

【初试】2026 年 西安建筑科技大学 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、西安建筑科技大学 346 体育综合考研真题及重点名校真题汇编**0. 西安建筑科技大学 346 体育综合 2019-2020 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。

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。

二、2026 年西安建筑科技大学 346 体育综合考研资料**2. 《运动训练学》考研相关资料****(1) 《运动训练学》[笔记+课件+提纲]****①西安建筑科技大学 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。

②西安建筑科技大学 346 体育综合之《运动训练学》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西安建筑科技大学 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)**①西安建筑科技大学 346 体育综合考研核心题库之《运动训练学》简答题精编。****②西安建筑科技大学 346 体育综合考研核心题库之《运动训练学》名词解释题精编。**

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》考研相关资料**(1) 《运动生理学》[笔记+课件+提纲]****①西安建筑科技大学 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。

②西安建筑科技大学 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，版权归属制作教师，本项免费赠送。

③西安建筑科技大学 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)**①西安建筑科技大学 346 体育综合之《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。

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)

西安建筑科技大学 346 体育综合考研初试参考书

《运动训练学》，田麦久主编，人民体育出版社，2012 年

《运动生理学》第三版，邓树勋，王健，乔德才，郝选明主编，高等教育出版社，2015 年

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.....	4
西安建筑科技大学 346 体育综合历年真题汇编.....	9
西安建筑科技大学 346 体育综合 2020 年考研真题（暂无答案）.....	9
西安建筑科技大学 346 体育综合 2019 年考研真题（暂无答案）.....	11
2026 年西安建筑科技大学 346 体育综合考研核心笔记.....	13
《运动训练学》考研核心笔记	13
第 1 章 运动训练与运动训练学	13
考研提纲及考试要求	13
考研核心笔记	13
第 2 章 运动训练学理论的主体构成	16
考研提纲及考试要求	16
考研核心笔记	16
第 3 章 运动训练的基本原则	26
考研提纲及考试要求	26
考研核心笔记	26
第 4 章 运动员体能及其训练	32
考研提纲及考试要求	32
考研核心笔记	32
第 5 章 运动员技术能力及其训练	40
考研提纲及考试要求	40
考研核心笔记	40
第 6 章 运动员战术能力及其训练	49
考研提纲及考试要求	49
考研核心笔记	49
第 7 章 运动员心理能力及其训练	54
考研提纲及考试要求	54
考研核心笔记	54
第 8 章 运动员知识能力及其培养	59
考研提纲及考试要求	59
考研核心笔记	59
第 9 章 运动员多年训练计划的制订与实施	64
考研提纲及考试要求	64
考研核心笔记	64
第 10 章 运动员年度训练计划的制订与实施	69
考研提纲及考试要求	69

考研核心笔记	69
第 11 章 周课训练计划的制订与实施	78
考研提纲及考试要求	78
考研核心笔记	78
《运动生理学》考研核心笔记	81
第 0 章 绪论	81
考研提纲及考试要求	81
考研核心笔记	81
第 1 章 肌肉活动	84
考研提纲及考试要求	84
考研核心笔记	84
第 2 章 能量代谢	90
考研提纲及考试要求	90
考研核心笔记	90
第 3 章 神经系统的调节功能	93
考研提纲及考试要求	93
考研核心笔记	93
第 4 章 内分泌调节	104
考研提纲及考试要求	104
考研核心笔记	104
第 5 章 运动与免疫	109
考研提纲及考试要求	109
考研核心笔记	109
第 6 章 血液与运动	115
考研提纲及考试要求	115
考研核心笔记	115
第 7 章 呼吸与运动	120
考研提纲及考试要求	120
考研核心笔记	120
第 8 章 血液循环与运动	127
考研提纲及考试要求	127
考研核心笔记	127
第 9 章 消化、吸收与排泄	133
考研提纲及考试要求	133
考研核心笔记	133
第 10 章 身体素质	138
考研提纲及考试要求	138
考研核心笔记	138
第 11 章 运动与身体机能变化	144

考研提纲及考试要求	144
考研核心笔记	144
第 12 章 运动技能学习	150
考研提纲及考试要求	150
考研核心笔记	150
第 13 章 年龄、性别与运动	154
考研提纲及考试要求	154
考研核心笔记	154
第 14 章 肥胖、体重控制与运动处方	158
考研提纲及考试要求	158
考研核心笔记	158
第 15 章 环境与运动	168
考研提纲及考试要求	168
考研核心笔记	168
2026 年西安建筑科技大学 346 体育综合考研辅导课件	173
《运动训练学》考研辅导课件	173
《运动生理学》考研辅导课件	238
2026 年西安建筑科技大学 346 体育综合考研复习提纲	317
《运动训练学》考研复习提纲	317
《运动生理学》考研复习提纲	320
2026 年西安建筑科技大学 346 体育综合考研核心题库	325
《运动训练学》考研核心题库之名词解释精编	325
《运动训练学》考研核心题库之简答题精编	330
《运动生理学》考研核心题库之名词解释精编	336
《运动生理学》考研核心题库之简答题精编	343
《运动生理学》考研核心题库之论述题精编	354
附赠重点名校：体育综合 2014-2024 年考研真题汇编（暂无答案）	371
第一篇、2024 年体育综合考研真题汇编	371
2024 年南京体育学院 346 体育综合考研专业课真题	371
2024 年广西民族大学 346 体育综合考研专业课真题	373
2024 年暨南大学 346 体育综合考研专业课真题	375
2024 年扬州大学 346 体育综合考研专业课真题	380
第二篇、2023 年体育综合考研真题汇编	385
2023 年南京体育学院 346 体育综合考研专业课真题	385
2023 年扬州大学 346 体育综合考研专业课真题	387
2023 年西安石油大学 346 体育综合考研专业课真题	392
2023 年广西民族大学 346 体育综合考研专业课真题	394