

【初试】2026 年 上海体育大学 625 体育学专业基础综合(运训) 考研精品资料

说明：本套资料由高分研究生潜心整理编写，高清电子版支持打印，考研推荐资料。

一、考研真题汇编**1. 上海体育大学体育学专业基础综合 2007-2016、回忆版 2019 年考研真题，暂无答案**

说明：分析历年考研真题可以把握出题脉络，了解考题难度、风格，侧重点等，为考研复习指明方向。

2. 上海体育大学 625 体育学专业基础综合考研大纲

①2025 年上海体育大学 625 体育学专业基础综合之体育概论考研大纲。

②2025 年上海体育大学 625 体育学专业基础综合之运动训练学考研大纲。

③2025 年上海体育大学 625 体育学专业基础综合之运动生理学考研大纲。

说明：考研大纲给出了考试范围及考试内容，是考研出题的重要依据，同时也是分清重难点进行针对性复习的推荐资料，本项为免费提供。

二、2026 年上海体育大学 625 体育学专业基础综合考研资料**2. 《体育运动概论》考研相关资料****(1) 《体育运动概论》[笔记+提纲]**

①上海体育大学 625 体育学专业基础综合之《体育运动概论》考研复习笔记。

说明：本书重点复习笔记，条理清晰，重难点突出，提高复习效率，基础强化阶段推荐资料。

②上海体育大学 625 体育学专业基础综合之《体育运动概论》复习提纲。

说明：该科目复习重难点提纲，提炼出重难点，有的放矢，提高复习针对性。

(2) 《体育运动概论》考研核心题库(含答案)

①上海体育大学 625 体育学专业基础综合考研核心题库之《体育运动概论》简答题精编。

②上海体育大学 625 体育学专业基础综合考研核心题库之《体育运动概论》论述题精编。

说明：本题库涵盖了该考研科目常考题型及重点题型，根据历年考研大纲要求，结合考研真题进行的分类汇编并给出了详细答案，针对性强，是考研复习推荐资料。

3. 《运动训练学》考研相关资料**(1) 《运动训练学》[笔记+提纲]**

①上海体育大学 625 体育学专业基础综合之《运动训练学》考研复习笔记。

说明：本书重点复习笔记，条理清晰，重难点突出，提高复习效率，基础强化阶段推荐资料。

②上海体育大学 625 体育学专业基础综合之《运动训练学》复习提纲。

说明：该科目复习重难点提纲，提炼出重难点，有的放矢，提高复习针对性。

(2) 《运动训练学》考研核心题库(含答案)

①上海体育大学 625 体育学专业基础综合考研核心题库之《运动训练学》名词解释精编。

②上海体育大学 625 体育学专业基础综合考研核心题库之《运动训练学》简答题精编。

③上海体育大学 625 体育学专业基础综合考研核心题库之《运动训练学》论述题精编。

说明：本题库涵盖了该考研科目常考题型及重点题型，根据历年考研大纲要求，结合考研真题进行的分类

汇编并给出了详细答案，针对性强，是考研复习推荐资料。

(3) 《运动训练学》考研题库[仿真+强化+冲刺]

①2026 年上海体育大学 625 体育学专业基础综合考研专业课五套仿真模拟题。

说明：严格按照本科目最新专业课真题题型和难度出题，共五套全仿真模拟试题含答案解析。

②2026 年上海体育大学 625 体育学专业基础综合考研强化五套模拟题及详细答案解析。

说明：专业课强化检测使用。共五套强化模拟题，均含有详细答案解析，考研强化复习推荐。

③2026 年上海体育大学 625 体育学专业基础综合考研冲刺五套模拟题及详细答案解析。

说明：专业课冲刺检测使用。共五套冲刺预测试题，均有详细答案解析，最后冲刺推荐资料。

4. 《运动生理学》考研相关资料

(1) 《运动生理学》[笔记+提纲]

①上海体育大学 625 体育学专业基础综合之《运动生理学》考研复习笔记。

说明：本书重点复习笔记，条理清晰，重难点突出，提高复习效率，基础强化阶段推荐资料。

②上海体育大学 625 体育学专业基础综合之《运动生理学》复习提纲。

说明：该科目复习重难点提纲，提炼出重难点，有的放矢，提高复习针对性。

(2) 《运动生理学》考研核心题库(含答案)

①上海体育大学 625 体育学专业基础综合考研核心题库之《运动生理学》名词解释精编。

②上海体育大学 625 体育学专业基础综合考研核心题库之《运动生理学》简答题精编。

③上海体育大学 625 体育学专业基础综合考研核心题库之《运动生理学》论述题精编。

说明：本题库涵盖了该考研科目常考题型及重点题型，根据历年考研大纲要求，结合考研真题进行的分类汇编并给出了详细答案，针对性强，是考研复习推荐资料。

(3) 《运动生理学》考研题库[仿真+强化+冲刺]

①2026 年上海体育大学 625 体育学专业基础综合之运动生理学考研专业课五套仿真模拟题。

说明：严格按照本科目最新专业课真题题型和难度出题，共五套全仿真模拟试题含答案解析。

②2026 年上海体育大学 625 体育学专业基础综合之运动生理学考研强化五套模拟题及详细答案解析。

说明：专业课强化检测使用。共五套强化模拟题，均含有详细答案解析，考研强化复习推荐。

③2026 年上海体育大学 625 体育学专业基础综合之运动生理学考研冲刺五套模拟题及详细答案解析。

说明：专业课冲刺检测使用。共五套冲刺预测试题，均有详细答案解析，最后冲刺推荐资料。

5. 《生理学》考研相关资料

(1) 《生理学》[笔记+课件+提纲]

①2026 年上海体育大学 625 体育学专业基础综合之《生理学》考研复习笔记。

说明：本书重点复习笔记，条理清晰，重难点突出，提高复习效率，基础强化阶段必备资料。

②2026 年上海体育大学 625 体育学专业基础综合之《生理学》本科生课件。

说明：参考书配套授课 PPT 课件，条理清晰，内容详尽，版权归属制作教师，本项免费赠送。

③2026 年上海体育大学 625 体育学专业基础综合之《生理学》复习提纲。

说明：该科目复习重难点提纲，提炼出重难点，有的放矢，提高复习针对性。

(2) 《生理学》考研核心题库(含答案)

①2026 年上海体育大学 625 体育学专业基础综合之《生理学》考研核心题库名词解释精编。

②2026 年上海体育大学 625 体育学专业基础综合之《生理学》考研核心题库简答题精编。

③2026 年上海体育大学 625 体育学专业基础综合之《生理学》考研核心题库论述题精编。

说明：本题库涵盖了该考研科目常考题型及重点题型，根据历年考研大纲要求，结合考研真题进行的分类汇编并给出了详细答案，针对性强，是考研复习推荐资料。

(3) 《生理学》考研题库[仿真+强化+冲刺]

①2026 年上海体育大学 625 体育学专业基础综合之生理学考研专业课五套仿真模拟题。

说明：严格按照本科目最新专业课真题题型和难度出题，共五套全仿真模拟试题含答案解析。

②2026 年上海体育大学 625 体育学专业基础综合之生理学考研强化五套模拟题及详细答案解析。

说明：专业课强化检测使用。共五套强化模拟题，均含有详细答案解析，考研强化复习必备。

③2026 年上海体育大学 625 体育学专业基础综合之生理学考研冲刺五套模拟题及详细答案解析。

说明：专业课冲刺检测使用。共五套冲刺预测试题，均有详细答案解析，最后冲刺必备资料。

三、电子版资料全国统一零售价

本套考研资料包含以上部分(不含教材)，全国统一零售价：[¥]

四、2026 年研究生入学考试指定/推荐参考书目(资料不包括教材)

上海体育大学 625 体育学专业基础综合考研初试参考书

(包含体育概论、运动训练学、运动生理学)

体育运动概论 姚颂平 2011 年 高等教育出版社

运动训练学 田麦久 2017 年 人民体育出版社

运动生理学 王瑞元 2012 年 人民体育出版社

王庭槐《生理学》第 9 版，人民卫生出版社，2018 年

五、本套考研资料适用院系

竞技运动学院

六、本专业一对一辅导(资料不包含，需另付费)

提供本专业高分学长一对一辅导及答疑服务，需另付费，具体辅导内容计划、课时、辅导方式、收费标准等详情请咨询机构或商家。

七、本专业报录数据分析报告(资料不包含，需另付费)

提供本专业近年报考录取数据及调剂分析报告，需另付费，报录数据包括：

①报录数据-本专业招生计划、院校分数线、录取情况分析 & 详细录取名单；

②调剂去向-报考本专业未被录取的考生调剂去向院校 & 详细名单。

目录

封面.....	1
目录.....	6
上海体育大学 625 体育学专业基础综合(运训)历年真题汇编.....	13
上海体育大学 625 体育学专业基础综合(运训)2007 年考研真题(暂无答案)	13
上海体育大学 625 体育学专业基础综合(运训)2008 年考研真题(暂无答案)	16
上海体育大学 625 体育学专业基础综合(运训)2009 年考研真题(暂无答案)	18
上海体育大学 625 体育学专业基础综合(运训)2010 年考研真题(暂无答案)	19
上海体育大学 625 体育学专业基础综合(运训)2011 年考研真题(暂无答案)	21
上海体育大学 625 体育学专业基础综合(运训)2012 年考研真题(暂无答案)	22
上海体育大学 625 体育学专业基础综合(运训)2013 年考研真题(暂无答案)	23
上海体育大学 625 体育学专业基础综合(运训)2014 年考研真题(暂无答案)	24
上海体育大学 625 体育学专业基础综合(运训)2015 年考研真题(暂无答案)	25
上海体育大学 625 体育学专业基础综合(运训)2016 年考研真题(暂无答案)	26
上海体育大学 625 体育学专业基础综合(运训)2019 年(回忆版) 考研真题(暂无答案)	28
上海体育大学 625 体育学专业基础综合(运训)考研大纲.....	29
2025 年上海体育大学 625 体育学专业基础综合(运训)之体育概论考研大纲.....	29
2025 年上海体育大学 625 体育学专业基础综合(运训)之运动训练学考研大纲.....	30
2025 年上海体育大学 625 体育学专业基础综合(运训)之运动生理学考研大纲.....	31
2026 年上海体育大学 625 体育学专业基础综合(运训) 考研核心笔记.....	32
《体育运动概论》 考研核心笔记.....	32
第 1 章 体育的概念及本质	32
考研提纲及考试要求	32
考研核心笔记.....	32
第 2 章 体育发展简史	38
考研提纲及考试要求	38
考研核心笔记.....	38
第 3 章 体育与社会	49
考研提纲及考试要求	49
考研核心笔记.....	49
第 4 章 奥林匹克运动	58
考研提纲及考试要求	58
考研核心笔记.....	58
第 5 章 社会体育	64
考研提纲及考试要求	64
考研核心笔记.....	64

第 6 章 学校体育	71
考研提纲及考试要求	71
考研核心笔记	71
第 7 章 竞技体育	79
考研提纲及考试要求	79
考研核心笔记	79
第 8 章 体育竞赛	87
考研提纲及考试要求	87
考研核心笔记	87
第 9 章 体育产业	94
考研提纲及考试要求	94
考研核心笔记	94
第 10 章 我国体育的现状和发展	101
考研提纲及考试要求	101
考研核心笔记	101
《运动训练学》考研核心笔记	108
第 1 章 运动训练学导论	108
考研提纲及考试要求	108
考研核心笔记	108
第 2 章 运动训练的辩证协同原则	114
考研提纲及考试要求	114
考研核心笔记	114
第 3 章 运动员竞技能力及其训练（上）	118
考研提纲及考试要求	118
考研核心笔记	118
第 4 章 运动员竞技能力及其训练（下）	131
考研提纲及考试要求	131
考研核心笔记	131
第 5 章 运动训练方法及其应用	136
考研提纲及考试要求	136
考研核心笔记	136
第 6 章 运动训练负荷及其设计与安排	146
考研提纲及考试要求	146
考研核心笔记	146
第 7 章 运动训练过程与训练计划	154
考研提纲及考试要求	154
考研核心笔记	154
第 8 章 教练员职责与训练行为	161
考研提纲及考试要求	161