

# 2024 年教师资格之中学体育学科知识与教学能力真题精选附答案

## 单选题（共 45 题）

1、 武术长拳传统技法“四击”“八法”“十二型”中的“八法”是指（ ）。

- A. 棚、捋、挤、按，採、捌、肘、靠
- B. 手、眼、身法、步，精神、气、力、功
- C. 乾、坤、震、巽，坎、离、艮、兑
- D. 躅、蹦、跳、越，闪、展、腾、挪

【答案】 B

2、 关于慢肌纤维不正确的描述是（ ）。

- A. 肌纤维直径较小，毛细血管的密度高
- B. 糖酵解能力低，氧化脂肪能力高
- C. 收缩速度快，兴奋阈值高
- D. 收缩速度慢，抗疲劳能力强

【答案】 C

3、 可以控制需求量，防止肥胖，降低血液中胆固醇浓度的营养素是（ ）。

- A. 维生素
- B. 纤维素
- C. 矿物质
- D. 碳水化合物

【答案】 B

4、体育教学设计的重点是（ ）。

- A. 教学策略
- B. 教学模式
- C. 评价方式
- D. 教学内容

【答案】 A

5、以踢、打、摔、拿、击、刺等技术动作为素材，遵照攻守进退、动静疾缓、刚柔虚实等矛盾变化的运动规律，组成徒手和器械的运动方式是（ ）

- A. 武术
- B. 跆拳道
- C. 柔道
- D. 泰拳

【答案】 A

6、一列横队变二列横队的口令是（ ）

- A. 一列横队变二列横队
- B. 一列横队成二列横队
- C. 成二列横队——走
- D. 变二列横队——走

【答案】 C

7、需要较低唤醒水平的运动项目是（ ）。

- A. 短跑
- B. 举重
- C. 射箭
- D. 拳击

【答案】 C

8、与健康有密切关系的体适能是（ ）

- A. 健康体适能
- B. 技能体适能
- C. 有氧适能
- D. 肌适能

【答案】 A

9、在实际教学中，体育教师应如何克服技能干扰（ ）

- A. 同时教授细节相同的两种技能
- B. 同时教授结构相同的两种技能
- C. 同时使用类似的几种教材
- D. “条件抑制”

【答案】 D

10、能在口腔里消化的营养物质是（ ）。

- A. 葡萄糖
- B. 淀粉
- C. 蛋白质

D. 脂肪

【答案】 B

11、学校体育的基本组织形式是（ ）。

A. 体育竞赛

B. 课外体育活动

C. 课余体育训练

D. 体育课教学

【答案】 D

12、小肌肉群动作技能的学习绩效与智力之间存在着相关性，其相关程度是（ ）。

A. 高度正相关

B. 高度负相关

C. 低度正相关

D. 低度负相关

【答案】 C

13、下列哪一选项的主要目标是“通过传授体育的知识、技术和技能，以达到增强体质为目的”？（ ）

A. 运动竞赛

B. 体育锻炼

C. 体育教学

D. 课余训练

【答案】 C

14、新陈代谢是生物体自我更新的最基本的生命活动过程。新陈代谢包括（ ）两个过程。

- A. 同化作用和异化作用
- B. 同质作用和异质作用
- C. 功能作用和同质作用
- D. 功能作用和异质作用

【答案】 A

15、下列哪一篮球裁判手势表示“技术犯规”？（ ）

- A. 挥动紧握的双拳
- B. 双手呈“T”型
- C. 向上抓住手腕
- D. 双手握拳上举

【答案】 B

16、在运动过程中影响最大摄氧量的中央机制是（ ）

- A. 肺循环能力
- B. 红细胞的释氧能力
- C. 心脏的泵血功能
- D. 肌肉利用氧的能力

【答案】 C

17、人体如以最快速度持续运动数秒后，ATP 耗尽时代之而起的肌糖原在无氧条件下供能以使 ATP 合成并产生的代谢物质是（ ）。

- A. 乳酸
- B. 糖原
- C. 磷酸原
- D. 胱氨酸

【答案】 A

18、在运动过程中，由于损伤导致前臂出血时，应及时指压( )。

- A. 锁骨下动脉
- B. 肱动脉
- C. 尺动脉
- D. 桡动脉

【答案】 B

19、身体运动的构成要素包括( )个。

- A. 5
- B. 6
- C. 7
- D. 8

【答案】 C

20、实现人体正常生理活动和运动的必要条件是( )

- A. 人体有氧工作能力
- B. 氧的供应
- C. 血液循环

D. 自身素质

【答案】 B

21、在体育课中，教师的评价具有（ ）

A. 专业性、客观性和可信性

B. 专业性、可信性和持久性

C. 客观性、可信性和持久性

D. 专业性、客观性和持久性

【答案】 A

22、体操中的“十字支撑”“直角支撑”、武术中的站桩，参加工作的肌肉做（ ）收缩。

A. 等张

B. 等长

C. 离心

D. 超等长

【答案】 B

23、篮球比赛中，进攻方发动快攻的首要条件是（ ）。

A. 良好的体力

B. 强烈的快攻意识

C. 熟练的技术

D. 积极的拼抢能力

【答案】 B

24、一节 45 分钟的体育课结束部分时间一般为（ ）。

- A. 1~3 分钟
- B. 3~5 分钟
- C. 5~7 分钟
- D. 7~9 分钟

**【答案】 B**

25、乳酸阈是评价哪一种身体素质最有效的指标之一（ ）

- A. 有氧耐力
- B. 力量素质
- C. 无氧耐力
- D. 灵敏素质

**【答案】 A**

26、中学学校体育工作除体育与健康课、课外体育活动、课余体育训练外，还包括（ ）。

- A. 裁判员等级认定
- B. 体育经营管理
- C. 运动员等级评定
- D. 课余体育竞赛

**【答案】 D**

27、人体运动后，副交感神经的紧张性加强表现为（ ）



- A. 心跳加快，血压增高，呼吸减慢
- B. 心跳加快，血压增高，呼吸加快
- C. 心跳减慢，血压降低，呼吸加快
- D. 心跳减慢，血压降低，呼吸减慢

【答案】 D

28、手持哑铃在做前臂屈的动作时，肱二头肌所做的工作是（ ）

- A. 支撑工作
- B. 固定工作
- C. 离心工作
- D. 向心工作

【答案】 D

29、人体有氧耐力水平的提高可通过“中央机制”和“外周机制”来实现，其“中央机制”是指（ ）。

- A. 心肺功能
- B. 肌细胞的摄氧能力
- C. 中枢神经
- D. 肌细胞的耐乳酸能力

【答案】 A

30、在篮球比赛中，学生发生碰撞导致面部出血。如采用间接指压止血法，按压的部位应该是（ ）。

- A. 颌外动脉止血点
- B. 颞浅动脉止血点

C. 锁骨下动脉止血点

D. 肱动脉止血点

**【答案】 A**

31、 开放性骨折在急救时正确的做法是（ ）。

A. 先止血

B. 先急送医院

C. 先就地固定

D. 先包扎伤口

**【答案】 A**

32、 太极拳的拳型应该是（ ）

A. 五指卷曲，拇指紧贴食指

B. 五指卷曲，拇指压于食指和中指的第一指节上握

C. 五指卷曲，拇指压于食指和中指的第二指节上握

D. 五指卷曲，拇指压于食指和中指之间

**【答案】 C**

33、 运动兴趣的形成一般都要经历哪三个阶段？（ ）

A. 有趣—乐趣—志趣

B. 乐趣—有趣—志趣

C. 志趣—有趣—乐趣

D. 有趣—志趣—乐趣

**【答案】 A**

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/695103103301011132>