版权所有
复制必究

准考证号 _____

姓名 _____

国家教师资格证考试
中学体育与健康学科专业知识
科目（三）

重要提示

为维护您的个人权益，确保教师资格证考试的公平公正，请您协助我们监督考试实施工作。

本场考试规定：监考老师要向本考场全体考生展示题本密封情况，并邀请 2 名考生代表验封签字后，方能开启试卷袋。

条形码粘贴处

请将此条形码揭下，贴在答题卡指定位置

华图教师 HTEACHER.NET SINCE 2001 http://www.hteacher.net/

注意事项

一、 本试卷分满分 150 分，总时限 120 分钟，各部分不单独计时，答题时请注意合理分配时间。

二、 请按照要求在答题卡上填写好自己的姓名，涂写好准考证号，严禁折叠答题卡。

三、 必须在答题卡上答题：在题本上答题，一律无效。

四、 监考人员宣布考试开始时，方可答题；宣布考试结束时，应立即停止答题。题本、答题卡、草稿纸一律留在桌上，待监考人员确认数量无误，允许离开后，方可离开考场。如果违反了以上任何一项要求，都将影响你的成绩。

五、 在本套试卷中，可能有些试题较难，因此你不要在一道题上思考时间太久，遇到不会答的题目可先逃过去，如果有时间再去思考，否则，你可能没有时间完成后面的题目。

六、 试题答错不倒扣分。

停！请不要往下翻！听候监考老师的指示。否则，会影响你的成绩。

机密★启用前

XX 年 X 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）

（科目代码：413）

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）

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、多选和未选均无分。

1. 运动解剖学最常用的实验方法是（　　）。

A. 肌电图法　　B. 医学影像技术

C. 活体动作分析法　　D. 尸体解剖法

2. 运动环节在水平面内绕其本身的垂直轴旋转，由前向内的旋转称为（　　）。

A. 旋外　B. 旋内　C. 回旋　D. 旋后

3. 骨的增粗主要是取决于（　　）。

A. 膜内成骨　　B. 膜外成骨

C. 软骨内成骨　　D. 软骨外成骨

4.根据其分布部位和功能的不同，上皮组织可分为被覆上皮、腺上皮和（　　）三类。

A.全覆上皮　　B.心上皮

C.感觉上皮　　D.单层上皮

5.人体中四肢肌肉占全身肌肉的百分比是（　　）。

A.40%　B.80%　C.50%　D.60%

6.肌丝滑行学说在解释肌原收缩时，当肌纤维收缩时由 Z 线发出的细肌丝向暗带移动，使明带变短，H 带变短甚至消失，结果相邻的 Z 线相互靠近，肌节缩短，整个肌纤维的长度也就缩短。那么当肌肉收缩时，粗、细肌丝本身的长度（　　）。

A.粗肌丝边长而细肌丝变短

B.粗肌丝变短而细肌丝边长

C.粗、细肌丝本身的长度都变短

D.粗、细肌丝本身的长度都不变

7.胸大肌位于胸廓前臂浅层，为扇形扁肌，下列关于胸大肌的说法错误的是（　　）。

A.由锁骨部、胸骨部和腹部三部分组成

B.参与鞭打动作

C.可采用双杠曲臂伸进行练习

D.止点在肱骨小结节嵴

8.下肢带骨连接包括骶髂关节和（　　）。

A.腰骶关节　　B.骨盆　　C.骶骨岬　　D.耻骨联合

9.椎骨位于脊柱背部中央，从颅底往下依次由 7 块颈椎、（　　）块胸椎、五块腰椎、5 块骶椎和 3-5 块尾椎组成。

A.10　　B.11　　C.12　　D.13

10.直腿提拉杠铃主要是训练人体的那几块肌肉（　　）。

A.臀大肌、竖脊肌、斜方肌以及背阔肌

B.臀大肌、腓肠肌、斜方肌以及背阔肌

C.股四头肌、腓肠肌、腹肌以及背阔肌

D.股四头肌、腹肌、胸大肌以及斜方肌

11.在马拉松运动中人体主要的供能是（　　）。

A.蛋白质供能　　B.有氧氧化供能

C.乳酸能供能　　D.ATP-CP 供能

12.长期的耐力训练可使机体安静时心率减慢，其机制是（　　）。

A.自主神经紧张性增强　　B.感觉神经紧张性增强

C.迷走神经紧张性增强　　D.自主神经紧张性减弱

13.铅球运动员在掷出铅球的瞬间是一种（　　）。

A.最大力量　　B.力量耐力

C.快速力量　　D.相对力量

14.仰卧举腿主要发展（　　）。

A.股二头肌　B.臂大肌　C.腓肠肌　D.腹直肌

15.当头部空间位置改变时反射性地引起四肢肌张力重新调整的一种反射活动是（　　）。

A.翻正反射　　B.曲线反射

C.快速反射　　D.状态反射

16.从牵张反射的角度来分析，肌紧张加强的机制可以有两种：由于高位中枢下行信号时，直接或间接通过脊髓中间神经元提高脊髓α-运动神经元的活动，从而导致肌紧张加强出现僵直，这种僵直称为（　　）。

A.β僵直　B.α僵直　C.θ僵直　D.γ僵直

17.对于耐力型的运动项群涵盖的运动项目来讲，如采用重复训练法进行训练，应（　　）。

A.以短时重复训练法为主，中时重复训练法为辅

B.以中时重复训练法为主，长时重复训练法为辅

C.以长时重复训练法为主，中时重复训练法为辅

D.以中时重复训练法为主，短时重复训练法为辅

18.每一呼吸周期中吸入或呼出的气量叫（　　）。

A.潮气量　　B.补吸气量

C.深吸气量　　D.肺活量

19.通过良好的训练，运动员的心脏会发生良好的变化，投掷类的运动员心脏发生的变化最主要是（　　）。

A.心室腔增大　　B.心房增大

C.心室壁增厚　　D.心房壁增厚

20.动脉血压形成的前提是（　　）。

A.肺循环平均充盈压　　B.外周阻力

C.体循环平均充盈压　　D.动脉脉搏

21.“痛弧实验”通常可用于检验哪种伤病？（　　）

A.网球肘　　B.肩袖损伤　　C.肱骨骨折　　D.胫骨骨折

22.在进行的足球比赛中，两人脚踢在在一起，导致膝关节强制外翻时，极易伤及膝关节的哪条韧带（　　）。

A.内侧副韧带　　B.外侧副韧带

C.交叉韧带　　D.前十字韧带

23.在学校足球比赛中，由于对方的队员对本方球员动作粗野，致使本方球员无法忍受而破口大骂，本方球员的这种行为属于（　　）。

A.反抗性攻击　　B.工具性攻击

C.特质性攻击　　D.敌意性攻击

24.体操的练习方法中，在固定的条件下，不改变动作的结构，按照动作要领进行反复练习的方法是（　　）。

A.完整练习法　　B.分解练习法　　C.重复练习法　　D.变换练习法

25.篮球比赛中，无球运动员通过速度以及假动作摆脱防守队员，迅速切入到篮下，接同伴的传球进行投篮的配合方式是（　　）。

A.空切配合　　B.一传一切　　C.挤过　　D.绕过

26.下列关于伸展练习的注意事项，说法有误的是（　　）

A.开始进行伸展练习之前应先进行热身

B.伸展练习应从大关节开始，再到小关节

C.进行静力性伸展练习时，应屏住呼吸

D.伸展练习可以在准备和整理活动中进行

27.下列关于途中跑的说法，有误的是（　　）

A.上体应采取正直或稍向前倾的姿势

B.颈部肌肉自然放松，两眼平视

C.两臂弯曲，以肘为轴左右摆动

D.摆幅随跑速变化而适当变化

28.在铅球比赛中铅球落地和人体稳定后，运动员应从（　　）走出。

A.落球点前方　　B.投掷圈前半部

C.投掷圈后半部　　D.任意位置

29.在200米跑起跑后的加速跑时要求学生外侧臂的摆动幅度比内侧臂的要大一些，其作用是是利于（　）。

A.身体向内侧倾斜产生离心力

B.身体向内侧倾斜产生向心力

C.身体向外侧倾斜产生离心力

D.身体向外侧倾斜产生向心力

30.武术套路的基础是（　　）

A.长拳、器械技术　　B.武德

C.集体演练　　D.基本功、基本动作

31. 蹲踞式跳远在教学时的重点为（　　）。

A. 助跑　　B. 起跳　　C. 空中动作　　D. 助跑与起跳的衔接

32. 下列选项中不是体育与健康课程特性的是（　　）。

A. 全面性　　B. 实践性　　C. 健身性　　D. 基础性

33. 对体育教学过程的要素与资源进行最优化分析与处理，是哪一环节的中心工作（　　）。

A. 课程考核　　B. 教学设计　　C. 课程实施　　D. 教学评价

34. 课程标准明确要求在小学阶段要注重激发和培养学生的（　　），使学生在体育学习中体验到运动的乐趣。

A. 运动意识　　B. 运动习惯　　C. 创新能力　　D. 运动兴趣

35. 在展示动作左右方向一般采用的示范是（　　）。

A. 镜面示范　　B. 侧面示范　　C. 正面示范　　D. 背面示范

二、简答题（本大题共 3 小题，每小题 10 分，共 30 分）

36. 简述造成篮球运动损伤的原因？

37. 学校体育的总目标是什么？

38. 运用以语言传递信息为主的方法时要遵循的哪几点要求？

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：

材料：某教师设计了一节接力跑课，从课的设计来看，学习目标清晰，教学方法选择得当，教学流程合理，场地器材的布置规范，从课的实际完成情况来看，教师示范准确，讲解清晰，组织得当，教学环节自然流畅，课堂学习氛围浓厚。在课的后半部分接力的比赛中，学生虽然兴趣高涨，但练习过程略显吃力，甚至还出现呢，学生在快速奔跑过程中摔倒，并有轻微擦伤的现象，教师将学生送至医务室处理后，仍按照课的设计完成该课的流程。

问题：

（1）请说明体育教师在备课环节应该做好哪些方面的准备工作。

（2）简述一下上挑式和下压式传接棒的优缺点。

40. 案例：

材料：一位体育教师给高二男生上“弯道跑”体育课，开始与热身部分结束后，教师首先向学生介绍弯道跑有关知识，然后又做了弯道跑的示范，为了让学生更加细致的了解弯道跑技术，教师又采用了挂图讲解弯道跑的力学原理和动作要领。第一展图展示的是传统杂技“水流量”（即一个碗里装有水，用一根绳连着，一个人拿着绳的另一端做圆周运动，水没有溢出）老师用“水流量”原理讲解弯道跑的离心力和向心力；第二展图画的是学生在弯道跑时“身体向内倾斜和内侧臂摆小，外侧臂摆大”的内容；第三展图讲解的是弯道跑时脚的动作，要求“内侧的脚外着地，外侧的脚内侧着地”，教师用了 10 分钟左右的时间进行演示，演示后教师还让学生在 400 米场地的弯道上进行练习，但由于学生跑的很慢，加上 400 米跑道弧度大，学生体会不到离心力和向心力，几乎用不着“内侧的脚外侧着地和外侧的脚内侧着地”，“身体向内倾斜和内侧臂摆小，外侧臂摆大”等动作要领。

问题：

（1）请回答此教师在教学中用了些什么教学方法？

（2）在教学中存在哪些问题不足并说明原因。

四、教学设计题（本大题共 1 小题，共 20 分）

41. 以“排球-正面双手垫球”为主要内容，设计一篇 40 分钟的完整教案。

要求：目标明确、重难点突出，教学过程合理，富有创新