

2023 年体育专业硕士研究生《体育综合》

入学考试初试大纲

一、考试性质

《体育综合》是为了招收全日制体育硕士专业学位硕士研究生而设置的具有选拔性质的入学考试科目，其目的是科学、公平、有效测试考生是否具备攻读体育硕士专业学位应具备的基本知识、能力和素养，为择优录取提供依据。评价的标准是体育学及相关学科较优秀的本科毕业生所能达到的及格或及格以上水平。

《体育综合》按照体育硕士的专业领域特点，考试内容主要涵盖《运动训练学》、《学校体育学》、《运动生理学》三门课程。

二、考查目标

要求考生理解和掌握体育类相关课程基础知识和基本理论，能够运用基本原理和方法分析、判断和解决有关实际问题。适用于体育学及其相关专业领域的考生。

三、考试形式与试卷结构

(一) 试卷满分及考试时间：试卷满分 300 分，考试时间为 180 分钟。

(二) 考试方式为闭卷、笔试。

(三) 试卷考查题型及比例（每部分内容）：

1、简答题：4 个小题，每小题 15 分，共 60 分；

2、论述题：2 个小题，每小题 20 分，共 40 分。

四、考查内容：

由《运动训练学》、《学校体育学》、《运动生理学》三部分组成。

第一部分 《运动训练学》

（一）考试内容范围

运动训练原则、运动训练方法与手段、运动员体能及其训练、运动员技战术能力及其训练、运动员心理能力与运动智能及其训练、运动员状态诊断与训练目标建立、运动训练计划等。

（二）考查要点

1. 运动训练原则：（1）运动训练的基本原则概念（2）竞技需要原则（3）动机激励原则（4）有效控制原则（5）系统训练原则（6）周期安排原则（7）区别对待原则（8）适宜负荷原则（9）适时恢复训练原则
2. 运动训练方法与手段：运动训练方法与手段概述
3. 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
4. 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
5. 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
6. 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）运动智能及其训练（3）运动智能概述

7. 运动员状态诊断与训练目标建立：（1）状态诊断的基本内容（2）训练目标的基本内容

8. 运动训练计划：（1）训练计划的分类与意义（2）多年训练计划

（三）相关书目

田麦久，刘大庆主编：《运动训练学》，人民体育出版社出版，2012年2月。

第二部分 《学校体育学》

（一）考试内容范围

学校体育与学生的全面发展、我国学校体育目的与目标、学校体育的制度组织管理、体育课程编制与实施、体育教学、体育与健康课程、体育课教学、课外体育活动、学校课余体育、体育教师等。

（二）考查要点

1. 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
2. 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）实现体育目标的基本要求
3. 学校体育的制度组织管理（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

4. 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
5. 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
6. 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
7. 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
8. 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
9. 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
10. 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
11. 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
12. 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
13. 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
14. 体育教师 (1) 体育教师的特征 (2) 体育教师的工作与研究

(三) 相关书目

潘绍伟 主编：《学校体育学》（第三版），高等教育出版社出版，2015年12月。

第三部分 《运动生理学》

（一）考试内容范围

基础理论部分：骨骼肌机能、血液、循环机能、呼吸机能、物质与能量代谢、肾脏功能、内分泌功能、感觉机能、神经系统机能；

应用实践部分：运动技能、身体素质、运动性疲劳、运动过程中人体机能变化、特殊环境与运动、不同人群生理特点与体育运动等。

（二）考查要点

1. 骨骼肌机能：（1）肌肉收缩的原理（2）肌肉收缩的形式（3）骨骼肌不同收缩形式的比较（4）肌肉收缩的力学特征（5）不同类型骨骼肌纤维的形态、生理及代谢特征（6）骨骼肌纤维类型与运动的关系（7）肌电的研究与应用
2. 血液：（1）血液概述（2）血液的功能（3）渗透压和酸碱度（4）运动对红细胞和血红蛋白的影响
3. 循环机能：（1）心输出量和心脏做功（2）血管中的血压和血流（3）运动对心血管功能的影响
4. 呼吸机能：（1）呼吸运动与肺通气（2）气体的交换肺换气和组织换气（3）氧气的血液运输与氧解离曲线的意义（4）呼吸运动的调节（5）运动时的合理呼吸

5. 物质与能量代谢：（1）肌肉活动与物质能量代谢的相关概念（2）糖代谢与运动能力（3）脂肪代谢与运动（4）蛋白质代谢与运动（5）水的代谢运动员脱水及其复水（6）人体运动的能量供应
6. 肾脏机能：（1）运动性蛋白尿（2）运动性血尿
7. 内分泌机能：（1）激素及其生理作用（2）几种主要激素的生物学作用（3）兴奋剂及其危害
8. 感觉与神经机能：（1）视觉器官（2）听觉与位觉（3）本体感觉（4）肌肉运动的神经调控
9. 运动技能：运动技能的形成（条件反射学说）
10. 有氧、无氧工作能力：（1）能量代谢有关的几个概念（2）有氧工作能力（3）无氧工作能力
11. 身体素质：（1）身体素质概述（2）力量素质（3）速度素质（4）耐力素质（5）灵敏与柔韧素质
12. 运动性疲劳
13. 运动过程中人体机能变化规律：（1）赛前状态与准备活动（2）极点与第二次呼吸（3）稳定工作状态（4）运动性疲劳（5）恢复过程
14. 特殊环境与运动能力：（1）高原环境与运动（2）热环境与运动
15. 不同人群生理特点与体育运动

（三）相关书目

王瑞元，苏全生 主编：《运动生理学》，人民体育出版社出版，2012年2月。