

# 教育系统教师专业水平测试试卷

## 小学 体育与健康

卷面分值：100分 考试时间：90分钟

### 一、单选题（每题2分，共40分）

姓名

考号

座位号

学校

1. 党的二十大，是在全党全国各族人民迈上全面建设社会主义现代化国家新征程、向（ ）进军的关键时刻召开的一次十分重要的大会。

- A. 第一个百年奋斗目标 B. 第二个百年奋斗目标  
C. 第三个百年奋斗目标 D. 第四个百年奋斗目标

2. 党的二十大报告指出，国家安全是民族复兴的根基，（ ）是国家强盛的前提。

- A. 社会稳定 B. 国家安全 C. 民族振兴 D. 人民富强

3. 十年来，我们经历了对党和人民事业具有重大现实意义和深远历史意义的三件大事：一是迎来中国共产党成立一百周年，二是中国特色社会主义进入（ ），三是完成脱贫攻坚、全面建成小康社会的历史任务，实现第一个百年奋斗目标。

- A. 新时代 B. 新纪元 C. 新世纪 D. 新社会

4. 体育教学的主要特点是（ ）

- A. 师生的双边活动 B. 在室外运动场上进行  
C. 从事各种身体活动 D. 主导作用和主体作用的结合

5. 下列现象或表现属于条件反射的是（ ）

- A. 射门时，足球守门员的扑救 B. 吞咽食物  
C. 火烧手，手即缩回 D. 心脏跳动

6. 走和跑的区别在于（ ）

- A. 跑的速度快，走的速度慢 B. 跑时身体重心起伏大、走时身体重心起伏小  
C. 跑的步幅大，走的步幅小 D. 跑时身体有腾空，走时身体没有腾空

7. 在双杠的支撑摆动动作中，应以（ ）为轴摆动。

- A. 手 B. 肩 C. 髋 D. 腰

8. 有一位体育教师品行不良，在自己情绪不好时常欺侮学生，影响恶劣，一次课中将学生踢伤。根据《中华人民共和国教师法》应（ ）。

- A. 予以行政处分 B. 解雇 C. 依法追究刑事责任 D. 承担民事责任

9. 排球比赛场上6名队员分前后排站立，获得发球权的队，6名队员必须按（ ）方向轮转一种位置。

- A. 逆时针 B. 顺时针 C. 任意

10. 马拉松跑全程为（ ），属超长距离跑项目。

- A. 41.195千米 B. 42.195千米 C. 43.195千米 D. 44.195千米

11. 《全民健身计划纲要》颁布公布的时间是（ ）

- A. 1994年 B. 1995年 C. 1996年 D. 1997年

12. 奥林匹克精神是（ ）。

- A. 更快、更高、更强 B. 互相理解、友谊、团结和公平竞争  
C. 团结、友谊、进步 D. 重要的不是取胜，而是参与

13. 行进间单手肩上投篮又称“三步上篮”，是在行进间接球或运球后做近距离投篮时所采用的一种措施。“三步”的动作特点是（ ）

- A. 一大、二小、三高 B. 一大、二大、三高  
C. 一小、二大、三快 D. 一小、二小、三快

14.在有 13 个足球队参与的比赛。若采用淘汰共需( )场就可决出冠军。

A, 10 B. 11 C. 12 D. 13

15.最合理的跳高过杆技术是( )

A. 剪式 B. 跨越式 C. 背越式 D. 俯卧式

16.背越式跳高的助跑是采用( )方式助跑

A. 直线 B. 弧线 C. 直线加弧线 D. 弧线加直线

17.背越式跳高的 8 步丈量法, 为了便于记忆, 可叫做( )

A. 4、5、6 B. 5、6、7

C. 6、7、8 D. 4、6、8

18.篮球比赛时, 5 号队员一脚踩在端线上掷界外球, 裁判员判其:( )

A. 违例 B. 不违例 C. 重新站在线外掷界外球

19.单杠支撑后回环的动作难点是:( )

A. 倒肩压臂腹贴杠 B. 倒肩压臂腹离杠 C. 倒肩压臂昂首支撑

20.运动员运动时, 踝关节扭伤后应:( )

A. 立即热敷按摩 B. 立即冷敷按摩 C. 立即冷敷,24 小时后热敷

## 二、填空题(每空 2 分, 共 20 分)

1.体育与健康课程是一门以( )练习为重要手段、以增进中小 学生( 健康 )为重要目  
的的必修课程。

2.肌肉工作时的直接能源是( ), 它贮存在细胞中, 以肌细胞 为最多。

3.由一列横队变成二列横队时, 应先( )报数。

4.决定投掷项目远度的原由于出手的( )、( )、( )。

5.行进间跳远的四个技术环节是( )、( )、( )、( )。

6.原则篮球场长( )米, 宽( )米, 篮球圈上沿高( )米, 场中圈直径( )米。

7.排球长( )米, 宽( )米, 攻打线距中线( )米。

8.第一届奥运会的( )年举行, 现任国际奥委会主席是( )。

9.随着义务教育全面普及, 教育需从“有学上”转向 ( )。

10.人体能量的直接来源于糖、脂肪和( )。

## 三、判断题(每题 1 分, 共 10 分)

1、径赛的距离应从起点线的后沿量至终点线的后沿。( )

2、排球比赛中后排队员不得参与攻打。( )

3、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。( )

4、健身锻炼与适度的控制饮食相结合, 是公认的安全可靠, 科学的减肥措施。( )

5、耐久跑是提高学生无氧代谢能力的有效手段。( )

6、我国是 1979 年恢复国际奥委会组员国资格的。( )

7、一场足球比赛受到红牌或合计二张黄牌时, 受罚者应罚出场外, 但仍可参与下  
一场比赛。( )

8.体育与健康课程是一门以身体练习为重要手段, 以增进中小 学生 健康为重要目

的必修课程，是学校课程的重要组成部分，是实行素质教育和培养德智体美全面发展人才不可或缺的重要途径。( )

9.篮球运球变向时手应拍击球的上部。( )

10、足球个人攻打战术包括：停球、跑位、运球过人、射门。( )

四连线题：(每小题 2.5 分，10 分)

1 10 分钟走跑交替            A 速度素质

2 劈叉                        B 力量素质

3 俯卧撑                    C 柔韧素质

4 30 米快速跑                D 耐力素质

五、简答题(每小题 10 分，20 分)

1、请编排 5 个队参与篮球单循环比赛各轮次竞赛程序表？(10 分)

2、列出六种发展速度素质的练习措施和手段？(10 分)