做好缓冲

- 31.二十四式简化太极拳以()太极拳为基础。
- A.杨式 B.陈式
C.吴式 D.孙式
- 32.杨扬是我国首位夺得冬季奥林匹克运动会金牌的运动员,其夺冠的项目是()。
- A.冰壶 B.短道速滑
C.冰球 D.自由式滑雪
- 33.体育教学评价的实质是()。
- A.价值判断和内容考核 B.过程考核和量评工作
C.内容考核和量评工作 D.价值判断和量评工作
- 34.新体育课程要求发挥学生的()作用。
- A.主导 B.主体
C.客体 D.主要
- 35.以运动能力的标准进行分层教学的分组方式是()。
- A.异质分组 B.同质分组
C.随机分组 D.友情分组

二、简答题(本大题共3小题,每小题10分,共30分)

36.简述运动前进行准备活动的生理作用。

37.简述体育学习评价的基本要求。

38.简述贯彻注重学生体验运动乐趣原则的基本要求。

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:

某教师进行初一男生的跨栏跑教学,单元为6次课。第1次课,采用游戏法让学生跨越不同形状、不同高度的障碍物,充分体验跨越障碍的乐趣。第2~4次课,让学生按运动水平分成人数相等的4个小组,自定目标(如不同的栏数、栏间距、栏高等),并向各自的目标挑战;在第5次课时对学生进行了跨栏跑的成绩测试。第6次课是考核课,考核办法:(1)以小组的总得分排定名次;(2)小组的总得分是个人的得分之和;(3)本次测试成绩与上次成绩相比较,提高得3分,持平得2分,下降得1分。

问题:

- (1)该教师采用了哪些教学模式?(6分)
- (2)请谈谈该单元教学设计与实施的优缺点。(9分)

40.案例:

在一节篮球比赛的教学课堂中,一名学生抢篮板落地时,脚踩到其他学生的脚上,造成踝关节的内翻扭伤,脚部出现肿胀的现象。体育教师及时对该名队员的伤部进行了冷敷处理,然后让比赛继续进行。

问题:

- (1)请结合关节的特点分析该名学生的踝关节为什么会内翻扭伤。(7分)
- (2)请指出该教师的处理方式是否得当,并简述冷敷处理的原则。(8分)

四、教学设计题(本大题共20分)

41. 请根据下列条件, 设计主要教材的教学流程。

学生: 初一(3)班, 20人。

教材内容: 跨越式跳高。本单元共4次课, 本次课为第2次课。

要求: (1) 确定本次课的教学目标; (2) 写出课的主要教学流程。

教师资格考试体育与健康学科知识与教学能力(初级中学)

标准预测试卷(十)

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. 下列属于单轴关节的是()。
 - A. 椭圆关节
 - B. 车轴关节
 - C. 鞍状关节
 - D. 平面关节
2. 髌腱反射是简单的反射, 其反射弧需要()神经元。
 - A. 多个
 - B. 3 个
 - C. 2 个
 - D. 1 个
3. ()是人体内最大的腺体, 也是体内最大的消化腺。
 - A. 肝
 - B. 胰
 - C. 胃
 - D. 小肠
4. 骨的发育方式包括()。
 - A. 膜内成骨和骨内成骨
 - B. 软骨内成骨和膜内成骨
 - C. 骨内成骨和软骨内成骨
 - D. 软骨膜内成骨和软骨膜外成骨
5. 进行俯卧撑练习主要发展的肌肉为()。
 - A. 肱二头肌
 - B. 肱三头肌
 - C. 三角肌
 - D. 前臂肌
6. 在运动生理学中, 运动技能形成的第二阶段是()。
 - A. 分化阶段
 - B. 泛化阶段
 - C. 巩固和自动化阶段
 - D. 形成阶段
7. 力量训练可增加骨骼肌中哪种蛋白的含量? ()
 - A. 血红蛋白
 - B. 收缩蛋白
 - C. 肌红蛋白
 - D. 调节蛋白

8. ()主要有协调躯体运动,调节肌紧张,维持平衡的机能。
 - A.脑干
 - B.间脑
 - C.小脑
 - D.脊髓
- 9.球类运动中,从看到来球到做出反应是通过哪种调节来完成的? ()
 - A.神经调节
 - B.体液调节
 - C.自身调节
 - D.免疫调节
- 10.关于运动中的合理呼吸,下列说法错误的是()。
 - A.谨慎应用憋气方法
 - B.增大呼吸道阻力,避免用嘴呼吸
 - C.加大呼吸深度,控制呼吸频率
 - D.周期性运动应注意呼吸节奏
- 11.在一个心动周期中,瞬间动脉血压的平均值称为平均动脉压,其值约等于()。
 - A.收缩压与舒张压之和的 $\frac{1}{2}$
 - B.收缩压与 $\frac{1}{3}$ 脉压之和
 - C.收缩压与 $\frac{1}{3}$ 舒张压之和
 - D.舒张压与 $\frac{1}{3}$ 脉压之和
- 12.运动时骨骼肌血流量增加,内脏器官的血流量变化情况是()。
 - A.不确定
 - B.不变
 - C.增加
 - D.减少
- 13.青春期年龄范围一般为10~20岁,女生青春期开始和结束的年龄通常比男生()。
 - A.晚2年
 - B.晚1年
 - C.早2年
 - D.早1年
14. ()能促进小肠黏膜对钙的吸收,促进骨组织钙化。
 - A.维生素A
 - B.叶酸
 - C.维生素D
 - D.膳食纤维
- 15.确定是否出现脱水的最早和最有效的主观指标是()。
 - A.渴感
 - B.头晕
 - C.浑身无力
 - D.面色苍白
- 16.头部前额出血可采用临时间接指压止血法,需按压的动脉是()。
 - A.颌外动脉
 - B.颞浅动脉
 - C.锁骨下动脉
 - D.肱动脉
- 17.长时间剧烈运动后,学生应适时补充()。
 - A.可乐
 - B.糖水
 - C.淡盐水
 - D.牛奶
- 18.在体育课运动活动时,学生突然出现小腿痉挛,恰当的处理方式是()。
 - A.用绷带加压包扎
 - B.用力使踝关节背伸
 - C.喷射医用气雾剂
 - D.用力使踝关节屈曲

19.奥林匹克主义的核心内容是()。

- A. “更快、更高、更强”
- B. “更干净、更人性、更团结”
- C. “参与比取胜更重要”
- D. “相互理解、友谊、团结和公平竞争”

20.下列哪种教学模式的教学过程具有“让学生充分体验运动的乐趣”“让学生挑战新的技能体验学习乐趣”“让学生进行探究、体验创新乐趣”的环节？()

- A.技能掌握教学模式
- B.快乐体育目标学习教学模式
- C.发现式教学模式
- D.小群体学习型教学模式

21.学生参与体育学习与身体锻炼的内部心理动因属于()。

- A.运动原理
- B.运动行为
- C.运动动机
- D.运动结果

22.学生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形式属于()。

- 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

23.竞技体育形成的基本动因不包括下列哪项？()

- A.生物学因素
- B.个性心理因素
- C.社会学因素
- D.动力学因素

24.()是指在做动作时,身体或身体某部分所移动的路线。

- A.身体姿势
- B.动作轨迹
- C.动作速率
- D.动作节奏

25.在体育课的教学设计中,哪一环节应强调自主宽松的学习气氛？()

- A.学习保护帮助时
- B.教师集中讲解时
- C.进行相互评价时
- D.教师集中示范时

26.足球比赛时,防守者把球踢出球门线外应判()。

- A.角球
- B.球门球
- C.罚球点球
- D.任意球

27.篮球比赛中,队员通过伸展手、臂、肘、肩、髋、腿、膝或脚来拉、阻挡、推、阻止对方队员行进的行为是()。

- A.侵人犯规
- B.拉人犯规
- C.技术犯规
- D.推人犯规

28.接发球时,把球垫给前排2号位队员,由他来传给3、4号位队员扣球的进攻战术是()。

- A. “插上”
- B. “中一二”
- C. “边一二”
- D. “三二一”

29.手、臂或身体其他部分撑在器械上的姿势称为()。

- A.转体
- B.倾
- C.回环
- D.支撑

30.跳远技术由助跑、()和落地四个紧密相连的环节组成。

- A.起跳、挺身
- B.腾空、挺身
- C.起跳、腾空
- D.腾空、蹲踞

31.下列属于武术功法运动的是()。

- A.马步
- B.太极拳
- C.推手
- D.轻功

32.下列不属于体育教学方法中以直接感知为主的是()。

- A.动作示范
- B.指令和口令
- C.演示
- D.助力与阻力

33.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呈现出一定的规律性。从一节体育课来看,学生的生理机能变化趋势为()。

- A.下降—稳定—上升
- B.上升—稳定—下降
- C.稳定—上升—下降
- D.上升—下降—稳定

34.下列哪一种教学措施不利于提高体育课的练习密度?()

- A.减少集体队伍调动
- B.选用全班集体练习
- C.增加全班集中指导
- D.增加每轮练习次数

35.对体育教学过程的要素与资源进行最优化分析与处理,是哪一选项的中心工作?()

- A.教学设计
- B.教学评价
- C.课程实施
- D.课程考核

二、简答题(本大题共3小题,每小题10分,共30分)

36.简述晕厥的症状。

37.简述研究体育教学模式的意义。

38.简述探究型学习、合作型学习和自主型学习三种新型体育教学方法的优缺点。

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:

初三年级跨栏跑选项课,由于难度较大,大部分学生不敢主动去尝试,而李同学却在课堂上表现得特别积极,动作也比较规范。为此王老师对其进行了表扬。李同学受表扬后积极性更高了,而且还对同学进行指导,受他影响,同学们都参与了进来。课后小结时,王老师说:“同学们,这节课表现最突出的是谁?他是怎样做的?想想我们这节课学到了什么?”同学们七嘴八舌地讨论起来,也反思了自己的课堂表现。

问题:

(1)试分析李同学在这节课中所充当的角色和起到的作用。(7分)

(2)请对王教师在课堂上的做法进行评价。(8分)

40.案例：

寒假结束后，某校初一（2）班第一周星期二的体育课上，李老师在完成了排球扣球技术的教学内容后，为了提高学生的身体素质，又安排了3组×10次的蛙跳练习和3组×10次的团身跳练习。在星期四第二次上体育课时，张同学问李老师：“老师，我前天上完体育课后，昨天浑身酸疼，今天还疼得厉害，这是怎么回事啊？”张同学刚说完，又有几个同学也喊起来：“是啊！我们也浑身酸疼，这到底是怎么回事？应该怎么处理啊？”李老师看着同学求知若渴的神态，心里非常高兴，然后开始给同学们解释……

问题：

- （1）李老师第一次体育课的内容安排是否合理？为什么？（5分）
- （2）第一次运动后为什么会出现肌肉酸疼现象？应怎样处理？（10分）

四、教学设计题（本大题共20分）

41. 请根据下列条件，设计出本次课的教学目标、教学重难点、教学步骤和组织练习方法。

某校初二（5）班，学生40人，教学内容：足球基本战术中“直传斜插二过一”配合，新授课；教学条件：足球10个，足球战术挂图1幅，足球场1块。