

## 2020 年全军面向社会公开招考文职人员统一考试

### 教育学类（体育学）—市场卷

1. 体育一词最早出现在法国，由以下哪个国家传入中国（ ）。
  - A. 法国
  - B. 日本
  - C. 德国
  - D. 英国
2. 按照生物力学运动形式，可将身体运动分为（ ）。
  - A. 有氧运动和无氧运动
  - B. 内收运动、外展运动、旋内运动和旋外运动
  - C. 走、跑、跳、投、悬垂、支撑、攀登、爬越和平衡
  - D. 平动、转动和鞭打
3. 体育科学体系若按体育社会学学科、基础学科和运动学学科进行分类，那么下列属于运动学学科的是（ ）。
  - A. 体育管理
  - B. 教学原理及方法
  - C. 体育史
  - D. 学校体育
4. 体育实践活动可以归纳为身体教育、运动竞技和健身休闲，其中哪项属于运动竞技学（ ）。
  - A. 运动解剖学
  - B. 运动医学
  - C. 体育人类学
  - D. 体育保健与康复
5. 军人从事军事活动所表现出的身体能力是（ ）。
  - A. 军人技能
  - B. 军人素质
  - C. 军人体能
  - D. 军人机能
6. 军事体育的主要表现形式为（ ）。
  - A. 身体训练
  - B. 体能训练
  - C. 军事体育竞赛
  - D. 军事体育教育
7. 军事五项的具体项目包括 200 米大口径标准步枪射击、500 米障碍跑、50 米障碍游泳、投掷手榴弹和（ ）。
  - A. 越野跑步
  - B. 跳伞
  - C. 10 公里自行车
  - D. 越野驾驶
8. 第一个在理论上论证了体育、德育、智育的联系的是（ ）。
  - A. 柏拉图
  - B. 亚里士多德
  - C. 夸美纽斯
  - D. 卢梭
9. “自然主义”实用主义教育学论和体育学说是谁发起的（ ）。
  - A. 洛克
  - B. 卢梭
  - C. 夸美纽斯
  - D. 柏拉图
10. 我国第一届全运会于（ ）年举行。
  - A. 1948
  - B. 1952

C. 1959

D. 1962

11. 军人经过日积月累的体能训练其心血管系统机能水平明显高于常人，这体现了体育的（ ）。

A. 教育功能

B. 健身功能

C. 娱乐功能

D. 经济功能

12. 著名的“乒乓外交”、“足球外交”这体现了体育的（ ）。

A. 政治功能

B. 健身功能

C. 社会功能

D. 经济功能

13. 下列关于体育与教育之间关系的说法，错误的是（ ）。

A. 德育、智育、体育、美育、技术教育之间相互促进

B. 学校教育中往往寓体育于德育之中

C. 体育能提高大脑皮层反应的灵活性和工作能力

D. 体育可以培养学生感知美、鉴赏美、评价美、表现美和创造美的能力

14. 收缩压 130mmHg、舒张压 85mmHg，这一数值主要体现的是下列哪一指标（ ）。

A. 机能

B. 体格

C. 体能

D. 适应能力

15. 创造优异的运动成绩是以下哪种途径的主要任务（ ）。

A. 体育教学

B. 体育锻炼

C. 运动训练

D. 运动竞技

16. 竞技者要根据运动中的各种变化，随时采取相应的技术、战术体现了竞技体育的（ ）。

A. 竞争性

B. 规则性

C. 不确定性

D. 功利性

17. 我国现行的《裁判员技术等级制度》规定裁判员技术等级称号分为：（ ）、国家级裁判员、一级裁判员、二级裁判员、三级裁判员。

A. 世界级裁判员

B. 特级裁判员

C. 名誉裁判员

D. 国际裁判员

18. 按运动目的的不同将体育手段分为（ ）。

A. 体操、篮球、足球、排球、田径等

B. 有氧运动和无氧运动

C. 内收运动、外展运动、旋内运动和旋外运动等

D. 身体锻炼手段、身体娱乐手段、竞技运动手段等

19. 下列选项不属于体育与劳动的区别的是（ ）。

A. 二者目的不同

B. 二者作用对象不同

C. 二者表现形式不同

D. 二者方法不同

20. 以下身体运动要素中属于空间特征的是（ ）。

A. 身体姿势

B. 身体动作力量

C. 身体运动节奏

D. 身体运动频率

21. 投篮命中率评定的是动作的（ ）。

A. 准确性

B. 协调性

C. 力量性

D. 经济性

22. 运动训练活动的目的是（ ）。

A. 提高运动员的竞技能力和运动成绩

B. 取得竞赛优胜

C. 提高运动员的身体素质

D. 提高运动员的竞技能力

23. 运动员获得竞技能力最重要、最有效的途径是（ ）。

A. 遗传效应

B. 生活效应

C. 训练效应

D. 竞赛效应

24. 狭义的运动训练学专指（ ）。

A. 一般训练理论

B. 项群训练理论

C. 专项训练理论

D. 普通训练理论

25. 根据项目比赛的特点和运动员在比赛中获取满意运动成绩的需要，从实战出发，定向地科学安排训练过程的阶段划分及训练的内容、方法、手段和负荷等因素的训练原则是（ ）。

A. 竞技需要与定向发展原则

B. 动机激励原则

C. 有效控制原则

D. 系统训练原则

26. 运动员在头脑中对过去完成的正确技术动作的回忆与再现并唤起临场感觉的训练方法叫做（ ）。

A. 表象法

B. 直观法

C. 想象法

D. 加难法

27. 运动员科学选材主要涉及到（ ）、运动训练学、运动人类学、运动生理学、运动心理学和体育测量学等学科理论。

A. 优生学

B. 项群理论学

C. 人类遗传学

D. 技能形成学

28. 下列能提高反应速度的锻炼方法是（ ）。

A. 指令法

B. 信号反应法

C. 减负法

D. 竞赛法

29. 动作速度是指身体或身体某部分完成单个动作的（ ）。

A. 时间

B. 速度

C. 频率

D. 距离

30. 以下哪种训练方法是发展快速力量最常用方法（ ）。

A. 大重量的极限力量练习

B. 中小重量的快速练习

C. 长距离的跳跃练习

D. 小重量多重复次数的练习

31. （ ）是为了国家安全和战争准备，全面提高武装力量的战斗力，而采取的一系列与作战与作战技能紧密相关的以身体训练为主要内容的一种特殊体育形式。

A. 军事体育

B. 军事目的

C. 军事训练

D. 军事任务

32. 反应速度训练常用的方法手段不包括（ ）。

A. 信号刺激法

B. 运动感觉法

C. 法特莱克式的变速跑

D. 选择性练习

33. 训练的竞赛期中，运动负荷的安排应遵循（ ）的基本原则。

A. 量大强度大

B. 量大强度小

C. 量小强度大

D. 量小强度小

34. 运动员在训练时，训练负荷在（ ）下使机体产生劣变现象。  
A. 超负荷 B. 适宜负荷 C. 最大负荷 D. 极限负荷
35. 在训练教学中，教练员要不断调整改变运动训练的内容和形式，并且对学生的学习练习做好积极地监督与指导，这主要是贯彻了（ ）训练原则。  
A. 竞技需要与定向发展原则 B. 动机激励与有效控制原则  
C. 系统训练与周期安排原则 D. 适宜负荷与适时恢复原则
36. 隔网性运动项群中扣球与传接球技术串联的练习，多种网上、网前、底线攻防战术的组合练习等；篮下（门前）禁区的连续攻防战术的练习，可采用（ ）进行。  
A. 高强度间歇训练方法 B. 强化性间歇训练方法  
C. 发展性间歇训练方法 D. 长时间间歇训练方法
37. （ ）对于体能主导类速度耐力或力量耐力类运动项群意义十分重大，如 800 米、1500 米跑，200 米、400 米游泳，500 米划船等运动。  
A. 高强度间歇训练方法 B. 发展性间歇训练方法  
C. 强化性持续训练方法 D. 强化性间歇训练方法
38. 发展力量耐力一般不采取（ ）。  
A. 持续训练法 B. 间歇训练法 C. 循环训练法 D. 分解训练法
39. 金字塔式训练法是为了提高（ ）。  
A. 最大力量 B. 灵敏素质 C. 柔韧素质 D. 耐力素质
40. 勇气是运动员必有的品质，可是有时在某些场合下有的运动员也可能干出一些凭蛮劲而盲动的事情，因此让运动员提高认识，增强克制力，通过什么方法（ ）。  
A. 激励法 B. 转移法 C. 升华法 D. 暗示法
41. 一般性准备活动以有氧活动开始，逐步提高工作强度，可使心率达到（ ）。  
A. 120~130 次 / 分 B. 130~140 次 / 分  
C. 120~140 次 / 分 D. 160~180 次 / 分
42. 下列哪项属于依训练负荷与间歇的关系分类的训练方法（ ）。  
A. 间歇训练法 B. 变换训练法  
C. 循环训练法 D. 体能训练法
43. 先训练“持枪加速跑”；掌握后再训练“交叉跑”；掌握后再训练“原地挥臂投掷”属于什么训练方法（ ）。  
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
44. 中时间重复训练法一次练习的负荷时间通常为（ ）。  
A. 1 分钟以内 B. 30 秒~2 分钟  
C. 1 分钟~2 分钟 D. 1 分钟~3 分钟

45. 发展糖酵解供能为主的混合代谢供能训练可采用（ ）。
- A. 高强行间歇训练法                      B. 强化性间歇训练法
- C. 中时间持续训练法                      D. 短时间重复训练法
46. 为使某项运动技术形成稳定的动力定型，负荷强度和负荷量的变化应该怎样搭配（ ）。
- A. 负荷强度与负荷量均有变化
- B. 负荷强度与负荷量均保持恒定
- C. 负荷强度恒定、负荷量变化
- D. 负荷强度变化、负荷量恒定
47. 建立若干练习站（点）后，战士按一定的顺序，一站接一站地周而复始地进行单个练习属于循环训练法的什么组织形式（ ）。
- A. 流水式                                      B. 轮换式
- C. 分配式                                      D. 直线式
48. 在开放环境下进行的比赛训练法类型是（ ）。
- A. 教学性比赛                                B. 检查性比赛
- C. 模拟性比赛                                D. 适应性比赛
49. 适应性比赛训练方法与模拟性比赛训练方法的不同点在于（ ）。
- A. 对手不同                                    B. 训练环境不同
- C. 训练方法不同                              D. 训练负荷不同
50. 男性绝对力量自然增长的敏感期为（ ）。
- A. 8~13 岁                                    B. 11~13 岁
- C. 10~13 岁                                    D. 11~15 岁
51. 训练反应速度时移动目标的练习重点是（ ）。
- A. 看（或听）到目标移动所发出的信号
- B. 判断目标移动的方位及速度
- C. 运动员选择自己的行动（应答）方案
- D. 实现行动方案
52. 儿童少年反应速度提高的第二次高峰从（ ）开始。
- A. 13 岁                                      B. 15 岁                                      C. 16 岁                                      D. 20 岁
53. 动作节奏指在完成动作过程中的时间特征，不包括下列哪一要素（ ）。
- A. 用力大小                                    B. 时间间隔长短
- C. 动作幅度大小                              D. 动作轨迹
54. 在排球扣球技术训练中，加高隔网属于什么训练方法（ ）。
- A. 完整法                                      B. 语言法
- C. 加难法                                      D. 表象法
55. 为克服心理紧张可以采用的方法是（ ）。
- A. 激励法                                      B. 暗示法

- C. 阻断思维法 D. 体验法
56. 运动员过分的关注比赛结果，担心无法取得好的成绩，这种心理现象是（ ）。
- A. 心理焦虑 B. 情绪消极  
C. 盲目自信 D. 情绪激动
57. 制订多年训练计划时，应重点关注基本部分中的（ ）。
- A. 准备部分 B. 指导部分  
C. 实施部分 D. 控制部分
58. 在做动作过程中，尽量减少时间和能量的消耗，这就必须要动作熟练、准确、协调，没有多余动作，而且力量的分配要恰到好处，这是指动作的（ ）。
- A. 准确性 B. 协调性 C. 经济性 D. 力量性
59. 发展一般耐力主要采用（ ）的各种运动方式。
- 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
60. 运动员在比赛中为达到战术目的而决定的战术行为的思维活动过程是（ ）。
- A. 战术意识 B. 战术观念 C. 战术知识 D. 战术行动
61. （ ）是为提高运动员的竞技能力和运动成绩，在教练员的指导下，专门组织的有计则的体育活动。
- A. 运动员选材 B. 运动训练 C. 运动竞赛 D. 竞技体育管理
62. 生命活动至少包括新陈代谢、（ ）和生殖三个基本特征。
- A. 应激性 B. 兴奋性 C. 传导性 D. 适应性
63. 人体内三种调节机制分别为神经调节、体液调节及器官、组织、细胞的（ ）。
- A. 反射调节 B. 自身调节 C. 血液调节 D. 免疫调节
64. 肌肉的基本结构和功能单位是（ ）。
- A. 肌细胞 B. 肌小节 C. 肌丝 D. 肌原纤维
65. 当肌肉收缩变短时，暗带的变化为（ ）。
- A. 不变 B. 变长 C. 变短 D. 先不变后变短
66. 横桥位于（ ）上。
- A. 细肌丝 B. 粗肌丝 C. 粗、细肌丝皆有 D. 粗、细肌丝皆无
67. 当外力消失时肌肉又逐渐恢复原来形态为肌肉的（ ）。
- A. 弹性 B. 伸展性 C. 收缩性 D. 收缩性
68. 下列不属于可兴奋细胞的是（ ）。
- A. 神经细胞 B. 腺细胞 C. 血细胞 D. 肌细胞
69. 在一定范围内，刺激强度越小，需要刺激的作用时间就（ ）。
- A. 越短 B. 越长 C. 不确定 D. 二者无关
70. 静息电位形成的基础是（ ）外流。
- A. 钙离子 B. 铁离子 C. 镁离子 D. 钾离子

71. 在整个关节运动范围内肌肉以恒定的速度，且外界的阻力与肌肉收缩时肌肉产生的力量始终相等的肌肉收缩称为（ ）。

- A. 等张收缩                  B. 等长收缩                  C. 等动收缩                  D. 离心收缩

72. 以下哪种收缩形式骨骼肌做负功（ ）。

- A. 离心收缩                  B. 等长收缩                  C. 向心收缩                  D. 超等长收缩

73. 一个人所能举起的最大重量称为该人的（ ）。

- A. 相对力量                  B. 力量耐力                  C. 绝对肌力                  D. 绝对力量

74. 当一个运动单位中的肌纤维数目较少时，其（ ）。

- A. 收缩力量大                  B. 灵活性差                  C. 灵活性好                  D. 运动单位较大

75. 以下哪一项目的优秀运动员腿肌内的琥珀酸脱氢酶活性最高（ ）。

- A. 100m                                  B. 800m  
C. 1500m                                  D. 5000m

76. 人体的糖以血糖、肝糖原和肌糖原的形式存在，并以（ ）为中心。

- A. 血糖                                  B. 肌糖原  
C. 肝糖原                                  D. 三者

77. 下面哪种糖对于肝糖原的恢复效果最好（ ）。

- A. 蔗糖                                  B. 淀粉  
C. 麦芽糖                                  D. 果糖

78. 水在人体中约占体重的（ ）。

- A. 50%                                  B. 60%  
C. 65%                                  D. 70%

79. 运动时的耗氧量与安静时耗氧量的比值称为代谢当量（MET），那么 1MET 约相当于（ ）。

- A. 安静时的能量消耗                  B. 安静时 1 分钟的能量消耗  
C. 安静时 10 分钟的能量消耗                  D. 安静时 1 分钟每千克体重的能量消耗

80. 400m 跑主要的供能系统为（ ）。

- A. 磷酸原系统                                  B. 乳酸能系统  
C. 有氧氧化系统                                  D. ATP—CP 系统

81. 主要吸气肌由膈肌和（ ）组成。

- A. 肋间肌                                  B. 胸肌  
C. 肋间内肌                                  D. 肋间外肌

82. 每一呼吸周期中，吸入或呼出的气量称为（ ）。

- A. 潮气量                                  B. 补吸气量  
C. 补呼气量                                  D. 肺活量

83. 每分肺泡通气量的计算公式为（ ）。

- A.  $(\text{呼吸深度} - \text{解剖无效腔}) \times \text{呼吸频率}$   
B.  $(\text{呼吸深度} - \text{肺泡无效腔}) \times \text{呼吸频率}$

- C. (呼吸深度－生理无效腔) × 呼吸频率  
D. 呼吸深度 × 呼吸频率
84. 健康成人的红细胞比容, 男子约为 ( )。  
A. 37%~48% B. 40%~50%  
C. 45%~50% D. 40%~48%
85. 肺循环的起点是 ( )。  
A. 左心房 B. 左心室  
C. 右心房 D. 右心室
86. 在生理状态下唯一降低血糖的激素是 ( )。  
A. 肾上腺素 B. 胰高血糖素  
C. 胰岛素 D. 生长激素
87. 教师抓住动作的主要环节和学生掌握动作中存在的主要问题进行教学, 那么这时学生处于运动技能形成的 ( )。  
A. 泛化阶段 B. 分化阶段  
C. 巩固阶段 D. 自动化阶段
88. 人体机能状态的变化顺序是赛前状态、( )、稳定状态、疲劳及恢复过程五个阶段。  
A. 准备活动 B. 第二次呼吸  
C. 准备状态 D. 进入工作状态
89. 在真稳定状态下, 运动中以 ( ) 供能为主。  
A. 无氧代谢 B. 有氧代谢  
C. 有氧无氧混合代谢 D. 依运动强度而定
90. 用心率判断运动疲劳程度时一般用 ( )、运动后即刻心率及恢复期心率。  
A. 运动前心率 B. 平均心率  
C. 最大心率 D. 基础心率
91. 从事负荷较大并强调速度的爆发型的力量训练的主要影响 ( )。  
A. 慢肌纤维 B. 快肌纤维  
C. 二者兼顾 D. 红肌
92. 蛙跳属于力量训练的什么方法 ( )。  
A. 等长练习  
B. 等张练习  
C. 等速练习  
D. 超等长练习
93. 优秀耐力运动员安静状态下的心输出量与普通心脏相比 ( )  
A. 心输出量多 B. 心输出量少  
C. 无明显差异 D. 心输出量有时多有时少
94. 可兴奋细胞兴奋时, 细胞内产生的可扩布的电位变化称为 ( )。



- A. 静息电位
- B. 动作电位
- C. 细胞间的兴奋传递
- D. 兴奋—收缩偶联

95. 属于开式运动的是 ( )。

- A. 田径
- B. 游泳
- C. 自行车
- D. 拳击

96. 技术动作较轻松自如、有节奏感、稳定，能比较顺利和连贯的完成完整动作技术。但是遇到一些新异刺激时，多余动作和错误动作可能重新出现。此动作特征属于运动技能形成规律的 ( )。

- A. 巩固过程
- B. 泛化阶段
- C. 动作自动化阶段
- D. 分化过程

97. 动作的节奏表现了动作的 ( )。

- A. 时间特征
- B. 空间特征
- C. 力量特征
- D. 综合特征

98. 测量肌肉力量最容易和最方便的方法是 ( )。

- A. 仰卧起坐
- B. 1RM 测试
- C. 卧推
- D. 深蹲

99. 体内氧分压由高向低的顺序通常是 ( )。

- A. 静脉血、肺泡气、动脉血、组织细胞
- B. 肺泡气、静脉血、动脉血、组织细胞
- C. 组织细胞、静脉血、动脉血、肺泡气
- D. 肺泡气、动脉血、静脉血、组织细胞

100. 剧烈运动过程中，身体的耗能量明显增加，分解代谢明显加强，血中激素浓度降低的有 ( )。

- A. 糖皮质激素
- B. 甲状腺素
- C. 肾上腺素
- D. 胰岛素