

2004年中国人民公安大学427运动训练学考研试题

考研加油站收集整理 <http://www.kaoyan.com>

一、名词解释（每题5分，共40分）

1. 运动训练
2. 运动训练原则
3. 训练手段
4. 柔韧素质
5. 竞技状态
6. 间歇训练法
7. 周期性原则
8. 变换训练法

二、简答题（每题10分，共60分）

1. 运动训练的目的和任务是什么？
2. 促使运动素质转移应注意哪些问题？
3. 训练手段与方法的组成因素。
4. 运动训练的内容包括哪些？
5. 教练员应具备的条件
6. 贯彻一般训练与专项训练相结合原则的基本要求。

三、论述题（每题25分，共50分）

1. 论述负荷和恢复与训练适应的关系
2. 试述速度素质的训练