

17 年上半年教师资格证笔试高中体育真题

- 正常成年人全身骨有 206 块，根据其形态可分成不同的类型，指骨属于 (A)
A.长骨 B.扁骨 C.短骨 D.不规则骨
- 骨骼肌的粘滞性与温度有关，两者的关系表现为 (B)
A.温度稳定，粘滞性高 B.温度高，粘滞性低
C.温度稳定，粘滞性低 C.温度高，粘滞性低
- 足球运动中踢定位球时，为便于小腿发力，要求支撑腿落在球横轴稍前方，目的是避免哪一肌肉出现力量性“动力不足”？ (C)
A.臀大肌 B.腓绳肌 C.腓肠肌 D.股直肌
- 关节面面积差的大小是影响关节运动幅度的关键因素，关节面积差最大的关节是 (B)
A.桡腕关节 B.肩关节 C.髋关节 D.踝关节
- 下肢肌肉慢肌纤维百分组成占优势的人，较适宜从事的运动项目是 (C)
A.100m 跑 B.800m 跑 C.马拉松跑 D.跳高与跳远
- 体操运动员在平衡木上做后手翻动作时要求头部位置要正，是利用了哪种反射原理？ (A)
A.状态反射 B.翻正反射 C.直线运动反射 D.旋转运动反射
- 运动应急会影响儿茶酚胺的分泌，其分泌量与运动强度的关系是 (A)
A.强度大，分泌多 B.强度适中，分泌多
C.强度小，分泌多 D.强度适中，分泌少
- 能够有效评价人体有氧耐力训练效果的生理指标是 (C)
A.最大心率 B.最大输出量 C.乳酸阈 D.运动后过量氧耗
- 在运动技能形成的分化阶段，教师应强化正确动作并注重 (C)
A.动作主要环节 B.动作的示范
C.纠正错误动作 D.动作的讲解
- 下列哪些维生素可以促进钙的吸收 (D)
A.维生素 A B.维生素 E C.维生素 C D.维生素 D
- 现场进行徒手心肺复苏时，应首先是患者 (B)
A.侧卧在坚实的平地上 B.仰卧在坚实的平地上
C.侧卧在舒适的软床上 D.仰卧在舒适的软床上
- 在包扎前臂、大腿和小腿粗细相差较大的部位时，应采用 (B)
A.环形包扎 B.螺旋型包扎 C.“8”字型包扎 D.转折性包扎
- 教练以运动员为中心，以平等、合作的态度管理运动队，这种领导方式的类型属于 (B)
A.专制型 B.民主型 C.放任型 D.综合型
- 在足球比赛中，出现下列哪种情形，应判给对方踢直接任意球？ (C)
A.拖延时间持球超 6 秒 B.阻碍对方队友前进
C.冲撞对方队友 D.以危险的方式比赛
- 学校开展广播体操比赛时，一般才用的竞赛方法是 (A)
A.顺序法 B.淘汰法 C.循环法 D.轮换法
- 《体育与健康课程标准》规定，高中体育的每一个模块教学时数一般为 (C)
A.12 学时 B.16 学时 C.18 学时 D.36 学时

36.简述有氧耐力素质的生理学基础。

参考答案：

- 心肺功能：空气中的氧通过呼吸器官的活动吸入肺，并通过物理弥散作用与肺循环毛细血

管血液之间进行交换，因此，肺的通气与换气机能是影响人体吸氧能力的因素之一。

2.骨骼肌特点：当毛细血管血流经组织细胞时，肌组织从血液中摄取和利用氧的能力与有氧耐力密切相关。

3.神经调节能力：在进行较长时间的肌肉活动中，要求神经过程的相对稳定性以及各中枢间的协调性要好，神经调节能力强不仅能够提高大脑皮层神经细胞对刺激的耐受力，而且能够改善各中枢间的协调关系，表现为运动中枢的兴奋与抑制过程更加集中，肌肉的收缩与放松更加协调；各肌群（主动肌、对抗肌、协同肌）之间的配合更趋完美；内脏器官的活动能更好的与肌肉活动相适应。

4.能量供应特点：耐力性项目运动持续时间长，强度较小，其能量绝大部分由有氧代谢供给，所以，机体的有氧代谢能力与氧耐力素质密切相关。

37.简述体育体制的构成与类型。

参考答案：

体育体制是指国家组织管理体育的各种机构、各项制度和准则的总和。它包括三个组成部分：

- 1.体育的组织机构，即各级体育行政机构、体育事业机构的设置。
- 2.各级体育行政机构与事业机构的职责、权利、利益的划分，以及他们之间关系的准则。
- 3.各项体育管理制度。

我国体育体制类型有以下 3 种：

- (1) 政治管理型
- (2) 社会管理型
- (3) 综合型管理体制

38.如何评价体育教师的教学实践能力？

参考答案：

教学目标明确，重难点突出，示范全面立体，组织队形合理到位，教学安排符合学生实际情况，课堂气氛活跃，有效的师生互动，讲解简单易懂等。

39.郎平带领中国女排在里约奥运会上再次登上冠军宝座，又一次给中国人注射了一支强心剂。但是女排取得成绩的背后所付出的艰辛常人是无法想象的，作为女排总教练的郎平对一些问题的看法和做法是中国女排再创辉煌的基础。下面是郎平曾经说过的几句话：

“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！”——2016年8月21日里约奥运会赛场

“中国地大物博，人才济济，而女排需要我，说明我还有价值，我心中明白，人活着被人需要，是一种幸福，能被国家需要是更大的幸福”——2013年4月25日郎平再次执掌处于低谷的中国女排的教鞭

问题：1.试分析郎平这些话所表达的内涵。

- 2.结合实际谈“靠精神不能赢球，还必须技术过硬”这句话对未来工作的启示。

参考答案：

(1) 郎平强调女排既要有女排精神也要有过硬的技术。精神重要但是技术也同样重要，这在我们平时的教学训练和生活中都应该全面运用这种理念，不要只喊口号，而是要真的提升我们的战斗力。郎平说中国地大物博，人才济济，祖国需要我是我的光荣，被需要是一种更幸福。我们要不断提升自身的竞争力，为祖国做贡献。

(2) 单靠精神不能赢球，还必须技术过硬，这句话告诉我们要内外都强才能成功。作为教师在我们工作当中主要任务是教学、训练和组织活动。教学中我们的任务是教书育人，这就是要求自身具备过硬的知识和技能，同时还要不断的反思学习进步。训练中我们要传输给学生坚强的意志品质，和系统深入的技术动作。组织活动时我们培养学生的自信心，同时在活

动中帮助学生掌握知识和技能。

40.案例分析:

体育组长提供了4项新授内容(侧向滑步推铅球,武术侧端退和蹬踢腿,鱼跃前滚翻和挺身式跳远腾空步)和4项复习内容(快速跑,有氧健身操,侧手翻接前滚翻,耐力跑),要求实习生对所提供的内容进行合理搭配,每次课安排2项教材内容,下表是张同学所完成的教材内容组合搭配:

教学内容组合搭配

	搭配 A	搭配 B	搭配 C	搭配 D
课的教学内容	快速跑(复习)	侧向滑步推铅球 (新授)	武术侧端退和踢 腿(新授)	鱼跃前滚翻(新 授)
	挺身式跳远腾空 步(新授)	有氧健身操(复 习)	侧手翻接前滚翻 (复习)	耐力跑(复习)

问题:1.提出表中哪些搭配合理?说明理由。

2.提出表中哪些搭配不合理?为什么?

41.根据下面学生提供的学生情况和场地、器材,采用“立棒式”和“下压式”交接棒式各设计1个接力跑的游戏及其组织形式(可图示)

学生情况:某高一(2)班36人(其中男生20人,女生16人)

教学内容:接力跑

场地器材:接力棒2个,立柱4根,篮球场1块

参考答案:

一、课题:接力跑—传接棒配合

二、课型:新授课

三、教学目标:三维教学目标

知识与技能目标:了解“接力棒”和“下压式”两种传接棒技术,学会“下压式”传接棒技术。

过程与方法目标:发展传接棒的灵敏、协调素质。

情感态度与价值观目标:逐步养成合作的意识,感受成功的喜悦。

学生能对多次重复练习具有兴趣,并通过与同学合作,培养学生的团队意识及合作能力。

四、教学重点:学会“立棒式、下压式”传接棒技术,传接棒的配合。

五、教学难点:传接棒的配合,接棒人的预跑时间。

六、教学准备:田径场地、接力棒2个

七、课时安排:一学时

八、教学过程:

(一)开始部分

课程常规:组织集合,体委点名,安排见习生,掌握本次课的出席情况。介绍本次课的主要内容,即跨越式跳高的学习,用时约3分钟。

(二)准备部分

1.带领学生做徒手操热身

2.采用“行进间播放音乐传棒”的游戏进行热身。播放音乐,队形行进间传接棒,音乐停止时,棒在哪位同学手中,该为同学做5次高抬腿。这个游戏的目的是激发学生兴趣,初步体会传接棒要领,培养学生团结协作精神。准备部分用时7分钟。

(三)基本部分

1. 引导学生探究

结合图片讲解杆上动作，教师将引导学生与其他同学进行探究学习，使学生自主形成如何能跳得更高的运动感知。重在培养学生思考能力。

2. 讲解示范

介绍“立棒式”、“下压式”两种传接棒方式。主要讲解、示范“立棒式和下压式”传接棒方式。“下压式”：接棒人向后伸手，手臂与躯干约成 50-60 度角，手腕内旋，掌心向上，拇指与其他四指自然张开，虎口朝后，传接棒人将棒的前部由上向下，传经接棒人的手中。立棒式一般用于迎面接棒，持棒人五指握拳持握棒的下端，接

(四) 结束部分

1. 整理放松

教师带领学生跟随音乐做放松操，调节身心，回复身体。

2. 课堂小结

教师引导学生对本节课的重点内容进行回顾和总结之后，教师进行点评并补充。

3. 宣布下课，归还器材

九、教学用具：

接力棒若干

十、教学效果

本次课联系密度为 35%，预计本次课练习密度 35%，负荷中强，心率 120 次每分钟，学生在身心愉悦的学习中完成教学目标。