**体育综合（346）考试大纲**

**考试要求、分值及试题结构**

一、考试要求

本科目考试内容包括运动训练学、学校体育学、运动生理学。测试考生对体育专业所涉基本概念、基础知识的掌握情况和运用理论分析问题的能力。

二、考试分值

本科目满分300分。

三、试题结构

1、选择题（40分）；

2、名词解释（60分）；

3、简答题（80分）；

4、论述题（120分）；

**考试大纲**

**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

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

第二章 运动成绩与竞技能力

一、运动成绩及其决定因素

二、运动员竞技能力及其构成

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

二、竞技需要原则

三、有效控制原则

四、周期安排原则

五、适宜负荷原则

六、区别对待原则

七、适时恢复训练原则

第四章 运动训练方法与手段

一、运动训练方法与手段概述

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

第五章 运动员体能及其训练

一、运动员体能训练概述

二、力量素质及其训练

三、速度素质及其训练

四、耐力素质及其训练

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

二、技术训练常用的方法

三、技术训练的基本要求

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

二、战术训练方法

三、战术方案的制订

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

二、运动员心理能力训练的常用方法

三、几种心理现象及其克服方法

四、运动智能概述

第九章 运动训练计划

一、运动训练计划概述

二、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

**本篇参考书目**

1．田麦久主编.运动训练学.北京：人民体育出版社，2000.

2．田麦久主编.运动训练学.北京：高等教育出版社，2006.

**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

二、学校体育与现代社会

三、学校体育与学生的全面发展

四、学校体育的结构、功能与目标

第二章 体育课程

一、体育课程的含义

二、体育课程的编制

三、体育课程的实施

四、体育课程的评价

五、我国体育课程发展的历史经验与改革趋势

第三章 体育教学

一、体育教学的概念与特点

二、体育教学构成要素

三、体育教学目标

四、体育教学过程

五、体育教学方法

六、体育教学计划

七、体育教学实施

第四章 课余体育

一、课余体育的地位和特点

二、课余体育的功能与价值

三、课余体育锻炼的特点和原则

第五章 学校体育管理

一、学校体育管理体制

二、学校体育管理的目标与原则

三、学校体育管理的内容

四、学校体育管理法律法规

第六章 体育教师

一、体育教师的地位与作用

二、体育教师的工作特点

三、体育教师的条件与职责

**本篇参考书目**

1.周登嵩主编.学校体育学.北京：人民体育出版社，2004.

2.潘绍伟、于可红主编.学校体育学（第二版）.北京：高等教育出版社，2008.

**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

六、骨骼肌纤维类型与运动的关系

七、肌电的研究与应用

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

肺换气和组织换气

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

运动员脱水及其复水

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

二、定量负荷时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

四、运动结束后恢复效果的生理学评定

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、儿童少年身体素质的发展

身体素质的发展规律和发展特点

**本篇参考书目**

1.王瑞元主编.运动生理学.北京：人民体育出版社，2002.

2.邓树勋等主编.运动生理学.北京：高等教育出版社，2005.

3.王步标等主编 .运动生理学.北京：高等教育出版社，2006.