

第十套样题

一、判断题（每题 1 分，30 题共 30 分）

- (√) 3.关节交锁是膝关节半月板损伤的征象之一
- (√) 4.膝关节损伤与肌肉肌腱、韧带、半月板、软骨等有关
- (×) 5.髋关节损伤与肌肉及韧带无关
- (×) 6.运动量是指完成练习所用力量的大小和机体的紧张程度
- (√) 7. 影响体育健身持久性的个人因素包括人口学因素、个性因素、个人投入和运动能力等因素
- (×) 8.RPE 方法是依靠运动实践者，在运动过程中，通过主观感觉判断运动强度
- (√) 9.完整的运动处方包括锻炼计划、锻炼前的准备活动、锻炼模式、锻炼后的整理活动等要素
- (×) 11.对刚参加运动的练习者来说，每天进行力量训练的效果好于隔天练习的效果
- (×) 13.力量训练中应考虑肌群的练习顺序，一般是先练小肌群，后练大肌群
- (×) 14.为增加肌肉力量练习动作的科学性与合理性，在进行力量训练的过程中应该先练上肢，再练下肢，再练腰腹，这样可以充分练习全身动作，因为大肌肉群不易疲劳，所以整个过程中遵循先小肌肉群再大肌肉群的原则
- (√) 17.呼吸道包括鼻、咽、喉、气管、支气管和肺
- (×) 18.保护的重点是身体的要害部位和最容易受伤的部位，首先是上肢
- (√) 19.呼吸系统由呼吸道和肺组成
- (×) 20.血细胞包括红细胞和白细胞，白细胞主要功能是运输氧气和二氧化碳
- (√) 21.胸椎有 12 个，都属于不规则骨
- (×) 22.正常成人共有 207 块骨。骨与骨相联结，构成骨架，肌肉附着在骨架上
- (×) 23.在练习指导过程中，指导员应该多做示范，而且越多越好
- (×) 24.一个人的内在形体主要由肌肉、骨骼及关节、韧带等组成，这也是人体的运动器官
- (√) 25.健身指导者的示范围绕横轴运动时，应采用侧向示范
- (×) 26.《社会体育指导员国家职业标准》由职业概况、基本要求、工作要求、注意事项 4 个部分组成
- (×) 27. 社会体育指导员不是我国职业系列中的一种

(×) 28. 我国关于社会体育指导员的最高层次的法律法规是《全民健身计划纲要》

(√) 29. 2001 年, 劳动部颁布了《社会体育指导员国家职业标准》

(√) 30. 《社会体育指导员技术等级制度》实施时间是 1994 年

二、单项选择题(每题 1 分, 50 题共 50 分)

1. 《全民健身运动(2016—2020)》颁布于 (C)

A、2015 年 6 月 23 日 B、2016 年 6 月 23 日

C、2016 年 6 月 15 日 D、2015 年 6 月 15 日

2. 下列选项的内容不属于产权的属性的是 (D)

A、排他性 B、有限性

C、可交易性 D、竞争性

4. 为了使价格上限成为一种对市场的约束性限制, 政府应该使它 (B)

A、高于均衡价格 B、低于均衡价格

C、正好在均衡价格上 D、在任何一种价格上, 因为所有价格上限都是限制性约束

5. 供给弹性一般是指供给的价格弹性, 即表示一定时期内一种商品供给量的变动对该商品价格变动的反应程度。当 $E_s=1$, (D)

A、完全无弹性 B、缺乏弹性

C、富有弹性 D、单位弹性

6. 从体育的产业经济回报和社会影响力看, 一般属于: (C)

A、产业经济回报较高、社会影响力较大 B、产业经济回报较高、社会影响力较小

C、产业经济回报较低、社会影响力较大 D、产业经济回报较低、社会影响力较小

7. 体育是人们重要的需求, 人们更倾向对其有: (C)

A、无限需求 B、有限需要

C、无限需要 D、有限需要

8. 一般俱乐部运动队与联赛组织的关系为: (B)

A、企业子公司或分公司隶属关系 B、企业和非营利组织的委托代理关系

C、企业与行业协会之间的关系 D、企业与体育监管部门的关系

9. 付费滑雪门票后, 还需要付费租赁滑雪器材等费用, 该定价方式是: (B)

A、捆绑销售 B、总分产品联合定价

C、价格歧视定价 D、多买多送

10. 体育场馆门票一般与馆内的饮料等物品关联定价, 这属于: (D)

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

22.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

23.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

24.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

25.肌肉的拉力线落在肩关节的内-外转动轴前方会产生 (B)

- A、外展 B、屈曲
- C、内收 D、伸直

26.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、可以形成大量的肌动蛋白-肌凝蛋白横桥

28.「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

30.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

31.测量儿童上臂围时可用以下哪项工具 (B)

- A、钢卷尺 B、无伸缩性的卷尺
- C、直尺 D、三角尺

- 32.关于中老年妇女主要的生理特征，以下说法正确的是 (A)
- A、雌激素水平降低 B、雄激素水平增高
C、与男性比不易得骨质疏松 D、糖代谢仍保持正常
- 33.以下哪项是评价蛋白质利用率的指标 (C)
- A、消化率 B、含量
C、PER D、吸收氮
- 34.公共营养师奉献社会的最高体现是什么 (B)
- A、获取最大经济利益 B、为人民服务精神
C、为个人创造最大效益 D、实现自我价值
- 35.河豚鱼中毒主要表现为下列哪个症状 (C)
- A、发热 B、便血
C、麻木 D、幻觉
- 41.田径竞赛项目中，运动员从听到发令枪声到启动所需的时间，是属于哪项速度素质 (B)
- A、动作速度 B、反应速度
C、力量速度 D、位移速度
- 42.肌肉工作所表现的各种能力称为身体素质，下列哪项素质又被称为基础素质 (A)
- A、力量 B、速度
C、灵敏 D、柔韧
- 43.要提高人体的速度素质，最主要发展的供能系统是什么 (B)
- A、乳酸能系统 B、ATP-CP 系统
C、有氧供能系统 D、无氧供能系统
- 44.以下哪种方式对运动后人体机能的恢复没有太大帮助 (D)
- A、睡眠 B、洗浴
C、进食 D、做家务
- 45.下列哪个运动项目通常易出现“极点”？ (B)
- A、短跑 B、中长跑
C、体操 D、投掷
- 46.下列哪项是 800 米跑导致疲劳的主要原因 (A)
- A、乳酸大量堆积、PH 值下降 B、水电解质紊乱
C、大脑中枢保护性抑制 D、血糖浓度急剧降低

- 47.人体在运动过程中，“极点”产生在以下哪个状态 (D)
- A、赛前状态 B、假稳定状态
- C、真稳定状态 D、进入工作状态
- 48.处在赛前状态的运动员体温将会如何变化 (C)
- A、不变 B、降低
- C、升高 D、变化不定
- 49.经常训练者在相对安静状态下，基础心率呈现的变化趋势是怎样的 (A)
- A、平稳下降 B、平稳上升
- C、先下降后上升 D、先上升后下降
- 50.评定训练效果的一个重要的、简单易行的指标是什么 (C)
- A、呼吸频率 B、心输出量
- C、心率 D、最大摄氧量

三、多项选择题（每题2分，10题共20分）

- 1.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
- 2.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
- 3.产品生命周期的阶段包括 (ABCD)
- A、介绍期 B、成长期
- C、成熟期 D、衰退期
- 4.一般来说，评估体育服务质量的主要标准有 (ABCD)
- A、可靠性 B、保障性
- C、同理心 D、反应性
- 5.“外部环境分析”的相关信息可以从 获取 (ABCD)
- A、当地报纸 B、商业杂志
- C、政府报告 D、研讨会
- 6.评估体育沟通的有效性的主要衡量指标有 (ABCD)
- A、赞助率 B、网站点击率

C、形象强化 D、目标市场的品牌意识提高

8. 俱乐部运动队的收入可以来自： (ABCD)

A、门票销售 B、转播权出售

C、特许收入 D、场地相关收入

9. 假如坐标轴的横轴是美元的数量 Q ，纵轴为美元兑人民币的汇率 P ，美元的供给曲线为 S ，美元的需求曲线为 D 。当人民币兑美元的汇率升高时，以下说法正确的是：(AC)

A、曲线 S 向右下方移动 B、曲线 D 向左下方移动

C、美国运动员在中国可兑换的工资减少 D、美国运动员在中国可兑换的工资增加