

2025 内蒙古教师招聘考试中学体育模拟试题及答案三套

2025 内蒙古教师招聘考试中学体育模拟试题及答案一

〔总分值：100 分〕

一、单项选择题〔15 分〕

1. 开启了学校体育思想多元化开展新局面的学校体育工作会议是在〔 〕。
A. 1978 年
B. 1979 年
C. 1980 年
D. 1981 年
2. 以下有关学校体育与社区体育的表述错误的一项为哪一项〔 〕。
A. 学校体育是以增强学生体质，传递体育文化为目的的教育过程
B. 社区体育是为增强居民体质、活泼文化生活、提高生活质量而就近开展的地区性体育活动的组织体制与活动形式
C. 社区体育好似学校体育的根底，社区体育带动学校体育的改革
D. 学校体育、社区体育都是国民体育的组成局部
3. 体育教师的工作特点是〔 〕。
A. 以身体练习为根本手段
B. 与训练竞赛相结合
C. 形式灵活
D. 脑力与体力相结合
4. 人体获得和利用食物的综合过程称为〔 〕。
A. 吸收
B. 物质代谢
C. 消化
D. 营养
5. 运动技能形成规律可分为三个阶段，它们是〔 〕。
A. 技能形成、适当速度、反响自动化
B. 起始动作、过程动作、结束姿势
C. 运动感知、表象运动、技能形成
D. 初步形成、技能稳固、熟练技巧
6. 人体速度素质开展快的敏感期是在〔 〕。
A. 8~9 岁
B. 10~13 岁
C. 14~15 岁
D. 16~17 岁
7. 运动后，如间隔时间过长，机体工作能力会降低到原来水平，称为〔 〕。
A. 超量恢复阶段
B. 复原阶段
C. 相对恢复阶段
D. 工作阶段
8. 某同学在锻炼时大腿肌肉拉伤，教师应当告诉他〔 〕。

- A．躺下，立即进行腿部按摩
 - B．立即热敷受伤部位
 - C．立即休息，冷敷受伤部位
 - D．都不是
9. 在田径比赛时，对犯规或者有不正当行为的运发动进行惩罚时，假设取消运发动的比赛资格，应请示（ ）。
- A．径赛裁判长
 - B．总裁判长
 - C．副总裁判长
 - D．技术官员
10. 决定跳远成绩的主要因素是（ ）。
- A．助跑速度
 - B．空中走步式
 - C．踏板的准确性
 - D．腾起初速度和角度
11. 篮球中“人盯人”战术要求运发动加强（ ）。
- A．注意范围
 - B．注意的稳定性
 - C．注意转移
 - D．记忆
12. 排球比赛每个回合中，本方多可以击球（ ）次，就要将球击入对方场地（拦网触球不算在内）。
- A．3
 - C．4
 - B．4
 - D．6
13. 民族民间体育有着非常大的差异，而且形式多样，具有鲜明的民族性、地域性的特点。以下民族与民族民间体育对应不正确的选项是（ ）。
- A．蒙古族—摔跤
 - B．汉族—荡秋千
 - C．侗族—抢花炮
 - D．壮族—抛绣球
14. 在教学活动中，我们教师不能满足于“授人以鱼”，更要做到“授人以渔”。这说明在教学中更应该重视（ ）。
- A．传授学生知识
 - B．开展学生能力
 - C．培养学生个性
 - D．养成学生品德
15. 根本体操的镜面示范是（ ）。
- A．面对练习者做同方向的动作
 - B．背对练习者做同方向的动作
 - C．面对练习者做反方向的动作
 - D．背对练习者做反方向的动作

二、填空题〔15 分〕

16. 第 19 届世界杯于
年在南非举行。第 20 届世界杯将在_____举行。
17. 体育教学的分组形式有_____分组、伙伴型分组、帮教式分组、按_____分组以及上课的随机分组、同质分组〔以技能水平或体能水平较为接近为分组依据〕、异质分组〔以技能水平或体能水平差异、学习能力差异为分组依据等〕。
18. 新课程强调要转变学生的学习方式，_____、合作、探究是体育与健康课程所倡导的三种学习方式。
19. 运动过程中脂肪组织的脂肪分解较慢，常在运动〔2~4 h〕后，体内糖原储藏降低的情况下，脂肪才成为_____的主要供能物质。
20. 青少年运发动的教学训练方法应符合其_____、生理及心理特点。
21. 新陈代谢是靠_____和异化作用两个对立统一的过程来进行的。
22. 人体运动的三大根本素质是_____、_____和耐力。
23. 体操中的保护帮助分为_____帮助、间接帮助、_____帮助。
24. 跑，不管距离的长短，其完整的技术结构可分为相互联系的四局部，即起跑、起跑后的加速跑、_____、终点冲刺跑四个局部。
25. 支撑分为_____和双脚支撑两种。跳跃工程助跑线由于工程不同有_____助跑和斜线助跑两种。

三、判断题〔10 分〕

26. 体育与健康课程表达了实用性、活动性、兴趣性和时代性特点，突出了该课程以身体锻炼为主要手段，增进学生健康为主要目的的课程性质。〔 〕
27. 为提高小学生力量素质和合作精神，经常开展拔河、搬运重物等活动是值得提倡的。〔 〕
28. 在运用完整法进行教学时，要多做专门辅助性练习。〔 〕
29. 以时间计算成绩的工程叫田赛，以高远度计算成绩的工程叫径赛。〔 〕
30. 侧向滑步推铅球后用力动作是通过蹬腿、送髋、转体、挺胸、低头、推臂、拨球连贯动作将球推出。〔 〕
31. 急停是快速移动中突然停止，借以甩开防守者的方法，动作有急停和两步急停。〔 〕
32. 跳远比赛是以运发动后三次试跳的成绩决定名次。〔 〕
33. 如八个队员参加比赛，采用单淘汰制，其比赛场次为七场。〔 〕
34. 在 4×100 米接力比赛中，四名队员均用右手交接棒是合理的。〔 〕
35. 排球比赛中后排队员不得参与进攻。〔 〕

四、名词解释〔12 分〕

36. 基准学生
37. 运动处方
38. 超量恢复
39. 悬垂

五、简答题〔20 分〕

40. 体育与健康课程的根本理念是什么？
41. 怎样预防体育活动发生运动损伤？
42. 简述在支撑跳跃的教学评价中，对优等动作质量的评价标准。
43. 人的食物中含有几大营养？并说出它们在人体中的主要作用。

六、论述题〔16 分〕

44. 作为一名中学体育教师，你有何措施加强对学法的指导？

45. 结合教学实际，谈谈怎样在体育教学中激发学生运动兴趣、培养学生终身体育意识。

七、案例分析题〔12分〕

46. 有人认为在体育课中，师生保持“零距离接触”，学生答复教师的问题，做教师要求做的事，只要有这种共同活动就是师生互动。

你认为这种说法对吗？为什么？

参考答案

一、单项选择题

1. B 【解析】1979年教育部在扬州召开了学校体育工作会议，开启了学校体育思想多元化开展的新局面。

2. C 【解析】学校体育是社区体育的根底。九年义务教育是全面提高我国公民素质的奠基工程，当然也包括提高公民的健康素质，从这个意义上来说，学校体育就成为社区体育的根底。

3. D 【解析】体育教师需要有较强的专业技术和理论知识，要有各项活动的组织能力和编排能力，所以要脑力与体力相结合。

4. B 【解析】物质在体内的消化、吸收、运转、分解等与生理有关的化学过程称为物质代谢。

5. D 【解析】运动技能的形成是有阶段性的，不同的阶段具有不同的特点，通常把运动技能的形成划分为三个阶段：

认知定向阶段〔泛化阶段即初步形成阶段〕：初步掌握、体验技术动作，动作学习以分解模仿、徒手学习为主。

联系形成阶段〔分化阶段即技能稳固〕：深入理解肌肉活动感觉，不断改良技术动作，标准动作，根本上建立动作定型。

自动化熟练阶段〔自动化阶段即熟练技巧〕：形成牢固动力定型，做动作熟练、省力、自如。

6. B 【解析】由于人体生长发育具有时快时慢、波浪起伏的特征，在不同年龄阶段中，各项素质的增长速度不同，我们把身体素质增长快的年龄阶段叫敏感期。10~13岁，是人体速度素质开展快的时期。

7. B 【解析】略。

8. C 【解析】肌肉拉伤后，要立即进行冷处理——用冷水冲局部或用毛巾包裹冰决冷敷，然后用绷带适当用力包裹损伤部位，防止肿胀。

9. B 【解析】裁判应分别任命径赛、田赛、检录、全能和外场裁判长。裁判长应对有关比赛进行提出的抗议或异议以及在检录处发生的任何问题作出裁决，有权对有不正当行为的运动员提出警告或取消其比赛资格。

10. D 【解析】以横轴 V_x 为起跳时水平方向的分速度，纵轴 V_y 为垂直方向的分速度， V_c 为起跳的初速度， V_p 为起跳时获得的助跑速度， α 为起跳时的腾起角， β 为助跑结束时支撑脚与地面形成的扇面角，可知： $\tan \alpha = V_y / V_x$ 。这说明起跳腾起角的大小由垂直速度 V_y 与水平速度 V_x 的比值所决定，也就是说要增大腾起角，必须增大垂直速度 V_y ，所以跳远成绩主要取决于起跳的腾起初速度和腾起角。

11. A 【解析】人盯人防守战术就是每个防守队员守住一个进攻队员，在防住自己对手的根底上相互协作的全队防守战术。由意义可知，应加强注意范围。

12. A 【解析】排球比赛从发球开始，然后双方运用垫球、传球、扣球、拦球等技术动作，组成进攻和防守，双方按照规那么将球击入对方场地，而不使球落在本方场内，每方多可击球3次将球击入对方场内。

13. B 【解析】“那达慕”是蒙古语娱乐、游戏的意思，包括射箭、赛马和摔跤比赛，摔跤比赛是“那达慕”大会主要的内容。汉族的体育工程有抽陀螺、踢毽子、跳绳、放风筝。

抢花炮是中国侗族、壮族、苗族和仫佬族等少数民族的传统体育工程。抛绣球是广西壮族人民在歌圩开展的一项传统体育活动，每年春节、三月三、中秋节等传统佳节，壮族人民都要举行歌圩。荡秋千是朝鲜族妇女喜爱的民间游戏。

14. B 【解析】“授人以鱼不如授人以渔”意思是说，给人家鱼吃，还不如教会人家钓鱼的方法。后人还经常引申为：传授给人既有知识，不如传授给人学习知识的方法。故在教学中更应该开展学生能力。

15. C 【解析】教师在教授动作时，与学生面对面，而所做动作的方向却是相反的，就像学生在看着镜中的自己做动作一样，故形象地称为镜面示范。

二、填空题

16. 2021 巴西

17. 选项式 兴趣爱好

18. 自主

19. 收缩肌

20. 解剖

21. 同化作用

22. 力量 速度

23. 直接 利用器械

24. 途中跑

25. 单脚支撑 直线

三、判断题

26. √

27. × 【解析】小学生如果经常搬运重物会影响身体的健康开展。

28. √

29. × 【解析】田赛是田径运动的一类，是在田径场规定的区域内进行的跳跃及投掷工程竞赛的统称。径赛也是田径运动的一类，是在田径场的跑道或规定道路上进行的跑和走的竞赛工程的统称。不能简单就字面意思去判断。

30. × 【解析】滑步结束时，右脚比左脚先着地。右脚着地后，右腿积极蹬伸，推动右髋向投掷方向转动。上体在转动中逐渐抬起，同时躯干的肌群积极收缩。左臂和左肩高于右肩，铅球尽可能保持较低位置，体重大局部仍在弯曲而压紧的右腿上。右腿蹬伸，进一步将右髋向投掷方向送出，右臂迅速而有力地将球推出。铅球快出手时，手腕稍向内转同时屈腕，快速而有力的拔球，使铅球从手指离开。

31. √

32. × 【解析】跳远比赛结束后决定名次，是以六次试跳中每人的一次作为决定名次的成绩。

33. √

34. × 【解析】在 4×100 米接力比赛中合理的接棒方式为：棒用右手持棒，第二棒接棒人用左手准备接棒，第三人用右手接棒，第四人用左手接棒。

35. × 【解析】排球比赛中，后排队员可以在进攻线后对任何高度的球完成进攻性击球。

四、名词解释题

36. 基准学生：集体做动作时，教师指定的作为目标的学生。

37. 运动处方：有医师或教练员给参加锻炼的人，按照年龄、性别、心肺或运动器官的功能、运动经历和健康状况等特点，用处方的形式，规定适当的运动内容和运动负荷。

38. 超量恢复：体育运动后，在恢复阶段，人体内运动时所消耗的能源物质，不仅能恢复到原来水平，而且在一定时间超出原来的恢复，这一超出原来的恢复称为超量恢复。

39. 悬垂：体操动作之一，指人体肩轴低于器械轴并对握点产生拉力的一种静止动作。

五、简答题

40. 体育与健康课程的根本理念：

- （1）坚持“健康”的指导思想，促进学生健康成长；
- （2）激发运动兴趣，培养学生终身体育意识；
- （3）以学生开展为中心，重视学生的主体地位；
- （4）关注个体差异与不同需求，确保每一个学生受益。

41. 预防体育活动发生运动损伤可采取以下措施：

- （1）要明确每一项活动的动作要领；
- （2）要加强组织纪律性；
- （3）要加强体育卫生监督；
- （4）要重视体育活动中的保护与帮助；
- （5）要做好准备活动和整理活动；
- （6）要注意运动的环境和条件；
- （7）上体育课的着装要轻便，身上不要有易造成伤害事故的物件。

42. 在支撑跳跃的教学评价中，对优等动作质量的评价标准：

- （1）助跑：轻松、自然、协调、有力、速度快；
- （2）起跳：速度快、有力、腾空高；
- （3）撑箱动作：直膝、分腿大、展髋、有明显的制动和上体挺身动作，展体充分，姿态优美；
- （4）落地：稳。

43. 食物中的营养有：蛋白质、脂肪、碳水化合物（糖类）、矿物质（无机盐）、维生素、纤维素和水。蛋白质、脂肪、矿物质和水是人体的主要组成局部，碳水化合物（糖类）是人体的主要能量来源，维生素、纤维素是人体新陈代谢过程中不可缺少的物质。

六、论述题

44. 教师可以采取以下措施来加强对学生学法的指导：

- （1）提高学生自学自练的能力。教师要指导学生学会看图和根据动作示意图进行模仿练习，提高学生在模仿中学习，并鼓励他们提高自学自练能力。
- （2）教师要给学生营造合作学习的气氛。在学生自学自练的根底上可以组成学习小组，让学生相互观察、相互帮助、相互纠正，使学生在合作学习的气氛中，提高发现错误和改正错误的能力，不断提高动作质量，并在合作学习中开展社会交往能力。
- （3）教师要为学生提供时机，培养他们的创造力、竞争力以及迎接挑战的能力。在教学过程中，有些教学内容教师可以只提要求，不教方法，让学生自己去尝试学习。
- （4）通过布置适当家庭作业，培养学生的锻炼习惯以及对社会健康问题的责任感。
- （5）发挥信息技术的优势，指导学生收集和综合信息，使信息技术成为学生的学习工具。
- （6）发扬教学民主，经常听取学生的意见，与学生一起研究和改良教学方法，让学生以适当的方式对教、学过程和结果进行评价。

【解题思路】该题主要考查教师加强对学生学法的指导方法，要从自学自练的能力、合作学习的气氛、竞争力、责任感、民主教学等方面进行答题。

45. 在体育教学中激发学生运动兴趣、培养学生终身体育意识的方法：

- （1）教师和学生建立一种合作与互动的关系，平等真诚地对待每一个学生，满足学生需要和爱好；
- （2）教学内容选择要符合学生身心开展特征；
- （3）教学方法手段要多样，特别注意学法的运用；

士不可以不弘毅，任重而道远。仁以为己任，不亦重乎？死而后已，不亦远乎？ ——《论语》

〔4〕评价运用要合理。

【解题思路】该题主要考查在体育教学中激发学生运动兴趣、培养学生终身体育意识的方法。从教师和学生的关系、教学内容、教学方法和评价四个方面结合教学实际进行分析。

七、案例分析题

46. 显然，这种认识是浅薄的，这将会使师生互动流于形式。作为一种特殊的人际交往，师生互动旨在让学生积极主动地思维起来，不仅要让他们“在思维”，更要让他们“会思维”。认知心理学指出，有问必答，有求必应，有时是积极思维的表现。由此可见，师生互动并不仅仅是一种教学形式，其实质是教学原那么和教学思想的表达。因此，广义地讲，但凡能调动学生积极思维来完成认识上两个飞跃的各种教学活动和措施都可以看成是师生互动。

【解题思路】该题主要考查在体育课堂上师生互动的形式，要从师生互动的主旨、师生互动表现方面进行答题。

2021 内蒙古教师招聘考试中学体育模拟试题及答案二

〔总分值：100 分〕

一、单项选择题〔15 分〕

1. 以下属于学校体育的重要组成局部，并且与体育课共同构成了学校体育整体的是〔 〕。
A. 社区体育
B. 课余体育
C. 群众体育
D. 余暇体育
2. 从教学改革的角度看，新一轮课程改革的显著特征和核心任务是〔 〕。
A. 教学方式的转变
B. 教学行为的转变
C. 学习方式的转变
D. 教育教学方法的转变
3. 体育教学方案是学校体育教学的重要文件，是教师进行教学不可缺少的依据，包括〔 〕。
A. 学年工作方案、学期教学方案、单元教学方案、课时方案
B. 学年工作方案、学期教案、单元教案
C. 学年工作方案、学期教学方案、教学进度方案、课时方案
D. 学年进度方案、学期教学方案、课时方案
4. 〔 〕是人们对于体育的现象、事实及其规律的认识，是人们在长期的实践中积累起来的经验的概括和总结。
A. 体育知识
B. 体育实践
C. 体育教学
D. 运动技能
5. 体育课中“一句话评价”是一种〔 〕的语言形式。
A. 口令或指示
B. 口头评定成绩
C. 口头汇报
D. 讲解
6. “国家学生体质健康标准”的评价指标是〔 〕。
A. 心理、生理、素质

乐民之乐者，民亦乐其乐；忧民之忧者，民亦忧其忧。——《孟子》

- B. 形态、机能、素质
 - C. 身高、体重、肺活量
 - D. 身高、体重、机能
7. 体育锻炼中常见的开放性软组织损伤包括（ ）。
- A. 擦伤 挫伤 裂伤
 - B. 擦伤 刺伤 裂伤
 - C. 拉伤 刺伤 挫伤
 - D. 拉伤 摔伤 挫伤
8. 弯道跑时，右脚用（ ）着地。
- A. 脚掌外侧
 - B. 脚掌内侧
 - C. 全脚掌
 - D. 都可以
9. 在播送体操的教学中，教师多采用（ ）示范授课。
- A. 正面
 - B. 侧面
 - C. 镜面
 - D. 镜面与侧面
10. 分腿腾越练习时，保护人应站在（ ）。
- A. 跳箱旁边
 - B. 垫子旁边
 - C. 跳箱前方
 - D. 垫子前面
11. 夜盲症是指在黑夜中不能区分周围事物，主要是因为体内缺乏（ ）。
- A. 维生素 A
 - B. 维生素 B
 - C. 维生素 K
 - D. 维生素 D
12. 2021 年奥运会在（ ）举行。
- A. 纽约
 - B. 莫斯科
 - C. 伦敦
 - D. 巴黎
13. 在跳高、跳远、三级跳远比赛中，每次试跳的一般时限为（ ）。
- A. 30 秒
 - B. 1 分钟
 - C. 1 分 30 秒钟
 - D. 2 分钟
14. 后滚翻时身体依次着垫的部位是（ ）。
- A. 臀部、腰、后背
 - B. 臀部、腰、后背、头
 - C. 臀部、后背、头
 - D. 腰、后背、头
15. 排球比赛场上 6 名队员分前后排站立，获得发球权队的 6 名队员必须按（ ）方向轮

转一个位置。

- A．逆时针
- B．顺时针
- C．任意
- D．前后

二、填空题（20 分）

16. 广州亚运会中国的数是_____，奖牌数是_____。
17. 新课标对学生学习成绩评定的形式有_____评定、相互评定、_____评定等。
18. ?体育与健康?课程标准根据学生的_____特征，将中小学的学习划分为六级水平，并在各学习领域按水平设置相应的水平目标。水平一至水平五分别相当于 1~2 年级、3~4 年级、5~6 年级、7~9 年级和高中学段。
19. 在体育科研中，资料与事实的收集方法有_____、观察法、_____、_____。
20. 体操包括_____、艺术体操、_____、技巧、_____，前三个是奥运工程。
21. 制订运动处方时需充分考虑运动的_____、_____和时间三个要素，使体育锻炼更加有针对性和时效性。
22. 行进间跳远的四个技术环节是_____、起跳、_____、落地。
23. 常用的推铅球动作分别为_____推铅球和_____推铅球。
24. 弯道跑技术要求_____手臂摆幅小，_____手臂摆幅大，重心向内倾斜。
25. 机体生理活动所需要的直接能源是_____分解。

三、判断题（10 分）

26. 科学的身体锻炼可以促进人体形态、机能的发育，运动能力的提高，适应环境和抵抗疾病能力的增强。（ ）
27. 在队形练习中，分队走是一路纵队行进间在某点听到分队走的口令后，单数做左转弯走，双数做右转弯走，形成方向相反的两个一路纵队。（ ）
28. 运发动甲在 100 米起跑时次犯规，同组运发动乙在第二次起跑时犯规，此时发令员判乙运发动取消比赛资格。（ ）
29. 在体育活动中要注意多喝水，特别是在剧烈活动和夏天更要大量喝水，否那么人体将失去水分造成“脱水”。（ ）
30. 跳高起跳时，摆动腿的迅速向上摆动，不仅增大了起跳蹬伸的反作用力，而且提高了起跳离地瞬间的身体重心高度。（ ）
31. 长拳的手法主要有拳、掌、勾，步法主要有马步、弓步、仆步、虚步、歇步。（ ）
32. 投掷工程助跑的目的是为了使身体在器械出手前获得一个好的姿势。（ ）
33. 正步走时要求踢出的腿要绷直，脚尖下压，脚掌与地面平行，离地面约 35 厘米高。（ ）
34. 一般情况下，风速不大时，顺风投掷〔铁饼〕应适当增大出手角度，逆风时应适当减小出手角度。（ ）
35. 重力在人体运动时，总是起着阻力的作用。（ ）

四、名词解释（15 分）

- 36. 表象训练
- 37. 身体素质
- 38. 体适能
- 39. 异质分组
- 40. 体育课密度

五、简答题（20 分）

41. 体育课程资源的开发包括哪几个方面？

- 42. 体育与健康课程教学中场地器材布置应注意哪些要求？
- 43. 简述体育与健康课程教学内容选编的原那么。
- 44. 体育锻炼对促进身体健康有哪些益处？

六、论述题〔14 分〕

- 45. 试述现代体育教学方法的开展趋势。
- 46. 试论述如何消除运动性疲劳。

七、简笔画〔6 分〕

- 47. 用简单线条画出前滚翻的动作过程。

参考答案

一、单项选择题

- 1. B 【解析】课余体育活动是学校体育的重要组成局部，它与体育课共同构成了学校体育的整体。
- 2. C 【解析】学习方式的转变是新课程的显著特征和核心任务，倡导多样化的学习方式是新课程改革的一大亮点。
- 3. A 【解析】体育教学方案包括学年工作方案、学期教学方案、单元教学方案、课时方案。
- 4. A 【解析】略。
- 5. B 【解析】口头评定成绩是教师根据教学要求，用简短的语言评价学生练习成绩行为的语言形式。
- 6. B 【解析】?国家学生体质健康标准?从身体形态、身体机能、身体素质和运动能力等方面综合评定学生的体质健康水平，是促进学生体质健康开展、鼓励学生积极进行体育锻炼的教育手段，是学生体质健康的个体评价标准。
- 7. B 【解析】开放性软组织损伤是软组织损伤的一种。因伤口与外界相通，容易引起出血和感染，常见的有擦伤、切伤、刺伤和撕裂伤等。
- 8. B 【解析】弯道跑是一种“圆周运动”，从力学原理可以知道，物体只有受到向心力作用时才能做圆周运动，在弯道跑的过程中，为了克服直线运动的惯性，必须改变身体姿势，使身体向圆心倾斜，同时改变后蹬与摆臂、摆腿的方向，以产生向心力，使人体能沿着弯道跑道。弯道跑时，摆臂、脚着地与后蹬特点：右臂，摆动幅度、力量均大于左臂，前摆；左臂，靠近体侧；右脚，用前脚掌内侧着地与后蹬；左脚，用前脚掌外侧。
- 9. C 【解析】在播送体操的教学中，教师多采用镜面示范授课。
- 10. A 【解析】保护者站在跳箱右侧〔旁边〕，左脚在前，右脚在后，当学生越过跳箱时，右手抄其右臂腋下，向前上方提拉，左手从体后顺势推其臀，帮助其过羊，这样通过提、拉、送手法的协调运用，确保学生顺利过羊，树立学生的自信心。
- 11. A 【解析】夜盲症主要是人体缺乏维生素 A。
- 12. C 【解析】常识题。
- 13. B 【解析】跳高、跳远、三级跳远、铅球、铁饼、标枪每次试跳〔掷〕的时限均为 1 分钟。
- 14. B 【解析】后滚翻是由蹲撑开始，双臂推撑要均匀用力，身体后倒，臀部、腰部、背部、颈部、头依次着地，滚动要圆滑。
- 15. B 【解析】每方的 6 名球员按顺时针方向轮流发球，每次本队获得发球权后由发球球员在本方半场的右后角将球发入对方半场重新开始比赛。

二、填空题

- 16. 199 416
- 17. 自我 教师

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/726013123233011031>