2021年军队文职考试《体育学》真题

1、 单选题

更有利提高篮球运动员战术意识的训练方法是（ ）。

A： 持续训练法

B： 重复训练法

C： 变换训练法

D： 循环训练法

2、 单选题

关于恢复过程的表述不正确的是（ ）。

A： 运动时，机体只有消耗过程没有恢复过程

B： 超量恢复的程度与出现时间与运动量有密切关系

C： 超量恢复与膳食和运动模式有密切关系

D： 大强度间歇性运动后膳食对肌糖原储量的恢复影响较小

3、 单选题

关于力量素质训练的表述不正确的（ ）。

A： 通过静力性练习来发展最大力量，负荷强度大于90%

B： 进行快速力量训练时，重复次数不宜过多

C： 采用持续训练发展力量耐力，负荷强度一般在65%~80%左右

D： 发展快速训练法发展力量耐力、要缩短发挥出最大力量所需的时间

4、 单选题

关于灵敏素质的表述不正确的是（ ）。

A： 灵敏素质一般由平衡能力、速度、力量和协调能力所决定

B： 灵敏素质在儿童少年期培养更为有益

C： 灵敏素质的训练效果和速度，力量等素质一样也易消退

D： 灵敏素质训练一般安排在训练课的前半部分进行

5、 单选题

间歇训练法要求严格规定多次练习时的（ ）。

A： 练习次数
B： 间歇时间
C： 持续时间
D： 练习方法

6、 单选题

静息电位产生的基础是（ ）。
A： K+细胞内向细胞外流动
B： Na+由细胞内向细胞外流动
C： l-由细胞外向细胞内流动
D： K+由细胞外向细胞内流动

7、 单选题

下列影响技术能力的因素中，属于主观因素的是（ ）。
A： 竞赛规则
B： 动作技能的储存数量
C： 器材设备和场地
D： 技术环境

8、 单选题

一般完整动作的技术结构，包括技术基础，技术环节和（ ）。
A： 技术动作
B： 技术要领
C： 技术细节
D： 技术方法

9、 单选题

在进行标枪技术训练时，将整个标枪技术过程分解成持枪加速跑，最后交叉跑，挥臂投掷三个部分训练是采用了（ ）。
A： 单纯分解训练法
B： 递进分解训练法
C： 顺进分解训练法
D： 逆进分解训练法

10、 单选题

在训练准备期第二阶段，应该使运动员的（ ）达到最大。
A： 负荷强度
B： 负荷量
C： 负荷组数
D： 负荷次数

11、 单选题

在运动实践中，提高速度力量的途径是（ ）。

A： 发展力量

B： 加大训练的负荷强度

C： 增加训练的负荷量

D： 增加训练频率

12、 单选题

（ ）是训练过程的特性之一。

A： 及时性和可靠性

B： 有效性和客观性

C： 连续性和阶段性

D： 阶段性和规律性

13、 单选题

（ ）提出了“发展体育运动，增强人民体质”口号。

A： 周恩来

B： 刘少奇

C： 朱德

D： 毛泽东

14、 单选题

“立定三级跳远”这一练习手段属于（ ）。

A： 等长性收缩训练

B： 超等长收缩训练

C： 等张性收缩训练

D： 等动性收缩训练

15、 单选题

不必有意识的控制也能完成动作，是由于这套动作已达到（ ）阶段。

A： 泛化阶段

B： 分化过程

C： 巩固过程

D： 动作自动化

16、 单选题

被称为“现优奥林匹克之父”的是（ ）。

A： 罗格
B： 顾拜旦
C： 萨马兰奇
D： 巴赫

17、 单选题

不属于体育体制构成要素的是（ ）。
A： 机构
B： 职能
C： 制度
D： 人员

18、 单选题

采取区别对待原则的主要依据不包括（ ）。
A： 运动项目特征
B： 运动员个体差异
C： 教练水平
D： 训练水平

19、 单选题

产生速度障碍的主观原因不包括（ ）。
A： 过早的发展绝对速度
B： 基础训练不足
C： 技术运作不合理
D： 力量素质不足

20、 单选题

关于运动训练的表述不正确的（ ）。
A： 运动训练是竞技体育活动的重要组成部分
B： 运动训练是有组织有计划的体育活动
C： 提高运动成绩是运动训练的唯一目标
D： 训练过程是一个综合性的复杂的活动过程

21、 单选题

红细胞比容是指红细胞（ ）。
A： 与血浆的容积之比
B： 与血管的容积之比
C： 与其他血细胞容积之比
D： 在血液中所占的容积之百分比

---

22 、 单选题

发展一般耐力主要采用的训练方式是（ ）。

A： 短时间、大强度

B： 短时间、小强度

C： 长时间、中小强度

D： 长时间、大强度

---

23 、 单选题

突破移动速度训练中出现速度障碍时常用训练手段不包括（ ）。

A： 下坡跑

B： 牵引跑

C： 带领跑

D： 匀速跑

---

24 、 单选题

在50米短距离跑训练中，其能量供应主要是由（ ）供能。

A： 磷酸原系统

B： 糖酵解能系统

C： 有氧氧化系统

D： 以上三者同时生效

---

25 、 单选题

运动员贫血主要指血液中（ ）。

A： 血浆量减少

B： 血小板减少

C： 血红蛋白减少

D： 白细胞减少

---

26 、 单选题

运动员掌握技术的基本途径是（ ）。

A： 想象

B： 体验

C： 练习

D： 回忆

---

27 、 单选题

以（ ）活动为主的呼吸运动称为腹式呼吸，以（ ）为主的呼吸运动称为胸式呼吸，儿童以（ ）为主，成年男性的呼吸形式偏重（ ）。

A： 膈肌肋间肌腹式呼吸腹式呼吸
B： 肋间肌膈肌腹式呼吸腹式呼吸
C： 膈肌肋间肌腹式呼吸胸式呼吸
D： 肋间肌膈肌腹式呼吸胸式呼吸

---

28 、 单选题

兴奋-收缩耦联的关键因子是（ ）。
A： Ca2+
B： Na+
C： K+
D： CT

---

29 、 单选题

属于综合性特征的动作要素的是（ ）。
A： 动作力量
B： 运作速度
C： 运作时间
D： 动作节奏

---

30 、 单选题

（ ）是指人体快速完成动作的能力。
A： 仅应速度
B： 动作速度
C： 移动速度
D： 灵敏速度

---

31 、 单选题

根据体育工作的本身特征，可以将体育分为体育教学、体育锻炼、（ ）和运动竞赛四个部分。
A： 竞技体育
B： 保健康复
C： 运动训练
D： 休闲体育

---

32 、 单选题

1953年，（ ）在世界青年联欢节上荣获100米仰泳冠军，成为新中国第一个世界冠军。
A： 许海峰
B： 吴传玉
C： 容国团
D： 刘长春

33 、 单选题

（ ）是体育概论的理论基础，又是体育概论的具体的、直接的研究指南。

A： 体育美学

B： 体育管理学

C： 体育哲学

D： 运动训练学

34 、 单选题

参加奥运会比赛的第一位中国运动员是（ ）。

A： 符保卢

B： 朱海如

C： 刘长春

D： 荣国团

35 、 单选题

体育竞赛中“反败为胜，力挽狂澜”、“千钧一发”等运动情境，可以激发人们的精神，表现为（ ）功能。

A： 政治

B： 教育

C： 娱乐

D： 社会情感

36 、 单选题

体育概论是在（ ）中处于较高层次并带有指导性的学科。

A： 体育人文社会学

B： 体育教育运动训练学

C： 体育社会学

D： 运动人体科学

37 、 单选题

我国目前《体育概论》中的体育概念是（ ）。

A： 以体育教育为主

B： 广义的体育运动为基础

C： 以身体运动为主

D： 游戏观

38 、 单选题

中国奥委会在国际奥委会的正当权利全面恢复的时间是（ ）。
A： 1949年
B： 1959年
C： 1969年
D： 1979年

---

39 、 单选题

《体育概论》是从宏观上、整体上综合研究体育的（ ）特征和发展规律的学科。
A： 原始
B： 本来
C： 未来
D： 基本

---

40 、 单选题

动作要素是（ ）。
A： 构成动作成分
B： 构成动作的基本因素
C： 构成身体素质的基本因素
D： 构成动作的关键环节

---

41 、 单选题

体育文化由三个方面的要素构成，以下不包括在其中的是（ ）
A： 心理
B： 行为
C： 艺术
D： 物质

---

42 、 单选题

中国近代史上第一个比较全面的学校体育实施方案是（ ）。
A： 《中等学校体育实施方案》
B： 《学校体育实施方案》
C： 《各级学校体育实施方案》
D： 《学校体育计划方案》

---

43 、 单选题

正常眼观看（ ）米以外物体时，物体发出的光线经折射后恰好聚集在视网膜上。
A： 2
B： 4
C： 6
D： 8

44 、 单选题

下列关于牵张反射的叙述，哪项是错误的（ ）

A： 骨骼肌受到外力牵拉时能反射性地引起受牵拉的同一肌肉的收缩

B： 牵张反射的感受器是肌梭

C： 在脊髓与高位中枢离断后，牵张反射即永远消失

D： 包括屈肌反射和腱反射

45 、 单选题

当α运动神元传出冲动增加时，可使（ ）

A： 梭外肌收缩

B： 梭内肌收缩

C： 梭外肌和梭内肌同时收缩

D： 肌梭传人冲动减少

46 、 单选题

阈刺激值要求较低意味着该组织的兴奋性越（ ）

A： 越低

B： 越高

C： 不变

D： 改变

47 、 单选题

血浆占体重（ ）

A： 1%

B： 3%

C： 5%

D： 8%

48 、 单选题

呼吸的主要中枢位于（ ）。

A： 大脑皮质

B： 脑桥与延髓

C： 脊髓

D： 小脑

49 、 单选题

膜电位的产生是由于（ ）而形成静息状态下的膜电位差。

A： K+外流
B： K+内流
C： Na+外流
D： Na+内流

---

50 、 单选题

神经系统实现其调节机能的基本方式是（ ）。
A： 兴奋和抑制
B： 非条件反射和条件反射
C： 正反馈与负反馈
D： 感受和处理信息

---

51 、 单选题

在动力性力量中，若要很快提高力量，应采用（ ）
A： 重复次数多而阻力小的练习
B： 重复次数少而阻力大的练习
C： 最大重量的60%
D： 采用12-16次的重复次数

---

52 、 单选题

正常女子的血红蛋白值为（ ）克%。
A： 11—14克
B： 12—15克
C： 13—16克
D： 10—13克

---

53 、 单选题

血细胞是在（ ）部位生成的。
A： 肝脏
B： 骨髓
C： 肾脏
D： 脾脏

---

54 、 单选题

左侧大脑皮质中央后回受损，引起躯体感觉障碍的部位是（ ）
A： 全身
B： 左半身
C： 右半身
D： 双侧肢体

---

55 、 单选题

突触前抑制是通过（ ）突触的活动而发生的。

A： 轴突--树突

B： 轴突--胞体

C： 轴突--轴突

D： 树突-胞体

---

56 、 单选题

努力保持专项竞技水平是全过程多年训练阶段中的（ ）阶段。

A： 基础训练

B： 最佳竞技

C： 专项提高

D： 竞技保持

---

57 、 单选题

（ ）是训练过程的特性之一。

A： 及时性和可靠性

B： 有效性和客观性

C： 连续性和阶段性

D： 阶段性和变化性

---

58 、 单选题

竞技体育的主要目的是（ ）。

A： 掌握体育知识

B： 创造优异运动成绩

C： 不断增强体制

D： 掌握体育运动技能

---

59 、 单选题

身体素质是指人体在（ ）的支配下，在运动活动中所表现出来的机能能力和运动能力。

A： 中枢神经系统

B： 心血管系统

C： 循环系统

D： 运动系统

---

60 、 单选题

超量恢复规律是（ ）原则的依据之一。

A： 周期性

B： 区别对待
C： 合理安排运动负荷
D： 系统不见断性

---

61 、 单选题

2019年10月18日至27日，第七届世界军人运动会在中国武汉成功举行。国防部在例行记者会上总结军运会时讲到:“本届军运会赛会规模大、竞技水平高、服务保障好……，解放军代表团高居金牌榜和奖牌榜第一，创造了军运会新的历史……，以本届世界军人运动会为契机，中国军队将不断推动国际军事合作创新发展，加强同世界各国军队的交流沟通，深入开展各领域务实合作，有效履行国际责任义务，携手应对共同安全威胁和挑战，为维护世界和平、推动构建人类命运共同体作出新的更大贡献”。
第七届世界军人运动会的重要意义更强调了体育的（ ）。
A： 健体功能
B： 政治功能
C： 经济功能
D： 文化功能

---

62 、 单选题

2019年10月18日至27日，第七届世界军人运动会在中国武汉成功举行。国防部在例行记者会上总结军运会时讲到:“本届军运会赛会规模大、竞技水平高、服务保障好……，解放军代表团高居金牌榜和奖牌榜第一，创造了军运会新的历史……，以本届世界军人运动会为契机，中国军队将不断推动国际军事合作创新发展，加强同世界各国军队的交流沟通，深入开展各领域务实合作，有效履行国际责任义务，携手应对共同安全威胁和挑战，为维护世界和平、推动构建人类命运共同体作出新的更大贡献”。
只有军人运动会设置的比赛项目是（ ）。①军事五项②海军五项③空军五项④定向越野⑤水上救生
A： ①②③
B： ①④⑤
C： ①②③⑤
D： ①②③④⑤

---

63 、 单选题

2019年10月25日举行的军运会女子现代五项（击剑、游泳、马术、跑步和射击联项）决赛中，中国姑娘在最后的跑射联项中实现逆转，从而卫冕团体冠军。这次本土作战，姑娘们坦言压力很大，感叹军运会水平和国际顶尖赛场水平很相似，对手强、难度大，夺金过程异常曲折。HT赛后，现代五项教练在接受采访时说:“现在的国际比赛，水平越来越高，运动员训练中也需要付出更大的努力。我们这些能担当国际大赛任务的优秀运动员，都需经历10年左右的系统训练，世界优秀选手也都是如此。此外，高水平运动员需要精细的个性化训练，我们需要与生理、营养、体能、心理等多学科专家组成团队共同讨论运动员的训练计划。”
从运动训练理论的有关原理分析，运动员在训练过程中应遵循（
）。
A： 有效控制训练原则
B： 直观性训练原则

C： 适宜负荷训练原则
D： 系统训练原则

---

64 、 单选题

2019年10月25日举行的军运会女子现代五项（击剑、游泳、马术、跑步和射击联项）决赛中，中国姑娘在最后的跑射联项中实现逆转，从而卫冕团体冠军。这次本土作战，姑娘们坦言压力很大，感叹军运会水平和国际顶尖赛场水平很相似，对手强、难度大，夺金过程异常曲折。HT赛后，现代五项教练在接受采访时说:“现在的国际比赛，水平越来越高，运动员训练中也需要付出更大的努力。我们这些能担当国际大赛任务的优秀运动员，都需经历10年左右的系统训练，世界优秀选手也都是如此。此外，高水平运动员需要精细的个性化训练，我们需要与生理、营养、体能、心理等多学科专家组成团队共同讨论运动员的训练计划。”
现代竞技运动的发展中，呈现的新特点是（
）。
A： 娱乐化
B： 科学化
C： 商业化
D： 社会化

---

65 、 单选题

2019年10月25日举行的军运会女子现代五项（击剑、游泳、马术、跑步和射击联项）决赛中，中国姑娘在最后的跑射联项中实现逆转，从而卫冕团体冠军。这次本土作战，姑娘们坦言压力很大，感叹军运会水平和国际顶尖赛场水平很相似，对手强、难度大，夺金过程异常曲折。HT赛后，现代五项教练在接受采访时说:“现在的国际比赛，水平越来越高，运动员训练中也需要付出更大的努力。我们这些能担当国际大赛任务的优秀运动员，都需经历10年左右的系统训练，世界优秀选手也都是如此。此外，高水平运动员需要精细的个性化训练，我们需要与生理、营养、体能、心理等多学科专家组成团队共同讨论运动员的训练计划。”
现代运动训练最突出的特点在于（ ）。
A： 运动员强烈的进取精神
B： 运动员必须承受很大的训练负荷
C： 运动员强烈的学习追求
D： 运动员准确的独立分分析、判断和理解

---

66 、 多选题

持续性练习，这种训练方法可划分为（ ）和（ ）训练两种
A： 变速
B： 间歇
C： 重复
D： 匀速

---

67 、 多选题

运动强度越大，训练水平越低，“极点”出现越（ ），消失越（ ）。
A： 早
B： 迟
C： 大
D： 小

---

68 、 多选题
疲劳时肌电振幅上升或下降，肌电图功率谱（ ），低频成分（ ）。
A： 右移
B： 左移
C： 增加
D： 减少

---

69 、 多选题
运动员赛前兴奋性过高，常表现为赛前反应过（ ）
A： 强
B： 弱
C： 早
D： 迟

---

70 、 多选题
骨关节柔韧的好坏（ ）短跑运动员的（ ）
A： 影响
B： 不影响
C： 步频
D： 步长

---

71 、 多选题
“第二次呼吸”出现，说明（ ）结束，（ ）开始。
A： 赛前状态
B： 进入工作状态
C： 稳定状态

---

72 、 多选题
假稳定状态，（ ）不能满足需氧量的要求，（ ）氧债积累。
A： 吸氧量
B： 最大吸氧量
C： 有
D： 没有

---

73 、 多选题

红细胞在（ ）溶液中发生皱缩，在（ ）溶液中发生膨胀，在（ ）溶液中形态正常。

A： 高渗

B： 等渗

C： 低渗

---

74 、 多选题

速度素质包括（ ）速度。

A： 反应

B： 灵敏

C： 移动

D： 动作

E： 柔韧

---

75 、 多选题

根据训练课的主要任务和内容，实践中将训练课划分为（ ）

A： 身体训练课

B： 技、战术训练课

C： 测验、比赛课

D： 调整训练课

---

76 、 判断题

球迷骚乱和滥用兴奋剂是困扰国内外体坛的主要体育社会问题。

A： 正确

B： 错误

---

77 、 判断题

体育也是一门科学。

A： 正确

B： 错误

---

78 、 判断题

奥林匹克运动的宗旨是“更快、更高、更强”。

A： 正确

B： 错误

---

79 、 判断题
“乒乓外交”的成功说明体育具有政治功能。

A： 正确
B： 错误

---

80 、 判断题
在提高全民族健康水平方面，体育是万能的。

A： 正确
B： 错误

---

81 、 判断题
竞赛性是体育的一个实践特征。（ ）

A： 正确
B： 错误

---

82 、 判断题
我国的体育管理属于社会主导型。

A： 正确
B： 错误

---

83 、 判断题
德国的杨氏体操、瑞典的林氏体操和英国的户外运动被称为现代体育的“三大基石”。

A： 正确
B： 错误

---

84 、 判断题
现代社会丰富的物质财富为人们参加体育运动提供了可能性。

A： 正确
B： 错误

---

85 、 判断题

竞技体育是竞技运动为手段来促进人的身心和物质的协调发展的一种体育活动。（ ）

A： 正确
B： 错误

---

86 、 判断题
体育文化包括体育物质文化、体育精神文化和体育制度文化三个层面。

A： 正确
B： 错误

---

87 、 判断题
可以说，没有现代科学技术的发展，就没有遍及全球的现代奥林匹克运动，也就没有今天规模宏大的奥运盛会。

A： 正确
B： 错误

---

88 、 判断题
体育科学体系在层次上包括四层，第一层为指导科学，第二层为基础科学，第三层为人文和管理科学，第四层为应用科学。

A： 正确
B： 错误

---

89 、 判断题
体育体制一经形成，在一定时期内，需要保持相对的稳定性。

A： 正确
B： 错误

---

90 、 判断题
中国选手刘翔在28届奥运会男子110米栏决赛中获得金牌，成为第一个获得奥运田径短跑项目世界冠军的黄种人。

A： 正确
B： 错误

---

91 、 判断题

人体在安静状态下，只有小部分的血量在心血管中迅速流动，而大部分血量储存在内脏静脉及皮下静脉中，用以运动时血液重新调配。（ ）

A： 正确
B： 错误

---

92 、 判断题

等张收缩时肌肉张力不变。（ ）

A： 正确
B： 错误

---

93 、 判断题

心肌细胞兴奋的标志是心肌细胞产生动作电位。（ ）

A： 正确
B： 错误

---

94 、 判断题

低乳酸数值的间歇训练可提高速度素质，高乳数值的间歇训练提高速度耐力。（ ）

A： 正确
B： 错误

---

95 、 判断题

在体液中细胞内液占的百分比最少。（ ）

A： 正确
B： 错误

---

96 、 判断题

心肌兴奋性周期变化的特点是绝对不应期特别长。（ ）

A： 正确
B： 错误

97、 判断题
植物性神经纤维和躯体性神经纤维传导兴奋的速度是一样的。（ ）

A： 正确
B： 错误

98、 判断题
兴奋一收缩耦联中Na起了重要作用。（ ）

A： 正确
B： 错误

99、 判断题
超量恢复的程度与运动时间长短有关，与运动强度大小无关。（ ）

A： 正确
B： 错误

100、 判断题
人体对运动的适应性变化是运动训练的生理学基础。（ ）

A： 正确
B： 错误
