

全国2022年七年级生物后半期课时练习完整试卷

1. 选择题

下列符合食品安全、合理膳食要求的是（ ）

- A. 要多吃蛋白质含量高的食物，少吃蔬菜水果
- B. 肥胖人群应减少谷类及肉类的摄入量
- C. 袋装食品尽管过期但没霉变仍可食用
- D. 零食中添加的防腐剂对人体无害，可以用零食代替正餐

2. 选择题

当遇到下列情况时，你的正确选择是（ ）

- A. 被农药污染的食品一定要充分煮熟再食用
- B. 进行人工呼吸过程中，吹气者应始终捏紧被救者的鼻孔
- C. 被毒蛇咬伤手臂后，应首先扎住伤口处的近心端
- D. 处方药和非处方药都必须在医生的指导下购买和使用

3. 选择题

下列有关营养和健康的说法中，错误的是（ ）

- A. 婴儿期蛋白质和能量摄取不足，会导致脑重量减轻，脑细胞数量减轻，从而影响智力发育
- B. 人体每天所需要的营养物质全部都来自于食物中
- C. 膳食中营养物质供给不足，对人体健康可产生不良影响，若营养过剩，对人体也是有害的
- D. 营养物质进入人体后都能有各自的作用

4. 选择题

小明在阑尾炎手术后，为了促进伤口早日愈合，应该多吃下列哪类食品（ ）

- A. 粗粮 B. 蔬菜 C. 水果 D. 奶、蛋、鱼、肉

5. 选择题

某家长为临近学业考试的孩子设计了一份晚餐食谱：米饭、炒猪肝、清蒸鲫鱼。为了均衡膳食，请补充一种食物使其营养更合理（ ）

- A. 炒青菜 B. 鱼汤面 C. 五香牛肉 D. 煎鸡蛋

6. 选择题

从1989年开始，每年的5月20日是“中国学生营养日”，2017年的主题是关注校园餐，营养助健康。合理营养有利于青少年的健康成长，下列饮食习惯及解释正确的是（ ）

- A. 多吃富含脂肪的食物，以供给能量 B. 一日三餐营养均衡，荤素合理搭配
- C. 每天用碳酸饮料代替饮用水 D. 营养保健品营养丰富，可代替食物

7. 选择题

随着“光盘行动”这与新闻热词成为2013年度最知名的公益品牌之一，节约意识日益深入人心。家里的剩菜剩饭可以用保鲜膜包起来短时间储存，保鲜膜的作用主要是（ ）

- A. 隔绝空气，挡住灰尘
- B. 释放出化学物质杀死细菌
- C. 隔绝空气，避免空气中的细菌进入
- D. 隔绝空气，使食物中的细菌无法呼吸