**上海市跆拳道协会晋段（品）复习提纲**

**二品提纲**

**选择题**

1. 跆拳道的正确英文书写？(A)

A.TAE KWON DO B.TAI QUAN DAO C.TAE KWON DAO

1. 中国跆拳道协会级位证书等级共分为？(A)

A.9级 B.8级 C.10级

1. 跆拳道段位等级共分为？(B)

A.7段 B.9段 C.8段

1. 跆拳道太极品势共有多少套？(B)

A.7套 B.8套 C.9套

1. 参加跆拳道训练进入道馆时应先？(B)

A.跑步 B.敬礼 C.休息

1. 跆拳道比赛和训练时国际用语是？(A)

A.韩语 B.英语 C.中文

1. 跆拳道比赛的时候可以穿鞋吗？(B)

A.可以 B.不可以 C.随意

1. 跆拳道训练时必须的装备是什么？(A)
   * 1. 道服和腰带 B.道服和道鞋 C.道鞋和腰带
2. 跆拳道的训练的宗旨是什么？(A)
   * 1. 以礼始以礼终 B.一腿致胜 C.击倒他人保护自己
3. 跆拳道奥运竞技比赛的时候是有几个运动员在场上对打？(B)

A.4个 B.2个 C.3个

1. 跆拳道腿法技术共有多少种基础腿法？(B)

A.10种 B.9种 C.8种

1. 跆拳道比赛中允许用拳攻击对手头部吗？(B)
   * 1. 允许 B.不允许 C.随意
2. 跆拳道是奥运会的正式比赛项目吗？(A)
   * 1. 是的 B.不是的 C.不确定
3. 品势太极四章共有多少个动作？(C)

A.18个 B.19个 C.20个

1. 太极五章品势第八个动作是什么？(A)
   * 1. 弓步背拳进攻 B.三七步单手刀防御 C.三七步手刀防御
2. 跆拳道级位品势的演武路线是？(A)
   * 1. 王字型 B.工字型 C.丰字型
3. 横踢腿的动作要领是脚跟击打？(B)
   * 1. 正确 B.不正确 C.随意
4. 竞技比赛时护臂护腿护裆如何穿着？(A)
   * 1. 穿在道服内 B.穿在道服外 C.可以不穿
5. 跆拳道晋级考试过程中蓝带是几级？(A)
   * 1. 四级 B.五级 C.三级
6. 跆拳道竞技比赛是按照（）来划分级别的？(A)
   * 1. 体重和年龄 B.腰带级别和身高 C.练习时间和年龄
7. 跆拳道高丽品势是黑带（）段品势(A)

A.一段 B.二段 C.三段 D.四段

1. 跆拳道品势太极六章共有（）动作，高丽品势共有（）动作。(B)(F)

A.18个 B.19个 C.20个 D.25个 E.27 F.30个

1. 中国跆拳道官方网站可以查询？(B)
   * 1. 比赛成绩和奖金 B.级段证或赛事资料查询 C.购买跆拳道用品
2. 中国跆拳道协会认可的段证是？(A)
   * 1. 中国跆拳道协会 B.世界跆拳道协会 C.世界跆拳道武道联盟
3. 跆拳道腿法技术中的前旋踢击打时着力点部位是？(B)
   * 1. 脚面 B.脚跟 C.小腿
4. 练习跆拳道更需要掌握的是？(A)
   * 1. 礼仪礼节 B.强壮的身体 C.技术的使用
5. 中国跆拳道协会规定从事跆拳道教学必须是（）以上才可以。(B)
   * 1. 红黑带 B.黑带一段 C.一品以上
6. 跆拳道比赛中对头部构成犯规技术的动作为？(A)
   * 1. 拳击打头部 B.脚踢击打头部 C.摔倒对方

**是非题**

1、品势训练中不须要辅助器材来训练？（X）

2、弓步前后脚距离为4个脚掌？（√）

3、跆拳道3段晋升考试中“品势考核”项中抽考1章—高丽，必考金刚。（X）

4、跆拳道晋段考试中在“实战考核”时是以轻力量重战术为原则的。（√）

5、在上海市赛事中太极六章横踢腿法可以使用脚背踢击？（X）

6、双手刀平手尖刺击攻击部位为心窝？（√）

7、中国跆拳道协会段位实操考核评判共由9个项目组成。（√）

8、跆拳道段位考试没有理论考试，仅需要进行实操考核。（X）

9、品势新规则中准确性占4.0分（√）

10、品势前踢踢击时支撑腿不可弯曲？（√）

11、中国跆拳道协会段位实操考核评判标准为总分≥60分即合格，允许某一单

项不合格。（X）

12、跆拳道运动的五个组成项目是：品势、竞技、特技、功力、跆拳舞。（√）

13、跆拳道晋升二至三段最少间隔修炼年限分别为1年、2年以上。（√）

14、跆拳道段位考试每组人数根据考场大小决定。（√）

15、中国跆拳道协会认可的跆拳道段证是由世界跆拳道联盟颁发的。（X）

简答

1. 中国跆拳道协会国际段位考试实操考核基本腿法共有那九种？

1前踢2横踢 3侧踢 4推踢 5下劈 6前旋踢 7后踢 8后旋踢 9 360度旋风踢

1. 中国跆拳道协会国际段位考核晋升1段（品）-3段3（品）考核项目共有哪几种？
2. 理论考试2、基本技术3、组合腿法4、品势考核5、多方位脚靶6、实战考核7、特技考核8、问答（抽考）

3、比赛中护具有？

答案：【1.护胸；2.头盔；3.护裆；4.护臂；5.护腿；6.护齿；7.手套；8.脚套。】