2024年盐城市职教高考高三年级第二次模拟考试

**体育专业综合理论 试卷**

**命题人：张红梅 戴勤 顾鸣 审题人：李红楼**

**考生在答题前请认真阅读本注意事项及各题答题要求：**

1．本试卷共4页，包含选择题（第1题～第65题，其中第1题～第30题为判断题，第31～65为单项选择题，共65题）、非选择题（第66题～第83题，共18题）。本卷满分为300分，考试时间为150分钟。考试结束后，请将本试卷和答题卡一并交回。

2．答题前，请务必将自己的姓名、考试证号用0.5毫米黑色墨水的签字笔填写在试卷及答题卡的规定位置。

3．请认真核对监考员在答题卡上所粘贴的条形码上的姓名、考试证号与您本人是否相符。

4．作答选择题（第1题～第65题），必须用2B铅笔将答题卡上对应选项的方框涂满、涂黑；如需改动，请用橡皮擦干净后，再选涂其他答案。作答非选择题，必须用0.5毫米黑色墨水的签字笔在答题卡上的指定位置作答，在其他位置作答一律无效。

**一、判断题（本大题共30小题,每小题2分，共60分。下列每小题表述正确的，在答题卡上将对应题号的A涂黑,表述错误的将B涂黑）**

1.社会体育活动是一种社会现象，是一定社会政治，经济，文化，教育的产物，保护着人类的健康。

2.第一届现代奥林匹克运动会于1894年在希腊雅典举行。

3.社会体育的外延是指社会全体公民及整个社会的时间和空间。

4.运动处方可以大大提高社会体育的实效性和针对性，代表体育科学发展的方向。

5.人类社会生存和发展的两个最基本的形式是：生产方式和生活方式。

6.人体生命过程的分界线是35~40岁，也是生命过程中的“黄金时代”。

7.细胞间质由基质和纤维两种成分构成，其纤维由多糖构成，主要为黏多糖。

8.两个相邻心肌细胞的连接处为胼胝体，呈阶梯状的横线结构。

9.除激素外，某些组织和细胞产生的一些化学物质或代谢产物，可以在局部组织内扩散，改变临近组织细胞的活动，这也属于体液调节。

10.人体酶的催化作用能降低能阈或活化能，使生物化学反应能在较低能量水平上进行，从而加快化学反应速度。

11.慢肌纤维有丰富的血液供应和活性较高的脂肪氧化酶，比快肌纤维更容易氧化利用脂肪。

12.椎骨都有一个横突、两个上关节突、两个下关节突和两个棘突。

13.关节囊分外层滑膜层和内层纤维层，纤维层对关节腔内结构有营养润滑作用。

14.树突的主要功能是将胞体传来的神经冲动传至其它神经元或效应器，支配其生理活动。

15.机体脊神经的前跟属运动性，内含躯体运动和自主神经纤维，后跟属感觉性。

16.交感神经兴奋时肺内平滑肌舒张、管腔扩大，气流阻力下降。

17.营养物质是保证生长发育的物质基础。

18.训练调整期的营养任务是使运动员增加体内脂肪储备、糖原储备及维生素储

 备，并按比赛期的膳食制度进食。

19.肩关节脱位与肘关节脱位的三角巾固定法相似。

20.布置场地器材时，单杠和爬绳尽量集中设置在场地的边角或较小地块。

21.健身器械在设计和制造上也考虑了不同人群的使用特点，体现了健身器械练习的多样性。

22.健骑机能够折叠，便于存放，是目前占地面积最小的有氧运动器械。

23.动力性运动时血压升高，以收缩压升高为主。

24. 一个人的内在形体主要由肌肉、骨骼及关节、韧带等组成。

25.儿童少年生长发育迅速，一天的总热量约为50%为供给生长发育所需。

26.基础心率也称晨脉，一般情况下，每个人的晨脉是相对稳定。

27.跟腱长是指腓肠肌内侧头肌腹下缘至跟骨结节间的直线距离。

28.肌肉痉挛就是肌肉自主的强直收缩。

29.由压腿、劈叉时用力过猛导致的肌肉拉伤属于被动拉伤。

30.髌骨劳损时，会出现单腿半蹲试验疼痛加剧。

**二、单项选择题（本大题共35小题，每小题3分，共105分。在下列每小题中,选出一个正确答 案，将答题卡上对应选项的方框涂满、涂黑）**

31.促进各国人民之间了解和友谊，加强国家与国家之间的交流和团结是体育的

A.教育功能 B.社会情感功能 C.政治功能 D.经济功能

32. 社会体育指导员做好本职工作和履行其他道德义务的前提是

A.遵纪守法，诚实守信 B.热爱体育，乐于奉献

C.热诚服务，尽职尽责 D.坚持科学文明，反对迷信

33.关于社会体育参与的特点，表述正确的是

A.参与人群的广泛性、参与过程的自主性、参与方式的间接性，参与内容的多样性、参与时间的持续性

B.具有单一性、自主性、多样性、亲历性和稳定性

C.参与人群的广泛性、参与过程的自主性、参与实践的亲历性、参与形式的多样性和参与的非稳定性

D.具有广泛性、自主性、亲历性、多样性和稳定性

34.下列属于有氧代谢酶的是

A.苹果酸脱氢酶 B.乳酸脱氢酶 C.肌酸激酶 D.肌激酶

35.人体肌组织的CP含量约为ATP的倍数为

A.2 B.3 C.4 D.5

36.具有节省材料、轻便、坚硬特点的是

A.骨密质 B.骨内膜 C.骨松质 D.红骨髓

37.影响骨质生成及改进的是

A.维生素D B.维生素C C.维生素B1 D.维生素A

38.决定关节的运动形式主要因素

A.关节面的形状 B.关节囊的厚薄

C.关节周围肌肉多少 D.关节周围韧带的强弱

39.下列不属于小腿前群肌的是

A.胫骨前肌 B.拇长屈肌 C.拇长伸肌 D.趾长伸肌

40.人体血浆占血液的容积的百分比为

A.55% B.45% C.35% D.25%

1. 喉软骨构成喉的支架，其中不对称的是

A.甲状软骨 B.环状软骨 C.会厌软骨 D.杓状软骨。

42.二氧化碳在血液中主要运输方式是

A.溶解在血浆中 B.氨基钾酸血红蛋白C.碳酸氢盐 D.以上都是

43.机体血管分布主要规律**错误**的为

A.身体血管分布通常具有左右对称性 B.代谢旺盛的部位或器官血管特别丰富

C.血管通常不与神经包裹一起 D.大多关节周围的血管会形成网或弓

44.评定运动性疲劳最简易的生理指标

A.最大摄氧量 B.心率 C.血乳酸 D.体温

45.我国青年男性最大吸氧量每千克体重约为

A.50~55ml/min B.55~60ml/min

C.60~65ml/min D.70~75ml/min

1. 下列更易受遗传因素的影响

A.力量素质 B.速度素质 C.耐力素质 D.柔韧素质

47.有关激素作用机理的叙述**错误**的是

A.激素必须与受体结合才能发挥作用

B.肽类激素和类固醇激素作用机理不同

C.胰岛素、生长激素不能透过细胞膜进了细胞内

D.类固醇激素可透过细胞膜直接启动或者抑制DNA的转录过程

48.含有多种消化酶的是

A.胰液 B.胆汁 C.唾液 D.胃腺分泌的胃液

49.下列关于等长力量训练法叙述正确的是

A.不可用于肌肉的最大力量练习

B.练习时神经系统长时间保持兴奋，不利于提高神经细胞的工作能力

C.可以提高肌肉无氧代谢能力，也可增加肌红蛋白含氧含量和肌肉的毛细血管

D.等长力量训练时增加收缩和放松的协调能力

50.运动当中的主要燃料是

A.糖 B.蛋白质 C.脂肪 D.脂肪酸

51.在肌肉运动中，机体疲劳离子大量转移到肌细胞膜外，造成静息电位下降，从而影响动作电位的形成和传导。此离子是

A.Na+ B.K+ C.Ca2+ D.Mg2+

52.不是女性常用的皮褶测量部位

A.大腿前部 B.腹部脐旁1~2cm C.髂前上棘 D.上臂背侧肱三头肌部

53.Balke 15min跑法是根据受试者在15min内跑和走的最大距离，来间接测量

A.最大心输出量B.最大通气量 C.心泵功能贮备 D.最大吸氧量

54.下列属于国际奥委会定义下的违禁药物

A.GH B.HbO2 C.LDH D.HK

55.练习指导过程中以帮助为主，运用在动作技能形成的是

A.第一阶段 B.第二阶段 C.第三阶段 D.第四阶段

56.家庭体育除了具有健身健心、教育、调节情感功能外，还具备

A.体育消费功能B.服务功能 C.竞技功能 D.意志力培养功能

57.面对压力不同的人会采取不同应付方式，不属于主动认知应付模式表现的是

A.回忆和总结过去的经验 B.从有利方面看待压力

C.向专家求教 D.考虑多种变通方法

58.下列不属于下肢保健穴位

A.承扶穴 B.委中穴 C.承山穴 D.下关穴

59.身高体重指数是指

A.身高（cm）/体重（kg）×100 B.身高（cm）/体重（kg）×1000

C.体重（kg）/身高（cm）×100 D.体重（kg）/身高（cm）×1000

60.少年儿童时期最大心率一般在于195~205次/min之间，年递减率约为

A.0.5次/min B.0.8次/min C.1次/min D.1.2次/min

61.减体重体育活动中，有利于脂肪氧化的运动强度心率应为最大心率的

A .50%~60% B .60%~70% C. 70%~80% D. 80%~90%

62.国际标准杠铃要求两个内卡箍之间的距离为

A. 1米 B. 1.31米 C. 1.5米 D. 1.8米

63.采用间歇练习法在提高运动成绩为目标的竞技训练中，间歇期间要进行下一组训练心率需恢复到

A. 100~170次/分 B. 120~130次/分 C. 120~140次/分D. 120~170次/分

64.下列为热应激的主要表现

A.皮肤血流量减少 B.心率减少 C.每搏输出量增加 D.能量代谢降低

65.为了受伤后不能按训练计划进行练习，需停止患部练习或减少患部活动，称

A.轻度伤 B.中度伤 C.重度伤 D.急性损伤

**三、填空题（本大题共10小题,每小题3分，共30分）**

66.社会体育指导员 ▲ 是社会体育指导员在进行社会体育指导工作中遵循的道德规范和行为准则。

67.运动时，人体内参与供能代谢的脂肪有三个来源，分别是脂肪组织中的脂肪、血浆中的脂肪和 ▲ 。

68.尺骨上端粗大，有呈半月形的滑车切迹，滑车切迹前上方突起为 ▲ 。

69.位置觉和肌肉关节的运动觉为 ▲ 。

70.正式身体练习后所做的一些加快机体功能恢复的较轻松的练习，叫 ▲ 。

71. ▲ 就是用数字公式来反映身体各部分在有关指数间的比例关系，作为评价身体发育的综合方法。

72.测定最大通气量，一般呼吸频率要求在15s内呼吸 ▲ 次为宜，过快或过慢均不能受到最大值。

73.通常情况下，把肌肉、骨骼和内脏等组织的重量称为 ▲

74.按 ▲ 结构分类可以将身体练习分为全身、上下肢、腹背、头颈及某些小肌肉群练习。

75.肩袖损伤会出现痛弧试验阳性和 ▲ 试验阳性的症状。

**四、简答题（本大题共5小题，共45分）**

76.简述影响社会体育参与的基本因素。（8分）

77.简述体育活动中医务监督的注意事项。（8分）

78.简述心血管活动变化主要调节方式。（10分）

79.简述健身器械使用中预防伤害事故的主要措施。（10分）

80.简述耐力项目的营养要求。（9分）

**五、论述题（本大题共3小题，每小题20分，共60分）**

81.试述无机盐在人体中生理功能。（20分）

82.试述练习指导过程中产生错误动作的原因及纠正错误动作注意事项。（20分）

83.试述踝关节韧带拉伤的症状、伤后处理及预防。（20分）