

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(高级中学)
卷(六)~(十)
(科目代码:413)

目 录

教师资格考试体育与健康学科知识与教学能力(高级中学)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(高级中学)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(高级中学)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(高级中学)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(高级中学)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(高级中学)

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. 以下不是踝关节易内翻的原因的是()。
 - A. 关节囊前后薄而松弛
 - B. 距骨滑车前窄后宽
 - C. 外踝低、内踝高
 - D. 韧带内侧强、外侧弱
2. 人体骨骼肌的结构分为()。
 - A. 基本结构和形态结构
 - B. 形态结构和辅助结构
 - C. 基本结构和复合结构
 - D. 基本结构和辅助结构
3. 两臂维持侧平举时三角肌做的是静力性工作的()。
 - A. 支持工作
 - B. 加固工作
 - C. 固定工作
 - D. 上述都不是
4. 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
5. 下列哪一内分泌腺分泌的激素可使血钙升高?()
 - A. 甲状腺
 - B. 甲状旁腺
 - C. 肾上腺
 - D. 松果体
6. 在运动中起到缓冲、防止运动损伤作用的肌肉收缩形式是()。
 - A. 向心收缩
 - B. 离心收缩
 - C. 等长收缩
 - D. 超等长收缩
7. 下列关于肌肉活动时加速静脉血回心的叙述正确的是()。
 - A. 静脉管壁平滑肌节律性收缩, 起着“静脉泵”的作用
 - B. 骨骼肌收缩与舒张, 起着“肌肉泵”的作用
 - C. 因重力运动时静脉血回心加速
 - D. 运动时组织液生成减少, 因而血容量与回心血量增加

8. 脉压差是衡量人体供血功能的指标之一，我国健康成年人安静时的脉压差介于()。

- A. 10~12 毫米汞柱
- B. 30~40 毫米汞柱
- C. 50~60 毫米汞柱
- D. 70~80 毫米汞柱

9. 骨骼肌的生理特性是()。

- A. 收缩性、弹性
- B. 收缩性、黏滞性
- C. 收缩性、兴奋性
- D. 伸展性、弹性

10. 关于反射弧完成反射的过程正确的是()。

- A. 感受器、传入神经元、神经中枢、传出神经元、效应器
- B. 感受器、传入神经元、效应器、神经中枢、传出神经元
- C. 效应器、感觉神经元、神经中枢、传出神经元、感受器
- D. 效应器、神经中枢、感受器、感觉神经元、传出神经元

11. 在完成需要固定胸廓的技术动作时所采用的呼吸为()。

- A. 胸式呼吸
- B. 腹式呼吸
- C. 胸式与腹式相结合
- D. 先胸式后腹式

12. 下列哪个项目所需的能量由磷酸原系统供给？()

- A. 50 米跑
- B. 100 米游泳
- C. 800 米跑
- D. 1500 米跑

13. 下列选项中，唯一能被机体直接利用的单糖是()。

- A. 果糖
- B. 半乳糖
- C. 葡萄糖
- D. 蔗糖

14. 运动员疾跑后不能立即站立不动，需继续慢跑，这是为了()。

- A. 恢复心功能
- B. 缓解氧亏
- C. 防止重力性休克
- D. 防止低血糖的发生

15. 闭合性运动损伤的初期经常采用冷敷法，其作用是()。

- A. 松解粘连
- B. 减轻充血
- C. 扩张血管
- D. 解除痉挛

16. 注意健康的主观感觉主要是指()。

- A. 感觉、睡眠和食欲
- B. 锻炼、卫生和营养
- C. 兴奋、疲劳和恢复
- D. 脉搏、血压和肺活量

17. 下列对运动性中暑的处理错误的是()。

- A. 继续运动
- B. 将患者转移到通风阴凉处
- C. 补充盐水
- D. 冷敷额部

18. 在秋季打篮球的人长时间运动后，经常会出现小腿抽筋的情况。以下哪种说法不符合该肌肉痉挛的原因？()

- A. 寒冷刺激
- B. 电解质丢失过多
- C. 肌肉不完全强直收缩
- D. 疲劳

19. 学校课余体育训练的特点是业余性和()。
 - A. 普及性
 - B. 阶段性
 - C. 基础性
 - D. 竞赛性
20. 体育与健康课程与其他文化课不同,它属于以身体练习为主要手段的()。
 - A. 实践类技能课程
 - B. 技能类提高课程
 - C. 实践类锻炼性课程
 - D. 技能类锻炼性课程
21. 影响动作技能学习的外部因素,除了指导与示范、练习外,还包括()。
 - A. 反馈
 - B. 运动能力
 - C. 个性
 - D. 智力
22. 下列属于封闭性运动技能的项目是()。
 - A. 足球
 - B. 网球
 - C. 乒乓球
 - D. 铅球
23. ()是指将完整的技术动作或战术配合过程合理地分成若干个环节或部分,然后按环节或部分分别进行训练的方法。
 - A. 间歇训练法
 - B. 重复训练法
 - C. 循环训练法
 - D. 分解训练法
24. 在运动技能学习过程中,以学生跟着教师学练为主的教学模式是()。
 - A. 发现式体育教学模式
 - B. 传统体育教学模式
 - C. 快乐体育教学模式
 - D. 小群体学习型体育教学模式
25. 在体育教学中应贯彻“精讲多练”原则,通常在下列哪一阶段更应强调“精讲”? ()
 - A. 准备部分
 - B. 基本部分前半段
 - C. 结束部分
 - D. 基本部分后半段
26. 足球脚背内侧踢球时,应击球的()。
 - A. 侧中部
 - B. 侧下部
 - C. 后中下部
 - D. 后下部
27. 标准篮球场地的长、宽是多少? ()
 - A. 26米、14米
 - B. 28米、15米
 - C. 28米、16米
 - D. 28米、17米
28. 排球比赛中,后排队员的站位从左至右依次为()。
 - A. 5、6、1
 - B. 1、2、3
 - C. 4、3、2
 - D. 3、2、1
29. “身体偏离垂直面又不失去平衡的一种姿势”描述的是哪个体操动作? ()
 - A. 撑
 - B. 桥
 - C. 立
 - D. 倾
30. 跳高助跑的主要作用是获得()。
 - A. 向上的垂直速度
 - B. 最佳的起跳姿势
 - C. 适宜的水平速度
 - D. 适宜的起跳角度

31.搏斗运动是两人在一定条件下按照一定的规则进行斗智、较力、较技的实战攻防格斗。

以下不属于目前武术竞赛中正在开展的搏斗运动的是()。

- A. 散打
- B. 对练
- C. 推手
- D. 短兵

32.以下哪一项是体育教学设计的重点和核心?()

- A. 教学资源
- B. 学情分析
- C. 教学策略
- D. 教学内容

33.课外体育活动的运动负荷心率应控制在()。

- A. 150次/分以下
- B. 160次/分以下
- C. 170次/分以下
- D. 180次/分以下

34.为了激发学生的竞争意识,在体育教学中通常采用()。

- A. 同质分组
- B. 随机分组
- C. 异质分组
- D. 伙伴分组

35.教师写课后小结(教学反思)工作,其性质属于()。

- A. 学生对授课过程的评价
- B. 教师对授课过程的评价
- C. 教师对学习过程的评价
- D. 学生对学习过程的评价

二、简答题(本大题共3小题,每小题10分,共30分)

36.简述有氧耐力的生理学基础。

37.单项体育竞赛规程包含哪些内容?

38.简述体育教学中教师相互评价的内容、方法和手段。

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:

以下是两名教师对篮球胸前双手投篮动作的教学设计。

A教师:

- (1)完整示范篮球胸前双手投篮动作。
- (2)向学生讲解动作的技术要领并强调常见的错误动作。
- (3)学生进行原地的分解动作练习。
- (4)两人一组进行投篮练习,并纠正学生错误动作。
- (5)安排优秀学生进行展示。
- (6)小组比赛。

B教师:

- (1)两人一组进行传球游戏。
- (2)向学生提问怎样将球准确投进篮筐。
- (3)探究活动之后,为学生展示篮球胸前双手投篮技术动作。
- (4)学生讨论,总结技术要领,自主练习。
- (5)安排优秀学生进行展示。
- (6)小组比赛。

问题:

- (1)分析两名教师分别运用了什么教学方法。(5分)

- (2)请对这两名教师的教学过程进行评价。(10分)

40.案例:

张老师给高中某班上排球课时,为学生示范下手发球前,让学生注意观察老师的动作。张老师在发球时故意将触球位置上移,以致球没有飞过球网。学生在看到老师的示范后开始露出失望的表情,但随后张老师就提问:“刚才老师发的球没有飞过球网,是为什么呢?”学生们开始回忆老师刚才的动作,再结合老师之前对下手发球重难点的讲解,有的同学就回答:“是因为发球时手触球的位置过高。”张老师对回答问题的学生给予了肯定和表扬。随后又做了一次正确的示范动作,并重点讲解。同学们因为老师的表扬和认真的示范、讲解感到高兴,

并对发球产生了学习兴趣,教学场面其乐融融。

问题:

(1)简述排球正面下手发球的动作方法。(10分)

(2)在体育教学中影响学生运动兴趣水平的因素有哪些?(5分)

四、教学设计题(本大题共20分)

41.请根据具体特点和具体学情,设计以下方案。

(1)对“蹲踞式跳远”内容进行单元教学重点与难点分析。

(2)请依照以下表格格式和上题重难点分析,设计“蹲踞式跳远”单元教学设计和评价标准。

提示:单元计划中的学时不少于4节,教学设计水平段自定。

蹲踞式跳远单元教学计划			
单元教学目标			
单元教学内容			
学时	课时目标	学习内容	重难点

蹲踞式跳远量化评价参考标准(米)		
优秀	良好	及格

教师资格考试体育与健康学科知识与教学能力(高级中学)

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. 压腿可增加韧带中哪一组织的伸展性? ()
A. 疏松结缔组织 B. 网状组织
C. 致密结缔组织 D. 脂肪组织
2. 下列动作中, 属于在冠状面绕矢状轴做运动的是()。
A. 两臂侧平举 B. 两臂前平举
C. 两臂后摆 D. 转体动作
3. 骨按形态分类可分为长骨、短骨、扁骨和()。
A. 不规则骨 B. 方骨 C. 含气骨 D. 四方骨
4. 体操中的“十字支撑”“直角支撑”、武术中的“站桩”, 参加工作的肌肉做()。
A. 等张收缩 B. 等长收缩
C. 离心收缩 D. 超等长收缩
5. 武术夺匕首时, 强行使对方手腕屈曲, 使其自动松手, 这是利用前臂肌群的()。
A. 弹性 B. 伸展性
C. 主动不足 D. 被动不足
6. 神经冲动在两个神经元之间的传递顺序应为()。
A. 突触前膜—突触间隙—突触后膜
B. 突触后膜—突触间隙—突触前膜
C. 突触间隙—突触后膜—突触前膜
D. 突触前膜—突触后膜—突触间隙
7. 在定量负荷工作中, 下列关于有训练者对氧运输系统反应的描述错误的是()。
A. 有训练者呼吸频率增加, 但呼吸深度减小
B. 有训练者呼吸频率和深度皆有增加, 但以深度增加为主
C. 有训练者的心率比无训练者低
D. 有训练者的心输出量比无训练者低, 但每搏输出量增加

8. 三种供能系统的能量供应总量和供能效率是不相同的。下列关于三种供能系统说法正确的一项是()。

- A. 磷酸原系统 ATP 供应量最高, ATP 合成效率最高
- B. 有氧氧化系统提供的 ATP 总量最少, ATP 合成效率最低
- C. 糖酵解系统能量供应总量最高, ATP 合成效率介于两者之间
- D. 糖酵解系统能量供应总量、供能效率介于两者之间

9. 婴幼儿时期, 促进脑和长骨发育重要的激素是()。

- A. 甲状腺素
- B. 胰岛素
- C. 生长激素
- D. 性激素

10. 脊髓内最简单的反射是()。

- A. 屈肌反射
- B. 膝反射
- C. 牵张反射
- D. 内脏反射

11. 血液中红细胞数量与()含量低于正常值的现象, 称为贫血。

- A. 白细胞
- B. 血红蛋白
- C. 血小板
- D. 血清

12. 运动技能形成以后, 兴奋与抑制在()中枢内有顺序地、有规律地、有严格时间间隔地交替发生。

- A. 位觉
- B. 运动
- C. 本体感觉
- D. 神经

13. ()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

14. 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

15. 某运动员中暑后的症状为无高热、头痛、头晕、多汗、恶心、呕吐, 继而口渴、疲乏无力、血压下降, 此运动员属于()。

- A. 热射病
- B. 热痉挛
- C. 热衰竭
- D. 以上都不是

16. ()是判断休克严重程度的重要标志。

- A. 体温下降
- B. 血压下降
- C. 血压升高
- D. 心跳缓慢

17. 踝关节扭伤后正确处理的方法是()。

- A. 立即冷敷
- B. 立即热敷
- C. 立即冷敷, 24 小时后热敷
- D. 48 小时后冷敷

18. 下列不属于体育课健康分组的依据是()。
- A. 身体素质状况 B. 运动兴趣爱好
C. 身体发育状况 D. 生理功能状况
19. 1984年, ()获得的奥运金牌, 实现了我国在奥运史上金牌“零”的突破。
- A. 郎平 B. 许海峰
C. 李宁 D. 黄志红
20. “乒乓外交”推动了20世纪70年代中美两国关系的恢复, 打开了中美关系的大门。这场“小球转动大球”的外交, 体现了体育的()。
- A. 经济功能 B. 政治功能
C. 社会情感功能 D. 文化功能
21. 用红色材料布置训练场, 可以提高学生的情绪唤醒水平, 这是利用了()。
- A. 自我暗示 B. 他人暗示
C. 环境暗示 D. 标志暗示
22. 体育锻炼可影响主观幸福感, 主观幸福感是由哪三个维度组成的? ()
- A. 自我接纳、环境条件和生活满意度
B. 积极情感、消极情感和生活满意度
C. 情绪体验、积极情感和生活满意度
D. 环境条件、人际关系和生活满意度
23. 发挥体育教师主导性的前提条件是()。
- A. 熟知体育教学理念、体育教材和自己的学生
B. 熟知体育教学理念、评价方法和自己的学生
C. 熟知体育项目、教学环境和评价方法
D. 熟知体育项目、体育教材和评价标准
24. 体育教学设计的首要环节是()。
- A. 分析教学目标和教学问题 B. 分析学生情况和教师水平
C. 分析教学目标和教师水平 D. 分析教学问题和学生情况
25. 根据我国《学校体育工作条例》, 学校体育竞赛贯彻的原则不包括()。
- A. 小型多样 B. 统一集中
C. 基层为主 D. 勤俭节约
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. 篮球体前变向换手运球时, 右手按拍球的()。
- A. 左侧 B. 右侧
C. 右后上方 D. 前方
28. 在排球比赛中, 接发球运用最多的技术是()。
- A. 垫球 B. 传球
C. 挡球 D. 扣球

29.头手倒立用身体的()部位支撑。

- A.两手与头
- B.两手与前额
- C.两手与肩
- D.两手、头后部与肩

30.跨栏跑时,摆动腿过栏后积极下压,()落地。

- A.全脚掌
- B.前脚掌
- C.双脚
- D.后脚跟

31.武术运动中,冲拳要求力达()。

- A.拳心
- B.拳背
- C.拳轮
- D.拳面

32.体育教学中,突出教学重难点,纠正错误动作时可采用()。

- A.分解示范法
- B.常速示范法
- C.正误对比示范法
- D.快速示范法

33.依据运动技能形成规律,以系统传授运动技能为主要目的而设计的教学模式是()。

- A.技能掌握式
- B.课题研究式
- C.快乐体验式
- D.小群体学习式

34.体育教学中,在教师的引导下,学生所表现出的积极态度、独立和创造的学习行为是下列哪一特性的具体体现?()

- A.教师主导性
- B.教师主宰性
- C.学生能动性
- D.学生主体性

35.为发挥教师的主导作用,提高学生的运动技能水平,体育课堂教学中应注重()。

- A.精讲多练
- B.只讲不练
- C.多讲少练
- D.不讲只练

二、简答题(本大题共3小题,每小题10分,共30分)

36.肌肉活动时的直接能源是什么?其再合成途径有哪些?

37.简述体育学习评价的优、缺点。

38.在体育教学中如何认识师生关系与学生间关系的矛盾？

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:

某校高一(2)班的学生在体育课上学习李老师自编的“啦啦操”。在开始授课时,李老师带领学生共同观看“啦啦操”视频,让学生感受“啦啦操”的完整动作。学生在看完后,都争先恐后地想要学习“啦啦操”。随后,李老师结合视频内容,详细讲解和示范了“啦啦操”的动作要领,并将学生分成4组进行小组探究学习。在练习过程中,有几名学生在闲暇时间相互打闹,影响了正常的教学进度。李老师见状,批评了这些学生,并让这些学生在一旁进行蛙跳作为惩罚,其他学生继续上课。

问题:

(1)你觉得李老师的处理是否合理?若你是李老师,你会怎么做?(10分)

(2)李老师在本节课中运用了哪些教学方法?(5分)

40.案例:

小夏是学校田径队的一名队员。在一个寒冬的早晨,他照常起床穿着单薄的运动服来到田径场,简单做过准备活动后,在教练的安排下连续跑了6个400米跑。在完成训练后,小夏的小腿抽筋了,疼痛难忍,这时教练让他赶紧坐下,并且把他的腿反向拉伸,后压脚背使其背伸。过了一分钟,抽筋的腿慢慢恢复到了原来状态,这时教练让他穿好衣服赶紧回去休息,提醒他注意保暖,并补充电解质饮料,采用揉捏、重力性按压的手法做按摩。后来小夏了解到肌肉抽筋也叫肌肉痉挛,并且查到了肌肉痉挛产生的原因和处理办法。

问题：

(1)请说明小夏发生肌肉痉挛的原因。(7分)

(2)小腿腓肠肌发生肌肉痉挛时该如何处理？(8分)

四、教学设计题(本大题共20分)

41.阅读下列材料,按答题参考格式设计20分钟运动技能教学环节的教学目标、教学重难点、教学方法和组织形式。

高一(2)班学生40人,学习内容是“原地跳起单手肩上投篮”;教学条件:篮球场地2块,篮球20个。

教学内容		场地器材	
教学目标			
教学重难点			
教学过程	教师活动	学生活动	组织形式
基本部分			

(请按照表格形式在答题卡上作答)

教师资格考试体育与健康学科知识与教学能力(高级中学)

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. 仰卧举腿动作的原动肌为()。

- | | |
|--------|---------|
| A. 臀大肌 | B. 腹直肌 |
| C. 髂腰肌 | D. 肱二头肌 |

2. 核心力量训练原则中, 所谓“核心”就是指人体的中间环节, 即()以下, ()以上, 包括骨盆在内的区域, 是由腰、骨盆、髋关节形成的一个整体, 包括许多块骨骼肌。

- | | |
|-------------|-------------|
| A. 肩关节; 踝关节 | B. 踝关节; 髋关节 |
| C. 肘关节; 髋关节 | D. 肩关节; 髋关节 |

3. 人体的自由上肢骨由()组成。

- | | |
|----------------|----------------|
| A. 肱骨、桡骨、尺骨及手骨 | B. 肱骨、扁骨、尺骨及手骨 |
| C. 肱骨、桡骨、扁骨及手骨 | D. 肱骨、桡骨、尺骨及扁骨 |

4. 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入中枢? ()

- | | |
|---------|---------|
| A. 股神经 | B. 胫神经 |
| C. 腓总神经 | D. 闭孔神经 |

5. 在心血管系统中, 血液中的营养物质与组织液中的代谢产物进行交换的场所是()。

- | | |
|---------|-------|
| A. 心 | B. 动脉 |
| C. 毛细血管 | D. 静脉 |

6. 同样负荷状态下, 人体平卧运动比直立运动时的每搏输出量大, 其机理是()。

- | | |
|-------------|--------------|
| A. 胸膜腔内压升高 | B. 静脉回心血量增加 |
| C. 血管外周阻力降低 | D. 循环血量的重新分配 |

7. 肺总容量由()组成。

- | |
|------------------------|
| A. 潮气量、补吸气量、补呼气量、肺泡通气量 |
| B. 潮气量、补吸气量、补呼气量、余气量 |
| C. 补吸气量、补呼气量、余气量、肺泡通气量 |
| D. 潮气量、补吸气量、余气量、肺泡通气量 |

8. 膈肌、肋间外肌属于()。
 - A. 呼气肌
 - B. 骨骼肌
 - C. 腹壁肌
 - D. 吸气肌
9. 以下不属于影响肌糖原恢复的因素是()。
 - A. 膳食
 - B. 持续时间
 - C. 睡眠
 - D. 运动强度
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. 血液在心脏和全部血管所组成的管道系统中的循环叫作()。
 - A. 双循环
 - B. 血液循环
 - C. 体循环
 - D. 肺循环
12. 脉搏为体表可触摸到的动脉搏动, 平时正常变动范围的脉搏每分钟为()。
 - A. 40~60次
 - B. 60~80次
 - C. 60~100次
 - D. 80~120次
13. 锌是人体的一种微量元素, 具有重要的生理功能, 但不包括()。
 - A. 增强免疫功能
 - B. 维持神经正常兴奋性
 - C. 促进性器官发育
 - D. 增加食欲
14. 长时间、大强度运动使蛋白质分解代谢()。
 - A. 不变
 - B. 降低
 - C. 先增后降
 - D. 增强
15. 由于外力作用使关节面之间失去正常的连接称为()。
 - A. 畸形
 - B. 骨折
 - C. 韧带损伤
 - D. 关节脱位
16. 体育运动中开放性软组织损伤处理的步骤为()。
 - A. 清洗、缝合、包扎、消毒、消炎
 - B. 消毒、清洗、缝合、包扎、消炎
 - C. 清洗、消毒、缝合、包扎、消炎
 - D. 消毒、清洗、缝合、消炎、包扎
17. 篮球运动中常常因为激烈对抗造成面部受伤出血, 在急救时应该压迫()。
 - A. 颞浅动脉
 - B. 锁骨下动脉
 - C. 颌内动脉
 - D. 颌外动脉
18. 运动员在完成()动作时, 膝关节内侧副韧带最容易受伤。
 - A. 膝关节半屈曲, 小腿突然外展外旋
 - B. 突然伸膝
 - C. 膝关节半屈曲, 小腿突然内收内旋
 - D. 反复跳跃

19. 最早创立自然主义体育思想的教育家是()。
A. 卢梭 B. 顾拜旦
C. 洛克 D. 杜威
20. 东方体育文化与西方体育文化相比, 它的价值追求是()。
A. 挑战自然 B. 比赛胜负
C. 天人合一 D. 竞争意识
21. 运动动机与体育活动坚持时间的长短有着直接的关系, 这是运动动机的()。
A. 发动功能 B. 选择功能
C. 强化功能 D. 维持功能
22. 在足球比赛中, 故意将球踢、掷向对方队员身上而造成的攻击性行为属于()。
A. 敌意性攻击 B. 情景性攻击
C. 竞争性攻击 D. 工具性攻击
23. 体育教学设计中, 学情分析是非常重要的一个环节, 其核心内容是()。
A. 班级的人数构成 B. 学生的学习起点
C. 学生的兴趣爱好 D. 学生的身高体重
24. 形成性评价对教师和学生具有()作用。
A. 巩固和监督 B. 考察和监督
C. 监督和强化 D. 强化和巩固
25. 在广播体操的教学中, 教师多采用()示范授课。
A. 正面 B. 侧面
C. 镜面 D. 背面
26. 在足球比赛中, 裁判员驱逐球员出场的表达方式是()。
A. 哨声警告 B. 吹哨后出示红牌
C. 口头警告 D. 吹哨后出示黄牌
27. 原地单手肩上投篮时, 球离手的一刹那应是()。
A. 食指用力拨球 B. 中指用力拨球
C. 中指、食指用力拨球 D. 五指用力拨球
28. 下列关于排球比赛的说法, 错误的是()。
A. 每队最多可替换6人, 可以同时替换1人或多人
B. 若球出手过缓, 应判为持球
C. 自由防守队员可由后排轮换至前排
D. 每局开始时, 由一方的1号位队员首先发球
29. 根据动作的技术结构, 可将体操的技巧动作分为()。
A. 平衡动作和翻腾动作 B. 伸展动作和跌扑动作
C. 跳跃动作和摆动动作 D. 翻腾动作和倒立动作
30. 影响器械投掷远度的主要因素是()。
A. 技术的掌握 B. 器械出手的高度
C. 器械出手的初速度和角度 D. 空气对器械的阻力

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.在体育单元教学中,将全班同学分成几个异质或同质的学习小组进行学习、比赛与展示,教师这种教学安排采用的是()。

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

33.下列选项中,属于语言感知类教学方法的是()。

- A.讲解法
- B.示范法
- C.分解法
- D.游戏法

34.下列选项中,不属于体育与健康学科核心素养的是()。

- A.运动能力
- B.健康行为
- C.身体素质
- D.体育品德

35.教学活动设计的内容包括()、讲解设计、示范设计、情境设计、提问设计和练习设计。

- A.导入设计
- B.内容设计
- C.知识设计
- D.技能设计

二、简答题(本大题共3小题,每小题10分,共30分)

36.简述关节运动幅度的影响因素。

37.一个合格的体育教师应具备哪些基本条件?

38.简述如何从教学的目标、内容、组织与教法及场地器材等方面评价一堂体育课。

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(3)班男生24人,篮球场2块,篮球12个。

教学内容:行进间单手低手投篮(新授课)。

教学目标:学生基本掌握行进间单手低手投篮技术动作,发展学生的上下肢力量和协调性,培养学生互帮互学的合作意识。

教学步骤:①教师宣布本课内容,带领学生做准备活动,熟悉球性练习;②教师讲解、示范动作,并强调动作重点为投篮时的手形手法,难点为起跳投篮的衔接;③学生分组徒手模仿练习10次;④抱球不运球接三步练习5次;⑤运球接三步练习5次;⑥教师巡回指导,纠正错误动作,请掌握技术动作较好的学生展示,教师讲评;⑦素质练习,蹲起跳三组20次,俯卧撑两组20次;⑧教师小结,布置作业(三步上篮10次),宣布下课,收器材。

问题:

(1)根据上述材料,分析该案例中教师能否完成教学目标,并简述原因。(7分)

(2)指出该案例教学步骤中存在的不足并进行改正。(8分)

40.案例:

高二(1)班李同学的肥胖问题较为严重,因此寻求体育教师张老师的帮助。张老师根据李同学的身体状况为其制订了运动处方。在制订运动处方之前,为确保科学合理,张老师先对李同学进行体适能检测,测定其体能水平;随后进行临床健康检查,查看是否存在其他健康问题,以便更有针对性地进行运动形式和运动强度的设定;最后制订运动处方。

问题：

(1)材料中张老师制订运动处方的步骤是否正确？如正确，请说明原因；如不正确，请进行更正并补充完整。(6分)

(2)根据材料说明运动减肥的可能机制。(9分)

四、教学设计题(本大题共20分)

41.根据下列要求完成“足球——脚内侧运球”的教学设计。

教学对象：高一(5)班。

学生人数：男生20人；女生20人。

要求：从教学目标、教学重难点、教学过程、场地、器材以及运动负荷等方面，完成“足球——脚内侧运球”第1课时的教学设计(仅需针对基本部分做出设计)。

教师资格考试体育与健康学科知识与教学能力(高级中学)

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. 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
2. 以下几组肌肉在工作中互为拮抗关系的是()。
 - A. 肱肌和肱二头肌
 - B. 髂腰肌和臀大肌
 - C. 肱肌和肱桡肌
 - D. 股后肌群和腓肠肌
3. 骨的生长是骨的破坏和建造两个过程对立统一的结果。下列选项中是影响骨生长的内因的是()。
 - A. 营养
 - B. 机械力
 - C. 体育锻炼
 - D. 激素
4. 下列属于股四头肌力量练习方法的是()。
 - A. 杠铃卧推
 - B. 引体向上
 - C. 哑铃扩胸
 - D. 负重深蹲
5. 如果将两种不同血型的血液混合, 会出现红细胞彼此黏集成团, 这种现象称为()。
 - A. 红细胞粘连
 - B. 红细胞凝集
 - C. 红细胞特异
 - D. 红细胞抗原
6. 心房和心室收缩与舒张一次构成一个机械活动周期, 这个周期称为()。
 - A. 心率
 - B. 心动周期
 - C. 心输出量
 - D. 心跳次数
7. 长时间耐力运动时, 血糖浓度变化的趋势是()。
 - A. 变化不大
 - B. 上升
 - C. 下降
 - D. 不变
8. 人体骨骼肌慢肌纤维的代谢特征表现为()。
 - A. 糖储存量高, 无氧酵解能力强

- B.糖储量低,无氧酵解能力强
C.糖酵解能力弱,氧化脂肪能力强
D.糖酵解能力弱,乳酸酶活性高
- 9.长期运动训练对肺通气功能会产生良好的影响,通常表现为()。
A.运动时呼吸肌耗氧量增高
B.安静时每分通气量提高
C.亚极限运动时通气量下降
D.安静时呼吸频率下降
- 10.人体长时间进行肌肉活动克服疲劳的能力是指()。
A.力量
B.速度
C.耐力
D.灵敏
- 11.长时间运动时,分泌量减少的激素是()。
A.胰高血糖素
B.肾上腺素
C.去甲肾上腺素
D.胰岛素
- 12.运动对心血管系统的影响不包括()。
A.使动脉管壁中的膜变薄
B.使心的每分输出量增加
C.使心肌细胞体积增大
D.使血管壁的弹性增强
- 13.为人体提供能量的主要营养素是()。
A.糖类、脂类、维生素
B.糖类、脂类、蛋白质
C.糖类、脂类、无机盐
D.糖类、蛋白质、维生素
- 14.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
- 15.晕厥发生的主要机理是()。
A.脑部一时供血不足
B.循环功能障碍
C.急性心功能衰竭
D.自主神经功能紊乱
- 16.某同学有风湿性关节炎,关节轻度疼痛,但与运动及天气变化无关。他平时经常参加体育锻炼,有一定的锻炼基础,因此体育课健康分组时可将其安排在()。
A.基本组
B.准备组
C.医疗体育组
D.准备组或医疗体育组
- 17.为预防运动性腹痛应在饭后()才能进行剧烈运动。
A.0.5~1小时
B.1~1.5小时
C.1.5~2小时
D.2~2.5小时
- 18.心肺复苏的黄金时间是在发病的4~6分钟内,双人操作的正确方法是()。
A.人工呼吸要求每间隔5秒吹气1次
B.人工呼吸要求每间隔1秒吹气1次
C.人工呼吸与胸外按压次数的比例为1 : 5
D.人工呼吸与胸外按压次数的比例为5 : 1

- 19.传播体育文化的重要途径是()。
- A.学校体育 B.社会体育
C.大众体育 D.高校体育
- 20.体育最基本的功能是()。
- A.健身功能 B.教育功能
C.政治功能 D.经济功能
- 21.()对促进体育学习具有指向和强化作用。
- A.技能指导 B.坚持实践
C.不断强化 D.体育兴趣
- 22.根据建构主义心理学的理论,在体育教学过程中应强调()。
- A.多角度、多层次地进行体育学习
B.学习者内部积极的思维活动
C.学习内容按一定逻辑顺序组织起来
D.学习过程中学生自我实现的心理历程
- 23.根据项目比赛的特点和运动员在比赛中获取满意运动成绩的需要,从实战出发,定向地科学安排训练过程的阶段划分及训练的内容、方法、手段和负荷等因素的训练原则是()。
- A.动机激励原则 B.有效控制原则
C.周期安排原则 D.竞技需要与定向发展原则
- 24.根据某个体育教学内容,按照某种教学模式安排各个课次的教学文件属于()。
- A.学年教学计划 B.单元教学计划
C.学期教学计划 D.学时教学计划
- 25.贯穿整个教育活动并始终对其具有定向作用的是()。
- A.教育目的 B.教育内容
C.课程标准 D.教学目标
- 26.下列不属于足球守门员技术中有球技术的是()。
- A.抱球 B.急停
C.托球 D.断球
- 27.篮球的防守战术配合不包括()。
- A.“关门”配合 B.补防配合
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.关于女生肩肘倒立后滚翻,下列说法正确的是()。
- A.直腿坐姿开始,上体前屈,然后后倒,同时举腿向后滚动
B.屈腿坐姿开始,上体前屈,然后后倒,同时举腿向后滚动
C.直腿坐姿开始,上体后屈,然后后倒,同时举腿向后滚动
D.屈腿坐姿开始,上体后屈,然后后倒,同时举腿向后滚动

30. 下列不属于田径比赛项目的是()。

- A. 射击
- B. 投掷
- C. 跳远
- D. 竞走

31. 以下不属于武术运动特点的是()。

- A. 广泛的适应性
- B. 内外合一、形神兼备的民族风格
- C. 广泛的群众基础
- D. 寓技击于体育之中

32. 下列哪一选项属于综合感知类教学方法？()

- A. 讲解法
- B. 示范法
- C. 演示法
- D. 运动游戏法

33. 由于运动动作的多样性，动作示范要注意“示范面”的问题。示范面有正面、背面、侧面和镜面。其中，()是武术的套路教学常采用的示范面。

- A. 正面示范
- B. 背面示范
- C. 侧面示范
- D. 镜面示范

34. 下列不属于体育教学原则的一项是()。

- A. 系统训练与周期安排原则
- B. 因材施教原则
- C. 合理安排身体活动量原则
- D. 安全运动 and 安全教育原则

35. 教学反思的形式不包括()。

- A. 文本式反思
- B. 行动式反思
- C. 言语式反思
- D. 多媒体式反思

二、简答题(本大题共3小题,每小题10分,共30分)

36. 简述肩关节容易前下脱位的原因。

37. 简述体育教学计划与体育教学设计之间的不同点。

38. 简述学习过程性评价的内容、方法和手段。

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:

王老师在一次侧向滑步推铅球新授课的教学中,向同学们讲解技术动作要领。王老师讲道“在最后用力阶段,右腿用力蹬转,髋部前移并左转,同时左臂稍内旋经体前带领左肩边移、边抬、边转至投掷方向;紧接着右腿开始转蹬,两腿进行爆发式蹬伸,左肩制动,右肩充分向前,抬肘、伸右臂、用手指拨球,将铅球从肩上向前上方推出。很重要的一点就是下肢动作先于上肢和手臂动作,身体呈扭紧状态,这样才能掷得更远。”此时有学生提出问题:“为什么要这样?这样做有什么好处呢?”王老师解释道:“这就是超越器械,投掷项目都要这样才能获得更好的成绩。”学生若有所思地继续进行练习……

问题:

(1)根据材料,试给出超越器械的完整定义并说明超越器械的意义。(7分)

(2)试分析影响铅球投掷远度的主要因素有哪些,以及在顺风状态下投掷时需注意的问题。(8分)

40.案例:

新课标明确指出在体育教学过程中要激发学生运动兴趣,促进学生健康发展。各个地方的学校也相当重视,但是落实却不到位。在学校中有两种情况出现:

(1)教师按照传统的教学模式,先示范讲解,然后组织学生大量练习,最后教师总结。

(2)教师使用一些新的教学模式,课前根据教学内容组织学生做一个游戏,同时给学生提出一些问题,学生回答问题,教师总结示范,再次组织游戏巩固练习。

两种不同的教学思路引起了广大教师的讨论,有些教师认为第一种比较好,因为体育课只要让学生学会技能就行了。有些教师则认为第二种比较好,因为体育课不仅要让学生学会技能,还要让学生学会思考,学会做人等。

问题：

(1)你认为哪种教学模式更好？(2分)请说明你的理由。(6分)

(2)结合新课标谈谈体育课程的设计思路。(7分)

四、教学设计题(本大题共20分)

41.根据以下条件,完成教学设计。

教学内容:排球正面双手垫球。

教学对象:高一(2)班。

学生人数:男生20人;女生20人。

教学条件:排球场1块,排球40个。

要求:从教学目标、教学重难点、教学过程、教学场地、教学器材及运动负荷等方面进行设计。

教师资格考试体育与健康学科知识与教学能力(高级中学)

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. 骨组织由()组成。
 - A. 骨细胞和骨纤维
 - B. 骨纤维和骨基质
 - C. 骨细胞和骨基质
 - D. 骨细胞、骨纤维和骨基质
2. 关节囊纤维层的厚薄与关节的运动幅度及负重大小有关。下列说法正确的一项是()。
 - A. 下肢负重较大时, 关节囊的纤维层厚而紧张
 - B. 下肢负重较小时, 关节囊的纤维层厚而松弛
 - C. 关节的运动幅度较大时, 关节囊的纤维层厚而紧张
 - D. 关节的运动幅度较小时, 关节囊的纤维层薄而松弛
3. 成年人全身共有 206 块骨, 按其所在部位可分为()两部分。
 - A. 中轴骨和长骨
 - B. 中轴骨和颅骨
 - C. 中轴骨和附肢骨
 - D. 中轴骨和躯干骨
4. 燕式平衡动作中, 哪块肌肉做的是缩短状态下的支持工作? ()
 - A. 臀大肌
 - B. 小腿三头肌
 - C. 髂腰肌
 - D. 缝匠肌
5. 小腿内侧骨上端前面的隆起称为()。
 - A. 内侧髌
 - B. 外侧髌
 - C. 髌间隆起
 - D. 胫骨粗隆
6. 冬天从温暖的室内进入寒冷的室外环境, 人体会不自觉地打寒战, 这属于生理功能稳态调节中的()。
 - A. 神经调节
 - B. 体液调节
 - C. 条件反射调节
 - D. 自身调节

7. 影响肌肉力量的生理学因素主要有肌源性和神经源性两类。下列选项不属于肌源性因素的是()。

- A. 肌肉生理横断面积
- B. 肌纤维的类型
- C. 肌肉初长度
- D. 运动中枢对肌肉活动的协调和控制能力

8. 在形成运动技能的分化阶段, 运动动力定型()。

- A. 尚未建立
- B. 初步建立
- C. 建立和较巩固
- D. 已经建立

9. 评定人体有氧工作能力的重要指标是()。

- A. 最大通气量
- B. 潮气量
- C. 最大摄氧量
- D. 肺活量

10. 下列选项中, 不属于兴奋在神经-肌肉接点处传递特点的是()。

- A. 化学传递
- B. 时间延搁
- C. 双向传递
- D. 高敏感性

11. 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

12. 超量恢复规律是()原则的依据之一。

- A. 周期性
- B. 合理安排运动负荷
- C. 区别对待
- D. 系统不间断性

13. 乒乓球和击剑等项目的训练伴有运动员紧张的视觉活动。因此, 这些项目运动员应注意适当增加哪种营养素的补充? ()

- A. 叶酸
- B. 维生素 B₁
- C. 维生素 A
- D. 维生素 D

14. 人体形态测量的主要内容不包括()。

- A. 体格测量
- B. 体形测量
- C. 姿势测量
- D. 身体成分测量

15. 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

16. 人的身高增长有两个高峰期, 第一个高峰期是()。

- A. 3 周岁以下
- B. 5~6 周岁
- C. 10~12 周岁
- D. 12~14 周岁

17. 肌肉痉挛俗称抽筋, 是肌肉发生不自主的()。

- A. 一般收缩
- B. 强直收缩
- C. 向心收缩
- D. 离心收缩

18. 下列哪一症状不宜采用拔罐疗法? ()

- A. 骨质疏松症
- B. 坐骨神经痛
- C. 慢性关节炎
- D. 出血性损伤

19.奥运五环中,黑色代表()。

- A. 亚洲
- B. 非洲
- C. 美洲
- D. 欧洲

20.20世纪初,()发表了“新体育”学说。

- A. 美国
- B. 英国
- C. 德国
- D. 法国

21.体育态度的模仿学习是学生形成体育态度的主要途径,实际存在的体育态度模仿学习包括()类型。

- A. 一种
- B. 两种
- C. 三种
- D. 四种

22.影响动作技能学习的内部因素,除了经验与成熟度、智力和个性外,还包括()。

- A. 反馈
- B. 运动能力
- C. 保护与帮助
- D. 指导与示范

23.某节体育课,实际上课时间为45分钟,学生有效练习时间为15分钟,则该课练习密度为()。

- A. 25%
- B. 30%
- C. 33.3%
- D. 50%

24.高中学生()目标发展的重点是发展体能、运用技能和提高运动认知。

- A. 运动能力
- B. 健康行为
- C. 体育品德
- D. 运动成绩

25.体育教师在制订体育教学工作计划时,最根本要体现的是()。

- A. 教育性
- B. 普及性
- C. 现实性
- D. 科学性

26.击球点在足球的后中部,作用力通过球心,作用力方向是朝着正前方,此时踢出的球是()。

- A. 向右前上方
- B. 向左前方
- C. 偏高
- D. 向前平直

27.在篮球战术中,传切配合的要求不包括()。

- A. 队员配合的距离要拉开,切入路线要合理
- B. 传球队员动作要隐蔽,传球要及时、准确
- C. 传球队员要及时提醒同伴,并主动让出通路使同伴能够继续防住对手
- D. 切入队员要利用假动作迷惑对手,掌握好摆脱时机,切入时紧贴对手,动作快速、突然

28.()进攻战术形式是排球进攻战术中最简单、最基本的战术形式。

- A. “中一二”
- B. “边一二”
- C. 后排插上
- D. 交叉换位

29.在队列练习中,学生左右并列成一直线,叫()。

- A. 行
- B. 列
- C. 路
- D. 排

30. 下列关于男子110米栏的说法不正确的是()。
- A. 每条跑道上共设置10个跨栏
B. 第一栏距起跑线13.72米
C. 每个栏之间的距离是10米
D. 栏高均为1.067米
31. 下列哪一项不是长拳运动的特点？()
- A. 姿势舒展
B. 快速有力
C. 动迅静定
D. 轻柔舒缓
32. “测量到的一定是所测定的属性和特征”是对下列哪一术语的解释？()
- A. 信度
B. 效度
C. 难度
D. 区分度
33. 教师对学生的学练活动进行集中、及时评定与反馈, 这种评价方式属于()。
- A. 相对评价
B. 过程性评价
C. 绝对评价
D. 终结性评价
34. 为了保证体育课堂教学秩序和效益所进行的设计与控制工作, 可称为()。
- A. 体育教学组织
B. 体育教学方法
C. 体育教学模式
D. 体育教学原则
35. 一节体育课中, 学生做练习的时间与上课总时间的比称为课的()。
- A. 综合密度
B. 练习密度
C. 专项密度
D. 一般密度

二、简答题(本大题共3小题, 每小题10分, 共30分)

36. 简述体育课堂教学的基本矛盾。

37. 简述当代体育教学模式的发展趋势。

38. 评价学生体育学习态度有哪些要点？

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:

某校高一年级(5)班,学生40人。教学内容:100米跑途中跑。王老师设计的教学内容如下:

- (1)集合整队,宣布课的内容及要求,带领学生进行越野跑热身。
- (2)将学生带到教师预先选择的场地,讲解示范100米跑途中跑技术。手臂摆动幅度大、速率快;小腿积极后蹬、折叠、抬腿、扒地动作轻松协调有弹性。
- (3)学生练习:①原地摆臂练习;②后踢腿跑、车轮跑;③上下坡跑(上坡加速冲刺,下坡时增大步幅)。
- (4)比赛——50米迎面接力。
- (5)放松,小结,回收器材,教师带回。

问题:

- (1)请你说明本堂课教师运用室外越野跑和上下坡跑对课程所起的作用。(6分)

- (2)请说明教师为上好一堂体育课在教学过程中需要注意哪些事项。(9分)

40. 案例:

韩老师是某中学的一名体育老师,他发现本校学生的身体健康状况每况愈下,肥胖率逐年上升。经调查发现,现在学生的生活方式、饮食习惯都发生了变化,路边摊取代了自制营养早餐,车辆代替了步行,过度看电视、玩电脑代替了户外运动。面对这种情况,韩老师向学校提出“运动健康成长计划”,要求学生每周有计划地安排适量运动,并进行打卡,班主任每周进行监督和汇总。经过一个学期的试验,全校学生的健康状况有了相当大的改善,学生的身体

机能都明显提高。学生每天在沉重的学习压力下,不仅能按时完成学习任务,还能养成课下锻炼的好习惯,学生的思维更加活跃了,学习效率也有了很大的提高,学校里面也多了一些欢声笑语。

问题:

(1)从案例中可以看出,影响健康的因素有哪些?(6分)

(2)试分析运动对人体健康有怎样的影响。(9分)

四、教学设计题(本大题共20分)

41.根据下列材料,按下表的格式,设计30分钟运动技能的教学环节,包括教学目标、教学重难点、教学策略和练习次数。

高二(2)班男生有40人,授课内容为“排球中一二战术”,课型为新授课。

授课条件:排球场2块,战术板1块,“排球中一二”战术图1幅,排球20个,短绳40条。

教学目标				
教学重难点				
教学内容	教师活动	学生活动	次数	时间

(请按照表格形式在答题卡上作答)