

科目代码： 346

科目名称： 体育综合

第一部分运动生理学

一、名词解释（共8题，每题5分，共40分）

- 1、运动单位动员
- 2、心指数
- 3、最大摄氧量
- 4、呼吸商
- 5、心力储备
- 6、姿势反射
- 7、无氧工作能力
- 8、靶强度

二、简答题（共5题，每题12分，共60分）

- 1、影响进入工作状态的主要因素是什么？
- 2、简要比较分析快肌和慢肌纤维的形态结构、代谢和生理功能特点。
- 3、简述最大吸氧量和无氧阈在体育运动实践中有何应用价值。
- 4、简述间歇训练的生理学特点。
- 5、简述运动性疲劳及其产生机制。

三、论述题（共每题 2 题，每题 25 分，共 50 分）

- 1、举例说明氧离曲线的生理意义。
- 2、请论述训练对心血管机能的影响。

第二部分 运动训练学

四、名词解释（共 8 题，每题 5 分，共 40 分）

- 1、竞技能力结构模型
- 2、柔韧素质
- 3、体力分配战术
- 4、年度训练计划
- 5、区间性多年训练计划
- 6、运动员战术能力的模拟训练法
- 7、最大力量
- 8、运动竞赛

特别提醒：答案必须写在答题纸上，若写在试卷或草稿纸上无效。

五、简答题（共 6 题，每题 10 分，共 60 分）

- 1、运动训练方法的作用有哪些？
- 2、模式训练法的操作程序包含哪几个步骤？
- 3、体能训练的重要意义是什么？
- 4、运动技术的基本特征是什么？
- 5、训练课计划是由哪几方面构成的？
- 6、提高动作速度常用的方法手段有哪些？

六、论述题（共 2 题，每题 25 分，共 50 分）

- 1、试述你是如何理解系统训练原则的。
- 2、试述制定多年训练计划的必要性。

特别提醒：答案必须写在答题纸上，若写在试卷或草稿纸上无效。