

2005 年考研试题

(体育教育训练学、民族传统体育学、运动心理学专业)

一、名词解释(每题 5 分, 共 50 分)

1. “极点”与“第二次呼吸”
2. 脉搏与氧脉搏
3. 定量负荷与最大负荷
4. 静力性练习与动力性练习
5. 恢复与超量恢复
6. 疲劳与过度疲劳
7. 运动处方与训练计划
8. 最大通气量与最大摄氧量
9. 等张收缩与等长收缩
10. 运动员心脏与运动员血液

二、简答题(任选 5 题, 每题 8 分, 共 40 分)

1. 简述运动过程中人体机能状态的变化规律
2. 简述运动技能形成的生理过程
3. 简述血液是如何维持酸碱平衡的
4. 如何根据少年身体素质发展规律安排体育教学与训练
5. 简述有氧耐力的生理学基础
6. 试述心输出量的适应性变化及调节

三、问答题(任选 4 题, 每题 15 分, 共 60 分)

1. 试述运动时的能量供应,如何分析运动项目的供能特点
2. 试述运动处方的种类,运动处方的基本要素及在运动处方中的作用
3. 何谓有氧运动?有氧心率?简述有氧运动对健身的影响.如何通过氧运动促进健康
4. 试述运动时糖的有氧代谢与无氧代谢的异同