

**【初试】2026 年 国家体育总局体育科学研究所 612 运动生理学及运动解剖学考研精品资料**

**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、重点名校考研真题汇编及考试大纲****1. 附赠重点名校考研真题汇编**

①重点名校：运动生理学 2010-2011、2013-2014、2016-2019、2022 年考研真题汇编(暂无答案)

②重点名校：运动解剖学 2010、2013-2014、2019、2022 年考研真题汇编(暂无答案)

说明：本科目没有收集到历年考研真题，赠送重点名校考研真题汇编，因不同院校真题相似性极高，甚至部分考题完全相同，建议考生备考过程中认真研究其他院校的考研真题。

**2. 国家体育总局体育科学研究所 612 运动生理学及运动解剖学考研大纲**

①2025 年国家体育总局体育科学研究所 612 运动生理学及运动解剖学考研大纲。

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 年国家体育总局体育科学研究所 612 运动生理学及运动解剖学考研资料****3. 《运动生理学》考研相关资料****(1) 《运动生理学》[笔记+课件+提纲]**

①国家体育总局体育科学研究所 612 运动生理学及运动解剖学之《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国家体育总局体育科学研究所 612 运动生理学及运动解剖学之《运动生理学》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，非本校课件，版权归属制作教师，本项免费赠送。

③国家体育总局体育科学研究所 612 运动生理学及运动解剖学之《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国家体育总局体育科学研究所 612 运动生理学及运动解剖学之《运动生理学》考研核心题库精编。

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 年国家体育总局体育科学研究所 612 运动生理学及运动解剖学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 年国家体育总局体育科学研究所 612 运动生理学及运动解剖学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 年国家体育总局体育科学研究所 612 运动生理学及运动解剖学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。

#### 4. 《运动解剖学》考研相关资料

##### (1) 《运动解剖学》[笔记+提纲]

①国家体育总局体育科学研究所 612 运动生理学及运动解剖学之《运动解剖学》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国家体育总局体育科学研究所 612 运动生理学及运动解剖学之《运动解剖学》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) 《运动解剖学》考研核心题库(含答案)

①国家体育总局体育科学研究所 612 运动生理学及运动解剖学之《运动解剖学》考研核心题库精编。

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) 《运动解剖学》考研题库[仿真+强化+冲刺]

①2026 年国家体育总局体育科学研究所 612 运动生理学及运动解剖学之运动解剖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 年国家体育总局体育科学研究所 612 运动生理学及运动解剖学之运动解剖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 年国家体育总局体育科学研究所 612 运动生理学及运动解剖学之运动解剖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)

国家体育总局体育科学研究所 612 运动生理学及运动解剖学考研初试参考书

王瑞元《运动生理学》

徐国栋《运动解剖学》

#### 五、本套考研资料适用学院

不区分院系所

#### 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、录取情况及详细录取名单;
- ②调剂去向-报考本专业未被录取的考生调剂去向院校及详细名单。

## 目录

|                                                |    |
|------------------------------------------------|----|
| 封面.....                                        | 1  |
| 目录.....                                        | 6  |
| 国家体育总局体育科学研究所 612 运动生理学及运动解剖学考研大纲.....         | 12 |
| 2025 年国家体育总局体育科学研究所 612 运动生理学及运动解剖学考研大纲.....   | 12 |
| 2026 年国家体育总局体育科学研究所 612 运动生理学及运动解剖学考研核心笔记..... | 13 |
| 《运动生理学》考研核心笔记 .....                            | 13 |
| 第 1 章 绪论 .....                                 | 13 |
| 考研提纲及考试要求 .....                                | 13 |
| 考研核心笔记.....                                    | 13 |
| 第 2 章 骨骼肌机能.....                               | 15 |
| 考研提纲及考试要求 .....                                | 15 |
| 考研核心笔记.....                                    | 15 |
| 第 3 章 血液 .....                                 | 21 |
| 考研提纲及考试要求 .....                                | 21 |
| 考研核心笔记.....                                    | 21 |
| 第 4 章 循环机能 .....                               | 27 |
| 考研提纲及考试要求 .....                                | 27 |
| 考研核心笔记.....                                    | 27 |
| 第 5 章 呼吸机能 .....                               | 34 |
| 考研提纲及考试要求 .....                                | 34 |
| 考研核心笔记.....                                    | 34 |
| 第 6 章 物质与能量代谢 .....                            | 40 |
| 考研提纲及考试要求 .....                                | 40 |
| 考研核心笔记.....                                    | 40 |
| 第 7 章 肾脏功能 .....                               | 44 |
| 考研提纲及考试要求 .....                                | 44 |
| 考研核心笔记.....                                    | 44 |
| 第 8 章 内分泌功能 .....                              | 46 |
| 考研提纲及考试要求 .....                                | 46 |
| 考研核心笔记.....                                    | 46 |
| 第 9 章 感觉机能 .....                               | 50 |
| 考研提纲及考试要求 .....                                | 50 |
| 考研核心笔记.....                                    | 50 |
| 第 10 章 神经系统机能 .....                            | 52 |
| 考研提纲及考试要求 .....                                | 52 |
| 考研核心笔记.....                                    | 52 |

|                            |     |
|----------------------------|-----|
| 第 11 章 运动技能 .....          | 54  |
| 考研提纲及考试要求 .....            | 54  |
| 考研核心笔记 .....               | 54  |
| 第 12 章 有氧、无氧工作能力 .....     | 57  |
| 考研提纲及考试要求 .....            | 57  |
| 考研核心笔记 .....               | 57  |
| 第 13 章 身体素质 .....          | 62  |
| 考研提纲及考试要求 .....            | 62  |
| 考研核心笔记 .....               | 62  |
| 第 14 章 运动性疲劳 .....         | 67  |
| 考研提纲及考试要求 .....            | 67  |
| 考研核心笔记 .....               | 67  |
| 第 15 章 运动过程中人体机能变化规律 ..... | 72  |
| 考研提纲及考试要求 .....            | 72  |
| 考研核心笔记 .....               | 72  |
| 第 16 章 特殊环境与运动 .....       | 79  |
| 考研提纲及考试要求 .....            | 79  |
| 考研核心笔记 .....               | 79  |
| 第 17 章 运动机能的生理学评定 .....    | 85  |
| 考研提纲及考试要求 .....            | 85  |
| 考研核心笔记 .....               | 85  |
| 第 18 章 儿童少年生长发育与体育运动 ..... | 88  |
| 考研提纲及考试要求 .....            | 88  |
| 考研核心笔记 .....               | 88  |
| 第 19 章 女性的生理特点与体育运动 .....  | 93  |
| 考研提纲及考试要求 .....            | 93  |
| 考研核心笔记 .....               | 93  |
| 第 20 章 衰老与运动 .....         | 96  |
| 考研提纲及考试要求 .....            | 96  |
| 考研核心笔记 .....               | 96  |
| 第 21 章 运动健身与运动处方 .....     | 99  |
| 考研提纲及考试要求 .....            | 99  |
| 考研核心笔记 .....               | 99  |
| 第 22 章 运动项目的生理学特点 .....    | 111 |
| 考研提纲及考试要求 .....            | 111 |
| 考研核心笔记 .....               | 111 |
| 第 23 章 体能 .....            | 131 |
| 考研提纲及考试要求 .....            | 131 |
| 考研核心笔记 .....               | 131 |
| 《运动解剖学》考研核心笔记 .....        | 145 |