

【初试】2026 年 青海民族大学 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、重点名校真题汇编

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 年青海民族大学 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+提纲]

①青海民族大学 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，基础强化阶段推荐资料。

②青海民族大学 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青海民族大学 346 体育综合考研核心题库之《运动训练学》名词解释精编。

②青海民族大学 346 体育综合考研核心题库之《运动训练学》简答题精编。

③青海民族大学 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。

(3) 《运动训练学》考研题库[仿真+强化+冲刺]

①2026 年青海民族大学 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。

②2026 年青海民族大学 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。

③2026 年青海民族大学 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。

3. 《运动生理学》考研相关资料

(1) 《运动生理学》考研核心题库(含答案)

①青海民族大学 346 体育综合考研核心题库之《运动生理学》名词解释精编。

②青海民族大学 346 体育综合考研核心题库之《运动生理学》简答题精编。

③青海民族大学 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。

(2) 《运动生理学》考研题库[仿真+强化+冲刺]

①2026 年青海民族大学 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 年青海民族大学 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，考研强化复习推荐。

③2026 年青海民族大学 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)

青海民族大学 346 体育综合考研初试参考书

《运动训练学》(第二版)，田麦久，高等教育出版社，2017 年；

《运动生理学》，乔德才、郝选明主编，高等教育出版社，2019 年版

五、本套考研资料适用院系

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
2026 年青海民族大学 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
2026 年青海民族大学 346 体育综合考研复习提纲.....	65
《运动训练学》考研复习提纲.....	65
2026 年青海民族大学 346 体育综合考研核心题库.....	68
《运动训练学》考研核心题库之名词解释精编.....	68
《运动训练学》考研核心题库之简答题精编.....	73
《运动训练学》考研核心题库之论述题精编.....	79
《运动生理学》考研核心题库之名词解释精编.....	88

《运动生理学》考研核心题库之简答题精编	95
《运动生理学》考研核心题库之论述题精编	106
2026 年青海民族大学 346 体育综合考研题库[仿真+强化+冲刺]	122
青海民族大学 346 体育综合之运动训练学考研仿真五套模拟题	122
2026 年运动训练学五套仿真模拟题及详细答案解析（一）	122
2026 年运动训练学五套仿真模拟题及详细答案解析（二）	124
2026 年运动训练学五套仿真模拟题及详细答案解析（三）	127
2026 年运动训练学五套仿真模拟题及详细答案解析（四）	130
2026 年运动训练学五套仿真模拟题及详细答案解析（五）	133
青海民族大学 346 体育综合之运动训练学考研强化五套模拟题	136
2026 年运动训练学五套强化模拟题及详细答案解析（一）	136
2026 年运动训练学五套强化模拟题及详细答案解析（二）	139
2026 年运动训练学五套强化模拟题及详细答案解析（三）	142
2026 年运动训练学五套强化模拟题及详细答案解析（四）	145
2026 年运动训练学五套强化模拟题及详细答案解析（五）	148
青海民族大学 346 体育综合之运动训练学考研冲刺五套模拟题	150
2026 年运动训练学五套冲刺模拟题及详细答案解析（一）	150
2026 年运动训练学五套冲刺模拟题及详细答案解析（二）	153
2026 年运动训练学五套冲刺模拟题及详细答案解析（三）	156
2026 年运动训练学五套冲刺模拟题及详细答案解析（四）	159
2026 年运动训练学五套冲刺模拟题及详细答案解析（五）	162
青海民族大学 346 体育综合之运动生理学考研仿真五套模拟题	165
2026 年运动生理学五套仿真模拟题及详细答案解析（一）	165
2026 年运动生理学五套仿真模拟题及详细答案解析（二）	169
2026 年运动生理学五套仿真模拟题及详细答案解析（三）	172
2026 年运动生理学五套仿真模拟题及详细答案解析（四）	176
2026 年运动生理学五套仿真模拟题及详细答案解析（五）	180
青海民族大学 346 体育综合之运动生理学考研强化五套模拟题	183
2026 年运动生理学五套强化模拟题及详细答案解析（一）	183
2026 年运动生理学五套强化模拟题及详细答案解析（二）	186
2026 年运动生理学五套强化模拟题及详细答案解析（三）	189
2026 年运动生理学五套强化模拟题及详细答案解析（四）	193
2026 年运动生理学五套强化模拟题及详细答案解析（五）	196
青海民族大学 346 体育综合之运动生理学考研冲刺五套模拟题	199
2026 年运动生理学五套冲刺模拟题及详细答案解析（一）	199
2026 年运动生理学五套冲刺模拟题及详细答案解析（二）	202
2026 年运动生理学五套冲刺模拟题及详细答案解析（三）	205
2026 年运动生理学五套冲刺模拟题及详细答案解析（四）	208
2026 年运动生理学五套冲刺模拟题及详细答案解析（五）	211

附赠重点名校：体育综合 2014-2024 年考研真题汇编（暂无答案）	215
第一篇、2024 年体育综合考研真题汇编	215
2024 年南京体育学院 346 体育综合考研专业课真题	215
2024 年广西民族大学 346 体育综合考研专业课真题	217
2024 年暨南大学 346 体育综合考研专业课真题	219
2024 年扬州大学 346 体育综合考研专业课真题	224
第二篇、2023 年体育综合考研真题汇编	229
2023 年南京体育学院 346 体育综合考研专业课真题	229
2023 年扬州大学 346 体育综合考研专业课真题	231
2023 年西安石油大学 346 体育综合考研专业课真题	236
2023 年广西民族大学 346 体育综合考研专业课真题	238
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	240
第三篇、2022 年体育综合考研真题汇编	242
2022 年湖南师范大学 346 体育综合考研专业课真题	242
2022 年西安石油大学 346 体育综合考研专业课真题	244
2022 年扬州大学 346 体育综合考研专业课真题	246
2022 年暨南大学 346 体育综合考研专业课真题	251
第四篇、2021 年体育综合考研真题汇编	255
2021 年西安石油大学 346 体育综合考研专业课真题	255
2021 年安徽师范大学 346 体育综合考研专业课真题	257
2021 年湖南师范大学 346 体育综合考研专业课真题	259
2021 年暨南大学 346 体育综合考研专业课真题	261
2021 年中国海洋大学 346 体育综合考研专业课真题	265
第五篇、2020 年体育综合考研真题汇编	267
2020 年中国海洋大学 346 体育综合考研专业课真题	267
2020 年广西民族大学 346 体育综合考研专业课真题	269
2020 年暨南大学 346 体育综合考研专业课真题	272
2020 年广西民族大学 617 体育学专业基础综合考研专业课真题	276
2020 年安徽师范大学 346 体育综合考研专业课真题	278
第六篇、2019 年体育综合考研真题汇编	280
2019 年广西民族大学 346 体育综合考研专业课真题	280
2019 年宁波大学 346 体育综合（A 卷）考研专业课真题	283
2019 年山东大学 346 体育综合考研专业课真题	285
2019 年中国海洋大学 346 体育综合考研专业课真题	287
2019 年中山大学 346 体育综合考研专业课真题	289
第七篇、2018 年体育综合考研真题汇编	291
2018 年湖南师范大学 346 体育综合考研专业课真题	291
2018 年华南理工大学 346 体育综合考研专业课真题	293
2018 年南京师范大学 346 体育综合考研专业课真题	295
2018 年山东师范大学 346 体育综合考研专业课真题	298