

中国人民公安大学 2005 年硕士研究生入学考试

试题（运动训练学）

请将所有答案标明题号，写在答题本上，试题纸上请勿答题。严禁在答题纸密封线以外留下姓名、考号等任何标记，否则该卷无效。

一. 名词解释：（每题 5 分，共 40 分）

1. 竞技能力
2. 恢复
3. 运动训练手段
4. 间歇训练法
5. 持续训练法
6. 循环训练法
7. 耐力素质
8. 灵敏素质

二. 简答题：（每题 10 分，共 60 分）

1. 决定运动成绩的因素是什么？
2. 什么是竞技需要原则？
3. 适宜负荷原则的解释
4. 运动训练的作用是什么？
5. 身体形态训练的基本要求是什么？
6. 运动技术的定义是什么？

三. 论述题：（每题 25 分，共 50 分）

1. 试述如何合理有效的进行动作速度练习？
2. 试述战术训练的方法？