一、选择题

1、北京奥运会的举办时间 B

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 D8月9日至8月24日

2、第29届奥林匹克运动会会徽又名       C

A 五彩祥云        B 搏动的行星        C 中国印．舞动的北京 D动感全球

3、中国第一位奥运形象大使是      B

A 成龙          B 邓亚萍          C 杨澜 D姚明

4、中国成功申办了第（　　）届奥运会 C

A  30                B 26              C 29 D 28

5、获得奥运会金牌最多的中国选手是          A

A 伏明霞、邓亚萍    B 邓亚萍、李宁        C 李宁、伏明霞  D李宁， 王义夫

6、2010年成功举办亚运会的城市是        C

A 东京          B 吉隆坡          C 广州      D多哈

7、我国第一位获得“欧文斯奖”的田径运动员是（      ）。C

Ａ 黄志红　　Ｂ 朱建华　 　Ｃ 王军霞 D刘翔

8、世界男子网球界( )拥有[ATP](http://baike.baidu.com/view/37286.htm)排名历史上单打世界排名第一连续周数最长的纪录（237周，2004–2008年间） C

A 桑普拉斯 B 纳达尔 C 费德勒 D阿加西

**9、第29届奥运会游泳比赛中，为中国队获得金牌的运动员是B**

**A庄泳 B 刘子歌 C孙杨 D齐晖**

**10、北京奥运会的主题口号是什么** B

A共有一个世界，共有一个梦想 B同一个世界，同一个梦想

C永远的朋友 D动感亚洲，感动世界

**11、请列举北京奥运会的6座协办城市**  B

A 沈阳、重庆、贵阳、青岛、徐州和香港。 C沈阳、重庆、贵阳、青岛、徐州和澳门

B 天津、秦皇岛、上海、沈阳、青岛和香港。 D上海、重庆、贵阳、青岛、徐州和香港

12**、香港将承办北京奥运会哪个项目的比赛**  A

A、马术比赛 B、摔跤比赛 C、帆船 D、棒球

13、每年（ ）为全民健身日 B

A、6月8日 B、8月8日 C、10月8日 D、11月26日

14、有8个篮球队参加单淘汰赛 共有几场比赛 B

A8 B7 C6 D5

15、第一个登陆NBA的中国篮球运动员（B）。

A巴特尔 B王治郅 C姚明 D刘玉栋

16、帮助中国拿到奥运会第一枚金牌的是（B）

A李宁 B 许海峰 C邓亚萍 D王义夫

17、在中国被称为体操王子的是（A）

A李宁 B李小双 C杨威 D李小鹏

18、1990年的亚运会是在中国哪个城市举办的（C）

A济南 B上海 C北京 D成都

19、世界足坛被称为银河战舰的球队是（B）

A曼联 B皇家马德里 C巴塞罗那 D利物浦

20、现代足球发源地（A）

A英国 B美国 C法国 D中国

注（现代足球发源地是英国 古代足球发源地是中国 ）

21、中国国家男足唯一一次闯进的世界杯时哪届(D)

A2006德国世界杯 B1998 法国世界杯 C2010南非世界杯 D2002韩日世界杯

22、中国北京在哪一年赢得了第二十九届奥运会的举办权（B）

A2002年 B2001年 C2000年 D1999年

23、2008年北京奥运会 取得男乒冠军的是 （A）

A 马琳 B王皓 C王励勤 D马龙

24、在NBA被称为滑翔机的是（D）

A乔丹 B约翰逊 C巴克利 D德勒克斯勒

25、第一个登陆欧洲足球冠军联赛的中国球员是（C）

A蒿俊闵 B董方卓 C孙祥 D范志毅

26、2008北京奥运会中国军团第一金得住是 （B）

A王义夫 B陈燮霞 C杜丽 D邹凯

27、称为世界五大球王之一的中国足球运动员的是(C)

A容志行 B年维泗 C李惠堂 D郝海东

28、世界网坛（ ）被称为红土之王的是（D）

A费德勒 B 达维登科 C德约科维奇 D纳达尔

29、被称为F1之王的舒马赫上次退役时从哪个车队退役的(A)

A法拉利 B迈凯轮 C雷洛 D丰田

30、中国奥运史上获金牌数最多的体育项目是(B)

A乒乓球队 B.跳水队 C.射击队 D体操队

31、单届奥运会获得金牌数量最多的个人是（A）

A菲尔普斯 B博尔特 C李小鹏 D盖伊

32、今年的世界杯时西班牙第几次捧得大力神杯（A）

A第一次 B第二次 C第三次 D第四次

33、被称为铿锵玫瑰的中国女足在世界杯的最好成绩是第几名（C）

A第四名 B第三名 C第二名 D第一名

34、第一届奥运会是在哪个国家举行的（B）

A法国 B希腊 C英国 D美国

35、中国第一个田径世界冠军是谁？A

A黄志红 B王军霞 C 刘翔 D朱建华

36、奥林匹克日是哪一天？ A

A6月23日 B 6月26日 C8月28日 D8月8日

37、世界乒乓球锦标赛男子单打冠军的奖杯是（A）。  
A、 勃莱德杯　 B、汤姆斯杯　 C、斯韦思林杯　 D、尤伯杯  
38　二、世界大学生运动会每（B）举办一届  
A、4年　 B、2年　 C、3年　 D、5年  
39、首届奥运会上组委会按照古老传统向获胜运动员鲜花环，冠军的花环是用（A）编制的  
A、 橄榄枝　 B、花藤　 C、棕榈叶 　D、树枝

40 、2010年冬季奥运会在哪里举办D

A 瑞士 B 盐湖城 C 都灵 D温哥华

41、为中国代表团取得冬奥会第一块金牌的 B

A王濛 B 大杨扬 C韩晓鹏 D[李妮娜](http://baike.baidu.com/view/56055.htm)

42、2008年 8月8日，第28届奥运会在北京开幕，其中田径赛是最热门的赛事之一。下列对“田径赛”的理解错误的是（D )

A田径赛是田赛和径赛的合称，是根据场地命名的。

B“田”指广阔的天空或原野，“径”指跑道或道路。

C田径赛中的田赛是跳跃和投掷项目的总称。 D田径赛其实就是所有跑步比赛的总称。

43、现今世界百米赛跑的记录持有者是 B

A 鲍威尔 B 博尔特 C 埃文斯 D 格林

44、现今世界百米赛跑的世界记录是多少 C

A 9,69 B 9,45 C 9,58 D 9,72

45、牙买加破男子4x100世界纪录 在那届田径世锦赛上 D

A 瑞士洛桑 B 美国 洛杉矶 C 德国 柏林 D 韩国 大邱

46、110米栏的世界纪录保持者 B

A 刘翔 B 罗伯茨 C博尔特 D特拉梅尔

47、刘翔在哪次比赛中追平了由[英国](http://baike.baidu.com/view/3565.htm)韦尔斯的[科林·杰克逊](http://baike.baidu.com/view/1061481.htm)在1993年创造并保持12 秒91 A

A 雅典奥运会 B 北京奥运会 C洛桑世锦赛 D 大邱世锦赛

48、足球比赛开球时,守方每一位队员需站在开球点 A

A10码 B12码 C15码 D20码以外.

49、足球比赛时,驱逐球员出场用的牌子为B

A黄色 B红色 C橘色 D白色.

50、一般国际足球赛的比赛时间为 A

A九十 B八十 C七十 D六十分钟.

51、足球比赛时,出场比赛人数为每队十一人,若少於多少人出场时,裁判员有权暂停或终止比赛. A A七人 B八人 C九人 D十人

52、足球比赛时,可替换人数为C

A一人 B二人 C三人 D四人.

53、足球比赛时,替换球员应从C

(A)球门线 (B)中圈 (C)中线 (D)底线处入场.

54、足球比赛开始时或得分后,球应于（）发球 C

(A)罚球点 (B)球门 (C)中点 (D)终点往前踢出才是开始比赛.

55、足球比赛中在何种情况下称为越位 C

(A)在己方半场,攻方与最后二名球员平行 (B)在对方半场,攻方与最后二名球员平行

(C)当同队队员踢或触球瞬间,队员处於越位位置 (D)以上皆是.

56、社会组足球比赛的时间,在我国足球协会的规定是 A

(A)九十 (B)八十 (C)七十 (D)六十分钟.

57、当球的多少部分球体,无论在空中或地面越过边线或端线,应判界外球.D

(A)1/2个 (B)1/3个 (C)3/4个 (D)1

58、篮球基本站立姿势是所有移动技术的准备姿势，它的动作要领是：(　B　)

(Ａ) 上体前倾，全脚掌着地；

(Ｂ) 两脚自然前后或平行开立，两膝自然弯曲，重心位于两脚之间，两臂自然下垂于体则；

(Ｃ) 两腿直立，重心高，两臂屈肘下垂，置于体侧

(Ｄ) 两腿弯曲，重心在体前，两臂自然下垂于体侧

59、篮球滑步移动时，异侧脚向移动方向蹬地跨出，转移和控制身体重心，以便衔接奔跑或滑步动作。这个动作方法是(　D　)。

(Ａ) 攻击步；(Ｂ) 侧滑步；(Ｃ) 绕步；(Ｄ) 交叉步

60、篮球滑步移动时，用前脚掌内侧蹬地，加上腰部用力向后转动，同时后脚碾地，前脚后撤，紧接滑步。这种动作方法叫(　B　)。

(Ａ) 侧滑步；(Ｂ) 后撤步；(Ｃ) 攻击步；(Ｄ) 交叉步

61、只允许( B )在比赛期间在球队席区域保持站立，

A 队长 B教练 C球队顾问 D任意球员

62、篮球比赛的第四节双方的比分打成平局需要进行决胜去的比赛，每个决胜期的时间为D

A 2分钟 B3分钟 C4分钟 D 5分钟

63、篮球比赛中，当某队的场上参加比赛的队员少于( A )名时，比赛应宣布结束，判该对”“缺少场上队员”而告负

A 2 B 3 C 4 D 5

64、投篮时能否牢固地控制球和完成投篮动作的前提是(D　　)。

(Ａ) 球的旋转是否正确； (Ｂ) 抛物线是否正确；

(Ｃ) 瞄准点是否正确； (Ｄ) 掌握正确的握球方法

65、投篮是靠(　D　)最后集中到手腕、手指上将球投出。

(Ａ) 屈膝蹬地力量； (Ｂ) 腰腹伸展力量；

(Ｃ) 手臂力量； (Ｄ) 身体各部的综合力量

66、篮球比赛中的违反体育道德犯规的罚则是C

A界外球 B一罚一掷 C两罚一掷 D直接驱逐出场

67、运球转身的技术动作关键是( D )要一拍完成。

(Ａ) 身体重心不得上下起伏； (Ｂ) 转身时要降低重心；

(Ｃ) 运球转身前将球控制在身体侧面； (Ｄ) 拉球动作和转身动作

68、1924年，第一届冬季奥运会在（ B ）举行。

A．美国 B．法国   C.雅典 D德国

69、第28届奥运会中，我国在奖牌大国中位居第几位？（ B ）   
A 二  B 三 C一 D 四  
70、冬季奥运会共举办过多少届？（ B ）   
A 12    B 18 C 11 D13  
71、奥林匹克会旗-五环旗的设计者是？ A

A  顾拜旦  B劳伦斯 C萨马兰奇 D欧文   
72、五星红旗第一次在奥运村上空高高飘扬是（）年。D

A1956 B1960 C1964 D1952   
73、中国奥运史上获得金牌数最多的是？（ B ）    
A 乒乓球队   B 跳水队  C体操队 D射击  
74、第一位获得奥林匹克勋章的中国运动员是？（ A ）    
A 荣高棠  B 霍英东  C 邓亚萍 D 许海峰  
75、新中国首次参加奥运会的时间是？（ A ）    
A 1952年  B 1956年  C 1960 D1964  
76、1960年，国际伤残人体育联合会成立，同年在（ A ）举办了第一届国际伤残人奥运会。   
A.罗马    B.瑞典    C.英国 D 瑞士  
77、2008年北京主办第几届残奥会？（ B ）    
A 12              B 13  C11 D14  
78、2008奥运会开幕式是在哪一天？（ A ）   
A．2008年8月8号        B.2008年7月13日 C2008年8月24 D2008年8月6日  
79、内家拳的一个共同特点就是都直接运用中国哲学理论阐释拳理,重视修身养性,下列不属于内家拳的是( B )   
A.  形意拳  B.少林拳  C.太极拳  D.八卦拳   
80、1997年经原国家体委批准颁布了“中国武术段位制”,将武术段位定为( C )   
A.     二级六段  B.三级六段  C.三级九段  D.二级四段   
81、1991年再北京举办了第一届世界武术锦标赛,以后每几年举行一次?( D )   
A.1年  B.2年  C.3年  D.4年   
82、太极拳是中国武术的优秀拳种之一,它的动作柔和﹑轻灵﹑缓慢,其运动如抽丝,圆活不滞,动中有静,静中有动;整套动作如行云流水,连绵不断.请问它的发源地是( B )   
A.     四川-峨眉山  B.河南-温县  C.广东-佛山  D.山东-曹县   
83、在散打比赛中禁止击打的部位是:（ A B C ） A．后脑 B颈部 C裆部 D面部   
84、跆拳道古称跆跟、花郎道，是起源于哪国的民间武艺。（ B ）   
A古代埃及  B古代朝鲜  C古代中国  D古代日本   
85武术在我国有几千年的的历史，在各个朝代都有不同的说法，如拳勇、手搏、角力、相搏、武艺、角抵、国术等等，新中国成立后，正式定为“武术”。请问武术在民国时期被称为？（ A ）   
A国术  B角抵  C相搏  D拳勇

86NBA历史上最高的个人单场得分记录是多少分？A

A、100　 B、101　 C、102　 D、103   
87、2008年奥运会，除北京作为举办城市以外，还涉及香港特别行政区、青岛、天津、秦皇岛、沈阳和（     B     ）等6个赛区。   
A．广州    B．上海    C.南京    D．深圳   
88、（     D    ）奥运会首次研制成功并采用血检和尿检并举的兴奋剂检测办法。   
A．巴塞罗那    B．斯德哥尔摩    C.东京    D．悉尼   
89、1936年（    A     ）奥运会首次实现电视实况转播。   
A．柏林    B．悉尼    C.汉城    D．东京   
90、（     A     ）年，北京赢得2008年奥林匹克运动会的举办权。   
A．2001    B．2002  C.2003    D．2004   
91、“可持续发展”在国际文件中最早出现在1980年的（      A      ）中。   
A．世界自然保护大纲    B．我们共同的未来  C.21世纪议程    D．生物多样性公约   
92、（    C    ）年，国际奥委会正式成立环境委员会，环保被列为现代奥运会的主题之一。   
A．1988    B．1992  C.1996    D．2000   
93、经过100多年的发展，现代奥运会已成为来自五大洲、四大洋（ B   ）个成员国家（地区）的大聚会。   
A．210    B．203  C.193    D．184   
94（    A     ）年，国际奥林匹克委员会成立标志着现代奥林匹克运动的诞生。   
A．1894    B．1896    C.1900    D．1906   
95、（     D    ）年，第一届冬季奥运会在法国举行。   
A．1894     B．1896    C.1906    D．1924   
96、1930年，国际奥委会决定将奥运会的举办周期限制在（    C     ）天。   
A．10    B．12    C.16    D．24   
97、（     B    ）年，国际伤残人体育联合会成立，同年在罗马举办了第一届国际伤残人奥运会。   
A．1956    B．1960    C.1964    D．1968   
98、从1984年开始，国际奥委会号召每年的（   D   ）月（   D   ）日为“奥林匹克日”。   
A．7，13    B．7，23    C. 6，13    D．6，23   
99、第一个奥运会吉祥物叫（    C     ）。   
A．山姆    B．悉德    C.雪士    D．科比   
100、奥林匹克精神通常包括参与原则、竞争原则、公正原则、友谊原则和（    A     ）。   
A．奋斗原则    B．发展原则    C.竞技原则    D．全面原则   
101、（     D      ）年，中华全国体育协进会被正式承认为国际奥委会团体会员，成为国际奥委会承认的中国奥林匹克组织，行使中国奥委会职能。  
A．1979    B．1957    C.1945    D．1931   
102、（      A     ）年，第29届奥林匹克运动会组委会香港马术委员会正式成立。   
A．2005    B．2004    C.2003    D．2002   
103、2006年4月16日，北京奥运会开、闭幕式工作团队正式组建，著名导演（    D     ）任开、闭幕式总导演。   
A．陈凯歌     B．陈维亚    C.张继刚    D．张艺谋   
104、第一届全运会于年在省（市）举行。（答案：A）    
A、1959年北京市　 　B、1958年上海市

C、1959年广东省  D、1958年天津市  
105、十运会主题口号是。（答案：B）    
A、拼搏十运梦圆奥运　B、拼搏2005梦圆2008　C、活力江苏激情十运    
106、世界卫生组织在１９９２年明确指出：世界上最好的运动是。（答案：C）    
A、慢跑　　 B、登山　　 C、散步　　 D、游泳    
107、我国的体育彩票是在年开始上市发行的。（答案：B）    
A、1986 　 　B、1987 　　 C、1988  D1992  
108、新中国体育史上第一个世界纪录是谁创造的？（答案：A）    
A、陈镜开　　B、许海峰　　C、容国团  D黄志宏  
109、1995年，国务院颁布的和全国人大通过的体育法都是坚持群众体育与竞技体育协调发展的方针。（答案：A）    
A、《全民健身计划纲要》　 B、《体育健身纲要》

C、《全民健身法》  D《全国健身实施方针>>  
110、体育竞技与体育健身都需要坚持锻炼，两种锻炼的主要区别是。（答案：C）    
A、运动时间　 　B、有氧或无氧　　 C、负荷强度大小   D运动场地  
111、中国女子跳水运动员( )被美国《游泳世界》评为年女子跳台跳水世界最佳运动员？（答案：C）    
A 郭晶晶 B 伏明霞 C 周继红 D吴明霞  
112、在球类运动中，篮球、橄榄球、足球、排球中最重？（答案：A）    
A、篮球　　 B、橄榄球　 　C、足球　　 D、排球   
113、国家对优秀运动员在（ A ）方面给予优待。   
A、就业或者升学  B、就业  C、升学  D、就业和升学   
114、城市应当发挥（ A ）等社区基层组织的作用，组织居民开展体育活动。   
A、居民委员会  B、街道办事处  C、文体活动站  D、社区服务中心   
115、全民健身计划第二期工程自（ C ）年，经过十年的努力，把全民健身工作提高到一个新的水平，基本建成具有中国特色的全民健身体系。   
A、1996-2005  B、2001-2015  C、 2001-2010  D、2011-2020   
116、体育工作坚持以开展（ B ）为基础，实行普及与提高相结合，促进各类体育协调发展。   
A、学校体育活动  B、全民健身活动  C、竞技体育活动 D、奥林匹克运动   
117、全民健身计划以全国人民为实施对象，以（ B ）为重点。   
A、知识分子  B、青少年和儿童  C、中老年人  D、工人和农民   
118、《奥林匹克标志保护条例》中所称的奥林匹克标志权利人不包括（ D ）。    
A、国际奥林匹克委员会    B、中国奥林匹克委员会

C、第29届奥林匹克运动会组织委员会  D、第29届奥林匹克运动会申办委员会

119、运动员违反《反兴奋剂条例》的规定，由有关体育社会团体、运动员管理单位、竞赛组织者做出（ D ）的处理。   
A、取消参赛资格  B、取消比赛成绩

C、禁赛  D、取消参赛资格、取消比赛成绩或者禁赛   
120、把推行全民健身计划纳入国民经济和社会发展的总体规划，坚持（ D ）协调发展的方针，以普遍增强人民体质为重点，加强领导，统筹规划，切实抓出成效。   
A、群众体育与体育产业  B、全民健身与体育科技

 C、 体育科技与体育产业  D、群众体育与竞技体育 　   
121、“人生能有几回搏”这句名言最初出自哪位运动员？   
A、 容国团　 B、朱建华　 C、许海峰　 D、郎平 　（A）   
122、艺术体操分几种比赛？   
A、2种 B、3种　 C、4种　 D、5种 （A）

123、游泳比赛总共有多少种游泳姿势？   
A、2种　 B、4种　 C、6种　 D、8种 （B）

124,美国篮球梦之队首次亮相并夺冠于哪届奥运会上 B

A 1996年亚特兰大 B 1992 巴塞罗那 C 1988汉城 D 2000 悉尼

125，世界大学生运动会每几年举办一次 D

A 4 B 5 C 3 D 2

126、体操比赛中共设（）个项目。B

A．14 B．12 C．16 D.15

127、柔道比赛可以通过摔倒对方来得分，也可通过柔道技巧来控制对方，使对方在（A ）内不动，得一分叫一本。

A．25秒 B．40秒 C．60秒. D 10秒

128、在羽毛球单打比赛中，一名运动员连续击球（B ）次，谓之连击。

A．3 B．2 C．5 D.4   
129、在网球比赛中，一方先胜6局为胜一盘，双方各得5局时，一方必须净胜（B ）局才算胜一盘.

A．3 B．2 C．5 D .6

130,2011年获得法网冠军的中国女子网球运动员是D

A郑洁 B晏紫 C 孙甜甜 D李娜

二判断题

1、激烈的运动过后不能大量喝水。（ ）√   
2、跑步比赛一结束可以马上坐下来休息。（ ）×   
3、健康不是没有疾病，而是人们的身体和心理都处在完整的良好状态。（ ）√   
4、奥林匹克标志五环的颜色由左向右为蓝、黄、黑、绿、红。（ ）√   
5、第九届全国运动会的举办地是北京。（ ）×   
6、２０００年北京申奥标志是“太极人”。（ ）√

7、我国女篮在奥运会上的最好成绩是在第5届奥运会上获得的亚军； √  
8、 中国在第16届冬奥会上首次实现了"零"的突破，叶乔波获得了2枚银牌，李琰也获得9枚银牌； √  
10、 中国奥运史上获得金牌最多的运动员是邓亚萍和郭晶晶，各获得4枚金牌；× 伏明霞   
11、国际奥委会、国际单项体育联合会和国家奥委会构成了奥林匹克运动组织的三大支柱；   
12、中国首次进入金牌榜前三名是在2000年的第26届奥运会上； X  
13、在一届奥运会上获得金牌最多的运动员是李宁，第23届奥运会共获三枚√；   
14、第一届冬奥会1924年在法国夏蒙尼举行；√   
15、举办奥运会最多的国家是美国，共举办过8次； X   
16、世界最出色的撑杆跳运动员是布勃卡。从1984年起，他连续13次刷新世界纪录

17、李婷婷、孙甜甜的悉尼奥运会双打冠军 √

18、足球比赛中凡是在禁区内的犯规 都必须被判点球X

19、排球比赛 发球时可以在球场的端线后任意一点进行√

20、在广播体操的教学中 ，教室多采用镜面师范授课√

21、减肥的最佳方法是运动、节食双管齐下。 √

22、所有分道之赛跑，每一位选手从起点至终点的全程中可以越出其指定之道次 X

23、排球比赛中，可以用身体任何部分触球，唯击球必须清晰，不可持球或抛球 √

24、羽毛球比赛中男子单打先得21分的球员，为胜一局。 X

25、乒乓球发球员所发的球，在触网或触及网柱后越过网，不论是落入对方球台或被对方在桌面上方立体空间内拦截（即球未触及台面而进行空中击）此球不算，应重新发球。 √

26、长跑时最需要的持久性，而持久性要有系统的反复练习才能得到。√

27、正式篮球比赛中，当一位球员持球时，防守者从背后跃起而撞到持球者的身体，防守者是侵人犯规。 √

28、为提高小学生力量素质和合作精神,经常开展拔河、搬运重物等活动是值得提倡的。X

29、学生报数时，从头到尾各个都要转头报数。X

30、学生身体的匀称度是通过身高标准体重来评价的。 √

31、减肥的最佳方法是运动、节食双管齐下。 √                 
32、所有分道之赛跑，每一位选手从起点至终点的全程中可以越出其指定之道次 X  
33、排球比赛中，可以用身体任何部分触球，唯击球必须清晰，不可持球或抛球 √                                                  34、羽毛球比赛中男子单打先得21分的球员，为胜一局。 X       
35、乒乓球发球员所发的球，在触网或触及网柱后越过网，不论是落入对方球台或被对方在桌面上方立体空间内拦截（即球未触及台面而进行空中击）此球不算，应重新发球。 √                                        
36、长跑时最需要的持久性，而持久性要有系统的反复练习才能得到。√  
37、正式篮球比赛中，当一位球员持球时，防守者从背后跃起而撞到持球者的身体，防守者是侵人犯规。 √                                      
38、为提高小学生力量素质和合作精神,经常开展拔河、搬运重物等活动是值得提倡的。 X                                                  39、学生报数时，从头到尾各个都要转头报数。X  
40、学生身体的匀称度是通过身高标准体重来评价的。 √

51、体育课程改革的目的是为了提高学生兴趣，淡化技能教学. X  
52、体育运动本身的特征之一就是团结合作，所以学生在体育学习过程中都需要合作。X  
53、国际比赛中短跑的起跑姿势只有蹲矩式起跑一种。√  
54、强调学生的积极参与，体现学生的主体地位，给学生留有充分的时间参与活动，这种体育教学是“放养式”教学。X  
55、关注学生的个体差异与不同需求，确保每个学生受益属于课程标准的基本理念。√  
56、 排 球比赛中严禁用脚踢球。X  
57、 小学1-----6年级的体育教学，在让学生体验参加体育活动的同时，还应加强对运动技能的学习 。X   
58、口令是体验教师课堂常用的指令性术语，动令和预令之间不应有任何停顿，以免影响学生的行动。X  
59、体育的任务是把所有潜藏在人身上的天赋的生理力量全部发挥出来，没有各种体力的发展，就谈不上劳动的教育，劳动的习惯，技能的培养训练 X  
60、三维健康观是指对空气，环境，身体处于良好状态的认识 。√

61、学校体育是一种具有强制性的教育，是社会体育的基础。X  
62、学生的学习方式的改变应重视提高学生的自主学习、探究学习和合作学习的能力，以促进学生学会学习，提高体育学习和增进健康的能力。√  
63、高中学生体育与健康学习成绩评价应采用等级评定。√  
64、人体每天消耗的能量来自营养素，营养素包括糖、蛋白质、维生素、无机盐和水。√  
65、水平六是对全体高中学生的共同要求。X  
66、田径运动径赛中，判定运动员到达终点的名次顺序是以运动员躯干的任何部分触及终点后沿垂直面的先后为准。X  
67、淡化体育教学中的竞技化倾向就是淡化技术教学。√  
68、分组教学有分组轮换和分组不轮换。√  
69、篮球运动起源于美国，由美国麻省奈•史密斯在1891年发明的。√  
70、足球比赛中罚间接任意球可以直接射门得分。√

71、径赛的距离应从起点线的后沿量至终点线的后沿。 ( √ )

72、排球比赛中后排队员不得参与进攻。(×)

73、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。 (×)

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

75、耐久跑是提高学生无氧代谢能力的有效手段.（×）

76、我国是1979年恢复国际奥委会成员国资格的。（ √ ）

77、一场足球比赛受到红牌或累计二张黄牌时，受罚者应罚出场外，但仍可参加下一场比赛。(×)

78、体育与健康课程是一门以身体练习为主要手段，以增进中小学生健康为主要目的必修课程，是学校课程的重要组成部分，是实施素质教育和培养德智体美全面发展人才不可缺少的重要途径。（ √ ）

79、篮球运球变向时手应拍击球的上部。 ( × )

80、足球个人进攻战术包括：停球、跑位、运球过人、射门。 （×）

81、支撑摆动要求以肩为轴，脚向远伸，髋向远送，身体伸直。（ √ ）

82、直腿后滚翻的保护与帮助是保护者单手提拉练习者臀部，帮助推手和翻转。（ × ）

83、韵律操比赛，可设规定动作和自选动作。规定动作由竞赛组织部门确定，采用统一的动作和音乐进行。 （ √ ）

84、侧向滑步推铅球最后用力动作是通过蹬腿、送髋、转体、挺胸、低头、推臂、拨球连贯动作将球推出； （ × ）

来源：(<http://blog.sina.com.cn/s/blog_46d9fd7f0100b109.html>) - 体育教师专业知识考试题(1)\_阿杜\_新浪博客85、足球个人进攻战术包括：停球、跑位、运球过人、射门。 （ × ）

86、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（ × ）

87、急停是快速移动中突然停止，借以甩开防守者的方法。动作有一步急停和两步急停。（ √ ）

88、如八个队员参加比赛，采用单淘汰制，其比赛场次为七场。 （ √ ）

89、长拳的手法主要有拳、掌、勾，步法主要有马步、弓步、仆步、虚步、歇步。       （ × ）

90、重力休克是在剧烈运动中，由于体内大量缺氧所引起的暂时性脑贫血而发生的休克。（ × ）

91、现阶段初中阶段每周每班应安排3节体育课。  （∨）

92、追逐跑是发展学生灵敏素质的有效方法。  （Ⅹ）

93、2008年北京奥运会帆船比赛将在秦皇岛举行。  （Ⅹ）

94、跨越式跳高助跑倒数三步的比例是大、中、小。  （Ⅹ）

95、人体速度素质发展最快的敏感期10－13岁。  （Ⅹ）

96、国家颁布的学生体质健康标准中规定，身高、体重、肺活量等都属于身体形态项目。  （Ⅹ）来源：(<http://blog.sina.com.cn/s/blog_46d9fd7f0100b49e.html>) - 体育教师专业知识考试题(3)\_阿杜\_新浪博客

97、排球比赛发球时可以在球场端线后任意一点进行。  （∨）

98、分腿腾越练习时，保护人应站在跳箱前方。  （ Ⅹ ）

99、在广播体操的教学中，教师多采用背面示范授课。  （Ⅹ）

100、田径项目比赛中，竞赛项目的距离应从某起点线后沿至终点线的前沿。（∨）

101、根据科学研究，糖是你运动时身体能量的主要来源。（ √ ）

102、测量安静时脉搏一般在安排在上午比较好，年龄越小，脉搏越慢。     （ × ）

103、田径比赛规则规定，对第一次起跑犯规的运动员应给予警告，之后的每次起跑犯规的运动员均应取消该项目的比赛资格。     （ √ ）

104、排球规则规定，替补队员每局只能一场比赛一次，替补开始上场阵容的队员。而且他只能由被他替换下场的队员来替换。     （ √ ）

105、田径项目比赛中，竞赛项目的距离应从某起点线后沿至终点线的前沿。（ × ）

106、普通高中《标准》中规定，学生在田径类项目系列中至少必修1学分。（√）

107、学生身体的匀称度是通过身高标准体重来评价的。（√）

108、体育教学中的篮球运动是一项集体对抗性的球类游戏。（√）

109、在实施《标准》时，五个学习领域目标在每节体育课上都要有所体现。（ⅹ）

110、台阶试验，主要用以测定心血管系统功能，也可以间接推断机体的耐力。（√）

三 填空题

1、被称为撑杆跳女王的是谁 伊辛巴耶娃

2、被称为世界三大体育赛事的是 世界杯 F1 奥运会

3、中国男足在亚洲杯上的最好成绩是第几名 第二名

4、姚明是哪一年登陆NBA的 2002

5、曾获亚洲足球先生的中国足球运动员是谁 范志毅

6、被国际足联评为20世纪的世纪足球小姐的中国足球运动员是谁 孙雯

7、2010广州亚运会是第几届亚运会 十六届

8、北京奥运会的吉祥物是五“福娃”——“贝贝”“晶晶”“欢欢”“迎迎”“妮妮”。

9、奥运火炬是“祥云”。奥运会徽是“中国印”

10、中国足球在奥运史上的最好成绩是什么？在哪届奥运会上取得的？

第26届亚特兰大奥运会上女足获亚军

11、巴西足球队一共夺得几届世界杯赛冠军？ （５届）

12、１９７６年联邦德国在一份权威性杂志上评出足球史上五位球王，他们是：巴西的贝利、英国的马修斯、西班牙的史蒂芬诺、匈牙利的普斯卡士和中国的谁？（李惠堂）

13、2010年温哥华冬奥会上成成为中国卫冕冬奥会冠军第一人 王濛

14、2010年温哥华冬奥会上为中国代表团拿到第一金的是谁 什么项目

申雪/赵宏博 花样滑冰双人滑

15、现任国际奥委会主席是谁？（雅克·罗格）  
16、人气、教育、物质条件、环境保护中哪项属于奥运精神三个组成部分之一？（环境保护）

17、田径比赛中，如果响起第二声枪响，意味着什么 有犯规情况18、田径赛中的接力赛是由什么演变而来 搬运木材19、女子最早参加奥运会比赛是在哪一届？ 在1900年第二届奥运会上。 20、田径比赛由哪几个方面的项目组成？ 田赛、径赛、公路跑、竞走和越野跑组成

21、拳王穆罕默德·阿里如今身患何种疾病，仍时常参与公益活动？ 帕金森症

22、荷兰足球的“三剑客”是那三个人 巴斯滕、里杰卡尔德 ，古利特

23、“奥林匹克之父”是对谁的尊称？ 皮埃尔•德•顾拜旦。

24、每届现代奥运会都参加的国家的有哪几个？ 希腊、英国、瑞士、澳大利亚

25、震惊世界的奥运会枪杀事件发生在哪届奥运会？被枪杀的是哪国运动员？共几名？

1972年第20届慕尼黑奥运会；11名以色列运动员被巴勒斯坦恐怖组?quot;黑九月"成员枪杀。

26、奥运会金牌"中国日"是指哪届奥运会？具体时间是何时？为何有这一称谓？

第27届，2000年9月22日。在这一天中国队共获得女子举重、女子柔道、乒乓球女双、羽毛球女单、男子举重、男子射击共六枚金牌。五星红旗频频升起在悉尼上空。这一天是中国奥运史上最辉煌灿烂、最振奋人心的一天，被称为奥运金牌"中国日"。

27、现代篮球运动是（1895）年由（美国）传入中国的。   
28、我国女蓝在（1983）年（第9届世界锦标赛）上和（1984）年（第23届奥运会）上均获第3名。

29、(1891)年美国马萨诸塞洲体育教师（詹姆士 奈史密斯）博士发明了篮球运动。   
30、（1949）年美国成立“国家篮球协会”即现在的（NBA）。       
31、篮球的进攻技术包括（进攻移动）（传接球）（投篮）（运球）（突破）。   
32、篮球场长（28）米宽（15）米丈量时是从界线的（内沿）量起。   
33、篮球比赛2\*20分钟犯规（5）次罚下4\*12分钟犯规（6）次罚下。   
34、篮球比赛2\*20分钟队员不超过（10）名4\*12分钟队员不超过（12）名。   
35、抢蓝板球技术包括（抢位）（起跳）（空中抢球动作）（获秋后动作）。

36、“世界四大赛”是那四个大赛？ 世界杯赛、 世界锦标赛、世界青年锦标赛、奥运会   
37、进攻战术基础配合包括（传切）（突分）（掩护）（策应）。

38、在公元前（776）年于（希腊奥林匹克村）举行的第一届古代奥运会。 。   
39、短跑包括（起跑）（加速跑）（途中跑）（冲刺跑）四个部分。   
40、接力跑的传接棒方法（下压式）（上挑式）（混合式）三种。   
41、跳高包括（助跑）（起跳）（过杆）（落地）四部分。   
42、跳远的空中姿势（蹲距式）（走步式）（挺身式）三种。   
43、我们第一个国际奥委会第一副主席是（何振梁）。   
44、国际田径比赛包括（奥林匹克运动会）（世界锦标赛）（世界杯赛）。   
45、IAAF代表（国际业余田径联合会）。   
46、（1895）年美国青年会干事（威廉 摩根）首创了排球运动。   
47、排球运动（1910）年传入中国。   
48、（1979）年中国男、女排取得亚洲冠军的光荣称号。   
49、首届世界青年锦标赛于1977年在（巴西里约热内卢）举行。   
50、排球击球手型（互握式）（叠掌式）（互靠式）三种。   
51、我国最早在春秋战国时代就发明了足球当时叫（蹴鞠）。   
52、（1863）年（英国）第一个成立了（英国足球协会）。   
53、（1900）年足球被列为正式奥运会项目。   
54、（1904）年成立了国际足球联合会英文缩写（FIFA）。   
55、（1930）年举行第一届“世界杯”。   
56、足球场地长为（100—110）米宽为（64—75）米。   
57．点球距球门的距离为（11）米。   
58．乒乓球起源于（英国）。   
59．（1926）年第一届世界乒乓球锦标赛开始。

60、奥林匹克会旗-五环旗的设计者是？   顾拜旦    
61、五星红旗第一次在奥运村上空高高飘扬是（ 1952 ）年

62、人文奥运包含了丰富的文化理念和精神价值，其核心理念在于（ 和谐

63、代表当今世界男、女最高羽毛球团体水平的羽毛球赛是哪二个杯赛？汤姆斯杯和尤伯杯。

64、跳跃运动的技术结构一般可以分为那些？ 助跑（走）、起跳、腾空、和落地。

65、跑的四个阶段是什么？ 起跑、起跑的加速、途中跑、终点冲刺。

66、三级跳远的三跳分别称为什么？ “单脚跳”、“跨步跳”、“跳跃”。

67、著名足球运动员 贝利曾经参加过那部足球电影的拍摄 （胜利大逃亡）

68、 NBA历史上最后一位高中生是谁 德怀特·霍华德

69、1952年 毛泽东主席为新中国体育的题词是 发展体育运动，增强人民体质

70、 **正确的蛙泳动作周期应该有以下几个阶段 (划手.蹬腿.滑行)**

四 简答题

1、 北京申办200810年奥运会的优势有哪些？

答：1）中国是世界上人口最多的国家；2）北京是世界历史文化名城；3）北京申奥得到了中国政府和全国人民的大力支持；4）中国从未举办过奥运会；5〉北京具有举办奥运会的经济实力；6）中国政治稳定，社会安定；7）中国是一个体育大国，体育事业蓬勃发展；8）北京具有举办大型运动会的经验；9）北京具有举办奥运会的设施条件。

2、 北京申办2008年奥运会的会徽有何含义？

答：会徽由奥运五环色构成，形似中国传统民间工艺品"中国结"，又似一个打太极拳的人形，图案如行云流水，和谐生动，充满运动感，象征世界人民团结、协作、交流、发展，携手共创新世纪；表达了奥林匹克更快、更高、更强的体育精神。

3、 北京申办2008年奥运会的主题是什么？有何含义？

答：主题："绿色奥运，人文奥运，科技奥运"；含义：体现环保意识的绿色奥运，体现东西方文化交流的人文奥运，体现尖端科学的科技奥运。

4、什么是时间差投篮：

不是一种固定的动作方法，它是通过提前或延缓投篮时间，造成与防守者的时间差以避开防守封盖而达到投篮目的的一种进攻手段。

5、“乒乓”的名字是怎样得来的？

( 打球的时候，由于球发出“乒乓”声，所以称为“乒乓球”。)

6、比赛场上的足球为什么是黑白两色的呢？答：因为当足球在高速转动时以便双方球员，裁判及观众能准确辨认。当晴天白天或光线较强时，足球上的黑色对光吸收能力最强，容易辨认；同理，当夜晚或光线较暗时，足球上的白色反光能力最强，容易辨认。

7、进入21世纪，奥林匹克运动面临的六大挑战是什么？答：对国际奥委会独立性的挑战；三大支柱(国际奥委会、国际单项体育组织和国家奥委会)间矛盾的挑战；商业化的挑战；职业化的挑战；滥用兴奋剂的挑战；奥运会超大规模的挑战

8、入选奥运会竞赛项目有三个基本原则：1、必须是在世界范围内普遍开展的运动项目；2、对促进身体健康有益的运动项目；3、目前制定有统一的竞赛章程和规则的运动项目

9、足球 篮球 排球 场上队长的职责：比赛前：队长在记分表上签字，并代表本队抽签。比赛中：队长担任场上队长。当队长不在场上时，教练员或队长应指定除后排自由防守队员以外的另一名队员担任场上队长代行其职权，直至该队员下场或队长返回场上，或至该局结束。只有场上队长在死球时可以和裁判员讲话：比赛后： 感谢裁判员，并在记分表上签字承认比赛结果； 如果他曾向第一裁判员作过声明，进一步确认后可将对裁判员的解释或执行规则的正式ＫＹ记录在记分表上。10、运动员跳水前后为什么要在另一个小水池里泡一泡，在莲蓬头下冲一冲？运动员在上岸后身上的水分蒸发会使他们的提体温下降，为了保持运动员的体温，在每完成一跳后他们都需要在哪个温水池里跑一会。之所以要在喷头下冲一冲才能进温水池，是因为跳水池中的水含有消毒剂，如果直接从跳水池进温水池的话会污染温水池中的水，所以需要在小水池里泡一泡，在莲蓬头下冲一冲11、跑步中的健身作用是什么？

答：1增强心肺功能；2促进新陈代谢，有助于控制体重；3增强神经系统功能。

12、身体素质有几大类组成？

答：身体素质由力量、速度、耐力、灵敏和柔韧组成

13．造成运动损伤的原因有哪些？   
运动前准备活动不充分、运动情绪低下、身体素质差、动作不正确、运动量安排不合理、运动场所不符合规范。（说出四个就算对）   
14．我们在对运动损伤进行急救时有一种方法是止血法，请问止血的方法有哪几种？   
冷敷法、抬高伤肢法、压迫法。 。   
15、 奥运会的禁用药物（或曰"兴奋剂"）分哪几类？（说出任意三项算对）  
答：刺激剂、麻醉止痛剂、类固醇、β-阻断剂、利尿剂、多肽激素、血液兴奋剂

16、竞走比赛中跑和走的区别：

跑和走的区别在于，走是单脚支撑和双脚支撑交替的位移，没有腾空阶段，

也就是说，走的特点是始终有脚落在地上；而跑步则是单脚支撑、身体腾空和单脚支撑的交替。

17、奥林匹克会旗图案是什么？在什么含义？

奥林匹克会旗为白色、无边，中央有5个互相套连的圆环，颜色自左至右依次为蓝、黄、黑、绿、红。5个环象征五大洲的团结和全世界的运动员以公平的比赛和友谊的精神在奥运会上相聚。

18、上好一堂体育课将会受到多种因素的制约，备好课是上好课的前提条件。为保证课堂教学工作的顺利开展，并能收到预期的教学效果，就一节体育实践课的备课须考虑哪些内容？

答：实践课的备课须考虑教材、学生、教法、场地、器材、时间、气候、安全、教案等内容。

19、小垫子在体育课教学中经常使用，请你举出3种在不同教学内容中合理使用小垫子的方法。

答：1）技巧：前滚翻  仰卧起坐  肩肘到立；2）游戏：作障碍等；3）单杠或双杠：保护；4）在投掷教学中做目标。

20、列举出3位我国的奥运会旗手，并说明从事何种体育项目

1） 2000年悉尼奥运会 刘玉栋 篮球

2) 2004年雅典奥运会 姚明 篮球

3）1988年汉城奥运会 宋涛 篮球

4)1992年巴塞罗那奥运会 宋力刚 篮球

**21、**世界铁人三项锦标赛的要求是：游泳（,1.5 ）公里，自行车40公里，长跑10公里。

22、网球的4大公开赛分别是 法国网球公开赛 澳洲网球公开赛

美国王球公开赛 英国温布尔顿公开赛

23、根据体育与健康课程的基本理念，教师在制订教学方案时所选择的教学内容要符合哪些要   
求？   
答：（1）符合学生身心发展、年龄和性别特征；（2）运动形式活泼，能激发学习兴趣；（   
3）具有健身性、知识性和科学性；（4）对增强体能、增进健康有较强的实效性；（5）简单   
易行。   
24、体育课程资源的开发包括哪六个方面的开发？   
答：（1）人力资源的开发；（2）体育设施资源的开发；（3）课程内容资源的开发；（4）   
课外和校外体育资源的开发；（5）自然地理课程资源的开发；（6）体育信息资源的开发。   
25、体育健康课程的课程目标是什么？   
答：（1）增强体能，掌握和应用基本的体育与健康知识和运动技能；（2）培养运动的兴趣   
和爱好，形成坚持锻炼的习惯；（3）具有良好的心理品质，表现出人际交往的能力与合作精   
神；（4）提高对个人健康和群体健康的责任感，形成健康的生活方式；（5）发扬体育精神，   
形成积极进取、乐观开朗的生活态度。   
26、水平一学生的身体健康领域的水平目标有哪些？   
答：（1）注意正确的身体姿势；（2）发展柔韧、反应、灵敏和协调能力；（3）知道身体各   
主要部位的名称和自己身体的变化。

27、在新课程教学中，教师为何由知识的传播者转为促进学生学习的促进者？

①积极地旁观； ②给学生以心理上的支持； ③培养学生的自律能力。

2、教学研究是提高和成就教师的有效途径。作为一名教师，你如何认识教研在新课程实施中的作用？

①桥梁和通道；②大舞台；③大课堂；④大平台；⑤切入点。

28、什么是乳酸能？

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元在无氧条件下供能以使ATP合成并产生代谢物质——乳酸。

29、体育课程改革的基本思路是什么？

①谈化竞技运动的教学模式，牢牢树立“健康第一”的指导思想；

②重视体育课程的功能开发，增强体育课程的综合性；

③培养学生的运动兴趣，树立学生终身体育的概念；

④培养学生的意志品质，提高学生的社会适应能力；

⑤以人为本，重视学生的主体地位；

⑥关注个体差异与不同需求，确保每一个学生受益；

⑦改革体育考试和评价方法，综合评价学生的体育学习。

30、近年来，体育教学原则主要包括哪八个方面？

身心全面发展原则，教师的主导作用和学生的主体地位相结合的原则，直观性原则，循序渐进原则，巩固提高原则，从实际出发原则，合理安排运动负荷原则，综合创新原则等。

31、体育与健康课程标准的基本理念是什么？（8分）

答：1）坚持“健康第一”的指导思想，促进学生健康发展。

2）激发运动兴趣，培养学生终身体育意识。

3）以学生发展为中心，重视学生主体地位。

4）关注个体差异与不同需求，确保每个学生受益。

32、体育锻炼应遵循哪些原则？（10分）

答：1）循序渐进的原则；2）全面锻炼的原则；3）经常性锻炼原则；4）区别对待的原则；

5）准备与整理活动原则。

33、简述体育运动对运动系统的影响？

答：1）体育运动对骨骼结构与机能的影响； 2）体育运动可以增强关节的灵活性和稳定性；

3）体育运动对肌肉结构和形态的影响。

34、学校体育应从哪些方面为终身体育打好基础？

答：1）打好身体基础； 2）掌握体育的知识、技能，学会自主学习、锻炼、评价；

3）培养体育兴趣、爱好，养成锻炼习惯；4）培养自我体育意识。

35、体育课程的性质是什么

答:是一门以身体练习为主要手段,以增强健康为主要目的的必修课程,是学校课程体系的重要组成部分,是素质教育和培养德智体美全面人才不可缺少的主要途径.

36、青少年时期是速度素质发展的最佳时期,简述提高快速跑能力的练习方法.

答:各种起跑,小步跑,高抬腿跑,后蹬跑,加速跑,接力跑等

37、简述耐久跑的作用

答:①发展耐力素质,提高心肺功能. ②促进身体形态正常发育. ③培养克服困难,顽强拼搏的进取精神.

38、分腿腾越动作要领是什么？请用简笔画描绘动作过程。

答：动作要领：加速助跑，快速踏跳，起跳后紧腰，稍屈髋，两臂主动前伸，双手用力推撑器械远端，两腿左右分开积极前摆，脚过器械后立即制动腿，两臂斜上举，挺身落地。

39、什么是运动外伤？说出其中两种。

由于外力的作用使皮肤、肌肉、骨胳等受到伤害，称为外伤。

外伤包括擦伤、挫伤、肌肉损伤、关节韧带扭伤、脱臼、骨折等，答出其中两点即可。

40、中学生体质综合测试和评定的工作是由谁来完成的？它包括哪几个方面？

答：是由校医和体育教师共同完成的。

（1）形态机能：身高、体重、胸围（2）机能指标：肺活量、安静脉搏（3）身体素质和运动能力指标：速度、耐力、灵敏、力量、柔韧

41、中学体育教学的目的任务是什么？

目的是：增强学生体质，促进身心发展，使学生全面发展，成为祖国的建设者和保卫者。

（1）全面锻炼学生身体（2）掌握体育基本知识、基本技能、基本技术 （3）向学生进行思想品德教育

42、简述前滚翻动作要领。

蹲撑，两手扶地，同时屈臂、低头、两脚蹬地、提臀收腹，团身向前滚动，前滚时，后脑、肩、臀部依次着地，然后抱小腿团身成蹲撑。

43、简述小学体育教学的一般性原则。

社会主义方向性原则；自觉积极性原则；直观性原则；系统性原则；巩固提高原则；因材施教原则。

44、在体育教学中如何进行思想品德教育？

思想教育寓于严密的组织教学之中；结合教材特点进行思想品德教育；发挥集体作用进行思想品德教育；抓住典型事例进行思想品德教育。

45、根据《新课标》选择教学内容要符合哪些要求？

①符合学生身心发展、年龄和性别特征；②运动形式活泼，能激发学习兴③具有健身性、知识性和科学性；④对增强体能、增进健康有较强的实效性⑤简单易行。

46、怎样预防体育活动发生运动损伤？

①要明确每一项活动的动作的要领。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。

47、人的食物中含有几大营养是什么？并说出它们在人体中的主要作用？

蛋白质、脂肪、碳水化合物在(糖类)、矿物质(无机盐)、维生素、纤维素和水。蛋白质、脂肪、矿物质和水是人体的主要组成部分，碳水化合物在(糖类)是人体的主要能量来源，维生素、纤维素是人体新陈代谢过程中不可缺少的物质。

48、谈一谈实施新的课程标准后教师角色的转变？

①知识技能的传授者变化(由重传授向重发展转变；由统一规格教育向差异性教育转变；由重“教”向重“学”转变；由重结果向重过程转变等)；

②教师成为学生学习的促进者(教师在教学中的地位与作用、师生转变关系；指导学生形成良好的学习习惯，掌握学习策略给学生心理支持；注重培养自律能力等)；

③教师成为研究者参与者(教师不再是机械执行者、法官和权威而是学生学习的好合作伙伴，帮助找研究的起点，收集资料，分析资料，形成行动的策略，实施与检验行动等)；等等。

49、简述坐位体前屈的测试方法（10分）

受试者两腿伸直，两脚平蹬测试纵板坐在平地上，两脚分开约10——15cm，上体前屈，两臂伸直向前，用两手中指尖逐渐向前推动游标，直到不能前推为止。测试计的脚蹬纵板内沿平面为0点，向内为负值，向前为正值。记录以厘米为单位，保留一位小数。测试两次，取最好成绩。

50、在课堂教学中应如何落实课程标准中确定的社会适应目标？（8分）

答：①建立和谐的人际关系，具有良好的合作精神和体育道德；②学会获取现代社会中体育与健康知识的方法。（4分）③落实得法（4分）

51、简述在支撑跳跃的教学评价中，对优等动作质量的评价标准。（8分）

答：①助跑：轻松、自然、协调、有力、速度快②起跳：速度快、有力、腾空高③撑箱动作：直膝、分腿大、展髋、有明显的制动和上体挺身动作，展体充分，姿态优美④落地：稳

52、什么是“极点”现象？

答：在进行剧烈运动开始阶段，由于植物性神经系统的机能动员速率滞后于躯体神经系统，导致植物性神经系统与躯体神经系统机能水平的动态平衡关系失调，内脏器官的活动满足不了运动器官的需要，出现一系列的暂时性生理机能底下综合症，这种机能状态称为极点。

53、怎样克服“极点”现象？

答：当出现极点时，要求运动员有一个战胜困难的决心，要顽强的坚持跑下去，同时应该调整跑的速度，注意呼吸方法，加大呼吸深度，机体内脏器官会逐渐适应，“极点”很快被克服。

54、学生体育健康标准测试项目有哪些？

答：1、身高2、体重3、肺活量4、立定跳远（50m）5、台阶实验（1000m男）（800m女）任选一项； 55、简述体育课课堂常规

答：1) 课前穿好便于运动的服装的鞋子，处理好有碍于运动的物品。

2)提前到达上课地点，主动配合教师准备好上课器材，下课主动归还器材，养成爱护场地，爱护器材的好习惯。

3)因病因事不能上课，应按规定请假或见习。

4)集合站队要快、静、齐。

5)上课要专心听讲，细心观察，开动脑筋，认真练习勇于克服困难，努力完成学习任务。

6)互相帮助，互相学习，关心同学，团结友爱。

7)听从指挥，遵守纪律，注意安全。

8)认真完成课外作业，坚持经常锻炼。

56、怎样让学生成为课堂学习的主人？

答：①教师教学观的转变。②教师起主导作用，学生是学习的主体。③教师的“教”是为学生的“学”服务的。

57、写出小学五—六年级教师用书中男生和女生技巧的联合动作名称及前滚翻的动作要领。

答：男生：后滚翻穿圈——跳起转体180度成蹲撑——前滚翻越过低障碍成并腿坐——肩肘倒立。

女生：前滚翻起立——单腿前滑成纵叉——后腿前摆成并腿坐——肩肘倒立。

前滚翻动作要领：蹲撑，提踵，两手撑垫，同时屈臂、低头，身体重心前移，然后两脚蹬地，提臀收腹团身，使头后、颈、肩、背、腰、臀依次着垫向前滚动，当滚至背部着垫时，迅速屈腿团身、两手抱小腿成蹲撑。

58、有利于人体生长发育的营养素有哪些？并说出三种营养素在人体中的主要作用？

答：1）蛋白质是生命的基础，是提供机体生长、组成和修补人体组织的材料。2）脂肪是人体热能的主要来源。3）糖类提供热能。4）维生素是人体必需的有机化合物，是维持生命不可缺少的要素，它主要参与各种代谢过程。5）无机盐是人体组成的构成元素，是组织、细胞的构成成份，它能维持体内酸碱平衡，调节和维持机体功能。6）水是营养和代谢的溶剂。

59、列举六项发展跳跃能力的方法，并写出急行跳远的动作过程。

答：跳绳、立定跳远、单脚跳游戏、双脚跳游戏、摸高跳、协同跳等

助跑——踏跳——腾空——落地

60、简述学校体育与健康教育的关系。

答：健康不仅仅是没有疾病或不虚弱，而是身体的、精神的健康和社会适应良好的总称。学校体育的主要目标也是通过体育活动增进学生健康，增强学生的体质。因此，学校体育教育和健康教育，在增进学生的健康方面是相一致的。

61、实现我国学校体育目标的基本途径。

答：学校体育工作条例规定，学校体育工作是指体育课教学、课外体育活动、课外运动训练和体育竞赛，是实现我国学校体育目标的基本途径。通常也称为体育课和课外体育活动两大方面组织形式。

（1）体育课。体育课是学校体育的基本组织形式，它是根据教育部制定的教学计划所开设的必修课，是对学生进行系统的体育教育过程。

（2）课外体育活动。课外体育活动是实现我国学校体育目标的重要组织形式，它包括早操、课间操、班级体育锻炼、课外运动训练与体育竞赛，以及在校外进行的远足、郊游、夏(冬)令营等多种形式的体育活动。

62、简述体育教学过程的一般规律。

答：体育教学过程的基本规律，可分为一般教学规律和特殊教学规律两类。

(一)体育教学过程的一般规律

体育教学过程的一般规律是指体育教学同其他学科一样，所共有的普通规律。

1）社会制约性规律。2）认识规律。3）学生身心发展的规律。4）教与学辩证统一的规律。5）教育、教养和发展相统一的规律。6）教学内容和教学过程相统一的规律。7）教学效果取决于教学基本要素合力的规律。8）体育教学过程的控制反馈规律。

(二)体育教学过程的特殊规律

体育教学过程的特殊规律是指体育教学过程所特有的规律。

l）动作技能形成的规律。2）人体机能适应性规律。3）人体生理机能活动能力变化的规律。

63、简述课外体育锻炼的意义。

答：课外体育活动是学校体育的重要组成部分，它与体育教学、运动训练相辅相成，共同完成学校体育的目的任务。课外体育锻炼是利用课余时间，运用各种身体练习的方法，结合自然力和卫生措施，进行经常的全面身体锻炼，以达到增强学生体质，培养锻炼习惯，调节精神和丰富课外生活促进学生全面发展的目的。

（一）有助于体育兴趣、习惯的培养；（二）有助于终身体育基础的形成；（三）有助于学

64、 体育与健康课程教学内容选编的原则

答：1）与教学目标相统一原则；2）科学性（健身性和安全性）原则；3）可行性原则；4）趣味性原则；5）与社会体育和地区体育特色相结合原则。

65、在弯道上起跑，你应站在什么位置上？如何克服弯道跑中的离心力？

答：在弯道上起跑，教师应站在扇点位置上。

为了克服弯道跑中的离心力，弯道跑时，整个身体向内倾斜，摆动腿前摆时，左膝稍向外展，以前脚掌外侧着地；右膝稍向内扣，以脚掌内侧着地，同时，并加大右腿前摆的幅度。弯道跑摆臂时，左臂摆动幅度稍小，靠近体侧前后摆动；右臂摆动的幅度和力量稍大，且前摆时稍向左前方，后摆时肘关节稍向外。以便利用重心，产生向心力，克服离心力。从弯道进入直道时，身体逐渐减小内倾程度，放松跑2～3步，然后全力跑完全程。