

【初试】2026 年 湖北师范大学 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、重点名校考研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. 湖北师范大学 346 体育综合考研大纲**①2025 年湖北师范大学 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 年湖北师范大学 346 体育综合考研资料**3. 《运动训练学》考研相关资料****(1) 《运动训练学》[笔记+提纲]****①2026 年湖北师范大学 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，基础强化阶段必备资料。

②2026 年湖北师范大学 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)**①2026 年湖北师范大学 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。

4. 《运动生理学》考研相关资料**(1) 《运动生理学》[笔记+课件+提纲]****①2026 年湖北师范大学 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，基础强化阶段必备资料。

②2026 年湖北师范大学 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，非本校课件，版权归属制作教师，本项免费赠送。

③2026 年湖北师范大学 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)**①2026 年湖北师范大学 346 体育综合考研核心题库之《运动生理学》名词解释精编。****②2026 年湖北师范大学 346 体育综合考研核心题库之《运动生理学》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) 《运动生理学》考研题库[仿真+强化+冲刺]

①2026 年湖北师范大学 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 年湖北师范大学 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，考研强化复习必备。

③2026 年湖北师范大学 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，最后冲刺必备资料。

三、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)

湖北师范大学 346 体育综合考研初试参考书

《运动训练学》田麦久、刘大庆主编；北京：人民体育出版社，2012 年 1 月第一版。

《运动生理学》第三版，邓树勋、王健等主编，高等教育出版社，2015 年 4 月第三版。

五、本套考研资料适用学院及考试题型

体育学院

《运动训练学》

论述题：5 小题，每小题 25 分，共 125 分；

综合题(案例分析或设计)：1 小题，共 25 分。

《运动生理学》

名词解释：5 小题，每小题 10 分，共 50 分；

简述题：4 小题，每小题 25 分，共 100 分。

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
湖北师范大学 346 体育综合考研大纲	10
2025 年湖北师范大学 346 体育综合考研大纲.....	10
2026 年湖北师范大学 346 体育综合考研核心笔记	15
《运动训练学》考研核心笔记	15
第 1 章 运动训练与运动训练学	15
考研提纲及考试要求	15
考研核心笔记.....	15
第 2 章 运动训练学理论的主体构成	18
考研提纲及考试要求	18
考研核心笔记.....	18
第 3 章 运动训练的基本原则	28
考研提纲及考试要求	28
考研核心笔记.....	28
第 4 章 运动员体能及其训练	34
考研提纲及考试要求	34
考研核心笔记.....	34
第 5 章 运动员技术能力及其训练	42
考研提纲及考试要求	42
考研核心笔记.....	42
第 6 章 运动员战术能力及其训练	51
考研提纲及考试要求	51
考研核心笔记.....	51
第 7 章 运动员心理能力及其训练	56
考研提纲及考试要求	56
考研核心笔记.....	56
第 8 章 运动员知识能力及其培养	61
考研提纲及考试要求	61
考研核心笔记.....	61
第 9 章 运动员多年训练计划的制订与实施	66
考研提纲及考试要求	66
考研核心笔记.....	66
第 10 章 运动员年度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 11 章 周课训练计划的制订与实施	80
考研提纲及考试要求	80
考研核心笔记	80
《运动生理学》考研核心笔记	83
第 0 章 绪论	83
考研提纲及考试要求	83
考研核心笔记	83
第 1 章 肌肉活动	86
考研提纲及考试要求	86
考研核心笔记	86
第 2 章 能量代谢	92
考研提纲及考试要求	92
考研核心笔记	92
第 3 章 神经系统的调节功能	95
考研提纲及考试要求	95
考研核心笔记	95
第 4 章 内分泌调节	106
考研提纲及考试要求	106
考研核心笔记	106
第 5 章 运动与免疫	111
考研提纲及考试要求	111
考研核心笔记	111
第 6 章 血液与运动	117
考研提纲及考试要求	117
考研核心笔记	117
第 7 章 呼吸与运动	122
考研提纲及考试要求	122
考研核心笔记	122
第 8 章 血液循环与运动	129
考研提纲及考试要求	129
考研核心笔记	129
第 9 章 消化、吸收与排泄	135
考研提纲及考试要求	135
考研核心笔记	135
第 10 章 身体素质	140
考研提纲及考试要求	140
考研核心笔记	140
第 11 章 运动与身体机能变化	146
考研提纲及考试要求	146