

图书基本信息

书名：<<体育硕士专业学位研究生入学资格全国联考考试大纲及指南>>

13位ISBN编号：9787300137766

10位ISBN编号：7300137768

出版时间：2011-6

出版时间：中国人民大学出版社

作者：全国体育硕士专业学位教育指导委员会 编

页数：290

字数：325000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## 内容概要

为全面建设小康社会，提高中华民族的健康素质，培养适应社会、经济、文化和体育事业发展需要的高层次、应用型体育专门人才，改革和完善体育学学位与研究生教育制度，国务院学位委员会第二十一次会议审议通过了《体育硕士专业学位设置方案》，决定在我国设置体育硕士专业学位。2005年，由国务院学位委员会办公室批准北京体育大学等21所研究生培养单位开展体育硕士专业学位的试点工作。

在2009年和2010年，国务院学位委员会办公室又批准了48所研究生培养单位开展体育硕士专业学位研究生教育试点工作。

体育硕士专业学位和现行的体育科学学位是规格不同的两种学位类型，各有侧重。

体育硕士专业学位的招生办法、教育内容、培养模式、质量标准、等都更突出职业要求，更注重学术性与职业性的紧密结合，更强调面向行业，为体育系统培养高层次的应用型、实践性人才。

书籍目录

第一部分 体育硕士专业学位研究生入学资格全国联考

体育综合考试大纲

第一篇 运动训练学

- 一、竞技体育与运动训练
- 二、运动成绩与竞技能力
- 三、运动训练原则
- 四、运动训练方法与手段
- 五、运动员体能及其训练
- 六、运动员技术能力及其训练
- 七、运动员的战术能力及其训练
- 八、运动员心理能力与运动智能及其训练
- 九、运动员状态诊断与训练目标建立
- 十、运动训练计划

本篇参考书目

第二篇 学校体育学

- 一、学校体育总论
- 二、体育课程
- 三、体育教学
- 四、课余体育
- 五、学校体育管理

本篇参考书目

第三篇 运动生理学

- 一、绪论
- 二、肌肉的活动
- 三、呼吸
- 四、血液
- 五、血液循环
- 六、有氧、无氧工作能力
- 七、肌肉活动与物质能量代谢
- 八、运动技能的学习
- 九、肌肉活动的激素调节
- 十、运动过程中人体机能的变化
- 十一、身体素质的生理学分析
- 十二、体育教学与课余运动训练的生理学分析
- 十三、儿童少年与体育运动
- 十四、环境与运动

本篇参考书目

附：体育硕士专业学位研究生入学资格全国联考样卷

第二部分 体育硕士专业学位研究生入学资格全国联考

体育综合考试指南

第一篇 运动训练学考试指南

- 一、竞技体育与运动训练
- 二、运动成绩与竞技能力
- 三、运动训练原则
- 四、运动训练方法与手段

- 五、运动员体能及其训练
- 六、运动员技术能力及其训练
- 七、运动员的战术能力及其训练
- 八、运动员心理能力与运动智能及其训练
- 九、运动员状态诊断与训练目标建立
- 十、运动训练计划
- 第二篇 学校体育学考试指南
  - 一、学校体育总论
  - 二、体育课程
  - 三、体育教学
  - 四、课余体育
  - 五、学校体育管理
- 第三篇 运动生理学考试指南
  - 一、绪论
  - 二、肌肉的活动
  - 三、呼吸
  - 四、血液
  - 五、血液循环
  - 六、有氧、无氧工作能力
  - 七、肌肉活动与物质能量代谢
  - 八、运动技能的学习
  - 九、肌肉活动的激素调节
  - 十、运动过程中人体机能的变化
  - 十一、身体素质的生理学分析
  - 十二、体育教学与课余运动训练的生理学分析
  - 十三、儿童少年与体育运动
  - 十四、环境与运动

章节摘录

版权页：插图：负荷量和运动强度大时，运动员易出现运动性蛋白尿，而且尿蛋白量随之增加。坚持一段时间后，会产生适应，即完成相同的负荷量时，尿蛋白减少。

(2) 运动机体状况及对负荷量的适应能力。

机能状况和适应能力良好时，尿蛋白排量减少，尿蛋白恢复期缩短；反之，机能状况欠佳，适应性差时，则尿蛋白阳性率增高，而且尿蛋白量也增加，恢复期延长。

(3) 运动员的训练水平。

同一个体在完成相近的运动量时，尿蛋白量相对稳定，当训练水平提高时，尿蛋白量减少。

(4) 运动项目。

长距离跑、游泳、自行车、足球、赛艇等项目运动后，运动员出现蛋白尿阳性率较高，尿蛋白量也较大；而体操、举重、排球等项目运动后，运动员出现蛋白尿的阳性率低，尿蛋白量也少。

(5) 年龄与环境。

尿蛋白出现的比例随年龄的增加而降低。

运动时外界的温度、海拔高度等因素都会对尿蛋白的出现产生影响。

如冬泳后运动尿蛋白阳性率高；高原条件下运动尿蛋白阳性率高。

目前认为运动性蛋白尿发生的机理可能与运动时酸性代谢产物的刺激、肾血管收缩而造成缺血和缺氧、肾组织结构改变及肾单位出现急性损伤等因素有关。

2. 运动性血尿指正常人在运动后出现的过性显微镜下或肉眼可见的血尿。

运动性血尿多出现在激烈运动后，持续时间一般不超过3天，最长不超过7天。

出现运动性血尿时可以调整运动量或服用一些药物，预后状况良好。

运动性血尿与运动项目、负荷量和运动强度、身体适应能力及环境的因素有关。

跑步、跳跃、球类和拳击运动后，血尿发生率高；负荷量和运动强度加大、过快时，血尿也多；身体适应能力下降，如过度训练会有大量血尿产生；在严寒条件和高原条件下的运动也易引起运动性血尿。

。

编辑推荐

《体育硕士专业学位研究生入学资格全国联考考试大纲及指南》由中国人民大学出版社出版。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>