

初中 体育与健康

注意事项：

- 1.本试卷满分为**100**分，考试时间为**120**分钟。
- 2.考生必须将姓名、准考证号、考场号、座位号等个人信息填写在密封线内。
- 3.考生务必将【答案】直接填写在答题卡相应位置上，否则无效。
- 4.考试期间，严禁携带任何电子设备，一经发现，立即取消考试资格。

第一部分：时事政治（10分）

一、单选题（每题1分、共5分）

1.党的二十届三中全会于**2024**年**7**月**15**日至**18**日在北京举行，全会审议通过了（ ）。

- A.《中共中央关于全面深化改革若干重大问题的决定》
- B.《中共中央关于进一步全面深化改革、推进中国式现代化的决定》
- C.《中共中央关于全面推进依法治国若干重大问题的决定》
- D.《中共中央关于制定国民经济和社会发展第十四个五年规划和二〇三五年远景目标的建议》

2.2025年4月16日出版的第8期《求是》杂志发表习近平总书记的重要文章《加快建设文化强国》。指出我们要锚定_____年建成文化强国的战略目标。

- ()
- A.2030 B.2035 C.2040 D.2050

3.2020年9月25日至26日，第三次中央新疆工作座谈会在北京召开。习近平总书记在会上强调，当前和今后一个时期，做好新疆工作，要完整准确贯彻新时代党的治疆方略，牢牢扭住新疆工作总目标。这个总目标是（ ）

- A. 经济高质量发展
- B. 社会稳定和长治久安
- C. 民族团结与融合
- D. 生态环境持续改善

4.新时代党的治疆方略中，作为基础和前提，起着引领和保障作用，必须摆在新疆工作更加突出重要位置的是（ ）。

- A. 团结稳疆
- B. 文化润疆
- C. 依法治疆
- D. 富民兴疆

5.全面从严治党，深入推进新时代党的建设新的伟大工程。全面从严治党的核心是（ ）。

- A. 加强党的领导
- B. 全面

C. 严

D. 治

二、填空题（每空 1 分，共 5 分）

1. 习近平总书记在 2023 年 8 月 26 日听取自治区和兵团工作汇报时强调，要牢牢把握新疆在国家全局中的战略定位，在中国式现代化进程中更好建设，并对完整准确全面贯彻新时代党的治疆方略提出了明确要求。

2. 党的二十届三中全会强调，进一步全面深化改革要贯彻坚持党的全面领导、坚持以人民为中心、坚持守正创新、坚持_____、坚持_____、坚持系统观念等原则。

3. 2020 年召开的第三次中央新疆工作座谈会上，将新时代党的治疆方略进一步丰富拓展为“依法治疆、团结稳疆、_____、富民兴疆、长期建疆”，为做好新疆工作提供了根本遵循和行动指南，其中_____强调以中华优秀传统文化为根基，推动各民族文化相互借鉴、共同繁荣，铸牢中华民族共同体意识。

第二部分：课程标准（20 分）

一、填空题（每空 1 分，共 10 分）

1. 体育与健康课程依据学生的学习需要和兴趣爱好，面向全体学生，落实_____、_____、_____

_____、_____”要求，注重“学、练、赛”一体化教学。

2. 体育与健康课程核心素养主要包括_____、_____、体育品德三个方面，集中体现学科育人价值。

3. 课程内容要求初中阶段每节课应安排_____分钟左右体能练习，注重体能发展的全面性、差异性和_____。

4. 学业质量标准以_____为主要维度，结合_____，对学生学段结束时的课程目标达成度进行综合评价。

5. 学习体育与健康课程以健康第一为指导思想，突出学生的_____。

二、名词解释（每题 5 分，共 10 分）

1. 体能：

2. 间隔：

第三部分：专业知识（70 分）

一、单项选择（每题 2 分，共 20 分）

1. 篮球罚球线与篮板的距离为（ ）米。

A、4.57m B、4.60m C、4.55m D、4.50m

2. 足球场地标准长度为 米，宽度为 米。（ ）

- A、105m×68m B、110m×70m C、100m×65m
D、90m×60m

3.田径比赛中，男子100米短跑的世界纪录为（ ）秒。

- A、9.58s B、9.63s C、9.68s D、9.73s

4.体育与健康课程学生成绩评价应从（ ）

- A、知识掌握、技能运用、情感态度、合作精神等多维度综合评价，
B、学习过程、体质健康、运动习惯、心理素质等多方面全方位综合评估，
C、参与程度、进步幅度、自我管理、社会适应等多角度全面衡量，
D、综合素养、实践能力、创新能力、终身发展等多层次系统评价。

5.教师在体育与健康学习评价中起（ ）。

- A、重要作用 B、主要作用
C、特殊作用 D、一般作用

6.下列选项中不属于球类运动项目的是（ ）

- A 足球 B 网球 C 乒乓球 D 铅球

7.田径类运动是_____等运动项目，以及由以上部分项目组成的全能运动项目的总称，其特点是以个人为主独立完成速度、高度或远度等的较量。（ ）

- A.走、跑、跳、投掷 B.爬、跑、跳、投掷
C.跑、跳、投掷、球类 D.跑、跳、投掷、新兴体育项目

8.体育与健康课程核心素养的三个方面是（ ）。

- A.心理健康、社会适应、运动能力 B.运动参与、运动技能、身体健康
C.运动能力、健康行为、体育品德 D.体能、技能、品德

9.在义务教育阶段，体育与健康课程应着重培养学生的（ ），为学生终身体育学习和健康生活方式奠定基础。

- A.体育技能 B.体育知识 C.体育兴趣 D.体育核心素养

10.体育与健康课程强调在教学过程中注重学生的（ ），以激发学生的学习兴趣 and 积极性。

- A.主体地位 B.教师主导 C.教学内容 D.教学环境

二、判断题（每题1分，共20分）

- 1.体育教学中，准备活动的主要作用是降低肌肉粘滞性，预防运动损伤。（ ）
2.初中男生引体向上测试中，悬垂摆动时脚触及地面属于犯规动作。（ ）
3.足球脚背正面踢球的发力部位主要是小腿和脚背。（ ）
4.队列口令“向后转——走”属于连续口令，转体后应继续向前行进。（ ）
5.广播体操教学时，教师示范镜面示范适用于左右方向的动作教学。（ ）

6.肺活量是反映人体呼吸功能的重要指标，测试时应尽量深吸气后再尽力呼气。

()

7.体育课中的运动负荷由运动强度和运动时间两个基本要素组成。()

8.篮球双手胸前传球时，手腕翻转拨球的目的是增加传球的准确性和力量。(

)

9.运动后进行整理活动(放松练习)能促进乳酸排出，缓解肌肉酸痛。()

10.初中女生 800 米跑测试及格标准为 4 分 30 秒，若学生成绩为 4 分 28

秒，应计为良好等级。()

11.根据《义务教育体育与健康课程标准(2022 年版)》，“跨学科主题学习”

要求将体育与语文、数学等学科知识融合，例如用数学统计运动数据。()

12.排球“正面双手垫球”技术中，击球点应保持在手腕以上 10 厘米左右小臂内

侧平面。()

13.体育课程评价应仅关注学生的运动成绩。()

14.运动中发生肌肉痉挛(抽筋)，应立即用力拉伸痉挛肌肉。()

15.跨越式跳高的助跑方式采用直线助跑。()

16.根据《义务教育体育与健康课程标准(2022 年版)》，体育学科核心素养

包括运动能力、健康行为和体育品德三个方面。()

17.体育教学中，“发现法”的主要目的是培养学生的自主探究能力和创新思维。

()

18.在制定体育课时计划时，运动密度应控制在 40% - 60% 之间。()

19.篮球运球练习时，应注重手指和手腕的力量控制。()

20.足球比赛中，角球战术的运用需考虑队员的身高和位置分布。()

三、简单题(共 2 小题，共 15 分)

1.请简述体育课程的总目标是什么?(9 分)

2.某校举办初中年级篮球班级联赛，初一年级共有 7 个班级参赛。比赛采用单

循环赛制，请计算出比赛场数?(6 分)

四、论述题(共 1 题，15 分)

1. 试述体育教学对学生身心发展的作用。