

温州大學

2009 年硕士研究生招生入学考试试题

科目代码及名称: 622 运动训练学(A) 适用专业: 体育教育训练学

(请考生在答题纸上答题, 在此试题纸上答题无效)

一、名词解释(每小题 8 分, 计 80 分)

- 1、竞技体育, 项群训练理论
- 2、竞技水平, 竞技能力
- 3、竞技状态, 训练水平
- 4、运动训练原则, 训练规律
- 5、系统训练原则, 动机激励原则
- 6、负荷节奏, 制胜规律
- 7、运动训练方法, 循环训练法
- 8、最大力量, 反应速度
- 9、模拟训练法, 单周期
- 10、重复训练法, 动作速率

二、简答题(计 140 分)

- 1、简述竞技运动的现代社会价值?(12 分)
- 2、现代竞技体育在近百年的发展过程中表现出哪些特点?(12 分)
- 3、项群训练理论的实践意义有哪些?(10 分)
- 4、简述运动技术训练常用的方法?(8 分)
- 5、信息在现代训练中的运用主要表现在哪些方面?(18 分)
- 6、何谓间歇训练法?简述三种间歇训练法的区别?(10 分)
- 7、体能训练的基本要求有哪些?(10 分)
- 8、力量训练的基本方法有哪些?(8 分)
- 9、速度素质及其分类有哪些?(8 分)
- 10、运动技术训练的基本要求有哪些?(18 分)
- 11、简述战术训练的基本要求?(10 分)
- 12、赛前克服运动员心理紧张的方法有哪些?(10 分)
- 13、简述说明周运动负荷加大的途径?(6 分)

三、论述题(计 80 分)

- 1、试述项群理论的科学价值?(20 分)
- 2、说明快速力量与爆发力训练负荷量度的确定有何不同?(20 分)
- 3、论述优秀运动员竞技能力训练过程中的“木桶原理”与“补偿效应”的基本含义, 它们各自的侧重点是什么?(20 分)
- 4、如何正确运用动机激励原则?(20 分)