

温州大学

2011 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、运动成绩, 竞技水平;
- 2、动机激励原则, 有效训练原则;
- 3、运动训练手段, 模式训练法;
- 4、间歇训练法, 持续训练法;
- 5、相对力量, 快速力量
- 6、分解训练法, 完整训练法;
- 7、速度素质, 动作速度;
- 8、灵敏素质, 运动技术;
- 9、竞技战术, 运动员心理能力;
- 10、双周期, 运动智能;

二、简答题 (计 140 分)

- 1、简述竞技运动的现代社会价值? (12 分)
- 2、简述现代运动训练的基本特点? (12 分)
- 3、简述项群训练理论在竞技体育中的应用? (10 分)
- 4、简述运动员状态诊断和目标建立的重要意义? (10 分)
- 5、简述动机激励原则的训练学要点? (12 分)
- 6、渐进式地增加负荷量度的形式有几种? (8 分)
- 7、分解训练法有几种类型? (8 分)
- 8、简述体能训练的基本要求? (10 分)
- 9、简述力量训练的基本要求? (10 分)
- 10、简述运动技术训练的基本要求? (18 分)
- 11、战术训练方法有哪些? (14 分)
- 12、运动员心理能力训练的常用方法有哪些? (6 分)
- 13、简述适宜负荷原则的训练学要点? (10 分)

三、论述题 (计 80 分)

- 1、如何正确运用竞技需要原则? (20 分)
- 2、如何抓好投掷运动员的力量训练? (20 分)
- 3、谈一谈重复训练法在运动训练中的应用特点? (20 分)
- 4、试述项群理论的科学意义? (20 分)