

# 安徽师范大学

## 2017 年硕士研究生招生考试初试试题

科目代码: 630

科目名称: 体育理论综合

### 学校体育学部分

#### 一、名词解释 (4 小题, 每小题 5 分, 共 20 分)

1. 体育教学过程
2. (体育教学) 循环练习法
3. 体育课堂设计
4. 体育教学评价

#### 二、简答题 (6 小题, 每小题 15 分, 共 90 分)

1. 在选择体育课程内容时应遵循哪些原则?
2. 在体育教学过程的实施阶段, 作为教师应如何有效地控制教学活动?
3. 在运用完整练习法时, 可采用哪些有效方法以便于学生掌握技术动作?
4. 体育课中调控运动负荷量度的方法一般有哪些?
5. 简述课余体育训练与课余体育竞赛的特点。
6. 在学校体育中开展普及型、群众性竞技运动有哪些积极作用?

#### 三、论述题 (2 小题, 每小题 20 分, 共 40 分)

1. 试述学校体育的本质功能。
2. 课余体育对学生个体发展的健身、健美、健心功能分别体现在哪些方面?

### 运动生理学部分

#### 一、名词解释 (7 小题, 每小题 5 分, 共 35 分)

1. 稳态
2. 运动单位
3. 最佳心率范围
4. “第二次呼吸”
5. 灵敏
6. 肺活量
7. BMI

#### 二、选择题 (15 小题, 每小题 3 分, 共 45 分)

考生请注意: 答案必须写在答题纸上, 写在本试题纸上的无效!

- 1、以下哪项不是生理功能稳态调节的方式 ( )。
  - A. 神经调节 B. 免疫调节 C. 体液调节 D. 自身调节
- 2、运动生理学主要研究人体对运动的 ( ) 性规律。
  - A. 反应与适应 B. 物质代谢与能量代谢 C. 代谢调节 D. 兴奋与抑制
- 3、以下哪项是人体运动时的直接能源物质 ( )。
  - A. 糖 B. 脂肪 C. 蛋白质 D. ATP
- 4、足球运动员为提高 30m 高速冲刺能力应主要发展 ( ) 供能系统供能能力。
  - A. 磷酸原 B. 糖酵解 C. 糖有氧氧化 D. 脂肪有氧氧化
- 5、肥胖人群减脂一般采取 ( ) 运动。
  - A. 短时间高强度 B. 速度或速度耐力性 C. 长时间中低强度 D. 以上均可
- 6、以下哪项不是肌肉收缩与舒张过程的环节 ( )。
  - A. 肌肉的收缩与舒张 B. 兴奋—收缩耦联
  - C. 兴奋在神经—肌肉接点的传递 D. 中枢发放冲动
- 7、上臂弯举哑铃向下还原阶段肱二头肌做 ( )。
  - A. 等动收缩 B. 等张收缩 C. 拉长收缩 D. 等长收缩
- 8、运动过程中,除 ( ) 外,均可促进 HbO<sub>2</sub> 解离氧,使骨骼肌获取更多的氧供。
  - A. pH 降低 B. P<sub>CO2</sub> 升高 C. 渗透压升高 D. P<sub>O2</sub> 下降
- 9、以下哪项不是发展无氧耐力的训练 ( )。
  - A. 最大乳酸训练 B. 耐乳酸能力训练 C. 乳酸阈训练 D. 缺氧训练
- 10、以下哪种运动对免疫机能的抑制作用最为明显 ( )
  - A. 适中强度的经常性身体运动 B. 不运动
  - C. 大强度、长时间且频度高的训练 D. 偶尔运动
- 11、以下哪项不是评价有氧耐力的指标 ( )。
  - A. VO<sub>2</sub>max B. 乳酸阈 C. PWCI70 D. 最大血乳酸
- 12、以下哪项不符合肌肉力量训练的生理学原则 ( )。
  - A. 小肌群训练在先,大肌群训练在后 B. 超负荷
  - D. 多关节肌训练在前,单关节肌训练在后 C. 专门化
- 13、长跑时疲劳的发生主要与 ( ) 有关。
  - A. 肌糖原消耗 B. 乳酸积累 C. CP 减少 D. ATP 减少
- 14、以下哪项不是影响准备活动生理效应的因素 ( )。
  - A. 活动时间 B. 活动强度 C. 活动频度 D. 与正式练习的时间间隔
- 15、以下哪项为适合举重和投掷运动员力量练习的最佳负荷 ( )。
  - A. 10-15RM B. 1-5RM C. 6-10RM D. 16-20RM

### 三、简答题 (4 小题, 每小题 12 分, 共 48 分)

- 1、简述在弹性反冲性运动 (如立定跳远) 中主动肌缩短收缩前拉长收缩的作用及其生理学机制。
- 2、简述动力性运动时血液循环系统的反应。
- 3、简述无氧耐力的生理学基础。
- 4、举例简述头部位置改变在加速运动技能形成中的作用及其规律。

### 四、论述题 (1 小题, 每小题 22 分, 共 22 分)

- 1、试分析运动员在参加 5000m 跑比赛时所经历的机能状态变化, 产生的原因及处理措施。

考生请注意: 答案必须写在答题纸上, 写在本试题纸上的无效!