

# 2024 年硕士研究生入学考试大纲

考试科目名称：体育综合（学校体育学、运动生理学、运动训练学）

考试时间：180 分钟，满分：300 分

## 一、考试要求：

体育综合考试科目包括：学校体育学、运动生理学、运动训练学；复试进行体育概论考试，体育教学论和体育社会学只限同等学力考生加试；考试方式为笔试，主要考查考生进入研究生学习阶段必备的专业基础知识、基本理论以及相应能力。

## 二、考试内容：

学校体育学（体育综合之一，满分 100 分）

### 1. 学校体育的历史沿革与思想演变

- （1）现代学校体育的形成
- （2）中国学校体育的发展

### 2. 学校体育与学生的全面发展

- （1）学校体育与学生身体发展
- （2）学校体育与学生心理发展
- （3）学校体育与学生的社会适应
- （4）学校体育与学生动作发展

### 3. 我国学校体育目的与目标

- （1）学校体育的结构与作用
- （2）我国学校体育目的与目标
- （3）实现学校体育目标的基本要求

### 4. 学校体育的制度与组织管理

- （1）我国现行学校体育制度与法规
- （2）我国学校体育的组织与管理

### 5. 体育课程编制与实施

- （1）体育课程的特点
- （2）体育课程的学科基础
- （3）体育与健康课程标准的制定
- （4）体育与健康课程实施

## **6. 体育教学的特点、目标与内容**

- (1) 体育教学的本质与特征
- (2) 体育教学（学习）目标
- (3) 体育教学内容

## **7. 体育教学方法与组织**

- (1) 体育教学方法
- (2) 体育教学组织管理

## **8. 体育教学设计**

- (1) 体育教学设计概述
- (2) 体育教学设计的过程及要素
- (3) 体育教学计划的设计

## **9. 体育与健康课程学习与教学评价**

- (1) 体育与健康学习评价
- (2) 体育教师教学评价

## **10. 体育与健康课程资源的开发与利用**

- (1) 体育与健康课程资源的性质与分类
- (2) 体育与健康课程内容资源的开发与利用
- (3) 体育场地设施资源的开发与利用
- (4) 人力资源的利用与开发

## **11. 体育课教学**

- (1) 体育与健康课的类型与结构
- (2) 体育实践课的密度与运动负荷
- (3) 体育课的准备与分析

## **12. 课外体育活动**

- (1) 课外体育活动的性质与特点
- (2) 课外体育活动的组织形式
- (3) 课外体育活动的实施

## **13. 学校课余体育训练**

- (1) 学校课余体育训练的性质与特点
- (2) 学校课余体育训练的组织形式

(3) 学校课余体育训练的实施

#### **14. 学校课余体育竞赛**

(1) 课余体育竞赛的特点

(2) 课余体育竞赛的组织形式

(3) 学校课余体育竞赛的实施

#### **15. 体育教师**

(1) 体育教师的特征

(2) 体育教师的工作与研究

#### **16. 体育教师的职业培训与终身学习**

(1) 体育教育专业的学科学习

(2) 体育教育专业的见习与实习

(3) 体育教师的在职培训

(4) 体育教师的终身学习

### **运动生理学（体育综合之二，满分 100 分）**

#### **1. 绪论**

(1) 运动生理学概述

(2) 生命活动基本特征

(3) 机体内环境与稳态

(4) 人体生理功能活动的调节

(5) 反馈与前馈

#### **2. 肌肉活动**

(1) 细胞生物电现象

(2) 肌肉收缩原理

(3) 肌肉收缩的形式与力学特征

(4) 肌纤维类型与运动能力

(5) 肌电图

#### **3. 能量代谢**

(1) 人体能量的供给

(2) 人体能量代谢的测定

(3) 运动状态下的能量代谢

#### **4. 神经系统的调节功能**

(1) 组成神经系统的细胞及其一般功能

(2) 神经系统功能活动的基本原理

(3) 神经系统的感觉分析功能

(4) 神经系统对姿势和运动的调节

#### **5. 内分泌调节**

(1) 内分泌与激素

(2) 主要内分泌腺的功能

(3) 运动与内分泌功能

#### **6. 免疫与运动**

(1) 免疫学基础

(2) 运动与免疫

#### **7. 血液与运动**

(1) 血液的组成与特性

(2) 血液的功能

(3) 运动对血液成分的影响

#### **8. 呼吸与运动**

(1) 肺通气

(2) 肺换气和组织换气

(3) 气体在血液中的运输

(4) 呼吸运动调节

#### **9. 血液循环与运动**

(1) 心脏生理

(2) 血管生理

(3) 心血管活动的调节

(4) 运动对心血管系统的影响

#### **10. 消化、吸收与排泄**

(1) 消化与吸收

(2) 排泄

## **11. 身体素质**

- (1) 力量素质
- (2) 速度素质
- (3) 无氧耐力素质
- (4) 有氧耐力素质
- (5) 平衡、灵敏、柔韧与协调素质
- (6) 身体素质训练的几种新方法

## **12. 运动与身体机能变化**

- (1) 赛前状态与准备活动
- (2) 进入工作状态与稳定状态
- (3) 运动性疲劳
- (4) 恢复过程
- (5) 脱训与尖峰状态训练

## **13. 运动技能的形成**

- (1) 运动技能的生理学基础
- (2) 运动技能形成的过程
- (3) 影响运动技能形成的因素

## **14. 年龄、性别与运动**

- (1) 儿童少年与运动
- (2) 女性与运动
- (3) 老年人与体育锻炼

## **15. 肥胖、体重控制与运动处方**

- (1) 身体成分概述
- (2) 肥胖与体重控制
- (3) 运动处方

## **16. 环境与运动**

- (1) 冷热环境与运动
- (2) 水环境与运动
- (3) 高原环境与运动
- (4) 大气环境与运动

(5) 生物节律与运动

## 运动训练学（体育综合之三，满分 100 分）

### 1. 竞技体育与运动训练

- (1) 竞技体育的概述
- (2) 运动训练、运动训练学的概念
- (3) 运动训练理论的内涵及研究内容

### 2. 项群训练理论

- (1) 项群训练理论总论
- (2) 各项群训练基本特征概述

### 3. 运动成绩与竞技能力

- (1) 运动成绩及其决定因素
- (2) 运动员竞技能力及其构成因素
- (3) 运动员状态诊断与训练目标建立

### 4. 运动训练的基本原则

- (1) 运动训练的基本原则释义
- (2) 各运动训练基本原则的科学基础及训练学要点

### 5. 运动训练方法与手段

- (1) 运动训练方法与手段释义
- (2) 运动训练方法的类型和应用
- (3) 运动训练的常用手段

### 6. 运动员体能及训练

- (1) 运动员体能训练概述
- (2) 身体形态及训练
- (3) 力量、速度、耐力、柔韧、灵敏素质及其训练

### 7. 运动员技术能力及其训练

- (1) 运动技术与运动员技术能力
- (2) 影响运动技术的因素
- (3) 技术训练常用方法及基本要求
- (4) 运动技术评价

## **8. 运动员战术能力及其训练**

- (1) 竞技战术概述
- (2) 战术训练方法
- (3) 战术方案的制定与战术训练的基本要求

## **9. 运动员心理能力与运动智能及其训练**

- (1) 运动员心理能力及其训练
- (2) 运动员智能及其训练

## **10. 运动训练计划:**

- (1) 运动训练计划概述
- (2) 运动训练计划分类
- (3) 多年训练计划
- (4) 运动训练课时计划与组织

## **三、参考书目**

1. 《学校体育学》(第三版), 潘绍伟、于可红主编, 高等教育出版社, 2015年
2. 《运动生理学》(第三版), 邓树勋等主编, 高等教育出版社, 2015年
3. 《运动训练学》, 田麦久著, 高等教育出版社, 2006年版