**海南师范大学全国硕士研究生招生自命题考试大纲**

考试科目代码：[612] 考试科目名称：体育学专业基础综合

﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡

一、考试形式与试卷结构

（一）试卷成绩及考试时间

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。

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。

（三）试卷结构

综合考试科目各部分内容所占分值为：

第一部分 体育运动概论 150分

第二部分 运动生理学　 150分

试卷题型结构

包括名词解释、选择题、是非题、简答题、论述题。根据各科需要，题型可能有小的调整。具体详见以下各科说明。

二、考试目标

全日制攻读硕士学位研究生入学考试体育学理论综合科目考试内容包括体育运动概论和运动生理学等两门体育学科基础课程，要求考生系统掌握相关课程的基本知识、基础理论和基本方法，并能运用相关理论和方法分析、解决体育学科中的实际问题。

三、考试范围

第一部分 体育运动概论

（一）体育的概念及本质  
1.体育的本质  
2.体育的社会形态和功能  
3.现代体育的特点  
（二）体育发展简史  
1.体育的起源  
2.外国体育简史  
3.中国体育简史  
（三）体育与社会  
1.体育与文化  
2.体育与经济  
3.体育与政治  
4.体育与科技  
5.体育与法制  
6.体育与构建和谐社会  
（四）奥林匹克运动  
1.奥林匹克运动发展简史  
2.奥林匹克运动的体系  
3.奥林匹克运动的社会影响  
（五）社会体育  
1.社会体育概述  
2.我国社会体育  
3.国外大众体育  
（六）学校体育  
1.学校体育概述  
2.我国学校体育  
3.国外学校体育  
（七）竞技体育  
1.竞技体育概述  
2.运动员培养系统  
3.职业竞技体育  
（八）体育竞赛  
1.体育竞赛概述  
2.现代体育竞赛  
（九）体育产业  
1.体育产业概述  
2.我国的体育产业  
3.国外体育产业发展概况  
（十）我国体育的现状和发展  
1.我国体育的目的和任务  
2.我国体育的管理体制  
3.我国体育事业的成就与未来发展

四、主要参考书目

1.《体育运动概论》，姚颂平主编，高等教育出版社，2011年7月，第1版。

2.《体育概论》，杨文轩、陈琦主编，高等教育出版社，2013年8月，第二版。

第二部分 运动生理学

（一）运动的能量代谢

1.生物能量学概要

ATP与ATP稳态；生命活动的能量来源；ATP生成过程的无氧代谢和有氧代谢过程；能源物质的消化与吸收过程；基础代谢

2.运动状态下的能量代谢

（二）肌肉活动

1.肌肉的特性

肌肉的物理特性；兴奋和兴奋性概念；静息电位和动作电位形成的原因；动作电位的传导

2.肌肉收缩与舒张原理

粗、细肌丝的分子组成；兴奋在神经肌肉接头的传播；肌肉的收缩机制

3.肌肉的收缩形式与力学特征

单收缩和强直收缩；肌肉收缩形式；肌肉收缩的力学特征；肌纤维类型与运动能力；不同类型骨骼肌纤维的形态、代谢和生理特征；骨骼肌纤维类型与运动的关系

（三）躯体运动的神经控制

1.神经系统基本组件的一般功能

神经组织；神经元间的信息传递；

2.神经系统的感觉功能

前庭器官的感受装置与适应刺激；前庭反射和前庭稳定性；肌梭和腱器官的作用；视觉的形成；听觉的形成

（四）运动与内分泌

1.内分泌、内分泌腺与激素概述

分泌系统与激素；激素作用的一般特点；

2.激素作用的机制和调节

激素作用的机制；激素分泌的调控；肌肉活动时的激素反应；

3.主要内分泌腺的内分泌功能

生长激素的作用和对运动的反应和适应；甲状腺激素生物学作用和对运动的反应和适应；胰岛素和胰高血糖素的生物学作用和对运动的反应和适应；肾上腺皮质激素的生物学作用和对运动的反应和适应；儿茶酚胺激素的生物学作用和对运动的反应和适应

（五）血液

1.血液的组成与特性

血液的组成及主要的理化指标：红细胞比容、红细胞浓度正常范围、血红蛋白含量；ABO血型的判定；血浆渗透压的含义与生理作用

2.血液的功能

血液的运输功能、氧离曲线的特点与生理意义；缓冲pH功能；

保护和防御功能

3.运动对血液成分的影响

运动对血浆和血细胞的影响；Hb与运动

（六） 呼吸

1.肺通气

肺通气的动力和阻力；肺的容积和肺容量；肺通气量和肺泡通气量；训练对肺通气功能的影响

2.气体交换

交换的动力和过程；影响气体交换的因素；氧扩散容量

3.呼吸运动的调节

呼吸中枢；化学因素对呼吸的调节；运动时呼吸的变化和调节

（七）血液循环

1.心脏生理

兴奋性：心肌细胞的生物电现象、兴奋性的周期性变化；自动节律性，掌握兴奋的正常起搏点；传导性的特点与生理意义；收缩性的特点与生理意义；心动周期与心率；心脏的泵血过程；心输出量和每分输出量；影响心输出量的因素；心力贮备和心脏做功量

2.血管生理

动脉血压和动脉脉搏；静脉回流及其影响因素

3.心血管活动的调节

心血管活动的神经调节；心血管活动的体液调节

4.运动训练对心血管功能的影响

肌肉运动时血液循环功能的变化；心血管系统对运动的适应

（八）酸碱平衡

1.肾脏排泄及其对机体酸碱平衡和水平衡的调节作用

肾的泌尿功能；肾在维持机体酸碱平衡作用；运动对肾泌尿功能的影响

2.运动时机体酸碱平衡调节的特点

体内酸碱物质的来源；运动时骨骼肌和血液PH的变化规律；运动时酸性物质的来源；口服NaHCO3对体内酸碱平衡和运动成绩的作用

（九）肌肉力量

1.肌肉力量及其影响因素

肌肉力量的分类；肌肉力量的影响因素；

2.肌肉力量的检测

等长肌力检测方法；等张肌力检测方法；等速肌力检测方法

3.肌肉力量训练

肌肉力量训练的生理学原则；肌肉力量训练的手段和方法

（十）有氧工作能力

1.吸氧量和氧亏

需氧量、吸氧量和氧亏；运动后过量氧耗及其影响因素；

2.有氧工作能力

最大吸氧量及其影响因素；有氧耐力的生理基础及其影响因素；无氧阈（乳酸阈与通气阈）及其在运动训练中的意义

（十一）速度和无氧耐力

1.无氧耐力的检测与评价

2.动作速度的神经机制

3.速度的生理基础；无氧耐力的生理基础和无氧耐力训练

（十二）平衡、灵敏与柔韧

1.平衡、灵敏和柔韧的概念

2.平衡、灵敏和柔韧的生理学基础

3.发展平衡、灵敏和柔韧能力的训练和测评方法

（十三）运动过程中人体机能状态的变化

1.运动过程中人体机能状态变化的规律

赛前状态的生理变化、意义及调整；准备活动的生理作用、机制及影响因素；进入工作状态和稳定状态

2.运动训练的生理学本质

机体对运动负荷的反应特征；机体对运动负荷的适应与训练效果

3.运动训练效果的生理学评定

有训练者安静状态下的生物学适应特征；有训练者在运动时和恢复期的生物学特征

4.运动性疲劳

运动性疲劳的概念；运动性疲劳发生的部位及其特点；运动性疲劳的可能机制；运动性疲劳的诊断；

5.恢复与提高过程

恢复过程的一般规律；机体能源贮备的恢复规律；促进人体功能恢复的措施

四、主要参考书目

1.邓树勋主编：《运动生理学》，普通高等教育“十一五”国家级规划教材，高等教育出版社，2009年第二版。

2.《运动生理学》，“十二五”普通高等教育本科国家级规划教材，国家级精品资源共享课配套教材，普通高等学校体育教育专业主干课教材，高等教育出版社，2015年第3版。