**2020-2021学年部编版七年级生物下册第二章人体的营养单元自测卷**

学校:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_姓名：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_班级：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_得分：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**一、选择题（共50分）**

1.2020年4月15日，复旦大学张文宏教授出席一个防控新冠肺炎疫情讲座时表示：“绝不要给孩子吃垃圾食品，一定要多吃高营养、高蛋白质的东西。”蛋白质是构成细胞的基本物质，是机体生长及修补受损组织的主要原料，病毒抗体产生靠蛋白质。下列食品中富含蛋白质的是（　　）

A.桃子 B.鱼 C.大米 D.核桃

2.食物中含有人体所需要的各种营养物质，其中构成人体组织细胞的基本物质和最重要的供能物质分别是（ ）

①糖类   ②蛋白质   ③脂肪   ④水分   ⑤维生素   ⑥无机盐

A.①⑤ B.②④ C.②① D.③⑥

3.蛋白质、糖类、脂肪三类营养物质对人体具有的共同作用是（　　）  
①构成细胞的主要有机物 ②为生命活动提供能量 ③调节人体生命活动的物质 ④提供无机盐

A.①③ B.①④ C.②③ D.①②

4.炊具在中国的饮食文化中占有相当重要的地位，古代曾用钟鸣鼎食形容一个家庭的富庶，古代提倡用铜炊具，当前世界卫生组织提倡使用铁制的炊具（如图），以方便人体更好地补充铁，这是因为（　　）



A.铁是维生素C的成分 B.铁能催化蛋白质的分解  
C.铁是血红蛋白的成分，可以预防贫血 D.铁能为人体提供能量  
5.维生素和无机盐在人体中需要量虽然很少，却起着“人体运作的润滑剂”和“健康的基石”的作用，下面所列物质与缺乏症，不相符的是（　　）

A.维生素A--夜盲症 B.钙--骨质疏松症和佝偻症 C.维生素D--坏血病 D.铁--贫血症

6.膳食纤维对人体的作用不包括（　　）

A.提供丰富营养 B.促进肠道的蠕动 C.有利于预防心血管疾病 D.不会增加体重，有利于保持体形

7.某校七年级（3）班的王胜同学最近学习效率比较低，大脑运转缓慢，医生建议王胜同学的妈妈平时多给他补充一些能够提高大脑活力的食物，如富含蛋白质的食物。下列几组食物中，符合富含蛋白质这一条的是（ ）

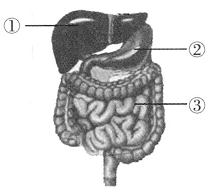
A.牛奶、苹果、面包 B.鸡蛋、牛奶、豆腐 C.牛奶、面包、土豆 D.茄子、橘子、豆芽

8.每年的3月22日是“世界水日”，我国纪念2020年“世界水日”的宣传主题为“坚持节水优先，建设幸福河湖”，下列关于水在人体中的作用，叙述错误的是（ ）

A.水约占体重的60％-70％ B.水在调节体温，排泄废物方面有重要作用  
C.水可以给人体生命活动提供能量 D.水是构成人体的重要物质

9.各类营养物质在人体消化道内被消化酶消化的先后顺序是( )。  
①蛋白质 ②无机盐 ③淀粉 ④脂肪 ⑤维生素

A.①②③ B.①③④ C.①②④ D.①④⑤



10.如图是人体消化系统部分结构示意图,对图中的描述正确的是(     )。



A.是人体最大的消化腺,而且有解毒功能 B.是人体消化和吸收的主要场所  
C.可以分泌胆汁 D.只能初步消化蛋白质  
11.下列关于人体消化的叙述,正确的是（ ）

A.胃液可初步消化蛋白质、脂肪 B.胆汁中不含消化酶,对食物消化不起作用  
C.口腔是消化淀粉最主要的场所 D.肠液和胰液中都含有消化糖类、蛋白质和脂肪的酶

12.人体内消化和吸收的主要场所是( )。

A.胃 B.小肠 C.大肠 D.食道

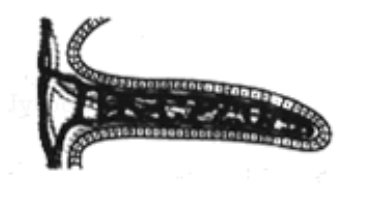
13.食物中不经过消化酶的作用就能被吸收的营养物质是下列哪一组（    ）

A.麦芽糖、葡萄糖、维生素 B.氨基酸、维生素、无机盐 C.无机盐、脂肪、氨基酸 D.水、维生素、淀粉

14.以下是某同学在学习完“人体的消化和吸收”后作出的总结,你认为不合理的是( )

A.胃可初步消化蛋白质 B.胆汁中不含消化酶,只能将脂肪乳化成脂肪颗粒  
C.肠液和胰液中含有消化糖类、蛋白质和脂肪的酶 D.小肠能吸收氨基酸、麦芽糖等物质,是吸收的主要场所

15.如图表示人体消化道内吸收营养物质的一种结构，该结构的名称及其能够吸收的部分物质分别是（ ）

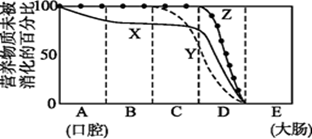


A.小肠皱襞；甘油、氨基酸 B.小肠绒毛；脂肪微粒、水  
C.小肠绒毛；维生素C、脂肪酸 D.十二指肠；葡萄糖、无机盐

16.小肠是人体吸收营养物质的主要器官。下列叙述与小肠吸收功能无直接关系的是（ ）

A.小肠内表面有许多环形皱襞 B.皱襞表面有多小肠线毛  
C.小肠内有多种消化液 D.小肠绒毛内有丰富的毛细血管

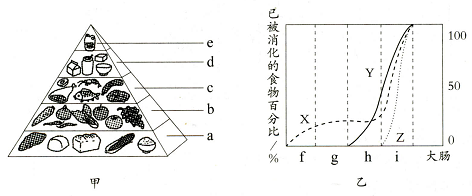
17.图中的曲线分别表示淀粉、脂肪和蛋白质在消化道中各部位被消化的程度(A、B、C、D、E表示消化道部位,曲线X、Y、Z表示营养物质)。请据图判断,下列说法正确的是（ ）



A.淀粉、蛋白质、脂肪开始被消化的部位都是消化道D  
B.在消化道C中,有不含消化酶的消化液——胆汁  
C.在消化道D中,X、Y、Z分解为可以被细胞吸收的小分子有机物  
D.Y曲线代表脂肪消化的过程,Z曲线代表蛋白质消化的过程

18.合理营养、平衡膳食, 已成为人们的健康生活方式。下图甲为中国居民的“平衡膳食宝塔”图, 图乙是淀粉、脂肪和蛋白质在消化道中各部位被消化的示意图。下列说法正确的是( )

A.青少年时期是身体生长发育关键期,每天需多吃些图甲中d、e层食物  
B.图甲中c层所含的主要营养物质在图乙f部位开始消化  
C.图甲中e层物质的消化过程可用图乙中Y曲线来表示  
D.图乙中i处含有多种消化液,是消化营养物质的主要场所



19.5月20日是中国学生营养日，营养均衡有助于青少年健康成长。下列做法有利于健康的是（　　）

A.购买包装食品时，只需关注一下生产日期和保质期，看是否过期即可  
B.有“虫眼”的蔬菜和水果说明一定不含农药，可放心食用  
C.饮料中含有香精和人工色素等，口感好，颜色喜人，是我们的上佳选择  
D.生吃的瓜果、蔬菜等要洗干净以减少农药残留物

20.根据①蛋白质在体内每天都更新一部分；②蛋白质在体内不能长期储存；③人体每天进行各种生理活动所需的能量约有70%来自于糖类；④全面营养是人类健康所必需的等知识，推断下列早餐比较合理的组合是（　　）

A.牛奶、苹果、橘子、葡萄干B.牛奶、苹果、馒头、牛肉干C.馒头、麦片、稀饭、西瓜 D.精肉、牛奶、鸡蛋、苹果

21.小明为妈妈设计了一份午餐食谱:炒鸡腿(鸡腿120克)、清蒸鲫鱼(鲫鱼100克)、炒豆芽(豆芽80克)。为使这份食谱的营养更加均衡,还应该加入( )。

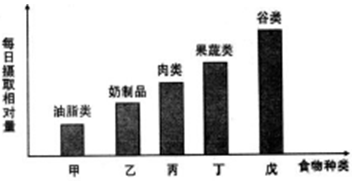
A.水果(100克) B.白菜炒木耳(100克) C.米饭(200克) D.炒鸡蛋(80克)

22.我国民间有许多传统的饮食方法，例如“腊八粥”、“八宝粥”、“荤素饺”等，这些食物在营养成分方面的共同特点是（　　）

A.烹饪精良 B.营养成分单一 C.色香味美 D.营养成分全面

23.如图是我国营养学家建议居民一日三餐对各类食物的摄取比例，下列说法正确的是（　　）

A.丙类食物中含量较高的是纤维素 B.牙龈出血的患者应多吃丁类食物  
C.戊类食物中的维生素是人体最重要的供能物质 D.甲类食物中的脂肪消化后的最终产物是氨基酸



24.有关合理营养的说法不正确的是（　　）

A.合理营养能满足人体对各种营养物质的需要 B.合理营养在每日摄入的总能量中，早、中、晚餐比例约为3：4：3  
C.食物中所含各种营养成分比例合适，互相搭配合理 D.合理营养就是能够满足人体对生命活动所需要的能量就可以

25.“合理膳食，均衡营养”是人们的健康理念，下列生活习惯与此不相符的是（　　）

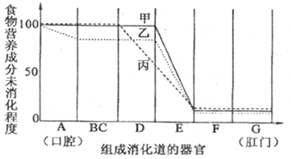
A.食物多样，谷类为主，粗细搭配 B.夜晚时间长，晚餐应多吃肉少吃菜  
C.三餐分配要合理，切忌暴饮暴食 D.多吃蔬菜水果和薯类，但食不过量

**二、综合题（共50分）**

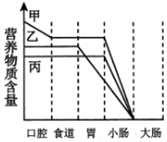
26.小明的爸爸快要过生日了，小明根据学习的人体营养与健康的知识，准备在妈妈的指导下，为全家人做一顿美食。  
（1）小明和妈妈一起购买食材，在食品安全方面应考虑的问题包括\_\_\_\_\_\_。  
①食品是否有毒   ②食品的保质期   ③无机盐的含量   ④是否被农药等有害物质污染  
⑤维生素的种类   ⑥食品含能量高低   ⑦食品的营养价值   ⑧食品是否发霉变质  
A.①③⑤⑦ B.②④⑥⑧ C.①②④⑧ D.③⑤⑥⑦  
（2）小明为全家人制作的菜肴有：①糖醋里脊、②清炒虾仁、③拔丝红薯、④西兰花炒木耳。小明的爸爸患有糖尿病，请根据健康饮食的相关知识，从以上菜肴中为小明的爸爸选择恰当的菜品，进行合理搭配\_\_\_\_\_\_（写数字即可）。  
 （3）小明和妈妈一起购买食材时，发现一种不认识的固体食物X，小明猜测其主要营养成分是淀粉，为验证他的猜测，他索取少量食材X带到学校实验室，与同学们一起进行研究。  
下表为小明的实验设计和步骤，根据表格内容回答下列问题：

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 试管编号 | 食物小块 | 所加液体 | 震荡摇匀 | 37℃恒温 |
| I | 0.1克 | 2毫升唾液 | 是 | 10分钟 |
| Ⅱ | a克 | 2毫升清水 | 是 | 10分钟 |

①根据实验目的和设计原则，a应为\_\_\_\_\_\_。  
②向I、Ⅱ号试管内各滴2滴碘液，Ⅱ号试管内食物小块变成蓝色，I号无变化。根据实验现象判断小明的猜测是  
\_\_\_\_\_\_（填“正确”或“错误”）的。  
③如果用图中A-G表示人体消化道各部位，则食材X起始消化的部位是[\_\_\_\_\_\_]\_\_\_\_\_\_，可反映其消化过程的曲线是\_\_\_\_\_\_（填甲、乙或丙）。



27.图中甲、乙、丙三条曲线分别表示食物中三种营养物质在消化道中的变化情况．据图回答：



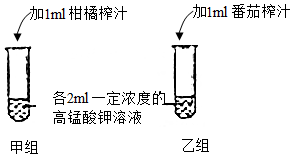
（1）图中曲线丙表示\_\_\_\_\_\_的消化过程。

（2）淀粉最终在消化道的\_\_\_\_\_\_中彻底消化分解成\_\_\_\_\_\_。   
（3）某生物兴趣小组的同学在探究“口腔对淀粉的消化作用”时，设计的实验方案如下表所示。请回答：

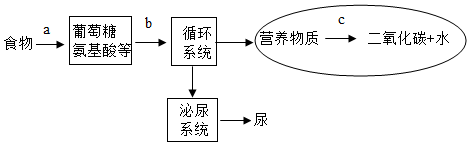
|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 试管编号 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 馒头碎屑或块 | 等量碎屑 | 等量碎屑 | 等量馒头块 | 等量碎屑 | 等量碎屑 |
| 唾液有无 | 2mL唾液 | 2mL清水 | 2mL唾液 | 2mL唾液 | 2mL唾液 |
| 是否搅拌 | 搅拌 | 搅拌 | 不搅拌 | 搅拌 | 搅拌 |
| 温度 | 37℃ | | | 0℃ | 100℃ |

①要探究牙齿的咀嚼、舌的搅拌对馒头的消化作用，应选用[\_\_\_\_\_\_]和[\_\_\_\_\_\_]号试管进行实验。   
②如果选用1、4、5号试管进行实验，则探究的问题是：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_。

28.小辉同学长期以来的早餐搭配：一碗稀饭、一根油条和少量泡菜。回答下列问题。  
（1）小辉的早餐食谱中缺乏人体需要的\_\_\_\_\_\_和维生素等营养素，长期如此，容易导致营养不良。建议他增加进食\_\_\_\_\_\_和少量蔬菜、水果等。  
（2）营养成分消化吸收的主要场所是\_\_\_\_\_\_。  
（3）新鲜的蔬菜和水果中含有丰富的维生素C，可预防\_\_\_\_\_\_。（填疾病的名称）  
（4）小辉想探究番茄和柑橘中维生素C含量的高低，他査阅资料得知，维生素C溶液能使一定量的紫色高锰酸钾溶液褪色，并且维生素C溶液越浓，褪色程度越明显。  
【提出问题】柑橘中维生素C含量比番茄中的高吗？  
【作出假设】柑橘比番茄味道酸，柑橘中的维生素C含量比番茄中的高。  
【实验步骤】  
①如图，向两支洁净试管中各加人2ml一定浓度的紫色高锰酸钾溶液，编号为甲、乙两组；  
②再同时向甲、乙两支试管中分别加入1ml柑橘榨汁、lml番茄榨汁，振荡摇匀；  
③一段时间后观察两支试管现象。  
【实验结果与结论】  
如果甲试管中颜色褪色比乙试管中明显，说明假设\_\_\_\_\_\_；如果乙试管中颜色褪色比甲试管中明显，或是两支试管中颜色褪色基本相近，说明假设\_\_\_\_\_\_。（填“成立”或“不成立”）  
【实验分析与评价】  
本实验中甲组与乙组形成\_\_\_\_\_\_关系。为了使实验更严谨、更科学，可再加丙组实验：向丙组试管中加入2ml相同浓度的\_\_\_\_\_\_和1ml蒸馏水，振荡摇匀。



29.人体每天必须从外界获取一定量营养物质才能健康的生活，下图表示各种营养物质在人体内的变化过程，据图回答：  
  
（1）图中a、b过程分别代表人体的\_\_\_\_\_\_和\_\_\_\_\_\_，完成b过程的主要器官与其功能相适应的结构特点是：①其长度5至6米；③其内表面有\_\_\_\_\_\_和绒毛。  
（2）尿的形成需要经历\_\_\_\_\_\_作用和\_\_\_\_\_\_作用两个生理过程。  
（3）c过程主要发生在细胞内的\_\_\_\_\_\_（能量转换器）中。  
（4）某同学为验证“唾液淀粉酶对淀粉的消化作用”，设计了如下实验方法和步骤：①取两支试管分别编号为A、B，各注入2毫升淀粉糊；②漱口后收集唾液；③A试管中加入2毫升唾液；④向两支试管中各滴加2滴碘液；⑤两支试管震荡后放人37℃水中保温5-10分钟；⑥取出两支试管，观察颜色变化。  
A．指出实验步骤中的两处错误并加以改正：\_\_\_\_\_\_  
B．按改正后的实验步骤进行实验，通过实验现象得出的结论是：\_\_\_\_\_\_。



**参考答案**

**一、选择题（共50分）**

1.B 2.C 3.D 4.C 5.C 6.A 7.B 8.C 9.B 10.B 11.D 12.B 13.B  
14.D 15.C 16.C 17.C 18.D 19.D 20.B 21.C 22.D 23.B 24.D 25.B  
  
**二、综合题（共50分）**

26.（1）C  
（2）②、④  
（3）0.1；正确；A口腔；乙

27.（1）脂肪  
（2）小肠；葡萄糖    
（3）①1；3   
②温度对唾液淀粉酶的消化作用有影响吗？  
  
28.（1）蛋白质；鸡蛋；   
（2）小肠；   
（3）坏血病；   
（4）成立；不成立；对照；高锰酸钾溶液。  
  
29.（1）消化；吸收；皱襞  
（2）肾小球的滤过作用；肾小管的重吸收  
（3）线粒体  
（4）A向A试管中加入2毫升唾液的同时应该向B试管中加入相同量的清水；应该先水浴后再滴加碘液  
B唾液淀粉酶对淀粉有消化作用