

2022年贵州医科大学硕士研究生招生考试 体育综合（自命题）考试大纲

I. 考试性质

体育综合考试是为我校招收体育学专业硕士研究生而设置具有选拔性质的入学考试科目，其目的是科学、公平、有效地测试考生是否具备继续攻读硕士学位所需的体育学和相关学科基础知识、技能。评价的标准是高等学校体育专业优秀本科毕业生能达到的及格或及格以上水平，以利于我校择优选拔，确保硕士研究生的招生质量。

II. 考查目标

对于本科属于体育教学、运动训练专业考生，体育综合考试范围为《学校体育学》、《运动训练学》、《运动解剖学》、《运动生理学》，要求考生系统掌握上述体育学科和相关学科中的基本理论、基本知识和基本技能，能够运用所学的基本理论、基本知识和基本技能综合分析、判断和解决有关理论问题和实际问题。

对于本科属于非体育教学、运动训练专业考生，体育综合考试范围为《学校体育学》、《运动训练学》、《运动解剖学》、《运动生理学》、《户外运动》，要求考生系统掌握上述体育学科和相关学科中的基本理论、基本知识和基本技能，能够运用所学的基本理论、基本知识和基本技能综合分析、判断和解决有关理论问题和实际问题。

III. 考试形式和试卷结构

一、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。

二、答题方式

答题方式为闭卷、笔试。

三、试卷内容结构

(一) 适用于体育教学、运动训练专业考生

1. 学校体育学：100 分
2. 运动训练学：100 分
3. 运动解剖：50 分
4. 运动生理学：50 分

(二) 适用于非体育教学、运动训练专业考生

1. 学校体育学：60 分
2. 户外运动：130 分
3. 运动训练学：50 分
4. 运动解剖：30 分
5. 运动生理学：30 分

四、试卷题型结构

单项选择题：第 1-60 小题，每小题 2 分，共 120 分

多项选择题：第 61-70 小题，每小题 2 分，共 20 分

是非题：第 71-85 小题，每小题 2 分，共 30 分

名词解释：第 86-91 小题，每小题 5 分，共 30 分

简答题：第 92-98 小题，每小题 10 分，共 70 分

论述题：第 99-100 小题，每小题 15 分，共 30 分

IV. 考查内容

一、《学校体育学》

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（第三版）. 北京：高等教育出版社，2016.

第一章 学校体育概论

第一节 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

第二节 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

第三节 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

第四节 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

第一节 体育课程的含义

- (一) 体育课程的概念
- (二) 体育课程的特性

第二节 体育课程的编制

- (一) 体育课程的目标
- (二) 体育课程的内容

第三节 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

第四节 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

第五节 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

第一节 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

第二节 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

第三节 体育教学目标

(一) 体育教学目标的定义

(二) 体育教学目标的分类

(三) 体育教学目标的层次

第四节 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

第五节 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

第六节 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

第七节 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

第一节 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

第二节 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

第三节 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

第一节 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

第二节 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

第三节 学校体育管理的内容

第四节 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

第一节 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

第二节 体育教师的工作特点

第三节 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

二、《运动训练学》

参考书目：

田麦久、刘大庆主编. 运动训练学. 北京：人民体育出版社，
2012.

第一节 竞技体育与运动训练

(一) 竞技体育的构成

(二) 竞技体育的基本特点

第二节 运动成绩与竞技能力

(一) 运动成绩及其决定因素

(二) 运动成绩释义

(三) 运动成绩的决定因素

第三节 运动员竞技能力及其构成因素

(一) 竞技能力释义

(二) 竞技能力结构模型

(三) 状态诊断和目标建立的重要意义

(四) 起始状态与目标状态的完整体系

第四节 运动训练的基本原则

(一) 竞技需要原则

(二) 贯彻竞技需要原则的训练学要点

(三) 贯彻动机激励原则的训练学要点

(四) 有效控制原则

(五) 贯彻有效控制原则的训练学要点

(六) 系统训练原则

(六) 贯彻系统训练原则的训练学要点

(七) 周期安排原则

- (八) 贯彻周期安排原则的训练学要点
- (九) 适宜负荷原则第七节区别对待原则
- (十) 区别对待原则释义第八节直观教练原则
- (十一) 适时恢复原则

第五节 运动训练方法与手段

- (一) 模式训练法
- (二) 程序训练法

第六节 运动训练的具体操作方法

- (一) 分解训练法
- (二) 完整训练法
- (三) 重复训练法
- (四) 间歇训练法
- (五) 持续训练法
- (六) 变换训练法
- (七) 循环训练法

第七节 运动员体能及其训练

- (一) 体能训练释义
- (二) 体能训练的基本要求
- (三) 力量素质及其训练
 - 1. 力量素质释义
 - 2. 各种力量素质的评定及训练负荷量度的确定
 - 3. 力量训练的方法与手段

(四) 力量训练的基本要求

(五) 速度素质及其训练

1. 速度素质释义
2. 各种速度素质的评定及训练
3. 速度训练的基本要求

(六) 耐力素质及其训练

1. 耐力素质释义
2. 各种耐力素质的评定及训练负荷量度的确定
3. 耐力训练的方法和手段

(七) 耐力训练的基本要求

(八) 柔韧素质及其训练

1. 柔韧素质定义
2. 柔韧素质的评定及训练负荷量度的确定
3. 柔韧训练的方法和手段
4. 柔韧训练的基本要求

(九) 灵敏素质及其训练

1. 灵敏素质释义
2. 灵敏素质的评定及训练负荷量度的确定
3. 灵敏训练的主要手段
4. 灵敏训练的基本要求

第八节 运动员技术能力及其训练

第九节 运动员战术能力及其训练

第十节 运动员心理能力与运动智能及其训练

第十一节 运动员多年训练的计划与组织

三、《运动生理学》

参考书目：

王瑞元、苏全生主编. 运动生理学. 北京：人民体育出版社，2012.

（一）运动生理学基础

1. 运动生理学概述、研究热点及发展趋势
2. 生命活动的基本特征、人体生理机能的维持与调节

（二）人体运动的生理学基础

1. 骨骼肌机能
2. 维持内环境相对稳定的保障系统：内环境、稳态、血液和氧供应原则

（三）运动中的物质与能量供应

1. 物质代谢的基本特点、原理
2. 能量代谢的基本概念、原理及测定方法
3. 运动中的血氧供应原则及代谢物的消除

（四）运动过程中人体机能状态的变化

1. 赛前状态
2. 进入工作及稳定状态
3. 运动性疲劳
4. 恢复过程

(五) 运动技能的形成、发展规律及在教学中的应用

运动技能形成的基本阶段、特点及在教学中的规律和注意事项

(六) 运动能力的生理学基础

运动能力、各项身体素质的概念、特点、测定及发展方法

(七) 运动处方

运动处方的概念、分类及基本要素

(八) 特殊环境条件下运动的生理学问题

高原、冷热、水、大气环境及生物节律与运动能力

(九) 免疫机能与运动能力

1. 免疫的概念、免疫系统的组成及免疫反应

2. 运动负荷与免疫机能、运动性免疫模式

3. 运动性免疫抑制的可能机制、生理意义、调理

四、《运动解剖学》

参考书目：

徐国栋、袁琼嘉主编. 运动解剖学. 北京：人民体育出版社，2012.

(一) 运动系统

1. 骨骼：骨的概述、结构、分类、表面标志、化学成分和物理特性及功能等

2. 关节：关节的结构、分类、运动幅度及影响因素等

3. 骨骼肌：骨骼肌的物理特性、起止点、配布规律及功能

等

（二）运动技术的解剖学分析

关节的运动形式，肌肉的工作性质、工作条件、完成技术动作所起的作用及与外力的作用关系；运动解剖学知识分析常见体育动作中的关节运动及肌肉工作情况

（三）内脏系统的结构、特点及运动对相关系统的影响

1. 消化系统

2. 呼吸系统

3. 泌尿系统

4. 生殖系统

（四）脉管系统的结构、特点及运动对脉管系统的影响

1. 心血管系统

2. 淋巴系统

（五）神经系统

神经系统的区分和组成、神经系统的基本功能及反射弧的概念

（六）内分泌系统

五、《户外运动》

参考书目：

国家体育总局职业技能鉴定指导中心组编. 户外运动. 社会体育指导员国家职业资格培训教材. 北京：高等教育出版社，2012.

- 第一章 户外运动概述
 - 第一节 户外运动的起源和发展
 - 第二节 户外运动的定义、分类和特点
 - 第三节 山地户外运动
- 第二章 山地户外运动的主要项目
 - 第一节 攀岩与下降
 - 第二节 舟渡和泅渡
 - 第三节 山地自行车
 - 第四节 漂流
 - 第五节 溯溪
 - 第六节 探洞
 - 第七节 沙漠穿越
 - 第八节 登山健身
- 第三章 山地户外运动的基本技术与装备
 - 第一节 山地户外运动的服装与装备
 - 第二节 攀登技术与装备
 - 第三节 绳结技术
 - 第四节 下降技术与装备
 - 第五节 保护技术与装备
 - 第六节 保护点设置技术与装备
 - 第七节 行走穿越技术与装备
 - 第八节 特殊地形行走与通过

- 第九节 地形图常识及判读
- 第十节 天气观测的基本常识
- 第十一节 户外求救联络技术与装备
- 第十二节 野外活动技能与装备
- 第四章 户外领队的职责与管理策略
 - 第一节 户外领队的职责、动机与态度
 - 第二节 户外运动的计划与准备
 - 第三节 户外领队的角色与风格
 - 第四节 户外领队的有效沟通
 - 第五节 户外领队的判断与决策
 - 第六节 户外领队的关心与鼓励
 - 第七节 团队建设与管理
 - 第八节 冲突管理
- 第五章 山地户外运动竞
 - 第一节 探险越野赛的常用装备
 - 第二节 探险越野赛的裁判员职责
 - 第三节 探险越野赛的赛前工作
 - 第四节 探险越野赛的组织与实施
 - 第五节 探险越野赛的安全管理
- 第六章 户外运动的健康管理
 - 第一节 户外运动的体能训练
 - 第二节 户外运动的营养支持

第三节 户外运动的心理训练

第四节 户外运动急救

第五节 户外常见伤病防治

1. 心肺复苏术
2. 中暑的处理
3. 失温的处理
4. 如何预防动植物伤害
5. 止血法
6. 病人搬运方法

第七章 户外运动的风险管理

第一节 中国大陆山难史概述

第二节 户外运动风险的评估与管理

第三节 户外运动风险管理工具及其应用

第四节 户外领队的风险管理职责与策略

第五节 户外运动紧急情况处理与救援

第八章 关于户外运动发展相关文件和政策