浙江师范大学 2006 年硕士研究生

入学考试试题

考试科目：352 运动训练学　　报考学科、专业：体育教育训练学

一、名词解释：（共 5 小题。每小题 4 分，共 20 分。）

1．间歇训练法：

2．区别对待原则：

3．运动素质：

4．协调能力：

5．竞技能力：

二、简述题：（共 7 小题。每小题 10 分，共 70 分。）

1．简述比赛周超量恢复集合安排模式。

2．试分析竞技状态的形成发展与大周期阶段划分的关系。

3．分析重复训练法的构成因素及其特点。

4．简述周训练计划中不同内容交替安排的理论基础。

5．为什么现代运动训练会出现“个人针对性”的特点？

6．运动员的全程性多年训练一般可分为哪几个阶段？各阶段训练的重点是什么？

7．试述用重复跑的练习手段发展移动速度素质的基本做法。

三、论述题：（共 3 小题。每小题 20 分，共 60 分。）

1．试从训练适应的特性分析为什么要坚持系统的不间断的训练。

2．为什么现代运动训练会出现多学科综合运用的发展趋势？

3．试结合自己所从事的专项，运用循环训练法设计一个训练方案。