

2021 年中学体育知识与教学能力模拟试卷与答案解析 20

一、单选题(共 30 题)

1. 一名女同学, 为了能够减肥, 每天坚持体育锻炼。这属于对体育运动的 ()。

A: 直接兴趣

B: 间接兴趣

C: 物质兴趣

D: 精神兴趣

【答案】: B

【解析】: 本题考查的是运动兴趣的分类的知识点。B 项, 间接兴趣指不是对体育本身产生的兴趣, 而是对体育活动的未来结果感到需要而产生的兴趣, 如保持体型增进健康等。综上, B 正确。A 项, 直接兴趣是由于对体育活动本身感到需要而产生的兴趣, 能促使人们产生愉快感, 如对参加体育活动、观看体育比赛等方面的兴趣。故排除。C 项, 物质兴趣是以人的物质需要为基础兴趣, 主要表现在对运动用品的兴趣。故排除。D 项, 精神兴趣是以人的精神需要为基础的兴趣, 主要表现在对运动的偏好和渴望。故排除。故正确答案为 B。

2. 在近代学校体育确立的同时, 各种近代运动项目也传入中国, 其中以 () 项目最晚。

A: 武术

B: 体操

C: 球类

D: 田径

【答案】: C

【解析】: 本题考查的是中国近代体育的知识点。C项,在近代学校体育确立的同时,各种近代运动项目也传入中国,其中以体操最早,田径,游泳次之,球类稍晚。故正确。综上,正确答案为C。

3. 下列激素中具有降低血糖作用的是 ()。

A: 甲状腺素

B: 胰高血糖素

C: 胰岛素

D: 生长激素

【答案】: C

【解析】: 本题考查的是主要激素的作用的知识点。C项,胰岛素的生理作用:①糖代谢——降低血糖:促进细胞对葡萄糖的摄取、利用;促进糖原的合成和贮存,抑制糖异生;促进葡萄糖转变为脂肪酸。②脂肪代谢:促进脂肪合成、转运,促进甘油三酯贮存,抑制脂肪分解。③蛋白质代谢:促进蛋白质合成、抑制蛋白质分解。综上,C正确。A项,甲状腺素的主要作用是促进能量代谢和物质代谢,促进生长和发育。故排除。B项,胰高血糖素的生理作用:①促进糖原分解和糖异生的作用——升高血糖。②激活脂肪酶,促进脂肪分解;加强脂肪酸氧化,酮体生成增多。③促进氨基酸转运入肝细胞,糖异生;抑制蛋白质合成。故排除。D项,生长激素的生理作用:①促进生长发育:促进骨、软骨、肌肉以及其他组织细胞分裂增殖,蛋白质合成增加。

②促进代谢作用：对糖、脂肪和蛋白质代谢均有促进作用。③调节免疫功能：几乎对所有的免疫细胞都有促使其分化、调节其功能的作用。故排除。故正确答案为 C。

4. 在进行单人心肺复苏时，每按压胸部 15 次，应吹起（）次。

A: 1 次

B: 2 次

C: 3 次

D: 4 次

【答案】: B

【解析】: 本题考查的是心肺复苏的知识点。B 项，单人心肺复苏时，每按压胸部 15 次，吹起 2 次；双人心肺复苏时，每按压 5 次，吹起 1 次。进行心肺复苏时，急救一经开始，就要连续进行，不能间断，直到伤员恢复自主呼吸、心跳或确诊死亡为止，在抢救的同时，应迅速派人请医生来处理。故正确。综上，正确答案为 B。

5. 教学反思的形式不包括（）。

A: 文本式反思

B: 行动式反思

C: 言语式反思

D: 多媒体式反思

【答案】: B

【解析】: 本题考查的是教学反思的形式的知识点。B 项，教学反思的形式包括：文本式反思、言语式反思、多媒体式反思。不包括行动

式反思。综上，B 正确。A 项，文本式反思包括教学后记，反思日记等形式。规范的教学后记、日记应包括：教学过程中的经历、与他人的对话、深度的感触、隐语和期望等。故排除。C 项，言语式反思可采取与同事、专家交流，听取学生意见等形式。以与同事交流教学反思为例，与同事交流需要两个条件：一要有外部环境的支持，主要是来自学校的支持；二要有一种民主、平等对话的氛围。故排除。D 项，多媒体式反思包括网络教研、教学录像、录音等信息化反思方式。考虑体育学科教学的特点，教学录像式反思适合运用于体育教学反思。故排除。故正确答案为 B。

6. 下列选项中，不属于体育教学过程一般规律的是（）。

- A: 社会制约性规律
- B: 教与学辩证统一的规律
- C: 认识规律
- D: 动作技能形成的规律

【答案】: D

【解析】: 本题考查的是体育教学过程的规律的知识点。D 项，动作技能形成的规律属于体育教学过程的特殊规律。除此之外，还包括：人体机能适应性规律、人体生理机能活动能力变化规律。综上，D 正确。A、B、C 项，均属于体育教学过程一般规律。除此之外，还包括：学生身心发展的规律、教育、教养与发展相统一的规律、教学内容与教学过程相统一的规律、教学效果取决于教学基本要素合力的规律、体育教学过程的控制与反馈规律。故排除。故正确答案为 D。

7. 组成肌肉的基本单位是 ()。

A: 肌纤维

B: 肌腹

C: 肌束

D: 肌腱

【答案】: A

【解析】: 本题考查的是骨骼肌的基本单位知识点。A 项, 骨骼肌由束状排列的肌细胞 (又称肌纤维) 组成。肌细胞是肌肉的基本结构和功能单位。故正确。B 项, 肌腹是肌肉的组成部分。故排除。C 项, 每条肌纤维外面包有一层薄的结缔组织, 称为肌内膜。许多肌纤维排列成束 (即肌束), 许多肌束聚集在一起构成了一块肌肉。故排除。D 项, 肌腱是肌肉的组成部分。故排除。综上, 正确答案为 A。

8. 以高度和距离长度计算成绩的跳跃、投掷项目属于 ()。

A: 田赛

B: 径赛

C: 全能运动

D: 越野赛

【答案】: A

【解析】: 本题考查的是田径运动的分类的知识点。A 项, 现代田径运动的分类不同, 多数将田径运动分为径赛、田赛和全能三大类。其中, 田赛: 以高度和距离长度计算成绩的跳跃、投掷项目。综上, A 正确。B 项, 径赛: 以时间计算成绩的竞走和跑的项目。故排除。C

项，全能运动：由跑、跳、投部分项目组成，用评分办法计算成绩的组合项目。故排除。D项，越野赛：一些驾驶运动员厌倦了在现代化公路上枯燥的训练和比赛，到丘陵地带寻找新环境进行新挑战的过程。有汽车类，摩托车类，自行车等。故排除。故正确答案为 A。

9. 运动时皮肤血流量的变化是（）。

- A: 持续增加
- B: 先增加后减少
- C: 持续减少
- D: 先减少后增加

【答案】: D

【解析】: 本题考查的是血液的重新分配的知识点。D项，运动时，心输出量增加，但增加的心输出量将在各个器官内重新分配，骨骼和心脏的血流量显著增加，内脏器官的血流量减少。运动初期皮肤血流减少，随着运动的持续进行，肌肉产热增加，体温升高，通过体温调节机制使皮肤血管舒张，血流增加，促进散热。综上，排除 A、B、C 项，D 正确。故正确答案为 D。

10. 下列不属于人体四大基本组织的是（）。

- A: 上皮组织
- B: 骨组织
- C: 肌组织
- D: 结缔组织

【答案】: B

【解析】： 本题考查的是人体四大基本组织知识点。B项，人体的四大基本组织包括上皮组织、结缔组织、肌组织、神经组织，骨属于结缔组织。故正确。A项，上皮组织简称上皮，大都覆盖在身体表面或体内管腔和囊（如肠、胃、血管、关节囊）的内表面，属于人体的四大基本组织。故排除。C项，肌组织广泛分布于骨骼、内脏和心血管等处。由有收缩能力的肌细胞组成，属于人体四大基本组织。故排除。D项，结缔组织包括血液、松软的纤维结缔组织和较坚固的软骨和骨，属于人体四大基本组织。故排除。综上，正确答案为B。

11. 下列选项中，属于运动参与的主要目标是（）。

- A: 参与体育学习和锻炼
- B: 学习体育知识和原理
- C: 塑造良好体形与体态
- D: 形成坚强意志和毅力

【答案】： A

【解析】： 本题考查的是运动参与主要目标的知识点。A项，运动参与是学生习得体育知识和运动技能，锻炼身体和提高健康水平、形成乐观开朗的生活态度的前提。运动参与的主要目标：1. 参与体育学习和锻炼。2. 体验运动乐趣与成功。3. 形成体育意识和习惯。综上，A正确。B项，学习体育知识和原理属于运动技能的主要目标内容。故排除。C项，塑造良好体形与体态属于身体健康的主要目标内容。故排除。D项，形成坚强意志和毅力属于心理健康与社会适应的主要目标内容。故排除。故正确答案为A。

12. 决定跳高成绩的基础是（）。

- A: 抛物线高度
- B: 助跑速度
- C: 抛物线远度
- D: 助跑距离

【答案】: A

【解析】: 本题考查的是跳跃技术原理的知识点。A项，运动员在快速助跑起跳后，身体有一个明显的腾空阶段。腾空中身体中心的移动轨迹呈抛物线，抛物线的高度是决定跳高成绩的基础，抛物线的远度是决定跳远成绩的基础。综上，排除B、C、D。故正确答案为A。

13. 下列选项中，不属于中国人文精神的是（）。

- A: 天人合一
- B: 个人中心
- C: 崇尚和谐
- D: 恪守中道

【答案】: B

【解析】: 本题考查的是中西方体育人文精神的知识点。B项，西方国家体现出的人文精神是“个人中心”、“崇尚竞争”。以自己为中心，重视个人能力的发展，并强调个人要超越自然。综上，B正确。A、C、D项，中国体育文化的产生与发展的经济基础是“以农立国”的农业经济，这就决定了其思想核心是重视人与自然的和谐、追求天人合一、顺应自然的发展。中国传统体育坚持天人合一的生命观，强调和谐的

运动观。其显著特点之一就是通过身体锻炼由外到内、由表及里，由形而下的身体活动来促进形而上的无形精神的升华。因此，中国所体现出的人文精神是“天人合一”、“崇尚和谐”、“恪守中道”。故排除。故正确答案为 B。

14. 为了体育活动中与同伴接近、交往、得到认同、发展友谊，追求完美、施展才能、获得成功、赢得荣誉与满足个体的社会性需要而参加的体育活动属于（ ）动机。

A: 生物性动机

B: 社会性动机

C: 内部动机

D: 外部动机

【答案】: B

【解析】: 本题考查的是运动动机的种类的知识点。B 项，社会性动机是指便于在体育活动中与同伴接近、交往、得到认同、发展友谊，追求完美、施展才能、获得成功、赢得荣誉与满足个体的社会性需要而参加的体育活动的动机。综上，A 正确。A 项，生物性动机是指便于活动刺激、眩晕、运动愉快感觉和宣泄身心能量，满足个体的生理性需要而参加体育活动的动机。故排除。C 项，内部动机是指源于学生自身好动、好奇或好胜的心理，如渴望从体育活动中获得身体上的快感、乐趣、刺激，以及希望满足自尊心、上进心、荣誉感、义务感、归属感和自我实现等心理需要的动机。故排除。D 项，外部动机是指由学生自身之外的诱因转化而来的动机，如教师的表扬、同学的赞赏、

竞争获胜的奖励、荣誉，或因为迫于压力、避免惩罚与升学考试等原因而参加体育活动的动机。故排除。故正确答案为 B。

15. 下列选项中，属于影响运动归因内部因素的是（）。

A: 社会文化背景特征

B: 运动项目

C: 训练年限

D: 年龄

【答案】: D

【解析】: 本题考查的是运动归因内部因素的知识点。D 项，影响运动归因内部因素包括：个性特征、成就动机、自我效能感、性别、年龄。综上，D 正确。A、B、C 项，均属于外部因素。故排除。故正确答案为 D。

16. 在 1895 年 1 月发表的《原强》一文中，首倡力、智、德三育，称“力、智、德三育为国家民族富强之基础，而民之手足体力尤为重要”的是（）。

A: 康有为

B: 梁启超

C: 严复

D: 毛泽东

【答案】: C

【解析】: 本题考查的是我国近代学校体育形成与发展的知识点。C 项，严复在 1895 年 1 月发表的《原强》一文中，首倡力、智、德三

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/455323140112011140>