

【初试】2026 年 云南师范大学 730 体育综合理论考研精品资料

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. 云南师范大学体育综合 2011-2015 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。

二、2026 年云南师范大学 730 体育综合理论考研资料

2. 《运动训练学》考研相关资料

(1) 《运动训练学》考研资料[笔记+提纲]

①2026 年云南师范大学 730 体育综合理论之《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。

②2026 年云南师范大学 730 体育综合理论之《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)

①2026 年云南师范大学 730 体育综合理论考研核心题库之《运动训练学》名词解释精编。

②2026 年云南师范大学 730 体育综合理论考研核心题库之《运动训练学》简答题精编。

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 年云南师范大学 730 体育综合理论之运动训练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 年云南师范大学 730 体育综合理论之运动训练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 年云南师范大学 730 体育综合理论之运动训练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。

3. 《学校体育学》考研相关资料

(1) 《学校体育学》[笔记+课件+提纲]

②2026 年云南师范大学 730 体育综合理论之《学校体育学》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。

②2026 年云南师范大学 730 体育综合理论之《学校体育学》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 年云南师范大学 730 体育综合理论之《学校体育学》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) 《学校体育学》考研核心题库

①2026 年云南师范大学 730 体育综合理论考研核心题库之《学校体育学》名词解释精编。

②2026 年云南师范大学 730 体育综合理论考研核心题库之《学校体育学》简答题精编。

③2026 年云南师范大学 730 体育综合理论考研核心题库之《学校体育学》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) 《学校体育学》考研模拟题[仿真+强化+冲刺]

①2026 年云南师范大学 730 体育综合理论之学校体育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 年云南师范大学 730 体育综合理论之学校体育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 年云南师范大学 730 体育综合理论之学校体育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。

4. 《运动生理学》考研相关资料

(1) 《运动生理学》[笔记+提纲]

①2026 年云南师范大学 730 体育综合理论之《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。

②2026 年云南师范大学 730 体育综合理论之《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)

①2026 年云南师范大学 730 体育综合理论考研核心题库之《运动生理学》名词解释精编。

②2026 年云南师范大学 730 体育综合理论考研核心题库之《运动生理学》简答题精编。

③2026 年云南师范大学 730 体育综合理论考研核心题库之《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》考研模拟题[仿真+强化+冲刺]

①2026 年云南师范大学 730 体育综合理论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 年云南师范大学 730 体育综合理论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 年云南师范大学 730 体育综合理论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。

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)

云南师范大学 730 体育综合理论考研初试参考书

《运动训练学》，田麦久、刘大庆主编，全国体育院校教材委员会审定，人民体育出版社，2012 年版；
《学校体育学》，潘绍伟、于可红主编，高等教育出版社，2015 年第三版；
《运动生理学》，王瑞元、苏全生主编，全国体育院校教材委员会审定，人民体育出版社，2012 年版

五、本套考研资料适用学院

体育学院

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。

版权声明

编写组依法对本书享有专有著作权，同时我们尊重知识产权，对本电子书部分内容参考和引用的市面上已出版或发行图书及来自互联网等资料的文字、图片、表格数据等资料，均要求注明作者和来源。但由于各种原因，如资料引用时未能联系上作者或者无法确认内容来源等，因而有部分未注明作者或来源，在此对原作者或权利人表示感谢。若使用过程中对本书有任何异议请直接联系我们，我们会在第一时间与您沟通处理。

因编撰此电子书属于首次，加之作者水平和时间所限，书中错漏之处在所难免，恳切希望广大考生读者批评指正。

目录

封面.....	1
目录.....	5
云南师范大学 730 体育综合理论历年真题汇编.....	12
云南师范大学体育综合理论 2015 年考研真题（暂无答案）	12
云南师范大学体育综合理论 2014 年考研真题（暂无答案）	14
云南师范大学体育综合理论 2013 年考研真题（暂无答案）	16
云南师范大学体育综合理论 2012 年考研真题（暂无答案）	18
云南师范大学体育综合理论 2011 年考研真题（暂无答案）	19
2026 年云南师范大学 730 体育综合理论考研核心笔记.....	20
《运动训练学》考研核心笔记	20
第 1 章 运动训练与运动训练学	20
考研提纲及考试要求	20
考研核心笔记	20
第 2 章 运动训练学理论的主体构成	23
考研提纲及考试要求	23
考研核心笔记	23
第 3 章 运动训练的基本原则	33
考研提纲及考试要求	33
考研核心笔记	33
第 4 章 运动员体能及其训练	39
考研提纲及考试要求	39
考研核心笔记	39
第 5 章 运动员技术能力及其训练	47
考研提纲及考试要求	47
考研核心笔记	47
第 6 章 运动员战术能力及其训练	56
考研提纲及考试要求	56
考研核心笔记	56
第 7 章 运动员心理能力及其训练	61
考研提纲及考试要求	61
考研核心笔记	61
第 8 章 运动员知识能力及其培养	66
考研提纲及考试要求	66
考研核心笔记	66
第 9 章 运动员多年训练计划的制订与实施	71
考研提纲及考试要求	71

考研核心笔记	71
第 10 章 运动员年度训练计划的制订与实施	76
考研提纲及考试要求	76
考研核心笔记	76
第 11 章 周课训练计划的制订与实施	85
考研提纲及考试要求	85
考研核心笔记	85
《学校体育学》考研核心笔记	88
第 1 章 学校体育的历史沿革与思想演变	88
考研提纲及考试要求	88
考研核心笔记	88
第 2 章 学校体育与学生的全面发展	94
考研提纲及考试要求	94
考研核心笔记	94
第 3 章 我国学校体育目的与目标	97
考研提纲及考试要求	97
考研核心笔记	97
第 4 章 学校体育的制度与组织管理	103
考研提纲及考试要求	103
考研核心笔记	103
第 5 章 体育课程编制与实施	110
考研提纲及考试要求	110
考研核心笔记	110
第 6 章 体育教学的特点、目标与内容	114
考研提纲及考试要求	114
考研核心笔记	114
第 7 章 体育教学方法	119
考研提纲及考试要求	119
考研核心笔记	119
第 8 章 体育教学设计	127
考研提纲及考试要求	127
考研核心笔记	127
第 9 章 体育与健康课程学习与教学评价	133
考研提纲及考试要求	133
考研核心笔记	133
第 10 章 体育与健康课程资源的开发与利用	137
考研提纲及考试要求	137
考研核心笔记	137
第 11 章 体育课教学	140

考研提纲及考试要求	140
考研核心笔记	140
第 12 章 课外体育活动	146
考研提纲及考试要求	146
考研核心笔记	146
第 13 章 学校课余体育训练	150
考研提纲及考试要求	150
考研核心笔记	150
第 14 章 学校课余体育竞赛	156
考研提纲及考试要求	156
考研核心笔记	156
第 15 章 体育教师	159
考研提纲及考试要求	159
考研核心笔记	159
第 16 章 体育师的职业培训与终身学习	163
考研提纲及考试要求	163
考研核心笔记	163
《运动生理学》考研核心笔记	168
第 1 章 绪论	168
考研提纲及考试要求	168
考研核心笔记	168
第 2 章 骨骼肌机能	170
考研提纲及考试要求	170
考研核心笔记	170
第 3 章 血液	176
考研提纲及考试要求	176
考研核心笔记	176
第 4 章 循环机能	182
考研提纲及考试要求	182
考研核心笔记	182
第 5 章 呼吸机能	189
考研提纲及考试要求	189
考研核心笔记	189
第 6 章 物质与能量代谢	195
考研提纲及考试要求	195
考研核心笔记	195
第 7 章 肾脏功能	199
考研提纲及考试要求	199
考研核心笔记	199

第 8 章 内分泌功能	201
考研提纲及考试要求	201
考研核心笔记	201
第 9 章 感觉机能	205
考研提纲及考试要求	205
考研核心笔记	205
第 10 章 神经系统机能	207
考研提纲及考试要求	207
考研核心笔记	207
第 11 章 运动技能	209
考研提纲及考试要求	209
考研核心笔记	209
第 12 章 有氧、无氧工作能力	212
考研提纲及考试要求	212
考研核心笔记	212
第 13 章 身体素质	217
考研提纲及考试要求	217
考研核心笔记	217
第 14 章 运动性疲劳	222
考研提纲及考试要求	222
考研核心笔记	222
第 15 章 运动过程中人体机能变化规律	227
考研提纲及考试要求	227
考研核心笔记	227
第 16 章 特殊环境与运动	234
考研提纲及考试要求	234
考研核心笔记	234
第 17 章 运动机能的生理学评定	240
考研提纲及考试要求	240
考研核心笔记	240
第 18 章 儿童少年生长发育与体育运动	243
考研提纲及考试要求	243
考研核心笔记	243
第 19 章 女性的生理特点与体育运动	248
考研提纲及考试要求	248
考研核心笔记	248
第 20 章 衰老与运动	251
考研提纲及考试要求	251
考研核心笔记	251
第 21 章 运动健身与运动处方	254