

## 2022 年教师资格之中学体育学科知识与教学能力题库附答案（基础题）

### 单选题（共 50 题）

1、血红蛋白氧饱和度可反应血红蛋白(Hb)与氧气结合的程度，亦可表述为( )。

- A. Hb 氧容量占 Hb 氧含量的百分比
- B. Hb 能结合的最大氧气量
- C. Hb 氧含量占 Hb 氧容量的百分比
- D. Hb 实际结合的氧气量

**【答案】 C**

2、可用于纠正学生“坐着跑”的练习方法是( )。

- A. 小步跑
- B. 车轮跑
- C. 后蹬跑
- D. 交叉步跑

**【答案】 C**

3、判断人的疲劳程度，当人体主观感觉为累时，此时心率应为( )。

- A. 120~130 次 / 分
- B. 140~150 次 / 分
- C. 160~170 次 / 分
- D. 180~200 次 / 分

**【答案】 B**

4、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. 50.0%

【答案】 C

5、下列哪一阶段标志着进入工作状态的结束？（ ）

- A. 极点
- B. 第二拐点
- C. 第一拐点
- D. 疲劳状态

【答案】 C

6、下面哪一项是反映人体机能水平的指标（ ）

- A. 耐力
- B. 胸围
- C. 脉搏
- D. 速度

【答案】 C

7、健美操是融体操、（ ）和音乐为一体的一项运动。

- A. 武术

B. 柔道

C. 舞蹈

D. 柔韧

【答案】 C

8、篮球场上的罚球线的外沿距离端线的内沿应是（ ）。

A. 5.80M

B. 3.60M

C. 3.05M

D. 3.50M

【答案】 A

9、马拉松跑的后期，人体运用能源物质的情况是（ ）

A. 糖类利用低于脂肪

B. 糖类利用低于蛋白质

C. 糖类利用多于脂肪

D. 蛋白质利用多于脂肪

【答案】 A

10、下列选项中，属于武术基本步型的是（ ）

A. 马步、并步、仆步

B. 插步、虚步、仆步

C. 弓步、走步、仆步

D. 虚步、仆步、歇步

【答案】 D

11、下列哪些教学方法属于以探究活动为主的体育教学方法( )

- A. 动作示范法、保护与帮助法、演示法
- B. 发现教学法、小群体教学法、成功教学法
- C. 分解练习法、循环练习法、完整练习法
- D. 运动游戏法、运动竞赛法、情境教学法

【答案】 B

12、我国《义务教育体育与健康课程标准（2011版）》要求3～6年级和初中每周体育课时为（）。

- A. 4 课时
- B. 3 课时
- C. 2 课时
- D. 1 课时

【答案】 B

13、运动过程中，随着机体温度的升高，血氧饱和度会降低，进入骨骼肌的氧气量（）

- A. 不确定
- B. 不变
- C. 减少
- D. 增多

【答案】 D

14、脊髓灰质前角由支配骨骼肌的运动神经元组成，其中支配快肌纤维的是( )。

- A.  $\gamma$  运动神经元
- B.  $\beta$  运动神经元
- C. 大  $\alpha$ -运动神经元
- D. 小  $\alpha$ -运动神经元

【答案】 C

15、体育教师教学评价主要是针对教师的专业素质和( )两个方面进行综合评价。

- A. 身体
- B. 课堂教学
- C. 情感
- D. 语言

【答案】 B

16、在中长跑锻炼或考试时，下列做法正确的是( )

- A. 积极做好准备活动，开始跑快一些
- B. 不做准备活动，跑完全程后就地坐下休息，有利于身体恢复
- C. 积极做好准备活动，跑完全程后要来回走动，调解呼吸节奏
- D. 不做准备活动，开始跑慢一些

【答案】 C

17、体育课探究式教学的开始环节是( )

- A. 创设问题

- B. 创设情境
- C. 学生尝试练习
- D. 学生尝试性比赛

【答案】 A

18、在体操运动中，教师应该站在队列的（ ）

- A. 左后侧
- B. 右后侧
- C. 左前侧
- D. 右前侧

【答案】 C

19、细胞器是位于细胞质内的微小器官，下列哪一细胞器是生物氧化的场所？（ ）。

- A. 核蛋白体
- B. 中心体
- C. 高尔基复合体
- D. 线粒体

【答案】 D

20、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的趋势为（ ）。

- 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

【答案】 B

21、下列选项中，不属于体育课程编制过程的是（ ）。

- A. 体育课程调查阶段
- B. 体育课程设计阶段
- C. 体育课程实施阶段
- D. 体育课程评价阶段

【答案】 A

22、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

【答案】 A

23、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

【答案】 A

24、《义务教育体育与健康课程标准(2011年版)》评价强调,应建立促进学生( )的评价体系。

- A. 全优发展
- B. 健康发展
- C. 全面发展
- D. 自由发展

【答案】 C

25、课时教学目标的设计应做到可观察性,因此表述预期的结果应尽量做到( )

- A. 概括化
- B. 行为化
- C. 简单化
- D. 复杂化

【答案】 B

26、通过练习( )可以发展跑的频率。

- A. 后蹬跑
- B. 单足跳
- C. 弓箭步走
- D. 高抬腿跑

【答案】 D



27、被称为“运动之母”的项目是（ ）

- A. 篮球
- B. 足球
- C. 武术
- D. 田径

【答案】 D

28、下列哪一选项最适合于动作技能领域教学目标的达成？（ ）

- A. 情境教学策略
- B. 分层教学策略
- C. 支架式教学策略
- D. 示范—模仿教学策略

【答案】 D

29、为增进身心健康， 促进运动技术水平提高而采用的活动内容、 形式和方法， 称为（ ）。

- A. 体育手段
- B. 体育意识
- C. 体育兴趣
- D. 体育锻炼

【答案】 A

30、武术长拳演练中强调“内三合”与“外三合”，其中“外三合”指的是（ ）

- A. 手与眼合、身与步合、气与力合

- B. 手与眼合、身与脚合、膝与胯合
- C. 手与脚合、肘与膝合、肩与胯合
- D. 手与意合、意与气合、气与力合

【答案】 C

31、 下列不属于骨骼肌物理特性的是（ ）

- A. 伸展性
- B. 弹性
- C. 黏滞性
- D. 兴奋性

【答案】 D

32、 人体最容易发生脱臼的关节是（ ）。

- A. 膝关节
- B. 踝关节
- C. 肩关节
- D. 肘关节

【答案】 C

33、 学校健康促进的实施内容包含许多方面，但不包括（ ）。

- A. 学校健康政策
- B. 学校健康教育
- C. 个人健康技能
- D. 基本健康行为

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/527010126045006063>