

一、填空

， 结构 形态 感官 神经系统

， 形态 卫生 保健 精神

， 身体形态 身体机能 身体素质 体育课成绩 课外体育锻炼

， 时间 反应 心率恢复速度 心血管系统

， 个别性原则 意识性原则 全面性原则 反复性原则

二、判断题

✓

×

×

✓

×

三、名词解释

， 体质：即人体质量。是指在遗传性和获得性的基础上表现出来的人体形态结构、身体功能、身体素质、适应能力合心理因素的的综合的相对稳定的特征。

， 应激：所谓应激是机体在各种内外环境因素及社会、心理因素刺激时所出现的全身性非特异性适应反应，又称为应激反应。

， 心肺系统：是指在功能上有密切联系的循环系统和呼吸系统。

， 运动损伤：是指在体育教学、训练、比赛和自我体育锻炼的过程中所发生的损伤。

四、简答题

， 答： 促进大脑清醒，思维敏捷。

促进血液循环，提高心脏功能。

改善呼吸系统功能。

促进骨骼肌肉的生长发育。

调节心理，使人朝气蓬勃充满活力。

提高人体对外界环境的适应能力。

增强机体免疫能力。

， 答： 为《标准》提高信息化的数据上报手段。

全面准确的反映我国学生的体质健康状况和特点。

为教育、体育行政部门提供决策依据。

检验学校体育教学成果，推进学校体育工作科学化。

为科研机构研究我国青少年生长发育规律提供科学依据。

为全国青少年学生提供健康指导服务，唤起全社会的健康意识。

， （本人还在思考合适答案，所以见谅。）

五、论述题

以因人而异为主，以套用照搬为辅

一、填空题（每空 1 分，共 33 分）

1. 篮球运动是_____年由_____国_____州_____市基督教青年会训练学校体育教师_____发明的。

2. 武术套路包括_____套路、_____套路、_____套路、_____套路。

3. 著名的《体育颂》作者是_____。

4. 决定跑速的两大因素是：_____、_____；跳远的技术环节：_____、_____；影响投掷远度因素：出手_____、出手_____、出手_____等因素。

5. 1894 年教育家_____建议恢复奥运会，1896 年在_____举行第一届，二十七届是在_____举行的，_____宣布二十九届在我国举行，现任国际奥委会主席是_____。

6. 五个福娃分别是_____、_____、_____、_____、_____。

7. 北京奥运会的主题口号是_____、英文是_____。

8. 2008 年北京奥运会会徽“中国印·舞动的北京”设计新颖别致，极富东方文化特色，该会徽将中国特点、北京特点与奥林匹克运动元素巧妙结合，人的造型形似现代_____字的神韵，蕴含浓重的中国韵味。

9. 第 18 届世界杯足球赛于_____年在_____国举行，冠军队是_____。

二、选择题（每小题 2 分，共 10 分）

1. 奥林匹克格言是

- A. 自由平等博爱 B. 参与比取胜更重要
C. 更快更高更强 D. 爱拼才会赢

2. 奥林匹克宙斯神殿中的纳姆菲翁神坛是历届现代奥运会火炬点燃的地方。奥运圣火是通过聚集太阳光来取得的。根据所学知识，判断不可能使用下列哪种器具

- A. 凹面镜 B. 凸透镜 C. 凹透镜 D. 凹面镜和凹透镜

3. 2008 年北京奥运会的举办日期将在 2008 年举行。

- A. 7 月 23 日至 8 月 9 日
B. 8 月 8 日至 8 月 24 日
C. 8 月 24 日至 9 月 10 日

4. 第 29 届奥林匹克运动会会徽又名

- A. 五彩祥云
B. 搏动的行星
C. 中国印·舞动的北京

5. 足球比赛球门的宽度应为

- A. 7.23 米 B. 7.24 米 C. 7.25 米

三、判断题（每小题 1 分，共 17 分）

- 1 . 我国第一位获得 欧文斯奖 的田径运动员是王军霞。()
- 2 . 为了增进青年、少年、儿童的身心健康,国家对青年、少年、儿童的体育活动给予特别保障。()
- 3 . 奥林匹克标志五环的颜色由左向右为蓝、黄、黑、绿、红。()
- 4 . 跑步比赛一结束可以马上坐下来休息。()
- 5 . 体育活动不可以造就和改善一个人的能力气质和性格。()
- 6 . 体育比赛中有 殿军 一词,它是指第四名。()
- 7 . 看一个学校的运动比赛成绩就能判断其体育工作的好坏。()
- 8 . 体育评价应实现多样化,将定量分析和定性分析相结合。()
- 9 . 径赛的距离应从起点线的后沿量至终点线的后沿。()
- 10 . 跳远比赛中只要触接到跳板前沿红线就判试跳失败。()
- 11 . 投掷比赛中丈量成绩以 1 厘米为最小单位。()
- 12 . 篮球比赛中持球队员身体部位触接端线或边线均判出界。()
- 13 . 排球比赛中后排队员不得参与进攻。()
- 14 . 以时间计算成绩的项目叫田赛,以高远度计算成绩的项目叫径赛。()
- 15 . 行进间动令,除了向左转走外,其余动令均落于右脚。()
- 16 . 实现学校体育目的、任务的组织形式是体育课。()
- 17 . 间歇锻炼法是指重复锻炼之间有合理的修整,它是提高锻炼效果的一种常用方法。()

四、名词解释(每小题 5 分,共 10 分)

1 . 体操运动:

2 . 挫伤:

五、简答题(共 40 分)

1 . 奥林匹克运动的宗旨和精神是什么?(10 分)

2 . 《掷铁饼者》是谁雕塑的?(10 分)

3 . 怎样预防体育活动发生运动损伤?(10 分)

4 . 当刚作完剧烈运动后,人的身体有些不适,应当做些放松活动。

① 放松活动就是体育上的_____。(4 分)

② 放松活动有哪些好处?(说明两点即可)(6 分)

《体育与健康》模拟试题及答案

参考答案

一、填空题

- . 美 马萨诸塞 斯普林菲尔德 詹姆士·奈·史密斯博士
- . 拳术 对练 器械 集体
- . 顾拜旦

. 步幅 步频; 助跑 起跳; 高度、角度、初速度

. 顾拜旦、希腊、澳大利亚、萨马兰奇、罗格

. 贝贝、晶晶、欢欢、迎迎、妮妮

. 同一个世界 同一个梦想

. 京

. 德意大利

二、选择题

.

三、判断题

. √ . √ . √ . × . × . √
. ×

. √ . √ . × . √ . √ . ×
. ×

. × . × . √

四、名词解释

. 体操运动: 徒手或借助于器械进行身体练习的一类体育项目。

. 挫伤: 由于身体局部受到钝器打击而引起的组织损伤。

五、简答题

. 奥林匹克运动的宗旨是通过没有任何歧视、具有奥林匹克精神的体育活动来教育青年, 从而为建立一个和平的更美好的世界作出贡献。奥林匹克精神是互相了解、友谊、团结和公平竞争的精神。

. 由古希腊伟大的雕塑家米伦于公元前 世纪雕塑, 《掷铁饼者》一直保留至今, 它栩栩如生地再现了运动员娴熟、优美的投掷姿态。

. 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。

· ① 整理活动

② a . 能及时消除身体局部的疲劳。

· 避免疲劳，缓解肌肉的僵硬和关节的损伤。

· 防止慢性损伤的重要途径。

《体育与健康》模拟试题及答案

《体育与健康》模拟试题及答案（二）

一、填空题（每题 分，共 分）

- 中学生常见的心理障碍是 和 。
- 体育锻炼要有 性和 性，预防常见运动损伤。
- 现代医学提出了 、 和 三个预防和治疗遗传病的方案。
- 抑郁的三大症状是 、 、 。
- 被公认是一种预防和治疗心理障碍的有效方法。

二、选择题（每题 分，共 分）

- 香烟燃烧时产生的烟雾中，可分离出很多有害成分，其中会让成瘾的是哪种
 - 尼古丁
 - 硫化氢
 - 二氧化硫
 - 烟焦油
- 经常大量饮酒容易得什么病
 - 甲型肝炎
 - 乙型肝炎
 - 肝硬化
 - 气管炎
- （多选）请你判断，以下哪些方式能传染艾滋病
 - 在游泳池游泳
 - 扎耳朵眼
 - 与艾滋病患者同班学习
 - 输血
 - 共用注射器
 - 握手
 - 拥抱
 - 打喷嚏
- “大脖子病”是指哪种疾病
 - 地方性甲状腺肿大
 - 血吸虫病
 - 结核病
 - 艾滋病
- 炒菜时最好在何时加碘盐以减少碘的损失
 - a . 烧菜前用碘盐爆锅
 - 烧菜加水前
 - 烧菜加水后
 - 菜将出锅时

- . 日常普遍使用的消毒剂是哪几种
- . 酒精、过氧乙酸、来苏水 . 食醋、过氧乙酸 C. 高锰酸钾、来苏水 . 食醋、来苏水

- . 安全无毒的餐具包括哪几类
- . 陶瓷、玻璃、塑料、木质 . 陶瓷、玻璃
- . 陶瓷、玻璃、木质 . 玻璃、塑料、木质

- . 科学的进食习惯是
- . 早吃好、午吃饱、晚吃少 . 早吃少、午吃饱、晚吃好
- . 早吃饱、午吃好、晚吃少 . 早吃饱、午吃少、晚吃好

- . 最好的减肥方法是哪种
- . 睡觉 . 体育锻炼 . 不吃饭 . 使用减肥药物

- . (多选) 下列哪种疾病是经口传播的
- . 痢疾 . 蛔虫 . 乙型肝炎 . 甲型肝炎

- . 手被开水烫伤, 下列哪项做法不正确
- . 用冷水冲洗伤处 . 酱油涂抹伤处 . 到医院诊治 . 在伤处涂抹烧伤膏

- . 关于用脑下列哪项是错误的
- . 勤用脑会降低大脑的工作效率 . 用脑应劳逸结合
- . 参加锻炼是对大脑的休息 . 用脑环境的不好会降低大脑的工作效率

- . 下面哪种行为不属于艾滋病的传播途径
- . 性接触传播 . 公用物品传播 . 血液传播 . 母婴垂直传播

- . 预防碘缺乏病哪种做法不正确
- . 坚持吃碘盐 . 多吃海带 . 多吃紫菜 . 不吃海鱼

- . 吸毒可能会传播下列哪种疾病
- . 甲型肝炎 . 肺结核 . 艾滋病 . 丙型肝炎

三、 人口众多, 资源相对不足, 环境污染严重, 已经成为影响我国经济和社会发展的重要因素。前几年, 长江、嫩江、松花江流域发生历史上罕见的特大洪水, 近几年的沙尘暴天气, 就是大自然向人类发出的警告。根据你所学知识回答下列问题: (每题 分, 共 分)

- . 人类赖以生存的场所, 索取生活资料的来源, 指的是
- . 社会 . 环境 . 地球 . 工厂

· 随着经济的发展，人口的增加，城市的出现和发展，逐步出现了环境问题，并且环境问题已经成为当今世界的严重问题。所谓环境问题，是指

- 人与环境之间的关系 · 对环境的保护和利用
- 人类改造和利用环境中遇到的困难 · 不合理地开发利用自然资源造成的环境污染与破坏

· 近 年来的资料表明，野象、东北虎、大熊猫等相当多的野生动物分布区显著缩小，种群数量骤减。植物方面，正式列入国家珍稀濒危植物名录的第一批植物就有 种。导致这种状况的主要原因是

- 野生动物分布区显著缩小，种群数量骤减 · 经费不足和技术上的原因
- 生物物种的优胜劣汰 · 环境污染与人为破坏

· 在经济快速发展的今天，方便食品和快餐业兴旺起来，一次性快餐盒的使用急剧增加，这虽然带来了方便，但又造成环境污染，被称之为“白色公害”，这属于环境问题中的

- 不适当地利用自然资源 · 任意向自然界排放废弃物
- 不适当地开发自然资源 · 随着经济发展不可避免且无法克服

· 前几年，我国某水厂被污染，附近 万人出现腹痛、腹泻、头晕、恶心和呕吐症状；他们洗澡时全身刺痒，皮肤局部溃烂。这次事故造成 万人不同程度的中毒。这件事主要说明

- 环境污染威胁生态平衡 · 环境污染直接制约我国经济和社会的可持续发展
- 我国发生了大规模的环境污染，人们的环保意识较差 · 环境污染危害人类健康

- 鉴于环境问题越来越严重，世界各国普遍推行
- 可持续发展战略 · 科教兴国战略
- 依法治国战略 · 经济发展战略

- 可持续发展的基本条件是
- 改变城市污染加剧的状况 · 发展与人口和资源、环境的承载能力相协调
- 严格控制资源开发 · 控制人口数量

四、名词解释（每题 分，共 分）

- 社会责任感：
- 健康：

五、简答题（每题 分，共 分）

- 体育运动中合作的意义是什么
- 吸毒有哪些社会危害

《体育与健康》模拟试题及答案

参考答案

一、填空题

- . 立即停止活动，进行休息
- . 马上沐浴，消除运动产生的热量
- . 递减运动强度，逐渐结束运动
- . 马上补充水分和食物，减少运动消耗

【答案】

- . 图中所说的放松活动在体育中叫做_____。

【答案】整理活动

- . 放松活动的好处有_____。

【答案】有助于血液返回心脏，促进运动中代谢物的排出，加速运动后的体力恢复；可以消除肌肉痉挛，缓解运动后的肌肉酸痛

二、右图是奥林匹克会旗

- . 简介奥林匹克会旗的表面特征。

【答案】奥林匹克会旗白底、无边，中央为奥林匹克标志。奥林匹克标志由蓝、黄、黑、绿、红五个奥林匹克环组成。

- . 说明会旗和五环的象征意义。

【答案】会旗和五环象征着五大洲的团结，以及全世界的运动员以公正、坦率和友好精神在奥运会上相聚一堂。

- . 从数学角度看，五环是_____
- . 等圆 . 同心圆 . 不等圆 . 无法判断

【答案】

三、_____年_____月_____日，北京_____奥运会吉祥物“福娃”诞生（见下图）。

. “福娃”其色彩与灵感来源于奥林匹克五环，来源于中国辽阔的山川大地、江河湖海和人们喜爱的动物形象。他们的造型融入了鱼、大熊猫、奥林匹克圣火、藏羚羊以及燕子的形象。这说明

- ① 抽象的艺术造型设计可以不遵循认识的规律

② 人们可以根据事物固有的联系建立新的联系

③ 艺术作品是不依赖于原型的主观创造

④ 艺术创作具有主动创造性和自觉选择性

. ①④

. ②③

. ②④

. ②③④

【答案】

. 很久以来，中国就有通过符号传递祝福的传统。北京奥运会吉祥物的每个娃娃分别代表着一个美好的祝愿：繁荣、欢乐、激情、健康与好运。“福娃”向世界各地传递中国人民友谊、和平、积极进取精神和人与自然和谐相处的美好愿望。这说明

. 中华文化是世界上最先进的文化

. 中华文化呈现多国文化的丰富色彩

. 世界各国文化应该相互融合

. 中华文化源远流长，具有特有的包容性

【答案】

. 随着北京奥运会吉祥物面世后的热销，“福娃”玩具、服装服饰、箱包、文具、贵金属纪念章、徽章等奥运会吉祥物特许产业也随之红火起来。这体现的经济生活道理是

. 消费对生产具有重要的反作用

. 生产决定消费的对象和方式

. 生产决定消费的质量和水平

. 人们的消费观念是由经济发展水平决定的

【答案】

. 北京 年奥运会的理念是“绿色奥运，科技奥运和 ”。

. 文明奥运 . 数字奥运 . 人文奥运 . 节俭奥运

【答案】

四、基础知识题

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/686210100120010045>