

体操考试指南



学 冉清泉 王泸翔主编
州 教 育 出 版 社

体操考试指南

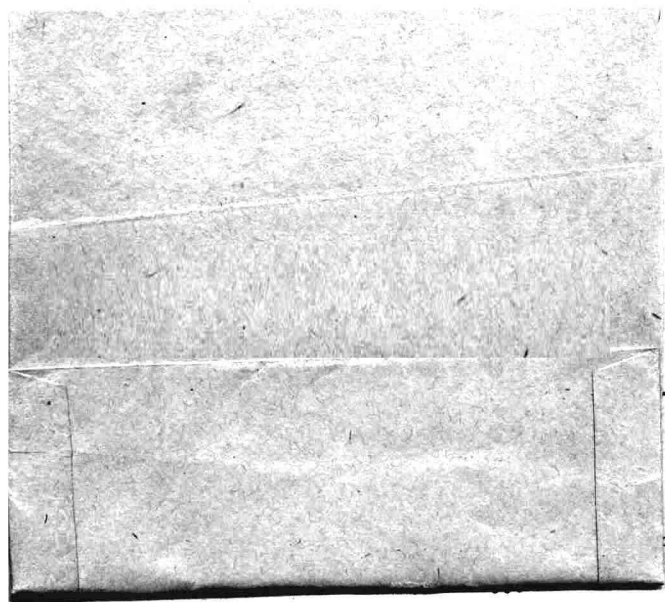
易学 冉清泉 王泸翔 主编

贵州教育出版社

责任编辑：段小鸽

封面设计：付孝修

技术设计：田亚民



千字

1990年9月第1版 1990年9月第1次印刷

ISBN7—80583—075—4/G·74 定价：3.20元

前 言

体操是体育专业学生的主修课，对培养合格的体育教师具有重要意义。为了帮助学生系统地复习、巩固体操课程的基础理论知识，启发学生应用体操知识指导体操实践；也给专业教师提供考试命题和建立试题库作参考资料，我们编写了这本考试题解。

全书共十三章，收集习题约1500题。内容有古今中外体操发展史、体操术语、保护与帮助、力学原理；体操教学、训练、科研、裁判法；基本体操、队列队形、技巧运动、团体操等。各章编入的试题有名词解释、填空、判断、选择、问答等五种类型。其中的选择题均附有四个可供选择的答案。答题时，要求从中选出一个最佳答案。

本书是以高等学校体育专业试用教材《体操》（本、专科）和体育院系通用教材《体操》等为基础，并编入了部分新的内容。因此，本书除供全日制高师体育系、科，体育学院体育系、运动系学生做教学参考书外，还适用于进修生和函授生做教学参考书。亦可供准备报考体育院系研究生作复习体操之用。

本书在每章习题后均附有解答，答案力求做到重点突出，阐述清晰。有的解答还可根据本校使用教材和教学要求列出答案。

《体操考试指南》一书由西南师大易学、冉清泉，贵州师大王泸翔三位同志担任主编

在编写过程中得到成都体育学院谢显慰教授的大力支持和帮助，在此表示诚挚的感谢。

本书因编写时间仓促和我们水平有限，难免有不妥之处，望读者批评指正。

编 者

1989年6月于重庆西师

目 录

第一章	绪论	(1)
第二章	体操术语	(25)
第三章	体操中的保护与帮助	(41)
第四章	器械体操	(54)
第五章	体操教学	(76)
第六章	体操训练	(93)
第七章	儿童、少年体操训练	(112)
第八章	体操竞赛的组织与裁判	(125)
第九章	体操科学研究方法	(155)
第十章	队列队形	(174)
第十一章	基本体操	(189)
第十二章	技巧运动	(209)
第十三章	团体操	(229)
附:	历届奥运会、世界锦标赛、世界杯赛、世界大学生运动会、亚运会、全运会体操比赛男、女前三名成绩	(240)

第一章 绪 论

一 习 题

(一) 名词解释

- | | | |
|----------|---------|-----------|
| 1. 体操 | 2. 基本体操 | 3. 徒手体操 |
| 4. 生产体操 | 5. 保健体操 | 6. 运动辅助体操 |
| 7. 竞技性体操 | 8. 竞技体操 | 9. 技巧运动 |
| 10. 艺术体操 | | |

(二) 填空题

1. 体操的内容有_____，_____，_____，
_____，_____，_____，_____。
2. 基本体操包括_____，_____，_____。
3. 竞技性体操包括_____，_____，
_____。
4. 男子竞技体操有_____，_____，
_____，_____，_____，_____六项。
5. 女子竞技体操有_____，_____，
_____，_____四项。
6. 技巧比赛有_____，_____，
_____，_____，_____，_____七项。
7. 艺术体操比赛有_____，_____，
_____，_____，_____五项。

8. 持轻器械体操有 _____, _____, _____
_____, _____, _____。

9. 器械体操有 _____, _____, _____,
_____, _____, _____。

10. 体操运动的项目很多, 内容丰富, 从其练习形式看
有 _____, _____, _____ 三种。

11. 体操运动其主要任务是 _____, _____,
_____, _____, _____。

12. 体操运动按其所要完成的目的任务可分为 _____
_____, _____, _____ 三大类。

13. 体操不同于其他项目, 具有其本身的特点。体操的
特点有 _____, _____, _____,
_____。

14. _____ 年在南京举行“江南第一次联合运动会”,
体操作为表演项目的有 _____, _____,
_____。

15. 现代体操传入我国是在 _____ 以后, 我国第一次
全国性体操比赛是 _____ 年在 _____ 举行。

16. _____ 年我国体操队第一次参加 _____ 世界
体操锦标赛。

17. 我国男子体操队在 _____ 年 第 _____ 届 世
界体操锦标赛中获得团体冠军。

18. 我国女子体操队在 _____ 年 第 _____ 届 世
界体操锦标赛中获得团体亚军。

19. 我国在世界体操大赛中获得第一枚金牌的运动员是
_____ 其项目是 _____。

20. 1984年我国体操运动员在美国洛杉矶举行的第____届奥运会上, 获得男子团体第____名, 女子团体第____名。

21. 我国第一套成年广播体操颁布的时间是在____年, 到目前为止共颁布了成年广播体操____套。

22. ____年在____成立了第一所体操学校

23. 体操的三大世界性比赛是: ____、____、____。

(三) 判断题

1. 竞技性体操与竞技体操是两个不同的概念()。
2. 体操运动从其练习形式看、有徒手, 持轻器械和在器械上做三种; 按其所完成的目的任务, 又归纳为基本体操, 竞技性体操, 团体操和辅助性体操四大类()。
3. 1959年5月在上海举行“第七届全国运动会”第一次把体操列为表演项目()。
4. 我国第一套成年广播体操公布于1950年()。
5. 在第23届奥运会上, 李宁一人独得三枚金牌()。
6. 我国体操队于1956年第一次参加在莫斯科举行的第14届体操锦标赛。男子团体列十一名、女子团体获第七名()。
7. 徒手体操是基本体操的内容()。
8. “五禽戏”是在我国唐宋末年流传民间的()。
9. 广播体操就是徒手体操()。
10. 体操棍、实心球、跳绳、木哑铃是器械体操()。
11. 通常体操比赛就是指的竞技体操比赛()。

12. 在开展群众性的体育活动中，广播体操可以进行比赛（ ）。

13. 1908年在上海成立了第一所体操学校（ ）。

14. 体操运动其主要任务是进行思想品德教育，增强人民体质，提高运动技术水平（ ）。

15. 1907年在南京举行“江南第一次联合运动会”，体操作为表演项目的有团体操、徒手体操、兵式体操等（ ）。

16. 古茨穆茨是德国的体育先驱，近代体育的倡导者。他的著作很多，在1793年著的《青年体操》第一版中，他把体操（泛指体育）分为八项运动、手工作业、青年游戏三部分（ ）。

17. 扬氏是历史上德国著名的体操家，他在近代体操史上的业绩有三个方面，第一，体操器械的改革和创新；第二，扩大了体操的实施范围；第三，把体育同精神、意志、教育紧密结合（ ）。

18. 1936年举行的第11届奥运会上确定了男子体操比赛内容有自由体操、鞍马、吊环、跳马、双杠、单杠六项（ ）。

19. 女子四项：跳马、高低杠、平衡木、自由体操的内容，是1950年第15届奥运会上确定的（ ）。

20. 进入20世纪，随着现代科技的迅速发展及其成果的广泛应用，促进了现代体操的形成与发展，竞技体操技术水平日趋向难、新、稳、美的方向发展（ ）。

（四）选择题

1. 体操按其任务为依据进行分类可分为

- A 徒手体操，持轻器械体操，器械体操；
- B 基本体操，竞技性体操，团体操；
- C 队列队形，徒手体操，竞技体操；
- D 竞技体操，技巧运动，艺术体操。

2. 1907年在南京举行“江南第一次联合运动会”，体操作为表演项目的有

- A 单杠、木马、平台、天桥；
- B 徒手体操、器械体操、兵式体操、游戏；
- C 瑞典体操、游戏体操、兵式体操；
- D 瑞典体操、丹麦体操、捷克体操。

3. 我国第一套成年广播体操公布于

- A 1950年1月20日；
- B 1951年11月24日；
- C 1951年1月24日；
- D 1950年11月2日。

4. 东汉末年名医华佗在总结前人导引经验的基础上，创编了“五禽戏”是哪几种动物

- A 虎、豹、狼、象、熊；
- B 狮、狼、熊、猿、鸟；
- C 鹿、熊、猿、豹、鸟；
- D 虎、鹿、熊、猿、鸟。

5. 1958年我国体操队第一次参加在莫斯科举行的第十四届世界体操锦标赛，男、女获得名次多少？

- A 男子获团体第十一名，女子获团体第七名；
- B 男子获团体第七名，女子获团体第十一名；
- C 男子获团体第十名，女子获团体第六名；

- D. 男子获团体第十二名，女子获团体第六名。
6. 德国施皮斯的“学校体操”主要有三方面内容
- A 游戏体操、兵式体操、德国体操；
 - B 器械体操、徒手体操、瑞典式体操；
 - C 协同体操、秩序运动、徒手体操；
 - D 学校体操、轻器械体操、徒手体操。
7. 男子体操六项是哪年哪届奥运会上才确定下来的
- A 1932年，第10届；
 - B 1936年，第11届；
 - C 1948年，第14届；
 - D 1952年，第15届。

(五) 问答题

1. 什么是体操运动？
2. 简述体操是怎样产生的？
3. 什么是实用性体操？
4. 什么是广播体操？有何特点？
5. 什么是竞技性体操？它有哪些特点和内容？
6. 简述体操运动对人体有哪些主要影响？
7. 体操的目的是什么？
8. 体操的主要任务是什么？
9. 简述我国古代体操运动的发展状况。
10. 试述我国清政府时期的体操运动的状况。
11. 试述我国国民时期体操运动状况。
12. 简述解放前我国中央苏区的体操运动状况。
13. 简述我国建国时期的体操状况是怎样的？

14. 试述70年代我国体操发展状况如何?
15. 试述80年代我国体操现状如何?
16. 简述近代体操是怎样传入中国的?
17. 简述近代体操是通过什么途径传入中国的?
18. 简述古希腊体操的主要内容?
19. 什么叫德式体操?
20. 什么叫瑞典体操?
21. 什么叫丹麦体操?
22. 什么叫捷克体操?
23. 试述奥运会体操比赛。
24. 试述世界体操锦标赛。
25. 试述体操世界杯赛。
26. 试述世界大学生运动会体操比赛。

二 答 案

(一) 名词解释

1. 体操是经过长期的社会生活实践并在科学技术, 社会生产力不断发展的基础上创造和发展起来的。它是以徒手、持轻器械或在器械上完成的各种身体练习, 并且有一定艺术性的体育项目。

2. 基本体操是以健身、医疗、发展人的各种身体素质为主要目的的形式简便、易于普及的体操。它包括徒手体操、持轻器械体操和器械体操的基本动作。

3. 它是根据人的各个部分的特点, 依照一定的程序, 由举、振、摆、倒、转、屈、伸、绕、绕环等一系列徒手动作组成的基本练习, 是体操中最基本的练习, 包括单人动作和双人动作。

4. 根据生产劳动的特点和它对人体的影响而编制的有益于健康的一种徒手体操。

5. 保健体操主要是增强和保障人们的身体健康, 预防疾病。

6. 它是为了提高身体训练水平, 发展某些专门的身体素质或学习某个动作, 改进和提高技术所采用的一些专门的体操练习。

7. 体操运动之一。是体操中专属比赛的一类, 内容包括竞技体操, 技巧运动, 艺术体操。有各自的国际组织机构和特定的比赛规则及评分方法。

8.以**竞技**为直接目的的**体操**，男子有自由体操、鞍马、吊环、纵跳马、双杠、单杠六项。女子有横跳马、高低杠、平衡木、自由体操四项。

9.以**翻腾**、平衡、抛接等动作为主，并在此基础上完成一定造型的体育运动竞赛项目，分男、女单人，男、女双人，混合双人、女子3人，男子4人等7个项目。

10.国际上称为**韵律体操**。它是徒手或持轻器械（绳、圈、球、棒、带）在音乐伴奏下进行的有节奏的连续不断的身体练习。也是一种艺术性较强的女子竞技性体操项目。

（二）填空题

1.队列队形练习；徒手体操；轻器械体操；专门器械体操；器械体操；技巧运动；跳跃；艺术体操；实用性体操

2.保健体操；生产体操；运动辅助体操

3.竞技体操；技巧运动；艺术体操

4.自由体操；鞍马；吊环；纵跳马；双杠；单杠

5.横跳马；高低杠；平衡木；自由体操

6.男子单人；女子单人；男子双人；女子双人；混合双人；女子三人；男子四人

7.绳；圈；带；球；棒

8.体操棍；实心球；跳绳；木哑铃；沙袋

9.单杠；双杠；吊环；跳马；鞍马；平衡木

10.徒手的；持轻器械的；器械上的

11.进行思想品德教育；增强人民体质；提高运动技术水平；发展人的健美体型；丰富人们的文化生活

12.基本体操；竞技性体操；团体操

13. 普及性的特点；针对性的特点；保护与帮助的特点；艺术性的特点；技术不断创新的特点

14. 1907年；瑞典体操；游戏体操；兵式体操等

15. 1840年；1948年；上海

16. 1958年；第14届

17. 1983年；第22届

18. 1981年；第21届

19. 马艳红；高低杠

20. 23；二；三

21. 1951年；7

22. 1908年；上海

23. 世界杯赛；锦标赛；奥运会

(三) 判断题

1. 对。

2. 错。体操运动从其形式看，有徒手，持轻器械和在器械上的三种。按其所要完成的目的的任务又归纳为基本体操，竞技性体操，团体操三大类。

3. 错。1948年5月在上海举行“第七届全国运动会”，第一次把体操列为表演项目。

4. 错。我国第一套广播体操公布于1951年。

5. 对。

6. 错。1958年我国体操队第一次参加在莫斯科举行的第14届世界体操锦标赛。男队团体列第十一名，女队团体获第七名。

7. 对。

8. 错。“五禽戏”是在我国东汉末年流传于民间的。

9. 对。

10. 错。体操棍、实心球、跳绳、木哑铃是轻器械体操。

11. 对。

12. 对。

13. 对。

14. 错。体操运动其主要任务是进行思想品德教育，增强人民体质，提高运动技术水平，发展人的健美体型，丰富人们的文化生活。

15. 错。1907年在南京举行“江南第一次联合运动会”，体操作为表演项目的瑞典体操，游戏体操，兵式体操等。

16. 对。

17. 对。

18. 对。

19. 错。女子四项：跳马，高低杠，平衡木，自由体操的内容，是1952年第15届奥运会上确定的。

20. 对。

(四) 选择题

1. B

2. C

3. B

4. D

5. C

6. C

7. B

(五) 问答题

1. 答：体操是以徒手，持轻器械或在器械上完成的各种身体练习，并且有一定艺术性的体育项目。