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. 按构成关节的骨数，可将关节分为两种（　　）。

A. 单关节和双关节　　B. 双关节和复关节

C. 单关节和复关节　　D. 主关节和复关节

2. 下列细胞最有可能是由 100 个以上的细胞核构成的是（　　）。

A. 骨骼肌细胞　　B. 心肌

C. 成熟的红细胞　　D. 红细胞

3. 骨按其形态可分为不同的类型，如长骨、短骨、扁骨以及不规则骨等，腕骨属于（　　）。

A. 长骨　　B. 短骨

C. 扁骨　　D. 不规则骨

4. 气体在肺内进行气体交换是通过什么薄膜结构实现交换的（　　）。

A. 滤过屏障　　B. 房室瓣

C. 气血屏障　　D. 肺静脉

5. 10 米跳台的运动员最容易患的眼部疾病（　　）。

A. 青光眼　　B. 外力性白内障

C. 白内障　　D. 视网膜剥离

6. 骨骼肌的生理特性有（　　）。

A. 兴奋性和粘滞性　　B. 延展性和兴奋性

C. 收缩性和粘滞性　　D. 兴奋性和收缩性

7. 骨骼肌在进行收缩时，其收缩的速度和力量受不同的因素调控，其收缩速度的快慢与哪一种因素有关（　　）。

A. 粗细肌丝的重叠状态

B. 被激活横桥的数目

C. 横桥能量的释放速率

D. 粗细肌丝的滑动

8. 人体的心脏由两个心室和两个心房构成，其中不相通的腔室是（　　）。

A. 左心房和左心室　　B. 右心房和右心室

C. 同侧的心室心房　　D. 左心室和右心室

9. 腱梭位于（　　）。

A. 肌腹中　　B. 肌腱中

C. 肌膜中　　D. 肌腹与肌腱的连接处

10. 每块骨骼肌都有附着点，那么靠近正中面，或在四肢近侧端的附着点为（　　）。

A. 定点　　B. 动点　　C. 起点　　D. 止点

11.下列哪种方法是将柔韧训练和力量训练结合了起来（　　）。

A.静力拉伸法　　B.动力拉伸法

C.PNF 拉伸法　　D.静动结合拉伸法

12.（　　）部位发生骨折时，易伤及桡神经。

A.肱骨上部　　B.肱骨下部

C.肱骨中部　　D.尺骨上部

13.在 800 米运动中人体主要的供能是（　　）。

A.蛋白质供能　　B.脂肪供能

C.乳酸能供能　　D.ATP-CP 供能

14.手关节是人体形态最多的关节，那么（　　）是手关节中灵活性最好的关节。

A.第一掌指关节　　B.第二掌指关节

C.第三掌指关节　　D.第四掌指关节

15.肩胛骨上提的主要肌群是（　　）。

A.斜方肌上部肌束、胸大肌以及背阔肌

B.斜方肌上部肌束、肱二头肌以及肱桡肌

C.斜方肌上部肌束、菱形肌和肩胛提肌

D.斜方肌上部肌束、胸大肌和肩胛提肌

16.骨骼肌细胞的兴奋-收缩偶联的关键因素是（　　）。

A.三联管兴奋引起终池钙离子释放

B.肌动蛋白分子构型发生改变

C.兴奋沿横管系统传至细胞外部

D.钙离子与肌钙蛋白的结合

17.关于动脉血压变化的描述，正确的选项是（　　）。

A.心输出血量增加；则血压下降

B.血粘度增加，则血压下降

C.血量减少，则血压上升

D.小动脉收缩，则血压上升

18.关于特征的描述正确的是（　　）。

A.高级中枢位于脊髓胸腰部侧角

B.神经节位于脊柱旁和前方

C.低级中枢位于脑干和脊髓骶部

D.节前纤维短，节后纤维长

19.在心动周期中，心室血流量充盈的主要原因是（　　）。

A、血液依赖引力而回流　　B、骨骼肌挤压作用

C、心室舒张的抽吸作用　　D、心房收缩

20.某运动员再出现肉眼血尿时，应该（　　）。

A.继续中等强度训练

B.住院治疗

C.继续大强度训练

D.停止训练，必要时前往医院治疗

21.长时间耐力运动引起机体肝糖原储备下降，此时维持血糖的恒定主要依赖于（　　）。

A.肌糖原分解为葡萄糖

B.脂肪酸转变为糖

C.生糖氨基酸转变为糖

D.乳酸、丙酮酸、甘油等的糖异生

22.下列运动中属于高策略开放式的运动技能是（　　）。

A.游戏　　B.足球

C.自由体操　　D.100 米

23.某位同学由于喜欢足球，而每天去踢足球，那么推动其踢足球的是（　　）。

A.直接兴趣　　B.间接兴趣

C.个人习惯　　D.个人爱好

24.（　　）是终身体育的基础，运动兴趣和习惯是促进学生自助学习和终身坚持锻炼的前提。

A.社会体育　　B.群众体育

C.大众体育　　D.学校体育

25.德绍五项包括哪几个项目（　　）。

A.跑步、跳高、攀登、平衡、负重

B.跑步、跳远、攀登、平衡、负重

C.跑步、跳高、攀登、铅球、负重

D.跑步、跳高、射击、平衡、负重

26.课余体育锻炼具有一定的特点，包括灵活性、开放性、综合性、（　　）等五点。

A.兴趣性和经常性

B.自主性和经常性

C.自觉性和差异性

D.兴趣性和自主性

27.教学中，将学生的运动技能和身体状况处于不同水平的学生分为一组的分组形式是（　　）。

A.同质分组　　B.异质分组

C.随机分组　　D.友伴型分组

28.排球比赛中，在发球的过程中超过规定的时间就被判为（　　）。

A.3 秒为例　　B.5 秒违例

C.8 秒违例　　D.10 秒违例

29. 下列哪项不是系统训练原则的科学基础（　　）。

A. 人体生物适应的长期性

B. 训练效应的不稳定性

C. 人体生物适应的阶段性

D. 训练的强度大小

30. 我国的国球是（　　）。

A. 足球　　B. 乒乓球　　C. 羽毛球　　D. 篮球

31. 武术的基本手型有（　　）。

A. 冲拳、亮掌、架拳

B. 拳、掌、勾

C. 冲拳、推掌、架拳

D. 拳、掌、爪

32. 向右转走，在下达口令时，动令落在（　　）。

A. 左脚　　B. 两脚之间

C. 右脚　　D. 两腿之间

33. 体育教科书的形式有（　　）。

①体育教材②体育教学指导用书③音像教材

A. ①②　　B. ①③　　C. ②③　　D. ①②③

34. 在体育课中 ，学生是（　　）作用。

A. 主导　　B. 主体　　C. 主宰　　D. 主要

35. 在运动作技能的课堂教学中，采用的教学方法有：讲解示范法、完整与分解法（　　）游戏与竞赛法，预防与纠正错误法等。

A. 演示法　　B. 讲授法　　C. 练习法　　D. 讨论法

二、简答题（本大题共 3 小题，每小题 10 分，共 30 分）

36. 运动损伤的预防原则。

37. 使用以探究活动为主的体育教学方法的基本要求。

38. 课外体育活动的组织形式有哪些。

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：

花花同学是一名高二的学生，非常喜爱体育运动，在平时经常参加打篮球，踢足球。但是却很抵触体育课。

问题：

（1）请分析花花出现上述问题的原因？（6 分）

（2）你作为一名体育老师应该如何帮助他？（9 分）

40. 案例：

刘老师在上高二的一节体育课中，两名同学在足球教学比赛中抢球相撞，由于王同学高大强壮，胡同学相对瘦小，王同学将胡同学直接撞倒。倒地后的胡同学感到左脚脚踝十分疼痛，无法行走，单位出血。刘老师经过简单的处理后，立即拨打 120 并通知家长和学校领导。

问题：

（1）脚踝扭伤的即刻改如何处理？（6 分）

（2）如何才能避免此类事件再次发生呢？（9 分）

四、教学设计题（本大题共 1 小题，共 20 分）

41. 以“篮球-行进间体前变向换手运球”为主要内容，设计一篇 40 分钟的完整教案。

教学对象：水平五学生，人数：男生 20 人，女生 16 人。

要求：对学习内容进行片段设计，包括教学目标、教学重难点、教学步骤及其预期效果。