

西南财经大学 2027 年硕士研究生招生考试《体育综合》

(346) 科目考试大纲

一、考核目标

本大纲在考核目标中,按照识记、领会、应用三个层次规定其应达到的能力要求。三个能力层次是递进等级关系,各能力层次的含义是:

识记:能知道有关的名词、概念、知识的意义,并能正确认知和表述。

领会:在识记的基础上,能全面地把握基本概念、基本方法,能掌握有关概念、方法的区别与联系,并内化成自己实际工作的能力。

应用:在识记和领会的基础上,能对问题进行正确的阐述和分析,能运用所学知识处理和解决实际问题,使体育学原理、职能及方法在体育工作中发挥重要的作用。

二、考试主要范围

第一篇运动训练学

第一章 竞技体育与运动训练

一、竞技体育概述

- | | |
|-----------------|------------------|
| (一) 竞技体育释义 | (二) 竞技体育的形成动因 |
| (三) 竞技体育的基本构成要素 | (四) 竞技体育的特点与社会价值 |

二、运动训练概述

- | | |
|------------|-----------------|
| (一) 运动训练释义 | (二) 现代运动训练的基本特点 |
|------------|-----------------|

三、运动训练学概述

- | | |
|------------------|------------------|
| (一) 运动训练学释义 | (二) 运动训练学的理论体系 |
| (三) 运动训练学研究的主要任务 | (四) 运动训练学研究的主要内容 |

第二章 运动成绩与竞技能力

一、运动成绩及其决定因素

- | | |
|------------|---------------|
| (一) 运动成绩释义 | (二) 运动成绩的决定因素 |
|------------|---------------|

二、运动员竞技能力及其构成

- | | |
|------------------|------------------|
| (一) 竞技能力释义 | (二) 竞技能力的构成 |
| (三) 竞技能力与运动能力的异同 | (四) 竞技能力与训练水平的异同 |

三、运动员状态诊断与训练目标建立

- | | |
|--------------------|--------------------|
| (一) 状态诊断与目标建立的重要意义 | (二) 起始状态与目标状态的完整体系 |
|--------------------|--------------------|

第三章 运动训练原则

一、运动训练基本原则概述

- | | |
|------------------|---------------|
| (一) 训练规律与训练原则的概念 | (二) 运动训练的基本原则 |
|------------------|---------------|

二、竞技需要原则

- | | |
|---------------|-----------------|
| (一) 竞技需要原则的概念 | (二) 竞技需要原则的理论依据 |
|---------------|-----------------|

(三) 竞技需要原则的训练学要点

三、有效控制原则

- | | |
|---------------|-----------------|
| (一) 有效控制原则的概念 | (二) 有效控制原则的理论依据 |
|---------------|-----------------|

(三) 有效控制原则的训练学要点

四、周期安排原则

- (一) 周期安排原则的概念
- (二) 周期安排原则的理论依据
- (三) 周期安排原则的训练学要点

五、适宜负荷原则

- (一) 适宜负荷原则的概念
- (二) 适宜负荷原则的理论依据
- (三) 适宜负荷原则的训练学要点
- (四) 科学地处理负荷量与负荷强度的关系
- (五) 科学地根据项目的性质安排负荷

六、区别对待原则

- (一) 区别对待原则的含义
- (二) 区别对待原则的理论依据
- (三) 区别对待原则的训练学要点

七、适时恢复训练原则

- (一) 适时恢复训练原则释义
- (二) 适时恢复训练原则的科学基础
- (三) 贯彻适时恢复训练原则的训练学要点

第四章 运动训练方法与手段

一、运动训练方法与手段概述

- (一) 运动训练方法概述
- (二) 运动训练方法体系
- (三) 运动训练手段概述
- (四) 运动训练手段体系

二、运动训练的具体操作方法

- (一) 重复训练法
- (二) 间歇训练法
- (三) 持续训练法
- (四) 变换训练法
- (五) 循环训练法
- (六) 比赛训练法

三、运动训练常用手段

- (一) 周期性单一练习手段
- (二) 混合性多元练习手段
- (三) 固定组合练习手段
- (四) 变异组合练习手段

第五章 运动员体能及其训练

一、运动员体能训练概述

- (一) 体能训练释义
- (二) 运动员体能的构成
- (三) 体能训练的基本要求

二、力量素质及其训练

- (一) 力量素质释义
- (二) 最大力量的训练
- (三) 快速力量的训练
- (四) 爆发力的训练
- (五) 相对力量的训练
- (六) 力量耐力的训练

三、速度素质及其训练

- (一) 速度素质释义
- (二) 反应速度的评定与训练
- (三) 动作速度的评定与训练
- (四) 位移速度的评定与训练

四、耐力素质及其训练

- (一) 耐力素质释义
- (二) 有氧耐力的评定与训练
- (三) 糖酵解无氧代谢供能的无氧耐力的评定与训练
- (四) 耐力训练的方法与手段

第六章 运动员技术能力及其训练

一、运动技术与运动员技术能力概述

- (一) 运动技术释义
- (二) 动作要素与技术结构

二、技术训练常用的方法

- (一) 直观法与语言法
- (二) 完整法与分解法
- (三) 想象法与表象法
- (四) 减难法与加难法

三、技术训练的基本要求

- (一) 处理好基本技术与高难度技术的关系
- (二) 处理好特长与全面技术的关系
- (三) 处理好规范化与个体差异的关系
- (四) 处理好循序渐进与难点先行的关系
- (五) 抓好技术风格的培养

第七章 运动员的战术能力及其训练

一、竞技战术与运动员的战术能力

- (一) 竞技战术的定义
- (二) 竞技战术的构成
- (三) 运动员的战术能力

二、战术训练方法

- (一) 分解和完整战术训练方法
- (二) 程序训练法
- (三) 模拟训练法
- (四) 实战法

三、战术方案的制订

- (一) 战术方案的基本内容
- (二) 制订战术方案的注意事项

第八章 运动员心理能力与运动智能及其训练

一、运动员心理能力概述

- (一) 运动员心理能力释义
- (二) 运动员心理能力的重要作用
- (三) 运动员心理训练的类型

二、运动员心理能力训练的常用方法

- (一) 意念训练法
- (二) 诱导训练法
- (三) 模拟训练法

三、几种心理现象及其克服方法

- (一) 心理紧张的几种常用克服方法
- (二) 使用表象放松法和自我暗示放松法的关键
- (三) 心理胆怯的克服方法
- (四) 情绪消极的克服方法
- (五) 情绪激动的克服方法

四、运动智能概述

- (一) 运动智能释义及构成
- (二) 运动员智能训练的重要作用
- (三) 运动智能训练的基本方法

第九章 运动训练计划

一、运动训练计划概述

- (一) 运动训练计划释义
- (二) 制定运动训练计划的意义
- (三) 运动训练计划分类

二、多年训练计划

- (一) 全程性多年训练计划释义
- (二) 制定多年训练计划的必要性
- (三) 全程性多年训练计划的划分与不同阶段的主要任务和负荷特点
- (四) 全程性多年训练计划的年龄特征
- (五) 全程性多年训练计划的负荷特征
- (六) 基础训练阶段的多年训练计划
- (七) 专项提高阶段、最佳竞技阶段的多年训练计划
- (八) 竞技保持阶段的多年训练计划

三、年度训练计划

- (一) 年度训练中的周期安排
- (二) 大周期训练计划的基本构成模式

四、周训练计划

- (一) 基本训练周的计划和组织
- (二) 赛前训练周的计划与组织
- (三) 比赛周的计划与组织
- (四) 恢复周的计划与组织

五、课计划与组织

- (一) 训练课的种类
- (二) 不同类型训练课的特点
- (三) 不同任务训练课的要求
- (四) 训练课的结构
- (五) 训练课的负荷量度

第十章 运动队伍管理

一、运动队伍管理的主要任务与组织实施要求

- (一) 运动队管理的主要任务
- (二) 运动队管理工作中必须处理好的各种关系

二、教练员与运动员

- (一) 教练员
- (二) 运动员

第二篇 学校体育学

第一章 学校体育概论

一、学校体育发展简况

- (一) 国外学校体育的产生与发展
- (二) 我国学校体育的产生与发展

二、学校体育与现代社会

- (一) 学校体育与社区体育
- (二) 学校体育与竞技体育
- (三) 学校体育与素质教育

三、学校体育与学生的全面发展

- (一) 学校体育与学生体质发展
- (二) 学校体育与学生心理发展
- (三) 学校体育与学生社会适应

四、学校体育的结构、功能与目标

- (一) 学校体育的结构
- (二) 学校体育的功能
- (三) 学校体育的目标

第二章 体育课程

一、体育课程的含义

- (一) 体育课程的概念
- (二) 体育课程的特性

二、体育课程的编制

- (一) 体育课程的目标
- (二) 体育课程的内容

三、体育课程的实施

- (一) 课程实施的取向
- (二) 课程实施的影响因素

四、体育课程的评价

- (一) 对学生的评价
- (二) 对教师的评价
- (三) 对课程建设的评价

五、我国体育课程发展的历史经验与改革趋势

- (一) 历史经验
- (二) 改革趋势

第三章 体育教学

一、体育教学的概念与特点

- (一) 体育教学的概念
- (二) 体育教学的特点

二、体育教学构成要素

- (一) 构成要素
- (二) 体育教师、学生、体育教材之间的关系

三、体育教学目标

- (一) 体育教学目标的概念
- (二) 体育教学目标的功能
- (三) 体育教学目标的层次
- 四、体育教学过程
 - (一) 体育教学过程的概念
 - (二) 体育教学过程的性质
 - (三) 体育教学过程的基本规律
 - (四) 体育教学原则
- 五、体育教学方法
 - (一) 体育教学方法的概念
 - (二) 选择体育教学方法的依据
 - (三) 中小学常用体育教学方法及其基本要求
 - (四) 现代体育教学方法
 - (五) 现代体育教学方法的发展趋势
- 六、体育教学计划
 - (一) 体育教学计划的概念与构成
 - (二) 学年教学计划
 - (三) 学期教学计划
 - (四) 单元教学计划
 - (五) 课时计划
- 七、体育教学实施
 - (一) 体育教学常规
 - (二) 体育教学中队列队形的运用
 - (三) 体育教学中场地器材的布置
 - (四) 体育教学组织形式

第四章 课余体育

- 一、课余体育的地位和特点
 - (一) 课余体育的地位
 - (二) 课余体育的特点
- 二、课余体育的功能与价值
 - (一) 课余体育的功能
 - (二) 课余体育的价值
- 三、课余体育锻炼的特点和原则
 - (一) 课余体育锻炼的特点
 - (二) 课余体育锻炼的原则

第五章 学校体育管理

- 一、学校体育管理体制
 - (一) 学校体育管理体制的概念
 - (二) 学校体育管理机构与职能
- 二、学校体育管理的目标与原则
 - (一) 学校体育管理的目标
 - (二) 学校体育管理的原则
- 三、学校体育管理的内容
- 四、学校体育管理法律法规
 - (一) 学校体育管理相关法律
 - (二) 学校体育管理相关行政法规
 - (三) 中央相关文件

第六章 体育教师

- 一、体育教师的地位与作用
 - (一) 体育教师的地位
 - (二) 体育教师的作用
- 二、体育教师的工作特点
- 三、体育教师的条件与职责
 - (一) 体育教师的基本条件
 - (二) 体育教师的基本职责

第三篇 运动生理学

绪论

- 一、运动生理学的研究对象、目的和任务
- 二、生命的基本特征
- 三、人体生理机能的调节

第一章 骨骼肌机能

- 一、肌肉收缩的原理
- 二、肌肉收缩的形式
- 三、骨骼肌不同收缩形式的比较
- 四、肌肉收缩的力学特征
- 五、不同类型骨骼肌纤维的形态、生理及代谢特征
- 七、肌电的研究与应用
- 六、骨骼肌纤维类型与运动的关系

第二章 血液

- 一、血液概述
- 二、血液的功能
- 三、渗透压和酸碱度
- 四、运动对红细胞和血红蛋白的影响

第三章 循环机能

- 一、心输出量和心脏做功
- 二、血管中的血压和血流
- 三、运动对心血管功能的影响

第四章 呼吸

- 一、呼吸运动与肺通气
- 二、气体的交换
- 三、氧气的血液运输与氧解离曲线的意义
- 四、呼吸运动的调节
- 五、运动时的合理呼吸

第五章 物质与能量代谢

- 一、肌肉活动与物质能量代谢的相关概念
- 二、糖代谢与运动能力
- 三、脂肪代谢与运动
- 四、蛋白质代谢与运动
- 五、水的代谢
- 六、人体运动的能量供应

第六章 肾脏机能

- 一、运动性蛋白尿
- 二、运动性血尿

第七章 内分泌机能

- 一、激素及其生理作用
- 二、几种主要激素的生物学作用
- 三、兴奋剂及其危害

第八章 感觉与神经机能

- 一、视觉器官
- 二、听觉与位觉
- 三、本体感觉
- 四、肌肉运动的神经调控

第九章 运动技能

- 一、运动技能的形成（条件反射学说）
- （一）运动技能的概念和分类
- （二）运动技能的形成过程及其影响因素
- （三）体育教学训练中应注意的问题

第十章 有氧、无氧工作能力

- 一、能量代谢有关的几个概念
- 二、有氧工作能力
- 三、无氧工作能力

第十一章 身体素质

- 一、身体素质概述
- 二、力量素质
- 三、速度素质
- 四、耐力素质
- 五、灵敏与柔韧素质

第十二章 运动过程中人体机能变化规律

- 一、赛前状态与准备活动
- 二、极点与第二次呼吸
- 三、稳定工作状态
- 四、运动性疲劳
- 五、恢复过程

第十三章 特殊环境与运动能力

- 一、高原环境与运动
- 二、热环境与运动

第十四章 运动机能的生理学评定

一、安静状态下运动效果的生理学评定

三、极量负荷时运动效果的生理学评定

第十五章 儿童少年生长发育与体育运动

一、儿童少年的生理特点与运动

二、定量负荷时运动效果的生理学评定

四、运动结束后恢复效果的生理学评定

二、儿童少年身体素质的发展

三、参考书目

1. 全国体育硕士专业学位教育指导委员会组编. 体育硕士专业学位研究生入学全国联考体育综合考试大纲及指南[M]. 北京: 北京体育大学出版社, 2015.

2. 田麦久、刘大庆. 运动训练学[M]. 北京: 人民体育出版社, 2012.

3. 周登嵩. 学校体育学[M]. 北京: 人民体育出版社, 2004.

4. 王瑞元. 运动生理学[M]. 北京: 人民体育出版社, 2012.

5. 张瑞林主编. 体育管理学(第三版)[M]. 北京: 高等教育出版社, 2015.

四、其他相关内容

1. 试卷满分及考试时间: 本试卷满分为 300 分, 考试时间为 180 分钟。

2. 答题方式: 答题方式为闭卷、笔试。试卷由试题和答题纸组成; 答案必须写在答题纸(由考点提供)相应的位置上。