

第一套样题

一、判断题（每题 1 分，30 题，共 30 分）

- (×) 2.女性在月经期可选择震动较大的运动项目
- (×) 3.女性骨盆较宽，躯干相对较长使身体重心较低，稳定角大。不适合进行艺术体操，高低杠，平衡木及自由体操等项目
- (×) 4.一旦发生运动性晕厥，应立即送往医院治疗
- (√) 5.当出现了运动性腹痛，说明运动量偏大或过于激烈，机体还不能适应，应减少运动量，然后循序渐进地进行锻炼
- (√) 6.运动性胃肠道综合征是发生在运动中或运动后的胃肠道功能紊乱
- (√) 7.常见的肌肉痉挛发生的机制有电解质紊乱、低温刺激、代谢废物堆积、疲劳、其他疾病的并发症等 √
- (√) 8.踝外侧韧带扭伤的特征是患足不能持重，跳跃式跛行
- (×) 9.确定踝关节韧带是否完全断裂必须进行麦氏检查
- (√) 10.踝关节撞击综合征的临床症状是关节间隙肿痛，持续步行或剧烈活动后加重，常出现“打软腿”，并伴有响声
- (×) 11.踝关节撞击症多为间接或直接暴力造成的踝关节骨折
- (√) 13.关节交锁是膝关节半月板损伤的征象之一
- (√) 14.膝关节损伤与肌肉肌腱、韧带、半月板、软骨等有关
- (×) 15.髋关节损伤与肌肉及韧带无关
- (×) 16.腕舟状骨骨折主要治疗方法是手术治疗
- (×) 17.肩轴损伤会造成肩部疼痛和功能障碍，其发生的主要原因是尺神经损伤
- (√) 18.肩轴损伤是指肩轴肌腱或合并肩峰下滑囊的损伤性炎症病变
- (√) 19.脊柱常见的运动损伤，主要是一些慢性劳损性损伤，并以腰部损伤多见，如健身者腰背肌筋膜炎，腰椎间盘突出，脊椎椎板骨折
- (×) 20.参与型体育健身消费的消费资料的生产过程和消费过程不是同步进行的
- (×) 24.剧烈运动后，为了尽快恢复身体的能量，应该为人体补充的营养素是脂肪
- (×) 25.在大强度时间短的运动中，糖原或葡萄糖主要进行有氧代谢来供给机体能量
- (×) 27.肝脏中的脂肪含维生素 A，D 很丰富，奶和蛋黄中也有维生素 A、D 植物油中则含有维生素 B

(×) 28.脂肪可以促进维生素 B 和维生素 C 的吸收和利用

(×) 29.蛋白质参考摄入量受两方的影响：一是人体生理状态，二是蛋白质的质量；而蛋白质供给的热量占一日膳食总热量的 10%--18%

(√) 30.大多数动物性食物中的蛋白质和豆类中的大豆蛋白，属于优质蛋白

二、单项选择题（每题 1 分，50 题，共 50 分）

1.下列何叙述为正确的 (B)

A 肌肉近端的附着处被称为止点 B 向量为力量的大小和方向

C 髋关节屈曲发生在额状面 D 闭锁链的运动是指远端骨骼在相对固定不动的近端骨骼上移动

2.下列哪个动作发生在额状面 (A)

A 肩关节内收 B 髋关节屈曲 C 前臂旋前 D A 和 C

3.下列哪个动作绕着纵向或垂直轴转动 (A)

A 肩关节内转 B 肩关节伸直 C 髋关节屈曲 D 髋节外展

4.下列哪个动作发生在矢状面 (D)

A 髋关节伸直 B 肩关节屈曲 C 肩关节内转 D A 和 B

5.肌肉的拉力线落在肩关节的内-外转动轴前方会产 (B)

A 外展 B 屈曲 C 内收 D 伸直

6.肌肉的长度在接近中间范围时，可以产生最大力量的原因是 (D)

- A 肌肉的弹性可以让其在中间长度收缩时，增加主动力量
- B 肌肉的长度在中间范围时，形成的肌动蛋白-肌凝蛋白横桥最少
- C 肌肉组织的被动成分让其变得松弛
- D 可以形成最大量的肌动蛋白-肌凝蛋白横桥

8.「主动不足」一词是在叙述 (B)

- A 肌肉因为拮抗肌紧绷而无法执行动作
- B 跨双关节(多关节)肌肉因为太短，降低其产生力量完成动作的能力
- C 拮抗肌由于跨过多个关节而被牵张，肌肉无法完全完成动作
- D 当合并两条或多条肌肉力量，但是又无法完成动作

10.以下关于脊柱的正常曲度之叙述何者正确 (A)

- A 正常颈椎及腰椎都是前突 B 正常颈椎及腰椎都是后突
- C 正常颈椎及骶椎都是后突 D 腰椎正常情形下是脊椎里唯一的前突

- 11.椎间盘中央充满液体的部分称为 (B)
- A 脊椎终板 B 髓核 C 纤维环 D 椎根
- 12.以下何处的脊椎有横突孔 (A)
- A 颈椎 B 胸椎 C 腰椎 D 骶椎
- 13.以下何者是用来形容第二颈椎的 (D)
- A 马尾 B 椎根 C 寰椎 D 枢椎
- 14.腰椎所允许的最大动作是在哪一个平面 (B)
- A 额状面 B 矢状面 C 水平面 D 冠状面
- 15.以下叙述何者是前十字韧带在矢状面的主要功能 (D)
- A 限制股骨相对于固定的胫骨往后移动 B 限制股骨相对于固定的胫骨往前移动
- C 限制胫骨相对于固定的股骨往前移动 D A 及 C
- 16.以下哪一种结构为股四头肌的四个头之远端附着处 (B)
- A 胫骨平台 B 胫骨粗隆 C 鹅足肌 D 股骨的外上髁
- 17.测量膝关节的外侧, 正常的膝关节外翻角度为以下何者 (D)
- A 30 度 B 100 度 C 120~140 度 D 170~175 度
- 18.主要限制膝关节外翻的力量为以下何者 (A)
- A 内侧侧韧带 B 后十字韧带 C 外侧侧韧带 D 弓脰韧带
19. 何谓下肢损伤的「恐怖三部曲」(C)
- A 腓旁肌扭伤时所伤及的三条主要肌肉 B 完全蹲姿时来自三个方向的力量
- C 内侧侧韧带、前十字韧带及内侧半月板同时受到伤害
- D 股四头肌、腓旁肌及腓肠肌同时收缩
20. 以下何者为内、外侧半月板功能的最佳叙述 (B)
- A 吸收髌骨及股骨间的压力 B 吸收及分散胫骨与股骨间的压力
- C 避免腓旁肌与股骨外上髁的摩擦力 D 明显减少股骨与胫骨间的关节接触区域
- 21.计算肌肉所产生的力矩方法是 (D)
- A 肌肉力量除以内在力臂 B 肌肉力量乘以外在力臂
- C 肌肉力量除以外在力臂 D 肌肉力量乘以内在力臂
- 22.闭锁链的运动是 (C)
- A 提供的活动范围始终较开放链大 B 发生于远端骨骼相对固定的近端骨骼移动时
- C 发生于近端骨骼相对固定的远端骨骼移时 D 治疗病人时通常不会使用

23. 肩关节是在肘关节的 (B)
- A 尾端 B 近端 C 远端 D 深层
24. 肩关节的内转是发生在 轴的转动 (C)
- A 前后 B 内外 C 纵向(或垂直) D 相对
25. 翼状肩胛骨指的是 (C)
- A 前三角肌的无力 B 后三角肌的无力
- C 前锯肌的无力 D 大圆肌及背阔肌的无力
26. 以下关于肩关节下压动作的叙述何者正确 (D)
- A 包含肩胛胸腔下压及盂肱关节下压动作 B 可以被用在闭锁链的躯干上抬动作
- C 大部分依靠的是上斜方肌及中斜方肌的肌肉 D A 及 B
27. 以下关于三角肌的叙述何者正确 (D)
- A 前三角肌执行肩关节的屈曲 B 后三角肌执行肩关节的伸直
- C 三角肌的所有头都是腋神经所支配的 D 以上皆是
30. 以下何者不是由坐骨神经的胫骨分支所支配 (D)
- A 半腱肌 B 股二头肌的长头 C 半膜肌 D 股二头肌的短头
31. 跨越在膝关节内外转动轴前方的肌肉, 可以执行以下何种动作 (B)
- A 膝屈曲 B 膝伸直 C 膝内转 D 膝外转
32. 以下何者为膝反屈的最佳叙述 (B)
- A 胫骨相对于固定的股骨内转 B 膝关节出现明显的过度伸直
- C 膝关节出现 x 型腿或外翻外观 D 膝关节出现 o 型腿或内翻外观
33. 以下何者为髌骨功能的最佳叙述 (C)
- A 避免膝关节过度的伸直 B 协助内侧腘旁肌将髌骨内转
- C 增加股四头肌内在力臂, 增强膝伸直力矩 D 避免过大的膝屈曲出现
34. 下列因素何者最有可能造成髌骨往外侧偏离 (D)
- A 紧绷的髂胫束或是外侧支持带 B 踝关节及足部过大的旋前
- C 髌外展肌及外转肌无力 D 以上皆是
35. 骨软化症是因为机体缺乏下列哪个元素 (A)
- A 钙 B 锌 C 碘 D 铜
36. 高血脂症人群的食谱编制中应注意什么 (B)
- A 不安排茶 B 食物多样 C 多安排荤油 D 少安排蔬菜

- 37.肱三头肌皮褶厚度测量的部位在机体的哪个部位 (D)
- A 臀部 B 腰部 C 腹部 D 臂部
- 39.机体缺乏锌时可导致下列哪种状况 (A)
- A 伤口不易愈合 B 脂溶性皮炎 C 夜盲 D 坏血病
- 42.猪肉肉质有光泽、红色均匀、脂肪洁白、外表微干不粘手、指压后的凹陷立即恢复,说明猪肉处于什么状况 (A)
- A 新鲜状况 B 条件可食状况 C 腐败状况 D 自溶状况
- 43.以下哪项属于锌的生理功能 (D)
- A 提供蛋白质 B 参加磷脂的构成
- C 合成维生素的原料 D 促进酶的功能
- 44.机体缺乏维生素 K 可能出现以下哪种情况 (C)
- A 溶血 B 坏血病 C 凝血障碍 D 血脂增高
- 47.测量皮褶厚度可反映机体以下何种状况 (C)
- A 活动程度 B 远期的营养状况
- C 近期的营养状况 D 耗氧量
- 49.从业人员良好的职业道德有助于下列哪方面 (A)
- A 维护和提高本行业的信誉 B 维护个人的威信
- C 获得最大的经济利益 D 获得丰厚的回报
- 50.膳食调查分析报告的格式不包括下列哪项 (C)
- A 题目 B 前言 C 数据库 D 结语

三、多项选择题(每题 2 分, 10 题共 20 分)

- 1.以下哪一项不是体育活动的特性 (BC)
- A、强烈的个人和情感特征 B、体育比赛核心产品的可控性
- C、易变和可预测性 D、社交的促进作用
- 4.以下哪一些属于“营销近视” (ABD)
- A、只注重利润 B、只关注短期 C、充分的市场调研 D、混淆了促销和营销
- 5.以下属于影响体育消费者购买行为的外部因素有 (BD)
- A、个性 B、社会阶层 C、态度 D、核心文化
- 6.以下属于影响体育消费者购买行为的内部因素有 (AC)
- A、个性 B、社会阶层 C、态度 D、核心文化

7.人们会经历以下哪一些知觉过（ABD）

A、选择性注意 B、选择性扭曲 C、选择性遗忘 D、选择性保留

8. 以下哪一些是影响体育消费者亲临比赛现场的因素（ABCD）

A、经济因素 B、竞争因素 C、场馆因素 D、粉丝识别

9.根据波特的“竞争对手分析模型”，应对竞争对手的哪些方面进行分析（ABCD）

A、竞争对手的未来目标 B、竞争对手的现行战略

C、竞争对手的自我假设 D、竞争对手的企业实力

10.SWOT 分析法包含了对企业哪些方面的分析（ABCD）

A、企业的优势 B、企业的劣势 C、企业面临的机会 D、企业面临的威胁