2025年考试内容范围说明

**考试科目名称: 体育学专业基础 ☑初试 □复试 □加试**

|  |
| --- |
| **考试内容范围:**  **一、《运动训练学》**  **（一）、基础篇**  1、要求考生掌握竞技体育的构成及基本特点  2、要求考生掌握运动训练学的任务和内容  3、要求考生掌握运动成绩及其决定因素  4、要求考生掌握项群训练理论和基本内容以及各项群训练的特征  5、要求考生掌握竞技运动项目的分类及项群体系的构成  6、要求考生掌握运动训练的基本原则及训练学要点  **（二）、应用篇**  1、要求考生掌握运动训练的方法和手段  2、要求考生掌握体能训练的方法、类型、特点和应用，理解体能训练方法的运用时机及应注意的问题。  3、要求考生掌握运动技术训练的方法和基本要求  4、要求考生了解战术训练的方法及战术方案的制定  5、要求考生了解运动员全程性的阶段划分  6、要求考生了解运动员区间性多年训练计划的负荷特征与竞赛安排  7、要求考生了解运动员年度训练计划的安排与组织  8、要求考生掌握运动员周课训练计划的制定与组织，并根据项目类型制定训练计划。  **二、《运动生理学》**  **（一）、基础篇**  1．要求考生了解肌肉结构及骨骼肌细胞的生物电现象。  2．要求考生熟练掌握肌肉的收缩原理及其过程。  3．要求考生掌握骨骼肌特性及收缩形式。  4．要求考生掌握肌纤维类型与运动能力。  5．要求考生了解运动对骨骼肌形态和机能的影响。  6．要求考生了解血液与运动的关系。  7．要求考生掌握循环机能与运动的关系。  8．要求考生了解呼吸机能与运动的关系。  9．要求考生了解各种感觉功能在运动教学和训练中的作用。  10． 要求考生了解神经系统机能与运动的关系。  **（二）、应用篇**  1．要求考生了解运动技能的基本概念、运动技能的生理本质和运动技能的形成过程。  2．要求考生了解人体运动的有氧代谢和无氧代谢。  3．要求考生了解身体素质与哪些生理学因素有关及如何通过科学训练进行提高。  4．要求考生了解运动性疲劳产生的机理、恢复过程的阶段及其特点。  5．要求考生掌握运动过程中人体机能变化规律、特点及其生理机制。  6．要求考生了解特殊环境与运动的关系。  7．要求考生了解儿童少年生长发育与体育运动的关系。  8．要求考生了解基础、专项和综合体能的构成要素、主要影响因素及生理学基础。  9．要求考生了解运动机能的生理学评定。  10.要求考生了解运动项目的生理学特点。 |
| 考试总分：300分 （运动训练学、运动生理学各150分） 考试时间：3小时  考试方式：笔试  考试题型： 名词解释（80分）  简答题 (100分)  论述题 (120分) |
| 参考书目（材料）  《运动训练学（第二版）》，主编：田麦久，高等教育出版社，2017年  《运动生理学》，主编：王瑞元、苏全生，人民体育出版社，2012年 |