

30. “体育锻炼能够促进神经系统功能的加强，改善神经系统的调节能力，使各组织器官的活动更加灵活、协调，提高身体的工作能力；同时，能够改善脑的血液循环，增加脑组织的营养物质和氧气供应，提高中枢神经系统的兴奋性。”针对此段文字，老师组织同学们展开了如下讨论：（[]填序号，_____填名称）



（1）小明最喜欢的体育锻炼是引体向上，如图所示，做此项运动时，上肢屈肘的动作主要是靠[]_____牵拉桡骨，绕肘关节完成。

（2）神经系统结构和功能的基本单位是_____。

（3）长跑是一种全身性运动，长期坚持能有效提升心肺功能。小明在长跑前深吸了“一口气”。这“一口气”进入小明体内到达脑组织细胞至少要依次经过_____。

A. 体循环、肺循环

B. 肺循环、体循环

C. 体循环、肺循环、体循环

D. 肺循环、体循环、肺循环

（4）小明长跑结束后，大汗淋漓，这体现了皮肤的_____功能。