

类别：B 卷试题

## 河南师范大学

### 二〇〇九年硕士研究生入学考试业务课试卷

科目代码：626 名称：体育专业综合 适用专业：体育学各专业  
(必须在答题纸上答题，在试卷上答题无效，答题纸可向监考老师索要)

#### 运动训练学 (150 分)

一、判断题 (每题 2 分，共 20 分) 你认为正确的划“√”，错误的划“×”。

- 1、运动训练是提高运动成绩最重要、最根本的途径。
- 2、负荷强度过大容易引起抑制型过度训练。
- 3、竞技状态是自然形成的，不经训练就可获得。
- 4、变换训练法可以培养运动员的多种运动感觉。
- 5、对运动技术本身的结构来说，技术难点是不固定的。
- 6、对运动员来讲，只要大肌肉群练的好就能取得最好的成绩。
- 7、一般心理训练是培养和发展运动员所必须的专项心理能力的训练。
- 8、对运动员实现状态的诊断是一个完整的运动训练过程的落脚点。
- 9、运动员达到高水平运动成绩所需要的年限是确定少儿早期专项化训练要考虑的因素之一。
- 10、树立科学的世界观是运动训练过程中思想政治教育的方法之一。

二、名词解释：(每词 5 分，共 30 分)

- 1、竞技能力：
- 2、运动技术：
- 3、制胜因素：
- 4、相对力量：
- 5、竞技状态：
- 6、竞技战术：

三、简答题：(每题 15 分，共 60 分)

- 1、运动训练的基本特点有哪些？
- 2、变换训练法的基本类型及特点如何？
- 3、体能训练的意义是什么？
- 4、竞技运动的现代社会价值有哪些？

**四、论述题：（每题 20 分，共 40 分）**

- 1、试述适宜运动负荷原则。
- 2、结合自己专项谈谈怎样提高运动员的运动成绩？

**运动生理学（150 分）**

**四、判断题（每题 2 分共 20 分）你认为正确的划“√”，错误的划“×”。**

- 1、呆小症是由于儿童、少年时期甲状腺机能低下而引起的疾病。
- 2、隔肌舒缩实现的呼吸运动称为胸式呼吸。
- 3、超量恢复的程度与运动时间长短有关，与运动强度大小无关。
- 4、动作电位是钠离子的平衡电位。
- 5、运动可能引发机体免疫机能降低。
- 6、人体的生理惰性主要表现在人体的一切活动都是反射活动和运动器官的惰性上。
- 7、壶腹嵴毛细胞的适宜刺激是直线变速运动。
- 8、时值是评定组织收缩的一个重要指标。
- 9、运动员安静状态尿蛋白为阴性，运动后可能为阳性。
- 10、真稳定状态下运动是由有氧代谢供能，可维持很长时间。

**五、名词解释：（每题5分共30分）**

- 1、运动单位：
- 2、排泄：
- 3、身体成分：
- 4、肺活量：
- 5、超量恢复：
- 6、兴奋性：

**六、简答题（每题 15 分 共 60 分）**

- 1、简述各能量供应系统的特点。
- 2、影响静脉回心的因素有那些？
- 3、简述肌肉收缩的形式有哪些（按肌肉收缩的长度和张力的变化）？
- 4、简述准备活动的生理作用。

**四、论述题（每题 20 分，共 40 分）**

- 1、氧离曲线有什么特点和生理意义。
- 2、儿童少年运动系统有何特点，如何进行体育教学与训练？