

西北師範大學
碩士研究生招生考試
《運動訓練學》科目大綱
(科目代碼: 932)

學院名稱(蓋章): 體育學院

學院負責人(簽字):

編 制 時 間: 2024 年 9 月 20 日

《运动训练学》科目大纲

(科目代码: 932)

一、考核要求

本考试科目为运动训练学学科的综合基础理论考试,要求考生准确掌握运动训练学基本概念和基本理论,熟悉运动训练的常用方法与手段,了解运动训练理论前沿知识,具备制定运动训练计划的能力和组织实施能力。

二、考核评价目标

《运动训练学》适用于体育教育训练学、民族传统体育学方向学术型研究生和体育硕士运动训练方向研究生考试,主要考察考生对运动训练学基本概念、基本理论与方法的掌握情况,以及应用理论分析和解决实际问题的能力。目的是测试考生对运动训练基础知识的掌握程度,以及应用理论分析、解释和指导运动训练实践的能力。

三、考核内容

第一章 运动训练学导言

第一节 运动训练与运动训练学

第二节 不同层级的运动训练理论体系

第三节 运动训练构成要素的理论体系

第二章 运动训练的辩证协同原则

第一节 运动员竞技能力构成、变化与表现的基本规律

第二节 基于辩证协同思想的运动训练原则体系

第三节 导向激励与健康保障训练原则

第四节 竞技需要与区别对待训练原则

第五节 系统持续与周期安排训练原则

第六节 适宜负荷与适时恢复训练原则

第三章 运动员竞技能力及其训练(上)

第一节 运动员体能及其训练

- 第二节 运动员技术能力及其训练
- 第四章 运动员竞技能力及其训练（下）**
 - 第一节 运动员战术能力及其训练
 - 第二节 运动员心理能力及其训练
 - 第三节 运动员知识能力及其训练
- 第五章 运动训练方法及其应用**
 - 第一节 运动训练方法概述
 - 第二节 运动训练控制方法
 - 第三节 操作性训练方法
 - 第四节 运动训练基本手段
- 第六章 运动训练负荷及其设计与安排**
 - 第一节 运动训练负荷概述
 - 第二节 运动训练负荷的设计基础
 - 第三节 运动训练负荷的设计与安排
 - 第四节 运动训练负荷的监控与评定
 - 第五节 运动训练负荷的项群特征
- 第七章 运动训练过程与训练计划**
 - 第一节 运动训练过程的基本构架
 - 第二节 运动训练计划的制订与实施
 - 第三节 运动训练过程的调控
- 第八章 教练员职责与教练行为**
 - 第一节 教练员的认知
 - 第二节 教练员的执教
 - 第三节 教练员的知识与能力
 - 第四节 教练员的领导行为

参考书目：田麦久主编，《运动训练学》第二版，北京：高等教育出版社，2017