

【初试】2026 年 榆林学院 346 体育综合考研精品资料

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、重点名校真题汇编及考研大纲

1. 附赠重点名校：体育综合 2014-2024 年考研真题汇编(暂无答案)

说明：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. 榆林学院 346 体育综合考研大纲

①2025 年榆林学院 346 体育综合考研大纲。

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 年榆林学院 346 体育综合考研资料

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榆林学院 346 体育综合之《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榆林学院 346 体育综合之《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，版权归属制作教师，本项免费赠送。

③榆林学院 346 体育综合之《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榆林学院 346 体育综合考研核心题库之《运动生理学》名词解释精编。

②榆林学院 346 体育综合考研核心题库之《运动生理学》简答题精编。

③榆林学院 346 体育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 年榆林学院 346 体育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 年榆林学院 346 体育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 年榆林学院 346 体育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。

4. 《运动训练学》考研相关资料

(1) 《运动训练学》[笔记+提纲]

①榆林学院 346 体育综合之《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榆林学院 346 体育综合之《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 榆林学院 346 体育综合考研核心题库之《运动训练学》名词解释精编。

② 榆林学院 346 体育综合考研核心题库之《运动训练学》简答题精编。

③ 榆林学院 346 体育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]

① 2026 年榆林学院 346 体育综合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。

② 2026 年榆林学院 346 体育综合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。

③ 2026 年榆林学院 346 体育综合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。

5. 《学校体育学》考研相关资料

(1) 《学校体育学》[笔记+课件+提纲]

① 榆林学院 346 体育综合之《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。

② 榆林学院 346 体育综合之《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。

③ 榆林学院 346 体育综合之《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(含答案)

① 榆林学院 346 体育综合考研核心题库之《学校体育学》名词解释精编。

② 榆林学院 346 体育综合考研核心题库之《学校体育学》简答题精编。

③ 榆林学院 346 体育综合考研核心题库之《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》考研题库[仿真+强化+冲刺]

① 2026 年榆林学院 346 体育综合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。

② 2026 年榆林学院 346 体育综合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。

③ 2026 年榆林学院 346 体育综合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。

三、电子版资料全国统一零售价

本套考研资料包含以上一、二部分(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)

榆林学院 346 体育综合考研初试参考书

- ①邓树勋，王健，乔德才，郝选明，《运动生理学》(第三版)，高等教育出版社，2015 年 4 月第 3 版
- ②田麦久，《运动训练学》，北京：高等教育出版社，2017 年 4 月第 2 版
- ③潘绍伟，于可红，《学校体育学》，高等教育出版社，2015 年 12 月第 3 版

五、本套考研资料适用学院及考试题型

体育学院

名词解释、简答题、论述题

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及详细名单。

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
榆林学院 346 体育综合考研大纲.....	12
2025 年榆林学院 346 体育综合考研大纲	12
2026 年榆林学院 346 体育综合考研核心笔记	17
《运动生理学》考研核心笔记	17
第 0 章 绪论	17
考研提纲及考试要求	17
考研核心笔记.....	17
第 1 章 肌肉活动	20
考研提纲及考试要求	20
考研核心笔记.....	20
第 2 章 能量代谢	26
考研提纲及考试要求	26
考研核心笔记.....	26
第 3 章 神经系统的调节功能	29
考研提纲及考试要求	29
考研核心笔记.....	29
第 4 章 内分泌调节	40
考研提纲及考试要求	40
考研核心笔记.....	40
第 5 章 运动与免疫	45
考研提纲及考试要求	45
考研核心笔记.....	45
第 6 章 血液与运动	51
考研提纲及考试要求	51
考研核心笔记.....	51
第 7 章 呼吸与运动	56
考研提纲及考试要求	56
考研核心笔记.....	56
第 8 章 血液循环与运动	63
考研提纲及考试要求	63
考研核心笔记.....	63
第 9 章 消化、吸收与排泄	69
考研提纲及考试要求	69
考研核心笔记.....	69

第 10 章 身体素质	74
考研提纲及考试要求	74
考研核心笔记	74
第 11 章 运动与身体机能变化	80
考研提纲及考试要求	80
考研核心笔记	80
第 12 章 运动技能学习	86
考研提纲及考试要求	86
考研核心笔记	86
第 13 章 年龄、性别与运动	90
考研提纲及考试要求	90
考研核心笔记	90
第 14 章 肥胖、体重控制与运动处方	94
考研提纲及考试要求	94
考研核心笔记	94
第 15 章 环境与运动	104
考研提纲及考试要求	104
考研核心笔记	104
《运动训练学》考研核心笔记	109
第 1 章 运动训练学导论	109
考研提纲及考试要求	109
考研核心笔记	109
第 2 章 运动训练的辩证协同原则	115
考研提纲及考试要求	115
考研核心笔记	115
第 3 章 运动员竞技能力及其训练（上）	119
考研提纲及考试要求	119
考研核心笔记	119
第 4 章 运动员竞技能力及其训练（下）	132
考研提纲及考试要求	132
考研核心笔记	132
第 5 章 运动训练方法及其应用	137
考研提纲及考试要求	137
考研核心笔记	137
第 6 章 运动训练负荷及其设计与安排	147
考研提纲及考试要求	147
考研核心笔记	147
第 7 章 运动训练过程与训练计划	155
考研提纲及考试要求	155

考研核心笔记.....	155
第 8 章 教练员职责与训练行为	162
考研提纲及考试要求	162
考研核心笔记.....	162
《学校体育学》考研核心笔记	166
第 1 章 学校体育的历史沿革与思想演变	166
考研提纲及考试要求	166
考研核心笔记.....	166
第 2 章 学校体育与学生的全面发展	172
考研提纲及考试要求	172
考研核心笔记.....	172
第 3 章 我国学校体育目的与目标	175
考研提纲及考试要求	175
考研核心笔记.....	175
第 4 章 学校体育的制度与组织管理	181
考研提纲及考试要求	181
考研核心笔记.....	181
第 5 章 体育课程编制与实施	188
考研提纲及考试要求	188
考研核心笔记.....	188
第 6 章 体育教学的特点、目标与内容	192
考研提纲及考试要求	192
考研核心笔记.....	192
第 7 章 体育教学方法与组织	197
考研提纲及考试要求	197
考研核心笔记.....	197
第 8 章 体育教学设计	205
考研提纲及考试要求	205
考研核心笔记.....	205
第 9 章 体育与健康课程学习与教学评价	211
考研提纲及考试要求	211
考研核心笔记.....	211
第 10 章 体育与健康课程资源的开发与利用	215
考研提纲及考试要求	215
考研核心笔记.....	215
第 11 章 体育课教学	218
考研提纲及考试要求	218
考研核心笔记.....	218
第 12 章 课外体育活动	224

考研提纲及考试要求	224
考研核心笔记	224
第 13 章 学校课余体育训练	228
考研提纲及考试要求	228
考研核心笔记	228
第 14 章 学校课余体育竞赛	234
考研提纲及考试要求	234
考研核心笔记	234
第 15 章 体育教师	237
考研提纲及考试要求	237
考研核心笔记	237
第 16 章 体育师的职业培训与终身学习	241
考研提纲及考试要求	241
考研核心笔记	241
2026 年榆林学院 346 体育综合考研辅导课件	246
《运动生理学》考研辅导课件	246
《学校体育学》考研辅导课件	325
2026 年榆林学院 346 体育综合考研复习提纲	357
《运动生理学》考研复习提纲	357
《运动训练学》考研复习提纲	362
《学校体育学》考研复习提纲	365
2026 年榆林学院 346 体育综合考研核心题库	369
《运动生理学》考研核心题库之名词解释精编	369
《运动生理学》考研核心题库之简答题精编	375
《运动生理学》考研核心题库之论述题精编	386
《运动训练学》考研核心题库之名词解释精编	408
《运动训练学》考研核心题库之简答题精编	418
《运动训练学》考研核心题库之论述题精编	429
《学校体育学》考研核心题库之名词解释精编	439
《学校体育学》考研核心题库之简答题精编	444
《学校体育学》考研核心题库之论述题精编	455
2026 年榆林学院 346 体育综合考研题库[仿真+强化+冲刺]	486
榆林学院 346 体育综合之运动生理学考研仿真五套模拟题	486
2026 年运动生理学考研五套仿真模拟题及详细答案解析（一）	486
2026 年运动生理学考研五套仿真模拟题及详细答案解析（二）	489
2026 年运动生理学考研五套仿真模拟题及详细答案解析（三）	492
2026 年运动生理学考研五套仿真模拟题及详细答案解析（四）	495