

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.....	3
2026 年江汉大学 346 体育综合考研核心笔记	8
《运动训练学》考研核心笔记	8
第 1 章 运动训练学导论	8
考研提纲及考试要求	8
考研核心笔记.....	8
第 2 章 运动训练的辩证协同原则	14
考研提纲及考试要求	14
考研核心笔记.....	14
第 3 章 运动员竞技能力及其训练（上）	18
考研提纲及考试要求	18
考研核心笔记.....	18
第 4 章 运动员竞技能力及其训练（下）	31
考研提纲及考试要求	31
考研核心笔记.....	31
第 5 章 运动训练方法及其应用	36
考研提纲及考试要求	36
考研核心笔记.....	36
第 6 章 运动训练负荷及其设计与安排	46
考研提纲及考试要求	46
考研核心笔记.....	46
第 7 章 运动训练过程与训练计划	54
考研提纲及考试要求	54
考研核心笔记.....	54
第 8 章 教练员职责与训练行为	61
考研提纲及考试要求	61
考研核心笔记.....	61
《运动生理学》考研核心笔记	65
第 0 章 绪论	65
考研提纲及考试要求	65
考研核心笔记.....	65
第 1 章 肌肉活动	68
考研提纲及考试要求	68
考研核心笔记.....	68
第 2 章 能量代谢	74

考研提纲及考试要求	74
考研核心笔记	74
第 3 章 神经系统的调节功能	77
考研提纲及考试要求	77
考研核心笔记	77
第 4 章 内分泌调节	88
考研提纲及考试要求	88
考研核心笔记	88
第 5 章 运动与免疫	93
考研提纲及考试要求	93
考研核心笔记	93
第 6 章 血液与运动	99
考研提纲及考试要求	99
考研核心笔记	99
第 7 章 呼吸与运动	104
考研提纲及考试要求	104
考研核心笔记	104
第 8 章 血液循环与运动	111
考研提纲及考试要求	111
考研核心笔记	111
第 9 章 消化、吸收与排泄	117
考研提纲及考试要求	117
考研核心笔记	117
第 10 章 身体素质	122
考研提纲及考试要求	122
考研核心笔记	122
第 11 章 运动与身体机能变化	128
考研提纲及考试要求	128
考研核心笔记	128
第 12 章 运动技能学习	134
考研提纲及考试要求	134
考研核心笔记	134
第 13 章 年龄、性别与运动	138
考研提纲及考试要求	138
考研核心笔记	138
第 14 章 肥胖、体重控制与运动处方	142
考研提纲及考试要求	142
考研核心笔记	142
第 15 章 环境与运动	152
考研提纲及考试要求	152

考研核心笔记.....	152
2026 年江汉大学 346 体育综合考研辅导课件	158
《运动生理学》考研辅导课件	158
2026 年江汉大学 346 体育综合考研复习提纲	237
《运动训练学》考研复习提纲	237
《运动生理学》考研复习提纲	240
2026 年江汉大学 346 体育综合考研核心题库	245
《运动训练学》考研核心题库之名词解释精编	245
《运动训练学》考研核心题库之简答题精编	250
《运动训练学》考研核心题库之论述题精编	256
《运动生理学》考研核心题库之选择题精编	265
《运动生理学》考研核心题库之判断题精编	280
《运动生理学》考研核心题库之名词解释精编	287
《运动生理学》考研核心题库之简答题精编	294
《运动生理学》考研核心题库之论述题精编	305
2026 年江汉大学 346 体育综合考研题库[仿真+强化+冲刺]	321
江汉大学 346 体育综合之运动训练学考研仿真五套模拟题.....	321
2026 年运动训练学五套仿真模拟题及详细答案解析（一）	321
2026 年运动训练学五套仿真模拟题及详细答案解析（二）	323
2026 年运动训练学五套仿真模拟题及详细答案解析（三）	326
2026 年运动训练学五套仿真模拟题及详细答案解析（四）	329
2026 年运动训练学五套仿真模拟题及详细答案解析（五）	332
江汉大学 346 体育综合之运动训练学考研强化五套模拟题.....	335
2026 年运动训练学五套强化模拟题及详细答案解析（一）	335
2026 年运动训练学五套强化模拟题及详细答案解析（二）	338
2026 年运动训练学五套强化模拟题及详细答案解析（三）	340
2026 年运动训练学五套强化模拟题及详细答案解析（四）	343
2026 年运动训练学五套强化模拟题及详细答案解析（五）	346
江汉大学 346 体育综合之运动训练学考研冲刺五套模拟题.....	348
2026 年运动训练学五套冲刺模拟题及详细答案解析（一）	348
2026 年运动训练学五套冲刺模拟题及详细答案解析（二）	351
2026 年运动训练学五套冲刺模拟题及详细答案解析（三）	354
2026 年运动训练学五套冲刺模拟题及详细答案解析（四）	357
2026 年运动训练学五套冲刺模拟题及详细答案解析（五）	360
江汉大学 346 体育综合之运动生理学考研仿真五套模拟题.....	363
2026 年运动生理学五套仿真模拟题及详细答案解析（一）	363
2026 年运动生理学五套仿真模拟题及详细答案解析（二）	369

2026 年运动生理学五套仿真模拟题及详细答案解析（三）	375
2026 年运动生理学五套仿真模拟题及详细答案解析（四）	381
2026 年运动生理学五套仿真模拟题及详细答案解析（五）	386
江汉大学 346 体育综合之运动生理学考研强化五套模拟题	392
2026 年运动生理学五套强化模拟题及详细答案解析（一）	392
2026 年运动生理学五套强化模拟题及详细答案解析（二）	398
2026 年运动生理学五套强化模拟题及详细答案解析（三）	404
2026 年运动生理学五套强化模拟题及详细答案解析（四）	410
2026 年运动生理学五套强化模拟题及详细答案解析（五）	415
江汉大学 346 体育综合之运动生理学考研冲刺五套模拟题	420
2026 年运动生理学五套冲刺模拟题及详细答案解析（一）	420
2026 年运动生理学五套冲刺模拟题及详细答案解析（二）	425
2026 年运动生理学五套冲刺模拟题及详细答案解析（三）	430
2026 年运动生理学五套冲刺模拟题及详细答案解析（四）	435
2026 年运动生理学五套冲刺模拟题及详细答案解析（五）	440
附赠重点名校：体育综合 2014-2024 年考研真题汇编（暂无答案）	446
第一篇、2024 年体育综合考研真题汇编	446
2024 年南京体育学院 346 体育综合考研专业课真题	446
2024 年广西民族大学 346 体育综合考研专业课真题	448
2024 年暨南大学 346 体育综合考研专业课真题	450
2024 年扬州大学 346 体育综合考研专业课真题	455
第二篇、2023 年体育综合考研真题汇编	460
2023 年南京体育学院 346 体育综合考研专业课真题	460
2023 年扬州大学 346 体育综合考研专业课真题	462
2023 年西安石油大学 346 体育综合考研专业课真题	467
2023 年广西民族大学 346 体育综合考研专业课真题	469
2023 年广西民族大学 617 体育学专业基础综合考研专业课真题	471
第三篇、2022 年体育综合考研真题汇编	473
2022 年湖南师范大学 346 体育综合考研专业课真题	473
2022 年西安石油大学 346 体育综合考研专业课真题	475
2022 年扬州大学 346 体育综合考研专业课真题	477
2022 年暨南大学 346 体育综合考研专业课真题	482
第四篇、2021 年体育综合考研真题汇编	486
2021 年西安石油大学 346 体育综合考研专业课真题	486
2021 年安徽师范大学 346 体育综合考研专业课真题	488
2021 年湖南师范大学 346 体育综合考研专业课真题	490
2021 年暨南大学 346 体育综合考研专业课真题	492
2021 年中国海洋大学 346 体育综合考研专业课真题	496
第五篇、2020 年体育综合考研真题汇编	498