

郑州大学 2023 年硕士生入学考试初试自命题科目考试大纲

学院名称	科目代码	科目名称	考试单元	说明
体育学院（校本部）	635	体育学专业基础	3	

说明栏：各单位自命题考试科目如需带计算器、绘图工具等特殊要求的，请在说明栏里加备注。

郑州大学硕士研究生入学考试 《体育学专业基础》考试大纲

命题学院（盖章）：体育学院(校本部) 考试科目代码及名称：635 《体育学专业基础》

一、考试基本要求及适用范围概述

★《体育学专业基础》是体育学学术学位研究生入学考试的科目之一。《体育学专业基础》考试内容包括教育学、运动生理学、体育心理学三门课程，要求考生系统掌握相关学科的基本知识、基本理论、基本方法，并能运用相关理论和方法分析、解决问题。

二、考试形式

硕士研究生入学《体育学专业基础》考试为闭卷，笔试，考试时间为 180 分钟，本试卷满分为 300 分。

试卷结构（题型）：名词解释、简答题、论述题

三、考试内容

（一）教育学

第一章 教育的概念

1. 教育概述
2. 教育活动的基本要素
3. 教育的历史发展

第二章 教育与人的发展

1. 人的发展概述
2. 影响人的发展的基本因素
3. 教育对人的发展的作用

第三章 教育与社会发展

1. 教育的社会制约性
2. 教育的社会功能
3. 教育与我国社会主义建设

第四章 教育目的

1. 教育目的概述
2. 马克思的人的全面发展学说
3. 我国的教育目的

第五章 教育制度

1. 教育制度概述
2. 现代学校教育制度
3. 我国的学校教育制度

第六章 课程

1. 课程概述
2. 课程设计
3. 课程改革

第七章 教学(上)

1. 教学概述
2. 教学过程理论的发展
3. 教学过程

第八章 教学(中)

1. 教学原则
2. 教学方法

第九章 教学(下)

1. 教学组织形式
2. 教学评价

第十章 德育

1. 德育概述
2. 品德发展规律
3. 德育过程
4. 德育原则
5. 德育途径与方法

第十一章 美育

1. 美育概述
2. 美育的任务及内容
3. 美育的实施

第十二章 体育

1. 体育概述
2. 体育过程的基本要素和规律
3. 体育促进学生发展的基本策略

第十三章 综合实践活动

1. 综合实践活动概述
2. 综合实践活动的设计与实施

第十四章 班主任

1. 班主任工作概述
2. 班集体的培养
3. 班主任工作的内容和方法

第十五章 教师

1. 教师工作概述
2. 教师的素养
3. 教师的培养与提高

第十六章 学校管理

1. 学校管理概述
2. 学校管理的目标与过程
3. 学校管理的内容和要求
4. 学校管理的发展趋势

（二）运动生理学

第一章 绪论

第一节 运动生理学概述

1. 运动生理学的概念
2. 运动生理学研究的基本方法与水平

第二节 生命活动的基本特征

1. 新陈代谢
2. 兴奋性
3. 应激性
4. 适应性
5. 生殖

第三节 人体生理机能的维持与调节

1. 内环境及其稳态

第四节 人体生理机能调节的控制

1. 非自动控制系统
2. 反馈控制系统
3. 前馈控制系统

第五节 运动生理学的发展历史与研究现状

1. 运动生理学研究的重点课题

第二章 骨骼肌机能

第一节 肌纤维的结构

1. 肌原纤维和肌小节
2. 肌管系统
3. 肌丝的分子组成

第二节 骨骼肌细胞的生物电现象

1. 静息电位
2. 动作电位

第三节 肌纤维的收缩过程

1. 肌丝滑行学说
2. 肌纤维的兴奋-收缩耦联

第四节 骨骼肌特性

1. 骨骼肌的物理特性
2. 骨骼肌的生理特性

第五节 骨骼肌的收缩形式

1. 骨骼肌的收缩形式
2. 运动单位的动员

第六节 肌纤维类型与运动能力

1. 不同类型肌纤维的形态、机能及代谢特征
2. 训练对肌纤维的影响

第八节 肌电的测试原理与应用

1. 肌电在体育科研中的应用

第三章 血液

第一节 血液的组成和理化特性

1. 血液的组成
2. 血液的功能
3. 血液的理化特性

第二节 运动对血液的影响

1. 红细胞与运动

第四章 循环机能

第一节 循环系统概述

1. 心脏的一般结构与血液循环途径

第二节 心脏生理

1. 心肌的生理特性
2. 心脏的泵血功能
3. 心电图

第三节 血管生理

1. 动脉血压
2. 动脉脉搏
3. 静脉血压和静脉回心血量

第四节 心血管活动的调节

1. 神经调节
2. 体液调节
3. 局部血流调节

第五节 运动与心血管功能

1. 运动时心血管功能的变化
2. 运动心脏的特点

第五章 呼吸机能

第一节 呼吸运动和肺通气机能

1. 肺通气的动力学
2. 肺通气机能
3. 肺通气机能的指标

第二节 气体交换和运输

1. 气体交换
2. 气体运输

第三节 呼吸运动的调节

1. 调节呼吸运动的神经系统
2. 呼吸运动的反射性调节
3. 化学因素对呼吸的调节

第四节 运动对呼吸机能的影响

1. 运动时通气机能的变化
2. 运动时换气机能的变化
3. 运动时呼吸的调节
4. 运动时合理呼吸
5. 呼吸肌与运动训练

第六章 物质与能量代谢

第一节 物质代谢

1. 主要营养物质在体内的代谢

第二节 能量代谢

1. 基础代谢
2. 人体运动时的能量供应与消耗

第三节 体温

1. 体温调节

第七章 肾脏功能

第二节 尿的生成过程

1. 肾小球的滤过作用
2. 肾小管与集合管的重吸收作用
3. 肾小管与集合管的分泌作用
4. 尿的成分、理化性质及尿量

第三节 肾脏在保持水和酸碱平衡中的作用

1. 肾脏在保持水平衡中的作用
2. 肾脏在保持酸碱平衡中的作用

第四节 运动对肾脏功能的影响

1. 尿量
2. 运动性蛋白尿
3. 运动性血尿
4. 尿十项检测

第八章 内分泌功能

第一节 内分泌、内分泌系统与激素

1. 内分泌与内分泌系统
2. 激素与激素的分类
3. 激素的一般生理作用和作用特征

第五节 运动与内分泌功能

1. 内分泌轴与运动
2. 内分泌指标在运动实践中的应用

第九章 感觉机能

第一节 概述

1. 感受器、感觉器官及感觉的定义和分类
2. 感受器的一般生理特征

第四节 本体感觉

1. 本体感受器结构与功能

2. 本体感觉在运动训练中的作用

第十章 神经系统机能

第一节 概述

1. 神经元与神经纤维
2. 神经胶质细胞
3. 突触
4. 神经递质和受体

第二节 反射活动的一般规律

1. 反射的概念
2. 反射弧
3. 中枢神经元的联系方式
4. 兴奋在反射中枢传播的特征
5. 中枢抑制
6. 反射活动的反馈调节

第十一章 运动技能

第一节 运动技能的概念和生理本质

1. 运动技能的基本概念
2. 运动技能的分类
3. 运动技能的生理本质

第二节 运动技能的学习进程

1. 泛化阶段
2. 分化阶段
3. 巩固与自动化阶段

第三节 影响运动技能学习发展的因素

1. 动机与大脑皮质机能状态对运动技能发展的影响
2. 身体素质对运动技能发展的影响
3. 感觉机能与反馈对运动技能发展的影响
4. 教学方法对运动技能发展的影响
5. 运动技能的迁移

第十二章 有氧、无氧工作能力

第一节 概述

1. 需氧量
2. 摄氧量
3. 氧亏
4. 运动后过量氧耗

第二节 有氧工作能力

1. 最大摄氧量
2. 乳酸阈
3. 提高有氧工作能力的训练

第三节 无氧工作能力

1. 无氧工作能力的生理基础
2. 无氧工作能力测试与评价
3. 提高无氧工作能力的训练

第十三章 身体素质

第一节 力量素质

1. 决定肌肉力量的生物学因素
2. 力量训练原则
3. 力量训练的手段与方法

第二节 速度素质

1. 速度素质的生理基础
2. 速度素质的训练

第三节 耐力素质

1. 有氧耐力
2. 无氧耐力

第四节 平衡、灵敏、柔韧和协调

1. 平衡
2. 灵敏
3. 柔韧
4. 协调

第十四章 运动性疲劳

第一节 运动性疲劳的概念及其分类

1. 疲劳的概念
2. 运动性疲劳的分类

第二节 运动性疲劳的产生机理

1. 衰竭学说
2. 堵塞学说
3. 内环境稳定性失调学说
4. 保护性抑制学说
5. 突变理论
6. 自由基损伤学说

第三节 运动性疲劳的发生部位及特征

1. 运动性疲劳的发生部位
2. 不同类型运动的疲劳特征

第四节 运动性疲劳的判断

1. 测定肌力评价疲劳
2. 测定神经系统和感觉机能判断疲劳
3. 用生物电评价疲劳
4. 主观感觉判断疲劳
5. 测定运动中心率评定疲劳
6. 判断疲劳的其他指标

第十五章 运动过程中人体机能变化规律

第一节 赛前状态与准备活动

1. 赛前状态
2. 准备活动

第二节 进入工作状态

1. 进入工作状态产生的原因
2. 影响进入工作状态的因素
3. 生理“极点”与“第二次呼吸”

第三节 稳定状态

1. 真稳定状态

2. 假稳定状态
3. “第一拐点”与“第二拐点”
4. 最大摄氧量平台

第四节 疲劳状态

第五节 恢复过程

1. 恢复过程的一般规律
2. 机体能源贮备的恢复
3. 促进人体机能恢复的措施

第十六章 特殊环境与运动

第一节 高原环境与运动

1. 高原应激
2. 高原服习
3. 高原训练的生理学适应
4. 高原训练的要素

第二节 热环境与运动

1. 热应激与适应
2. 热病及其预防

第十八章 儿童少年生长发育与体育运动

第二节 儿童少年的生理特点和体育教学与训练

1. 骨骼与关节
2. 肌肉
3. 血液循环
4. 呼吸系统
5. 神经系统

第三节 儿童少年身体素质的发展

1. 身体素质的自然生长
2. 身体素质发展的阶段性
3. 各项身体素质发展的敏感期
4. 儿童少年主要身体素质发展特点

第二十章 衰老与运动

第二节 老年人生理特点与健身作用

1. 神经系统
2. 运动系统
3. 心血管系统
4. 呼吸系统
5. 血液系统
6. 免疫系统
7. 抗氧化系统
8. 体成分和体重
9. 血脂代谢

第三节 老年人健身运动原则

1. 适宜运动项目原则
2. 循序渐进原则
3. 经常性原则
4. 个别对待原则
5. 自我监督原则



天任郑大考研网
只 | 为 | 成 | 功 | 上 | 郑 | 大

(三) 体育心理学

第一章 体育心理学概述

1. 体育心理学的定义和研究对象
2. 学习体育心理学的意义
3. 体育心理学简史和发展方向
4. 体育学习的心理学基础

第二章 运动中的目标定向和目标设置

1. 体育活动中的目标定向
2. 体育活动中的目标设置
3. 体育活动中团队目标的设置方法

第三章 运动兴趣和动机

1. 运动兴趣
2. 运动动机

第四章 运动归因

1. 归因理论
2. 运动中的归因分析
3. 影响运动归因的因素
4. 运动中的归因训练

第五章 体育活动与心理健康

1. 体育活动的心理效益
2. 体育活动的坚持性
3. 体育活动行为的理论、预测及干预
4. 体育活动的成瘾行为

第六章 唤醒、焦虑、心境状态与运动表现

1. 应激、唤醒和焦虑的定义
2. 唤醒、焦虑与运动表现的关系
3. 影响赛前状态焦虑的主要因素
4. 心境状态与运动表现

第七章 心理技能训练

1. 心理技能与心理技能训练
2. 运动中的行为干预方法
3. 运动中的认知干预方法

第八章 动作技能的学习

1. 动作技能概述
2. 动作技能形成的理论与过程
3. 影响动作技能学习的因素
4. 动作技能的学习与训练
5. 动作技能的迁移

第九章 体育教学效果的心理学优化

1. 体育教学设计的心理学基础
2. 体育教学策略和学习策略的心理学原理
3. 体育教学环境心理
4. 体育课堂学习过程的心理学评价

第十章 体育运动中学生的个体差异

1. 体育能力的差异
2. 智力因素的差异
3. 非智力因素的差异
4. 体育待优生的心理

第十一章 运动损伤的心理致因和康复

1. 运动损伤发生的心理致因
2. 运动损伤的心理反应
3. 运动损伤的心理评估
4. 运动损伤的心理康复方法

第十二章 运动中的团体凝聚力

1. 体育团体凝聚力概述
2. 影响体育团体凝聚力的因素
3. 团体凝聚力与运动表现
4. 团体凝聚力的发展

第十三章 运动中的领导行为

1. 领导概述
2. 教练员领导行为概述
3. 教练员领导行为分析
4. 学生领导行为分析

第十四章 体育运动中的品德心理

1. 运动中的道德形成和发展
2. 体育运动中的亲社会行为
3. 体育运动中的攻击性行为

四、考试要求

硕士研究生入学考试科目《体育学专业基础》测试考生对于体育学专业的基本概念、基础知识的掌握情况和运用能力。试卷务必书写清楚、符号和西文字母运用得当。答案必须写在答题纸上，写在试题纸上无效。

五、主要参考教材（参考书目）

1. 《教育学》(2016年6月第七版)，王道俊，郭文安主编，人民教育出版社.
2. 《运动生理学》(2012年2月第1版)，王瑞元，苏全生主编，人民体育出版社.
3. 《体育心理学》(2016年1月第3版)，季浏，殷恒婵，颜军主编，高等教育出版社.

编制单位：郑州大学

编制日期：2022 年 9 月 12 日



天任郑大考研网
只 | 为 | 成 | 功 | 上 | 郑 | 大