

2021 年硕士研究生入学考试大纲

考试科目名称：体育学专业基础综合（体育概论、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：

体育学专业基础综合考试科目包括：体育概论、运动生理学、运动训练学；复试中进行学校体育学考试，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：

体育概论（专业基础综合之一，满分 100 分）

1. 体育概念：

- （1）体育的概念与定义
- （2）体育的分类

2. 体育功能：

- （1）体育功能概述
- （2）体育的本质功能
- （3）体育的延伸功能

3. 体育目的：

- （1）确定体育目的的依据
- （2）体育目的与目标及其关系
- （3）实现体育目的、目标的基本途径和要求

4. 体育过程：

- （1）体育过程概述
- （2）体育过程控制
- （3）体育过程的类型

5. 体育手段：

- （1）体育手段概述
- （2）身体运动与体育运动技术
- （3）体育运动项目

6. 体育科学：

- （1）体育科学的形成和发展
- （2）体育科学的三维视角
- （3）体育科学体系

7. 体育文化:

- (1) 体育文化的概念与含义
- (2) 中西方体育文化的比较
- (3) 奥林匹克文化
- (4) 体育文化的继承与创新

8. 体育体制:

- (1) 体育体制的概念及其构成
- (2) 体育体制的特点与作用
- (3) 外国体育体制
- (4) 我国体育体制改革的趋势

9. 体育发展趋势:

- (1) 从人发展的角度看体育发展趋势
- (2) 从社会发展的角度看体育发展趋势
- (3) 从体育全球化角度看体育发展趋势

运动生理学（专业基础综合之二，满分 100 分）

1. 绪论:

- (1) 运动生理学概述
- (2) 运动生理学的若干基本概念

2. 运动的能量代谢:

- (1) 能量的来源与去路
- (2) 运动状态下的能量代谢

3. 肌肉活动:

- (1) 肌肉的特征
- (2) 肌肉的收缩与舒张
- (3) 肌肉的收缩形式与力学特征
- (4) 肌纤维与运动能力

4. 躯体运动的神经控制

- (1) 肌肉运动的神经调控
- (2) 状态反射规律

5. 内分泌

- (1) 概述
- (2) 激素对运动的反应与适应

6. 血液

- (1) 血液概述

(2) 运动对血液的影响

7. 呼吸

(1) 呼吸的实现及功能评定

(2) 运动对呼吸的影响

8. 血液循环

(1) 心脏生理特征及泵血

(2) 血管生理特征

(3) 运动训练对心血管的影响

9. 肌肉力量

(1) 肌肉力量概述

(2) 影响肌肉力量的生理学机制

(3) 力量训练的原则及方法

(4) 肌肉力量的检测与评价

10. 有氧、无氧工作能力

(1) 有氧、无氧运动的生理学基础

(2) 有氧、无氧运动的训练

(3) 速度

11. 运动过程中人体机能的变化

(1) 运动中各阶段生理变化特点及其机制

(2) 运动性疲劳及诊断

(3) 恢复过程

12. 运动技能学习

(1) 运动技能形成的生理本质

(2) 运动技能形成的过程

13. 运动与环境

(1) 冷、热环境与运动

(2) 高原的生理反应与适应

14. 肥胖

(1) 肥胖的定义、分类及诊断

(2) 肥胖成因及运动减肥

15. 体适能及运动处方

(1) 体适能

(2) 运动处方

16. 年龄、性别与运动

(1) 不同人群的生理特点

(2) 不同人群的运动特点

运动训练学（专业基础综合之三，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数
- (2) 运动员竞技能力及其构成因数
- (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概念
- (2) 运动训练的基本原则

5. 运动训练方法与手段：

- (1) 运动训练方法与手段概述
- (2) 运动训练的方法
- (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. 《体育概论》(第二版), 杨文轩、陈琦主编, 高等教育出版社, 2013年
2. 《运动生理学》(第二版), 邓树勋等主编, 高等教育出版社, 2009年
3. 《运动训练学》, 田麦久著, 高等教育出版社, 2006年版