

# 成都银杏酒店管理学院

## 2023 年专升本选拔《体育综合》考试大纲

（备注：体育综合包括：体育概论（占比 30 分）、运动训练学（占比 70 分）两部分，总分 100 分）

### 一、《体育概论》部分

#### （一）考试要求

本部分主要考核《体育概论》内容，要求学生掌握体育本质、体育功能以及体育手段等知识点。

#### （二）考试内容

- 1、体育概念的定义
- 2、体育的三种形态
- 3、体育的功能的定义
- 4、体育的功能
  - （1）健身功能
  - （2）教育功能
  - （3）经济功能
  - （4）政治功能
- 5、体育的目的
- 6、我国的体育目标
- 7、我国的体育目的
- 8、体育过程
- 9、运动负荷

- 10、体育的教育过程的本质
- 11、体育教育过程的基本要素
- 12、体育教育过程的基本任务
- 13、体育教育过程的基本规律
- 14、身体运动的构成要素
- 15、体育运动技术动作质量和效果的综合评定
- 16、体育运动项目的特点
- 17、体育运动项目的起源
- 18、体育科学定义
- 19、体育科学的三维视角
- 20、体育文化的分类
- 21、奥林匹克文化的特征
- 22、奥林匹克组织体系

### **(三) 参考书目**

- 1、《体育概论》，杨铁黎主编，人民体育出版社，2014年

## **二、《运动训练学》部分**

### **(一) 考试要求**

本部分主要考核《运动训练学》内容，要求学生掌握运动训练的训练方法、训练原则、体能训练、技术训练、战术训练等。

### **(二) 考试内容**

- 1、竞技体育的定义
- 2、当代竞技体育的特点

- 3、竞技运动的现代社会价值
- 4、运动训练的定义
- 5、运动训练理论的三个层次
- 6、项群和项群理论的定义
- 7、项群理论的分类
  - (1) 以运动员竞技能力为主导能力对竞技项目的分类
  - (2) 以运动项目的动作结构分类
  - (3) 以运动成绩的评定方法分类
- 8、运动成绩的决定因素
- 9、竞技能力的构成因素及主要竞技表现
- 10、运动训练的方法
- 11、系统控制性训练方法
- 12、具体操作性训练方法
- 13、分解训练法
- 14、“三从一大”训练原则
- 15、导向激励与健康保障训练原则
- 16、竞技需要与区别对待训练原则
- 17、系统持续与周期安排训练原则
- 18、适宜负荷与适时恢复训练原则
- 19、体能的定义
- 20、力量素质的定义与分类
- 21、速度素质的定义与分类

- 22、耐力素质的定义与分类
- 23、运动技术的定义
- 24、运动技术的构成
- 25、运动员技术能力的决定因素
  - (1) 主体因素
  - (2) 客观因素
- 26、运动技术评价、目的和基本标准
- 27、运动技术训练常用方法
- 28、技能主导类表现难美性项群运动技术要点
- 29、技战术主导类隔网对抗性项群运动技术要点
- 30、技战术主导类同场对抗性项群的技术要点
- 31、体能主导类各项群运动技术训练要点
- 32、竞技战术的定义与构成
- 33、运动员竞技战术能力发展的制约因素
- 34、运动员竞技战术能力的表现
- 35、全程性多年训练过程的阶段划分
- 36、全程性多年训练工程的规划

### **(三) 参考书目**

《运动训练学》，田麦久、刘大庆主编，人民体育出版社，2012年

## **三、考试方式与试卷结构**

- (一) 考试方式：闭卷考试
- (二) 考试分数：总分为 100 分

## 考试大纲、禁止翻印

---

(三)《体育综合》考试时间：120 分钟

(四) 试题难易比例：

1、《体育综合》部分：基础难度试题占 20%，中等难度试题占 50%，较难试题占 30%。

(五) 试卷内容比例：运动训练学 70%、体育概论 30%。

(六) 试题题型：选择题、判断题、名词解释、论述题、简答题等类型。