

中山大学

二〇〇五年攻读硕士学位研究生入学考试试题

科目代码: 416

科目名称: 运动训练学

考试时间: / 月 23 日 下午

考生须知

全部答案一律写在答题纸上,
答在试题纸上的不得分! 请用
蓝、黑色墨水笔或圆珠笔作答。
答题要写清题号, 不必抄题。

一、概念解释 (每题 6 分, 共 30 分)

- 1、竞技需要原则
- 2、恢复与超量恢复
- 3、变换训练法
- 4、爆发力指数
- 5、战术意识

二、简答题 (每题 10 分, 共 60 分)

- 1、运动训练学的主要任务?
- 2、项群理论的主要作者和基本内容?
- 3、贯彻竞技需要原则的训练学要点?
- 4、负荷量和负荷强度的评价
- 5、战术方案的基本内容有哪些?
- 6、力量训练的基本要求有哪些?

三、论述题 (每题 30 分, 共 60 分)

- 1、如何判别运动员的疲劳程度? 有什么恢复手段?
- 2、运动队管理的主要任务以及要处理好的各种关系有哪些?