备用第二套样题

一、判断题（每题 **1** 分，**30** 题共 **30** 分）

1.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。（ ）

2.大脑缺少储存能量的营养物质，主要依靠葡萄糖的氧化获取能量。（ ）

3.碳水化合物由 3 种元素组成分别是：碳、氢、氮。（ ）

4.肌肉拉伤的急性处理时，可以在拉伤后立即实施按摩。（ ）

5.血尿酸异常提示有痛风、肾功能障碍等。（ ）

6. 引起运动损伤的直接原因是运动前准备活动不充分。（ ）

7.进行无氧耐力训练时，其重复练习的次数越多越好，一般可安排 8—9 次。（ ）

8.进行有氧耐力训练时也要穿插一些无氧性质的练习以提高有氧耐力的训练效果。（ ）

9.心肺耐力练习的方法有持续性练习和间歇性练习两种方法。（ ）

10.为提高运动员的有氧耐力水平主要采用持续训练与间歇训练法。（ ）

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。（ ）

12.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。（ ）

13.一般而言，指导员对练习者进行保护的主要助力作用点，应在人体总重心附近部位

上。（ ）

14.血液约占体重的 7％—8％，具有运输物质、维持代谢、调解体温及防御等机能。（ ）

15.健身指导者在实施帮助时，其助力时机必须符合动作的技术要求。（ ）

16.淋巴器官具有产生抗体的功能，是体内重要的防御器官。（ ）

17.社会体育指导员纠正错误动作的关键时机是在学员动作形成的泛化和分化阶段。（ ）

18.人体心脏共有四个腔，左右两侧相通，上下互不相通。（ ）

19. 社会体育指导员在言论谈吐方面需要注意的问题主要有声音美、礼貌称呼和礼仪

用语。（ ）

20. 术语是专门性的语言，是最集中、最概括、最精炼的语言。（ ）

21. 对社会体育指导员仪表仪态的基木要求是: 既要有职业美，又要有风度美。（ ）

22. 社会体育指导员进行举止要有礼貌、大方、谈吐用词文明得体，仪表仪容整洁、

保持良好形象。（ ）

23. 健身指导员在进行讲解时应尽量使用通俗语言，少使用术语。（ ）

24. 初级社会体育指导员的工作内容不包括组织管理工作。（ ）

25.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。（ ）

26.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。（ ）

27.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。（ ）

28.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。（ ）

29. 呼吸道包括鼻、咽、喉、气管、支气管和肺。（ ）

30.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。（ ）

二、单项选择题（每题 **1** 分，**50** 题共 **50** 分）

1.测量儿童上臂围时可用以下哪项工具 （ ）

A 钢卷尺 B 无伸缩性的卷尺

C 直尺 D 三角尺

2.关于中老年妇女主要的生理特征，以下说法正确的是 （ ）

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

3. 以下哪项是评价蛋白质利用率的指标 （ ）

A 消化率 B 含量 C PER D 吸收氮

4.公共营养师奉献社会的最高体现是什么 （ ）

|  |  |
| --- | --- |
| 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 |

5.河豚鱼中毒主要表现为下列哪个症状 （ ）

A 发热 B 便血 C 麻木 D 幻觉

6.为减少营养素的损失，食品的烹饪需要如何 （ ）

A 加碱 B 慎用醋 C 先切后洗 D 适当勾芡

7.孕妇缺乏叶酸可导致新生儿出现什么状况（ ）

A 巨大儿 B 肥胖 C 脱发产动能的 D 神经管畸形

8.淀粉的糊化易发生在哪种种类中 （ ）

A 支链淀粉 B 直链淀粉 C 抗性淀粉 D 粳稻

9. 以下是记账法优点的是 （ ）

|  |  |
| --- | --- |
| A 较称重法更为精确 | B 能得到人均摄入量 |
| C 可调查长时期的膳食 | D 能分析个人膳食摄入状况 |

10.运动生理学的萌芽时期是什么时候 （ ）

A 18 世纪末 19 世纪初 B 19 世纪末 20 世纪初

C 20 世纪 50 年代 D 20 世纪 70 年代末

11 ．按体育群体的形成和社会关系，体育群体可划分为（ ）

A 正式群体和非正式群体 B 学习群体和竞技体育群体

C 基础群体和功能群体 D 专业群体和业余群体

12．美国运动医学会与美国医学会在 2007 年提出了 的学术理念，并发展成为一个健

康促进项目 （ ）

A 运动是健康 B 运动是良医 C 运动是药物 D 全民运动

13. 社会体育组成要素有人、财、物、时间、 、信息等 （ ）

A 空间 B 地点 C 器械 D 场地

14. 《全民健身计划纲要》 以全体国民为实施对象，以 青少年和 为重点（ ）

A 老年人 B 妇女 C 儿童 D 军人

15. 在我国社会体育指导员技术等级制度中，把社会体育指导员分为初级、中级、高级社会

体育指导员和 （ ）

|  |  |
| --- | --- |
| A 社会体育积极分子 | B 社会体育参与者 |
| C 社会体育指导师 | D 体育教练 |

|  |  |
| --- | --- |
| 16. 1955 年 6 月 20 日，国务院正式颁布了 | 这一我国新时期群众体育工作的纲领性 |
| 文件（ ） |  |
| A 《关于深化体育改革的意见》 B | 《中华人民共和国体育法》 |
| C 《全面健身计划纲要》 D | 《中国成年人体质监测标准》 |

17. “一天劳动、不用运动 ”的错误观点主要影响 体育的发展（ ）

A 教师 B 农民 C 职工 D 妇女

18.职工体育的主要目的是 （ ）

A 交友 B 体育技能提升 C 健身娱乐 D 打发时间

19. 社会体育资源包括人力、资金、物力、时间、信息等多方面，其中心是 投入（ ）

A 人力 B 资金 C 时间 D 物力

20. 社区体育功能包括一般性功能和特殊功能两部。以下不是特殊功能表现的是（ ）

A 促进居民参与 B 改善居民生活方式

C 加强社会整合，增强社区凝聚力 D 健身健心功能

21. 组织绩效评价的四项指标包括财务、顾客、内部流程、学习与成长，是哪一种评价方法

（ ）

A 关键指标法 B KPI C 成本—收益法 D 平衡记分卡

22. 下列四种行业中，属于体育主体产业的是 （ ）

A 体育用品业 B 体育培训咨询业 C 体育场管出租 D 体育广告业

23. 目标管理的最突出特点是强调 （ ）

A 成果管理和自我控制 B 过程管理和全面控制

C 计划与执行相分离 D 自我考评和全面控制

24. 体育管理的决策职能中， 对体育组织发展方向和远景有关的大政方针政策决策（）

A 程序化决策 B 战略决策 C 非程序化决策 D 战术决策

25. 在组织各部分排列顺序、空间位置、聚集状态、联系方式以及各要素之间相互关

系的一种模式 （ ）

A 领导者 B 组织结构 C 控制 D 决策

26. 对确定的岗位进行各类人员的数量及素质配备 （ ）

A 定编 B 标准 C 职权 D 定岗

27. 下列哪项 属于组织中的战略层次（ ）

A SO 战略 B WO 战略 C 经营级战略 D ST 战略

28. 按照奥运会成绩，竞技司将竞技体育项目设置为优势、潜优势项目、热点项目、落后项

目。下列哪项 属于落后项目 （ ）

A 射击 B 篮球 C 游泳 D 帆船

29. 下列哪项 属于现代组织理论 （ ）

|  |  |
| --- | --- |
| A 梅奥的理论 | B 资源依赖论 |
| C 马斯洛的理论 | D 巴纳德组织理论 |

30. 下列哪项 不属于职业性社会体育指导员 （ ）

A 初级社会体育指导员 B 中级社会体育指导员

C 国家级社会体育指导员 D 高级社会体育指导

31. 以下不属于运动技术学习三阶段的是（ ）

|  |  |
| --- | --- |
| A 粗略形成技术阶段 | B 改进提高技术阶段 |
| C 巩固熟练技术阶段 | D 逐渐完善技术阶段 |

32. 以下训练方法不适用于改进提高运动技术阶段的是（ ）

A 分解训练法 B 完整训练法

C 重复训练法 D 比赛训练法

33. 间歇方式对于已进行长时间重复训练的机体恢复效果较差。 （ ）

A 深呼吸 B 走路

C 按摩 D 抖动四肢

34.负荷强度最大的训练方法是 （ ）

|  |  |
| --- | --- |
| A 短时间重复训练 | B 中时间重复训练 |
| C 长时间重复训练 | D 超长时间重复训练 |

35.为增强运动员心理抗压能力，加强训练的针对性和比赛的预见性，通常会采用 （ ）

|  |  |
| --- | --- |
| A 教学性比赛训练法 | B 检查性比赛训练法 |
| C 模拟性比赛训练法 | D 适应性比赛训练法 |
| 36. 以下不属于变换训练法基本类型的是 | （ ） |
| A 负荷变换训练法 | B 内容变换训练法 |
| C 方法变换训练法 | D 形式变换训练法 |

37.为了增强运动员的心理抗压能力，选择较强的对手进行比赛，属于 训练方法（ ）

A 教学性比赛 B 检查性比赛

C 模拟性比赛 D 适应性比赛

38.在快速跑完 1000m 后，运动者会出现体温升高、出汗、呼吸急促等，以上这些机体反映

属于 （ ）

|  |  |
| --- | --- |
| A 即刻性负荷效应 | B 延续性负荷效应 |
| C 叠加性负荷效应 | D 极限负荷反应 |

39. 由于长时间训练相同内容，导致运动员产生枯燥、挫败，甚至产生想要放弃的想法， 以

上这些情绪的出现属于 （ ）

|  |  |
| --- | --- |
| A 即刻性负荷效应 | B 延续性负荷效应 |
| C 叠加性负荷效应 | D 极限负荷反应 |

40.在进行足球战术训练时，采用无防守训练→消极防守训练→积极防守训练→模拟比赛训

练→实战训练的训练顺序，请问以上属于 训练方法的应用（ ）

A 加难法 B 减难法

C 程序训练法 D 模式训练法

41.举办体育比赛可能给周围人们带来过度拥挤，污染健康等影响，相当于体育赛事的私有

成本强加给了社会，这属于体育场馆的：（ ）

|  |  |
| --- | --- |
| A 、正外部性 | B 、负外部性 |
| C 、规模效应 | D 、排他性 |

42.假设电竞运动员参与赛事的供给曲线为 S，电竞俱乐部对运动员的需求曲线为 D。当观看

电竞赛事的观众增加时，电竞运动员的市场供给情况会发生何种变化： （ ）

A 、电竞运动员的数量增多但薪资降低 B 、电竞运动员的数量减少但薪资提高

C 、电竞运动员的数量减少但薪资降低 D 、电竞运动员的数量增多且薪资提高

43.对于风险规避型教练员来说，培训机构一般采取哪种薪资激励方式较为有效：（ ）

|  |  |
| --- | --- |
| A 、固定薪酬制 | B 、绩效薪酬制 |
| C 、股权激励制 | D 、基本薪资加绩效考核制加股权激励制 |

44.下列说法不正确的是： （ ）

A 、竞猜型体育彩票可以作为消费升级的工具，满足消费者差异化需求

B 、体育彩票是一种期权游戏，低成本的支出能够获得高额中奖的可能性

C 、体育彩票不同于福利彩票的特征性之一为“累退性 ”不明显

D 、彩票公益金可补充财政支出，但不影响政府原本对于公共事业的财政预算

45.A 队和 B 队招募球员参加联赛，如果对球员国籍存在区分和不区分两种选择，同时选择 不区分效益为 1 ，同时选择区分效益为 5 ，一方选择区分另一方选择不区分时，区分效益为

8 ，不区分方效益为- 1.那么，为了提高比赛精彩程度、实现效益最大化，在招募不同国籍的

球员时，A 队和 B 球队最终更倾向于选择下列哪种方式进行博弈： （ ）

|  |  |
| --- | --- |
| A 、A 队不区分，B 队不区分 | B 、A 队区分，B 队不区分 |
| C 、A 队不区分，B 队区分 | D 、A 队区分，B 队区分 |

46.下列何叙述为正确的 （ ）

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

47.下列哪个动作发生在额状面 （ ）

|  |  |
| --- | --- |
| A 、肩关节内收 | B 、髋关节屈曲 |
| C 、前臂旋前 | D 、 A 和 C |

48.下列哪个动作绕着纵向或垂直轴转动 （ ）

A 、肩关节内转 B 、肩关节伸直

C 、髋关节屈曲 D 、髋节外展

49.下列哪个动作发生在矢状面 （ ）

|  |  |
| --- | --- |
| A 、髋关节伸直 | B 、肩关节屈曲 |
| C 、肩关节内转 | D 、A 和 B |

50.肌肉的拉力线落在肩关节的内-外转动轴前方会产生（ ）

A 、外展 B 、屈曲

C 、内收 D 、伸直

三、多项选择题（每题 **2** 分，**10** 题共 **20** 分）

1.SWOT 分析法包含了对企业哪些方面的分析（ ）

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

2.市场定位的步骤包括 （ ）

A 、调查研究影响定位的因素 B 、选择竞争优势和定位策略

C 、确定或修改定位方案 D 、准确传播企业的定位

3.与体育经济学相关的经济学包括： （ ）

A 、劳动经济学 B 、消费经济学 C 、休闲经济学 D 、产业经济学

4.体育经济学研究的体育场景包括： （ ）

A 、体育赞助 B 、体育彩票 C 、体育联盟 D 、体育赛事

5. 生活方式中影响社会体育的几个因素有（ ）

A 余暇时间 B 生活节奏

C 生活空间 D 行为习惯

6. 社区体育的特殊功能是（ ）

A 促进居民参与 B 改善居民生活方式

C 增强社区凝聚力 D 社会化功能

7.社会体育的功能是（ ）

A 、健身功能 B 、文化娱乐功能

C 、社会情感功能 D 、经济功能

8. 以下哪一项不是体育活动的特性（ ）

|  |  |
| --- | --- |
| 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 |

9.产品生命周期的阶段包括（ ）

|  |  |
| --- | --- |
| A 、介绍期 | B 、成长期 |
| C 、成熟期 | D 、衰退期 |

10.一般来说，评估体育服务质量的主要标准有（ ）

|  |  |
| --- | --- |
| A 、可靠性 | B 、保障性 |
| C 、同理心 | D 、反应性 |

A 、可靠性 B 、保障性 C 、同理心 D 、反应性

10. 以下哪些是体育企业的定价目标 （ABCD）

A 、利润最大化 B 、维持生存 C 、市场份额最大化 D 、产品质量最优化