附件5：

**2020年考试内容范围说明**

**考试科目名称: 运动生理学（初试）**

|  |
| --- |
| 考试内容范围: 1. 基础篇
2. 要求考生了解肌肉结构及骨骼肌细胞的生物电现象
3. 要求考生熟练掌握肌肉的收缩原理及其过程
4. 要求考生掌握骨骼肌特性及收缩形式
5. 要求考生掌握肌纤维类型与运动能力
6. 要求考生了解运动对骨骼肌形态和机能的影响
7. 要求考生了解血液与运动的关系
8. 要求考生掌握循环机能与运动的关系
9. 要求考生了解呼吸机能与运动的关系
10. 要求考生了解各种感觉功能在运动教学和训练中的作用
11. 要求考生了解神经系统机能与运动的关系
12. 应用篇
13. 要求考生了解运动技能的基本概念、运动技能的生理本质和运动技能的形成过程。
14. 要求考生了解人体运动的有氧代谢和无氧代谢。
15. 要求考生了解身体素质与哪些生理学因素有关及如何通过科学训练进行提高。
16. 要求考生了解运动性疲劳产生的机理、恢复过程的阶段及其特点。
17. 要求考生掌握运动过程中人体机能变化规律、特点及其生理机制。
18. 要求考生了解特殊环境与运动的关系
19. 要求考生了解儿童少年生长发育与体育运动的关系
20. 要求考生了解基础、专项和综合体能的构成要素、主要影响因素及生理学基础。
 |
| 考试总分：300分 考试时间：3小时 考试方式：笔试考试题型：名词解释（80分）简答题 (100分)论述题 (120分) |
| 参考书目（材料）《运动生理学》王瑞元、苏全生主编，人民体育出版社，2012.2 |