

高中体育与健康试卷

学校：_____ 姓名：_____ 成绩：_____

一、填空题。（每题 2 分，共 20 分）

1、2022 版《义务教育课程标准》强化了课程育人导向，优化了结构,研制了学业质量标准,增强了指导性,加强了_____。

2、义务教育课程规定了_____、教育内容和_____,体现国家意志,在立德树人中发挥着关键作用。

3、体育与健康课程坚持“健康第一”教育理念，以中国学生发展_____为引领,重视_____、体育与健康教育相融合，充分体现健身育人本质特征。

4、引导学生形成_____的意识及良好的生活方式，促进学生_____、体魄强健、全面发展。

5、体育与健康课程依据学生的学习需求和兴趣爱好，面向全体学生，落实“_____”要求，注重“_____”一体化教学。

二、选择题。（每题 2 分，共 20 分）

1、第一届现代奥林匹克运动会是（ ）年在希腊举行的

A、1894 B、1896 C、1900 D、1890

2、某个人进行 100 米比赛时，假设平均步长 2 米平均步频 4 步/秒则用了（ ）。

A、12"40 B、12"45 C、12"50 D、12"60

3、奥运会的会旗为白色的底色，中央有五个套联的环，自左至右的颜色为（ ）

A、蓝、黄、黑、绿、红 B、蓝、黑、黄、绿、红

C、蓝、黑、黄、绿、白 D、红、绿、黑、黄、蓝

4、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方法。“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

5、《体育与保健》课开始上课整队时，老师（或体育委员）一般按（ ）顺序发出队列口令。

A、立正—向右看齐—向前看—报数—稍息

B、稍息—立正—报数—向右看齐—向前看

C、立正—报数—向右看齐—向前看—稍息

D、立正—向前看—报数—稍息—立正

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、跑的步副大，走的步幅小

D、跑时身体有腾空，走时身体没有腾空

7、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（ ）方向轮转一个位置。

A、逆时针 B、顺时针 C、任意 D、不换位

8、中国古代教育中的“六艺”（礼、乐、射、御、书、数）中属于体育范畴的是（ ）。

A、礼、乐 B、乐、射 C、射、御 D、御、数

9、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

10、对学生进行运动技能成绩的评定可采用（ ）

A、定量评定 B、定性评定

C、定性与定量相结合 D、因人而异

三、名词解释。（每题 3 分，共 9 分）

1、体育教学原则

2、讲解法

3、体育方法

四、判断题（每题 1 分，共 8 分）

1、排球比赛中 A 队队员在接发球时，用脚将球踢到了对方场内，裁判员判其违例。（ ）

2、体育评价应实现多样化，将定量分析和定性分析相结合。（ ）

3、径赛的距离应从起点线的后沿量至终点线的后沿。（ ）

4、足球个人进攻战术包括：停球、跑位、运球过人、射门。（ ）

5、如八个队员参加比赛，采用单淘汰制，其比赛场次为七场。（ ）

6、新课程《体育与健康》体现了实用性、活动性、兴趣性和时代性特点，突出了课程以身体锻炼为主要手段，增强学生健康为主要目的的课程性质。（ ）

7、科学的身体锻炼可以促进人体形态、机能的发育，运动能力的提高，适应环境抵抗疾病能力的增强。（ ）

8、习水平目标为运动参与、运动技能、身体健康、心理健康、社会适

应。()

五、简答题 (每题 5 分, 共 15 分)

1、体育与健康课程的课程理念是什么?

2、体育与健康课程的目标是什么?

3、学校每年度均要举行一次以田径为主要项目的运动会, 现将编制一本运动会的秩序册。请你简述学校田径运动会秩序册主要包括哪些内容:

2、22 版课程标准修订原则是什么?

3、列出六种发展速度素质的练习方法和手段?

六、简述题 (每题 7 分, 共 28 分)

1、义务教育阶段体育与健康课程内容主要包括哪些?

4、阐述在体育与健康课程实施过程中教师如何促进课内外有机结合, 引

导学生养成良好的体育锻炼习惯？