

重庆邮电大学 2023 年硕士研究生入学

《体育综合（346）》考试大纲

命题方式	招生单位自命题	科目类别	初试
满分	300		
考试性质 初试			
考试方式和考试时间	考试方式：闭卷笔试，不需要任何辅助工具 考试时间：三个小时		
试卷结构	主要题型有：选择题、名词解释、简答题、论述题。		
考试内容和要求	<p>一、考试总体要求</p> <p>学校体育学重点要求学生掌握开展学校体育工作的基础理论、基本知识。掌握中学体育教学的目标、任务、过程、特点、原则等知识；明确教学内容和教材的重点和难点，熟练地掌握基本教学步骤、保护帮助方法及易犯错误与纠正方法，并运用这些知识、方法指导体育教学。能运用体育运动的基础理论知识、基本技术和基本技能，根据实际情况，选择合适的教材，设计合理的教案，进行实际教学；学习并运用各种体育教学理论，独立完成教学实践过程；学习先进教学理论，把握体育教学理论的发展方向，能对体育教学和学校体育工作形成正确评价。</p> <p>运动训练学重点考察考生掌握运动训练基本理论的程度，以及发现、分析和解决训练实际问题的能力。主要内容包括：运动训练学基本概念、基本内容以及学科特点和发展趋势；竞技能力的含义、结构以及各种竞技能力子能力的含义、分类、评价及其训练；运动训练原则的含义、理论体系、各具体原则的含义及其应用；运动训练方法的含义、分类及其应用；运动训练计划的含义及其分类，以及多年、年度、周、课等训练计划的制订和实施要求。</p> <p>运动生理学是研究在运动中人体各器官的功能所发生的变化规律及机制的科学，是社会体育及相关专业学生的必修课。通过本课程的学习，要求考生掌握正常人体功能活动的基本规律以及这些功能在体育锻炼过程中产生的反应和适应性变化；掌握体育锻炼和运动训练的基本生理学原理；掌握评定人体功能能力的基本科学方法，并能初步应用这些方法来指导今后的学习和训练工作。</p> <p>二、考试内容</p> <p>第一篇：学校体育学</p> <p>（一）学校体育的产生与发展</p> <ol style="list-style-type: none">1、学校体育与学校体育学的相关概念2、“新体育”学说产生的背景及其历史意义3、我国古代学校体育的发展过程、特点及代表性表现形式4、我国近代学校体育的发展过程、特点及代表性表现形式5、二战后国外学校体育发展的特点6、古代斯巴达与雅典学校体育之间的异同7、我国学校体育思想的未来发展趋势 <p>（二）现代社会与学校体育</p>		

- 1、现代社会的特征及对我国学校体育的改革和发展提出哪些要求
- 2、社区体育与学校体育的关系
- 3、学校体育和竞技运动之间的关系
- 4、竞技运动教材化要遵循的原则
- 5、应试教育对学校体育发展的负面影响，体育教学中如何贯彻素质教育
- 6、终身教育思想对学校体育的改革和发展带来的影响
- 7、大众传媒对学校体育有哪些影响（正面及负面）

（三）学校体育的结构、功能与目标

- 1、不同学段体育教育的重点是什么
- 2、学校体育主要的功能
- 3、确定我国学校体育目标需要考虑的因素
- 4、我国学校体育的目标
- 5、实现学校体育目标的组织形式
- 6、如何营造良好的学校体育环境

（四）体育课程

- 1、如何理解课程和体育课程
- 2、理解体育课程的不同类型
- 3、体育课程改革的发展趋势
- 4、体育课程目标的概念和内容
- 5、体育课程的内容分类
- 6、体育课程内容选择的标准
- 7、课程实施的取向
- 8、影响体育课程实施的因素
- 9、体育课程评价的内容
- 10、体育课程资源的概念、特点及分类
- 11、开发利用体育课程资源的意义、途径和方法

（五）体育教学目标

- 1、体育教学目标及制定方法
- 2、体育指导思想、体育教学目的和体育教学目标之间的关系
- 3、体育教学目标的改革和发展趋势以及传统体育教学目标的问题

（六）体育教学过程与原则

- 1、体育教学过程包含哪些基本要素
- 2、体育教学过程的基本阶段以及各阶段主要任务
- 3、体育教学过程的基本特点
- 4、体育教学中交往的概念、特点及功能
- 5、体育教学原则体系

（七）体育教学方法

- 1、体育教学方法改革与发展的趋势
- 2、体育教学方法的分类及基本要求
- 3、常用的体育教学方法及其要求
- 4、体育教学方法的选择与运用

（八）体育教学的设计与实施、体育教学评价

- 1、体育教学设计的含义及种类
- 2、体育教学方法的选用与体育教师的特点的关系
- 3、体育教学设计的意义

- 4、体育教学设计的一般程序
- 5、水平教学设计、学期教学设计、单元教学设计、课堂教学设计的步骤与方法
- 6、体育教学常规
- 7、教学组织形式的选择与运用
- 8、体育课的密度的合理控制要求
- 9、如何控制运动负荷量
- 10、如何评价一节体育课
- 11、体育教学评价的功能
- 12、体育教学评价的原则
- 13、常用体育教学评价方法
- 14、体育教学评价的发展趋势
- 15、体育学习评价概念
- 16、体育学习评价的内容
- 17、试述体育学习的运动技能形成策略
- 18、应从哪方面评价教师的体育教学质量

（九）课余体育

- 1、课余活动的地位
- 2、课余体育的特点
- 3、课余体育的功能
- 4、课余体育的价值
- 5、课余体育的组织形式
- 6、课余体育与体育课的区别和联系
- 7、课余体育锻炼的特点和原则
- 8、课余体育锻炼的内容、选择及计划
- 9、现代余暇体育
- 10、课余体育训练的原则
- 11、怎样实施课余体育管理
- 12、课余体育训练的内容
- 13、体能训练的主要目的
- 14、战术训练基本要求
- 15、心理训练的概念
- 16、智能训练的内容
- 17、思想品德训练的内容是哪些
- 18、如何划分大周期。如何制定大周期训练计划
- 19、学生体育竞赛的价值
- 20、什么是大学竞技体育，它的意义
- 21、我国大学学生运动员学训矛盾如何解决

（十）学校体育管理

- 1、学校体育的含义和任务
- 2、学校体育管理的内容
- 3、学校体育管理的目标和任务
- 4、学校体育管理的意义
- 5、学校体育中如何对学校体育进行管理
- 6、竞赛规程的内容包括哪些
- 7、制定竞赛规程时一般应考虑哪几个方面

- 8、合格的体育教师应具备哪些专业能力
- 9、体育教师的工作特点和职责有哪些
- 10、试述体育教师在职培训的目标

第二篇：运动训练学

（一）运动训练学导言

- 1、运动训练概述
- 2、运动训练学概述
- 3、运动训练学的理论体系
- 4、一般训练理论
- 5、项群训练理论
- 6、专项训练理论
- 7、运动成绩与竞技能力
- 8、运动训练方法
- 9、运动训练负荷
- 10、运动训练过程

（二）运动训练的辩证协同原则

- 1、运动员竞技能力的构成规律
- 2、运动员竞技能力的变化规律
- 3、运动员竞技能力的表现规律
- 4、我国运动训练原则理论体系的演化
- 5、基于辩证协同思想的运动训练原则体系及其特点
- 6、导向激励与健康保障训练原则
- 7、竞技需要与区别对待训练原则
- 8、系统持续与周期安排训练原则
- 9、适宜负荷与适时恢复训练原则

（三）运动员竞技能力及其训练（上）

- 1、体能训练概述
- 2、力量素质及其训练
- 3、速度素质及其训练
- 4、耐力素质及其训练
- 5、协调素质及其训练
- 6、柔韧素质及其训练
- 7、灵敏素质及其训练
- 8、运动技术的定义及其构成
- 9、运动技术的基本训练方法
- 10、运动技术训练的基本要求

（四）运动员竞技能力及其训练（下）

- 1、运动战术的定义及其构成
- 2、战术训练方法
- 3、战术训练的基本要求
- 4、运动员心理能力的定义及其构成
- 5、常用的心理训练方法
- 6、运动员心理训练的基本要求
- 7、运动员知识能力概述

- 8、运动员知识能力的获得与提高
- 9、运动员知识能力的运用
- （五）运动训练方法及其应用
 - 1、训练方法基本定义与意义
 - 2、训练方法的基本分类与依据
 - 3、训练方法基本要素与功能
 - 4、模式训练法及其应用
 - 5、程序训练法及其应用
 - 6、微机辅训法及其应用
 - 7、分解训练法的类型及应用
 - 8、完整训练法及应用
 - 9、重复训练法的类型及应用
 - 10、间歇训练法的类型及应用
 - 11、持续训练法的类型及应用
 - 12、变换训练法的类型及应用
 - 13、循环训练法的类型及应用
 - 14、比赛训练法的类型及应用
 - 15、运动训练收到概述
 - 16、训练手段基本类型
- （六）运动训练负荷及其设计与安排
 - 1、运动负荷概述
 - 2、训练负荷概述
 - 3、训练负荷设计的依据
 - 4、训练负荷设计需考虑的问题
 - 5、训练负荷设计的要求
 - 6、运动训练负荷设计与安排的基本模式
 - 7、运动训练负荷设计与安排的专门模式
 - 8、训练负荷监控及其作用
 - 9、运动训练负荷生物学监控的主要指标与评定标准
 - 10、训练负荷心理学监控的主要指标与评定标准
 - 11、不同项群训练负荷特征概要
 - 12、体能主导类项群的训练负荷特征
 - 13、技能主导类项群的训练负荷特征
 - 14、技心能主导类项群的训练负荷特征
 - 15、技战能主导类项群的训练负荷特征
- （七）运动训练过程与训练计划
 - 1、运动训练过程的层级体系
 - 2、多年训练过程的序列安排
 - 3、多年训练过程中的链接模式
 - 4、运动训练的基本流程
 - 5、制订训练计划的必要性与认知要点
 - 6、各层级训练计划的制订
 - 7、控制运动训练过程的实施要点
 - 8、运动训练效果的评价
- （八）教练员职责与教练行为

- 1、教练员的作用与职责
- 2、教练员扮演的角色
- 3、教练员的执教对象及其分类
- 4、教练员的职务等级及其要求
- 5、教练员的执教及其执教理念
- 6、教练员执教相关知识
- 7、教练员执教相关能力
- 8、教练员的领导行为特点
- 9、教练员的领导行为对运动员的影响
- 10、教练员领导风格及其变化

第三篇：运动生理学

绪论：掌握生命活动的基本特征；掌握机体的内环境和稳态生理学的任务、体液及其组成、内环境的概念、内环境稳态的生理学意义、神经调节、体液调节及其相互关系。

（一）肌肉活动

- 1、掌握细胞生物电现象
- 2、掌握人类肌纤维的分型、两类肌纤维的形态、代谢和生理特征，以及肌纤维的百分组成与运动能力的关系
- 3、掌握肌肉的微细结构、肌丝的分子组成、肌肉的物理特性与生理特性和细胞的生物电现象
- 4、掌握细胞兴奋、兴奋性、阈强度和时值的概念，以及引起可兴奋细胞兴奋的刺激强度与作用时间的关系
- 5、掌握在完整机体内肌肉收缩的基本过程和兴奋-收缩耦联的机制
- 6、掌握运动时肌肉收缩的基本形式、力学表现及其在体育运动实践中的应用

（二）能量代谢

- 1、掌握三个供能系统各自特征以及与运动强度、时间的对应关系
- 2、掌握运动中能量代谢变化的特点，学会分析不同性质运动中的代谢规律和应用
- 3、肌肉活动时直接能量与间接能量的来源及相互关系
- 4、掌握基础代谢、能量代谢测定的原理与方法以及影响因素

（三）神经系统

- 1、了解“离子学说”，理解膜电位发生的原因，以及兴奋在细胞膜传播和在神经肌肉接点传递的生理机制
- 2、了解神经元、突触、神经递质、受体和神经营养因子的功能
- 3、掌握神经系统感觉功能分析，感觉的传导通路；了解视觉、听觉、位觉和本体感觉的基本结构和功能
- 4、掌握脊髓、脑干高位脑对姿势的调节；掌握中枢对躯体运动的调节

（四）激素与运动

- 1、熟悉激素的概念、分类；掌握内分泌、内分泌腺、内分泌功能轴的概念
- 2、掌握激素的一般生理作用、作用特征以及作用机制
- 3、掌握主要应激激素对运动应答和适应的基本规律

（五）免疫与运动

- 1、掌握免疫的概念；免疫学的基本知识
- 2、掌握免疫器官、免疫细胞、免疫分子的具体内容
- 3、熟悉免疫对运动的影响

（六）血液与运动

- 1、掌握血液的基本组成成分及运动对其影响

<p>2、掌握血液的主要理化性质和血液的基本功能</p> <p>3、了解基本的输血原理</p> <p>4、掌握运动训练对血液成分的影响</p> <p>(七)呼吸与运动</p> <p>1、掌握肺通气原理,肺通气的动力学过程</p> <p>2、掌握肺通气、肺换气功能的评定方法和肺通气功能对训练的适应规律</p> <p>3、掌握气体的交换、气体运输过程,熟悉氧解离曲线其影响因素</p> <p>4、掌握运动时呼吸功能的变化规律,了解其调节机制</p> <p>(八)血液循环与运动</p> <p>1、掌握心肌的生理特性、心动周期的概念以及评定心脏功能的指标</p> <p>2、掌握动脉血压的概念、形成过程及影响因素;影响静脉回心血量的因素</p> <p>3、掌握心电图原理及基本波形的意义;了解心血管功能的调节机制</p> <p>4、掌握运动训练对心血管功能的影响</p> <p>(九)消化、吸收与排泄</p> <p>1、掌握运动时机体酸碱平衡变化及其调节的基本过程</p> <p>2、掌握排泄的概念和肾脏尿生成的基本过程</p> <p>(十)身体素质</p> <p>1、掌握力量素质的生理学基础;掌握肌肉力量训练的基本原则和方法</p> <p>2、掌握速度素质的生理学基础;掌握速度训练的基本原则和方法</p> <p>3、最大摄氧量、乳酸阈等的意义;掌握有氧、无氧工作能力的基本概念,影响因素和提高的方法</p> <p>(十一)运动与身体机能变化</p> <p>1、掌握运动过程中人体机能状态变化的规律和各阶段的特点及其生理机制</p> <p>2、掌握运动性疲劳的概念、发生部位、可能机制与判断方法。掌握恢复过程的阶段性特点与促进机体功能恢复的方法</p> <p>(十二)运动技能、年龄、性别及其他</p> <p>1、掌握儿童少年的生理特点以及体育教学与训练中应注意的问题</p> <p>2、掌握体重的相关内容</p> <p>3、熟悉环境与体育运动的关系</p> <p>三、基本题型</p> <p>主要题型大致有:名词解释、选择题、问答题、论述题。</p> <p>四、考试方式</p> <p>闭卷笔试,不需要任何辅助工具。考试时间为三小时。</p> <p>参考书目</p> <p>1、《学校体育学》(第一版),周登嵩主编.人民体育出版社,2004年11月第一版,2017年4月第19次印刷,ISBN:9787500925439.</p> <p>2、《运动训练学》(第2版),田麦久主编.高等教育出版社,2017年4月,ISBN:9787040473865.</p> <p>3、《运动生理学》(第三版),邓树勋主编.高等教育出版社,2015年4月,ISBN:9787040423099.</p> <p>备注</p>
--

重庆邮电大学 2023 年硕士研究生入学

《体育概论 (F111)》考试大纲

命题方式	招生单位自命题	科目类别	复试
满分	100		
考试性质 复试			
考试方式和考试时间 考试方式：闭卷 考试时间：150 分钟			
试卷结构 一、命题范围及比例： 体育的概念、体育的产生； 体育功能、体育目的、体育过程、体育手段； 体育文化、体育体制； 体育科学、体育的发展趋势、中国体育的发展与改革。 二、试题类型及比例 选择题、判断题、名词解释、简答题、论述题。			
考试内容和要求 一、考试要求 本考试要求考查学生是否具备对体育的本质特点、基本原理及理论的认识，并能将体育现象与实践相结合，剖析体育的社会地位、功能、目的任务及其与各种社会文化现象之间的关系，阐明体育的组织和手段以及国际体育、未来体育发展方向。 (一) 引论 1、体育的产生与发展 2、体育概论的内容体系与学习方法 (二) 体育概念 1、体育的概念与定义 2、体育的分类 3、体育的发展 (三) 体育功能 1、体育功能的概念 2、体育功能的流动性、变化性、层次性 3、体育功能的本质功能、延伸功能 (四) 体育目的 1、体育目的的概念、依据 2、我国体育目的、目标 3、实现我国体育目的、目标的基本途径与要求 (五) 体育过程 1、体育过程的概念 2、体育过程的要素与结构 3、体育过程的控制与分类 (六) 体育手段 1、体育手段的概念			

- 2、身体运动与体育运动技术
- 3、体育运动项目
- （七）体育科学
- 1、体育科学的形成与发展
- 2、体育科学的三维视角
- 3、体育科学体系
- （八）体育文化
- 1、体育文化的概念与含义
- 2、中西方体育文化特征与比较
- 3、奥林匹克文化的内涵与特征
- （九）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、国内外体育体制的特点与比较
- 4、我国体育体制改革的趋势
- （十）体育发展趋势
- 1、人的角度的体育发展趋势
- 2、社会发展角度的体育发展趋势
- 3、全球化角度的体育发展趋势

参考书目

《体育概论》(第二版),杨文轩,陈琦主编.高等教育出版社,2013年8月,ISBN:9787040377903.

备注

《体育概论》，高等教育出版社，2013年版。