

军队文职人员招聘教育学类（教育学） 专业科目考试大纲

（试行）

为便于应试者充分了解军队文职人员招聘考试教育学类（教育学）专业科目的测查范围、内容和要求，制定本大纲。

一、考试目的

主要测查应试者对教育学基础理论、基本知识和基本方法的掌握程度，运用所学的基础理论、基本知识、基本方法，分析、判断、解决有关理论问题和实际问题的能力。

二、测查范围

教育学类（教育学）专业科目主要为应聘各院校、科研单位从事教学、研究、教学管理、教学辅助等文职人员岗位者设置。测查内容主要包括教育学原理、中国教育史、外国教育史、教育研究方法、心理学等。

三、考试方式和时限

考试方式为闭卷笔试。考试时限为 120 分钟。

四、试卷分值和试题类型

试卷满分为 100 分。试题类型为客观性试题。

五、考试内容及要求

第一篇 教育学原理

主要测查应试者对教育学基本知识、基本理论的掌握程度，以及运用其基本原理、基本方法分析当前教育中的重大理论与现实问题的能力。

要求应试者了解教育的概念、教育目的和教育制度，理解教育与人的发展、教育与社会发展的关系，掌握各种教育活动特别是教学活动的基本概念、基本原理和基本方法。

本篇内容包括教育基本理论、课程与教学、德育与美育、教师与学生、学校管理。

第一章 教育基本理论

一、教育的概念

教育的本质；教育的基本要素；教育的历史发展。

二、教育与人的发展

人的发展的含义、特点和规律性；影响人的发展的基本因素；教育对人的发展的主导作用。

三、教育与社会发展

教育的社会制约性；教育的社会功能；教育与我国社会主义建设。

四、教育目的

教育目的的概念；层次结构和内容结构；教育目的理论基础；我国的教育目的。

五、教育制度

教育制度的含义和特点；制约教育制度的社会因素；现代学校教育制度；我国现行学校教育制度。

第二章 课程与教学

一、课程

课程的概念与意义；课程理论的发展；课程设计；课程改革。

二、教学

教学的概念、意义和任务；教学要素；教学规律；教学过程中应处理好的关系；教学原则的主要内容；教学方法和教学模式的概念及选择；教学评价的概念、意义和种类；教学评价的原则和方法；学生学业成绩评价；教师教学工作的评价；教学设计问题。

第三章 德育与美育

一、德育

德育的概念、特点、功能、任务和内容；德育过程；德育的途径与方法。

二、美育

美育的概念；美育的任务及内容；美育的实施。

第四章 教师与学生

一、教师

教师的概念；教师职业的作用与地位；教师专业发展内涵；教师职业发展的途径。

二、学生

学生的本质特点；学生的地位；学生的发展。

三、师生关系

师生关系在教育中的作用；师生关系的类型；理想师生关系的建立。

第五章 学校管理

一、学校管理概述

学校管理的概念；学校管理的构成要素；学校管理体制。

二、学校管理的目标与过程

学校管理的目标；学校管理的过程。

三、学校管理的内容和要求

教学管理的内容和要求；教师管理的内容和要求；学生管理的内容和要求；总务管理的内容和要求。

第二篇 中国教育史

主要测查应试者对中国教育史知识的了解和掌握程度。

要求应试者了解中国教育制度和教育思想的源流，特别是重要的教育制度和主要教育家的教育思想，掌握不同历史阶段中国教育发展的背景、特点及经验教训，运用辩证唯物主义和历史唯物主义的观点分析评价教育史实，为现实教育改革与发展提供理论启示。

本篇内容包括中国古代教育史、中国近现代教育史。

第一章 中国古代教育史

本大纲内容版权归中国人民解放军总政治部干部部所有

未经书面协议不得违法转载或使用

一、原始时期的教育

教育的起源；氏族公社时期的教育活动；原始时期教育的特点。

二、夏、商、西周与春秋时期的教育

奴隶社会教育制度的形成；六艺教育的内容；春秋时期的教育变革；孔丘的教育思想及历史贡献。

三、战国时期的教育

百家私学；稷下学宫；墨家的教育思想；孟轲的教育思想；荀况的教育思想；道家的教育思想；法家的教育思想与实践；战国后期的教育论著。

四、秦汉时期的教育

秦朝的教育政策及措施；汉朝的文化教育政策；汉朝学校教育制度及其历史地位；经学的特点；董仲舒的教育思想；王充的教育思想。

五、魏晋南北朝时期的教育

魏晋南北朝时期的教育制度；魏晋玄学教育思潮；傅玄的教育思想；颜之推的教育思想。

六、隋唐时期的教育

隋唐时期的文教政策及其历史作用；隋唐时期的学校教育制度；隋唐时期的科举考试制度及其对教育的影响；隋唐的中外教育交流；韩愈的教育思想。

七、宋辽金元时期的教育

宋朝的文教政策；宋朝的教育制度；金朝学校教育制度及其特点；宋元时期的书院；宋元时期的蒙学教育及其经验启示；宋元时期的科举制度及其对教育的影响；王安石的教育思想；朱熹的教育思想。

八、明朝的教育

明朝的文教政策；明朝的官学制度及其特点；明朝的书院；明朝的科举制度及其对教育的影响；王守仁的教育思想。

九、清初至鸦片战争前的教育

清朝的文教政策；清朝的官学制度；清朝的书院；清朝的科举制度及其对教育的影响；黄宗羲的教育思想；王夫之的教育思想；颜元的教育思想。

第二章 中国近现代教育史

一、中国教育的近代转折

鸦片战争后传统教育的危机；清末改革派的教育主张；近代教会学校及其性质影响；洋务学堂；洋务留学教育及其历史作用；“中体西用”的洋务教育思想；近代高等教育的发展与大学教育的演变。

二、维新运动到清末新政时期的教育

维新教育的发展过程和基本内容；维新教育的历史意义；维新代表人物的教育思想；清末新政教育改革的的基本内容和历史地位；资产阶级革命派的教育思想与实践。

三、民国成立初期的教育

民国教育方针与政策；壬子癸丑学制；蔡元培的教育思想。

四、新文化运动时期和 20 世纪 20 年代的教育

新文化运动推动下的教育变革；新文化运动影响下的教育思潮；学校教学方法的改革与实验；1922 年“新学制”；收回教育权运动及其历史意义；中国共产党早期的干部学校及其特点；李大钊的教育思想；恽代英的教育思想。

五、国民政府时期的教育

国民政府时期的教育政策、教育制度和管理措施；杨贤江的教育思想；晏阳初的教育思想；梁漱溟的教育思想；黄炎培的教育思想；陈鹤琴的教育思想；陶行知的教育思想。

六、中国共产党领导下的革命根据地教育

苏维埃根据地的文化教育方针及其意义；抗日战争时期中国共产党的教育方针政策；解放战争时期中国共产党的教育方针政策；中国共产党领导的根据地教育的基本经验；中国人民抗日军事政治大学。

第三篇 外国教育史

主要测查应试者对外国教育史知识的了解和掌握程度。

要求应试者了解外国教育实践与教育思想发展的基本历程，理解不同国家教育制度发展、教育实施的进程特别是重要教育制度和重大教育事件，掌握具有世界性影响的教育家的教育思想，运用辩证唯物主义和历史唯物主义的观点分析评价教育史实，为现实教育改革与发展提供理论启示。

本篇内容包括外国古代教育史、外国近代教育史、外国现代教育史。

第一章 外国古代教育史

一、外国古代教育概况

东方文明古国教育的概况；古希腊教育的概况；古罗马教育的概况；西欧中世纪教育的概况；拜占廷与阿拉伯教育的概况。

二、外国古代教育家的教育思想

苏格拉底的教育思想；柏拉图的教育思想；亚里士多德的教育思想；西塞罗的教育思想；

昆体良的教育思想；奥古斯丁的教育思想。

三、外国古代教育述评

亚非文明古国在教育史上的地位；斯巴达教育的特点及影响；雅典教育的特点及影响；古罗马教育的主要特征；西欧中世纪教育的基本性质和特征；拜占廷与阿拉伯教育的特点及影响。

第二章 外国近代教育史

一、外国近代教育概况

文艺复兴与宗教改革时期的教育概况；17—18世纪欧美主要国家（英、法、德、俄、美）教育的概况；19世纪欧美主要国家（英、法、德、俄、美）教育的概况；19世纪日本教育的概况。

二、外国近代教育家的教育实践与教育思想

夸美纽斯的教育实践与教育思想；卢梭的教育思想；裴斯泰洛齐的教育实践与教育思想；赫尔巴特的教育思想；福禄培尔的教育实践与教育思想。

三、马克思和恩格斯的教育思想

教育与社会的关系；教育与社会生产；人的本质和个性形成；人的全面发展；教育与生产劳动相结合。

四、外国近代教育述评

人文主义教育的一般特征；17—18世纪欧美主要国家教育发展的不同特点、共同特征和发展趋势；17—18世纪欧美教育思想对人类教育发展的重要意义；19世纪欧美和日本教育发展的共同特征。

第三章 外国现代教育史

一、外国现代教育概况

19世纪末至20世纪前期欧美教育概况；20世纪前期主要国家（英、法、德、美、日）教育概况；第二次世界大战前苏联教育概况；第二次世界大战后主要国家（英、法、德、美、日和俄罗斯）的教育改革；发展中国家教育的概况。

二、外国现代教育家的教育实践与教育思想

蒙台梭利的教育实践与教育思想；杜威的教育思想；马卡连柯的教育实践与教育思想；凯洛夫的教育思想；赞可夫的教育实践与教育思想；苏霍姆林斯基的教育实践与教育思想。

三、现代欧美教育思潮

改造主义教育；要素主义教育；永恒主义教育、新托马斯主义教育；存在主义教育；新

行为主义教育；结构主义教育；分析教育哲学；终身教育；人本化教育。

四、外国现代教育述评

19 世纪末至 20 世纪前期欧美教育思潮产生和发展的历史背景、共同特征及其意义；20 世纪前期各国教育主要解决的基本问题；20 世纪前期影响各国教育改革进程的因素；20 世纪前期现代教育发展的两大趋势；苏联建国初期教育改革的意义；20 世纪 20—30 年代苏联普通教育改革的经验和教训；第二次世界大战前苏联教育改革与发展的成就及影响；第二次世界大战后主要发达国家的教育改革及启示；发展中国家独立后教育改革发展的成绩和经验；发展中国家当今教育领域中的困难与问题。

第四篇 教育研究方法

主要测查应试者对教育研究方法基本理论的掌握程度。

要求应试者了解教育研究方法的一般原理、教育研究的构思与设计、教育研究的基本方法、教育研究的基本技术和教育研究结果的分析和评价，掌握教育科学的历史研究法、调查研究法、比较研究法、实验研究法和理论研究的基本内容和步骤要求，能够运用科学的研究方法和技术进行课题的选定、文献检索、理论构思和研究设计。

本篇内容包括教育研究方法的一般原理、教育研究的构思与设计、教育研究的基本方法、教育研究的基本技术、教育研究结果的分析与评价。

第一章 教育研究方法的一般原理

一、教育研究方法概述

教育研究的性质；教育研究的要素；教育研究的领域；教育科学研究方法的含义、特点；教育研究方法的分类；教育研究在教育科学发展中的作用。

二、教育研究的范式

科学主义研究范式；人文主义研究范式；社会批判研究范式；复杂系统研究范式；教育研究范式的变革走向。

三、教育研究方法的历史发展

教育研究方法发展的历史阶段及基本特征；影响教育研究及其方法发展的基本因素。

四、现代教育科学研究的基本思路及方法论原则

现代教育科学研究的基本思路；教育科学研究应遵循的方法论原则。

第二章 教育研究的构思与设计

本大纲内容版权归中国人民解放军总政治部干部部所有

未经书面协议不得违法转载或使用

一、研究课题的选定

正确选定研究课题的重要意义；一个好的研究课题应有的特点；教育研究课题的类型及来源；选题的过程、方法及基本要求。

二、文献检索

教育科学文献的基本概念及其在教育研究中的作用；教育文献的种类及主要分布；文献检索的过程和方法。

三、理论构思，形成研究假设

研究假设的含义；假设在教育科学研究中的作用；好的研究假设的基本特点；教育研究假设的基本类型；科学研究假设的形成过程。

四、教育研究的设计

确定研究类型和方法的基本要求；总体、样本、取样的基本概念；选择样本的基本要求和基本方法；选择研究对象；分析研究变量；研究计划的基本内容和基本格式。

第三章 教育研究的基本方法

一、教育科学的历史研究法

教育科学的历史研究法的基本概念、特点及在教育科学研究中的适用范围；历史研究法的一般步骤及方法结构体系；历史研究法运用中需要注意的问题。

二、教育科学的调查研究法

教育调查研究法的含义、分类、功能及步骤；调查法、问卷及访谈法；教育观察研究的概念、记录和遵循的基本原则；教育测验调查的概念、在教育研究中的适用范围；测验调查的施行步骤。

三、教育科学的比较研究法

教育比较研究法的基本概念；教育比较研究法在教育科学发展中的作用；教育比较研究法的种类；运用教育比较研究法的步骤和基本要求。

四、教育科学的实验研究法

教育实验研究法的历史发展；教育实验研究法的性质、基本特点和基本类型；教育实验研究法的一般程序；实验研究法在教育科学研究中的主要功能及局限；教育实验的设计。

五、教育科学的理论研究

教育科学理论研究的含义、特点；教育科学理论研究的主要功能、基本过程及理论模型的建构方式；教育科学的基本理论研究方法。

第四章 教育研究的基本技术

本大纲内容版权归中国人民解放军总政治部干部部所有

未经书面协议不得违法转载或使用

一、文献检索

文献检索的过程和方法。

二、问卷编制

问卷的结构；问卷编制的步骤；问卷及答案设计技巧；网络问卷调查。

三、数据分析

描述统计；推断统计。

四、个别访谈

个别访谈的类型及特点；个别访谈的准备工作；个别访谈的技巧；个别访谈的非语言行为。

五、抽样调查

抽样调查的定义及意义；抽样的相关概念与基本原理；抽样的程序与方法。

六、教育观察

教育观察的含义、主要特点及意义；教育观察的类型；教育观察研究的设计与实施。

七、课题申请

研究计划的制定；研究课题的申报；研究课题的论证。

第五章 教育研究结果的分析与评价

一、教育研究数据资料的分析

定性分析；定量分析。

二、教育研究成果的表述及评价

教育研究成果表述含义、主要表现形式和要求；教育科学研究质量评价的功能、内容、指标体系和方法。

三、教育科学研究的组织及其效能

科研群体的类型及其优化组合的原则；研究者个体科研能力结构及其培养。

第五篇 心理学

主要测查应试者对心理学基本知识、基本理论的掌握程度。

要求应试者理解心理学在科学上已定论的一般规律、基本理论和知识，了解心理学领域具有重大影响的科研新成果。

本篇内容包括普通心理学、发展与教育心理学、社会心理学、心理健康。

第一章 普通心理学

一、认识过程

感觉；知觉；意识；记忆；学习；思维。

二、情绪

情绪的定义；情绪的形式与类别；情绪理论；情绪调节。

三、技能与能力

技能的定义；技能的动作分析；动作的控制与调节；技能的形成过程；能力的定义；能力的分类；能力与技能和素质的关系；能力结构；智力的决定因素；智力的个体差异。

四、人格

人格的定义；气质的定义；性格的定义；气质类型及意义。

第二章 发展与教育心理学

一、心理发展的基本理论

行为主义的发展理论；认知发展理论；个性社会性发展理论。

二、心理发展的基本问题

关于遗传和环境的争论；发展的连续性与阶段性；心理发展的“关键期”问题。

三、学习理论及其教学应用

行为主义学习理论及其教学应用；社会学习理论及其教学应用；认知学习理论及其教学观；人本主义学习理论及其教学应用；建构主义学习理论。

四、学习动机

学习动机的概念；学习动机的主要理论；运用学习动机理论激发学生学习动机。

五、知识的学习

知识的概念及分类；陈述性知识的学习；程序性知识的学习；认知策略的学习。

六、学习迁移

学习迁移的概念；学习迁移的主要理论；促进学习的迁移。

七、问题解决

问题解决概念；通过教学提高学生问题解决的能力。

第三章 社会心理学

一、社会心理学概述

社会心理学的研究对象与作用；社会心理学的历史与发展；社会心理学的理论与方法。

二、个体社会心理

本大纲内容版权归中国人民解放军总政治部干部部所有

未经书面协议不得违法转载或使用

社会化与社会角色；社会动机和自我知觉；态度及其转变；情绪与言语交际；社会认知。

三、群体社会心理

人际关系的形成与发展；人际喜欢与吸引；人际影响与社会影响；群体与个体。

第四章 心理健康

一、心理健康概述

心理健康的概念；心理健康的评估方法；心理健康标准；心理健康的意义与价值。

二、常见心理问题及其调适

常见心理问题的类型和特征；常见心理问题的成因和自我调适方法；心理异常的判断和克服。

三、心理咨询

心理咨询的概念；心理咨询的原则；心理咨询方法。

军队文职人员招聘教育学类（体育学） 专业科目考试大纲

（试行）

为了便于应试者充分了解军队文职人员招聘考试教育学类（体育学）专业科目的测查范围、内容和要求，制定本大纲。

一、考试目的

主要测查应试者对体育专业知识的掌握程度，运用体育主要学科的理论、知识、方法等分析与解决体育教学、训练、研究工作中实际问题的能力。

二、测查范围

体育学专业科目为招聘军队院校军事体育教研室和各级体育工作队教员、教练员文职人员岗位的专业考试科目。测查内容主要包括体育学概论、运动训练学和运动生理学等。

三、考试方式和时限

考试方式为闭卷笔试，考试时限为 120 分钟。

四、试卷分值和试题类型

试卷满分为 100 分。试题类型为客观选择题。

五、考试内容及要求

第一篇 体育学概论

主要测查应试者对体育学基本理论和基础知识的掌握程度。

要求应试者了解体育的本质功能和体育与其他社会活动之间的关系，掌握体育的基本概念、目的任务和基本规律、体育的常用手段和身体练习的方法，能够运用体育基本理论分析和解决实际问题的能力。

本篇内容主要包括体育与体育科学、体育产生与发展、现代社会与体育、体育与其他社会活动之间的关系、体育的功能、体育的目的任务、体育的组织机构和制度、体育手段、国际体育、未来体育等。

第一章 体育与体育科学

要求应试者熟练掌握体育的相关概念，并能严格进行区分和应用，了解体育的相关学科体系。

一、体育的基本概念

体育的基本概念；体育的相关学科体系的内容；竞技运动的特点；竞技运动、学校体育、身体锻炼、身体娱乐的主要区别。

二、体育科学

体育与体育科学的区别；体育科学体系的构成。

第二章 体育的产生与发展

要求应试者掌握体育产生的动因与社会根源，了解中外体育发展概况。

一、体育产生的动因和社会根源

体育产生的动因；动因的概念；体育产生的社会根源；原始体育的相关因素。

二、体育发展概况

外国体育发展概况；在古代希腊；在中世纪欧洲封建社会；在十四、五世纪意大利的文艺复兴运动；在18世纪法国的启蒙运动；19世纪西欧时期；我国体育发展的规律和发展阶段。

第三章 现代社会与体育

要求应试者了解现代社会与体育的关系，掌握现代社会对体育发展的影响。

一、体育在现代社会生活中的地位

体育在现代社会生活中的地位与作用；体育的现实意义；现代社会对体育发展的作用。

二、对体育社会地位的社会学分析

现代社会对体育的需求；现代生活方式对人体健康的影响；都市化生活给人体发展带来不利因素，现代社会为体育运动发展创造的有利条件。

第四章 体育的功能及其与其他社会活动之间的关系

要求应试者掌握体育的基本功能，了解体育基本功能的现实意义；熟练掌握体育与政治、经济和军事的相互关系，了解体育在教育和文化等社会活动中的作用。

一、健身功能与娱乐功能

体育基本功能的主要体现；体育运动的身心效应；体育娱乐功能的作用与实现。

二、促进个体社会化功能

个体社会化功能的含义；体育对个体社会化的促进作用。

三、社会感情功能与教育功能

社会感情功能的含义；体育对社会感情功能的作用；体育在教育功能上的体现。

四、政治功能与经济功能

体育的主要政治功能；体育在经济社会中的作用。

五、体育与政治

体育与政治的相互关系；体育为政治服务的作用。

六、体育与经济

体育对经济的依赖性；体育促进经济发展的作用。

七、体育与教育

体育在教育、文化等社会活动中的作用；体育与德育、智育、美育和技术教育的关系。

八、体育与军事

体育与军事的相互关系及作用；体育提高部队战斗力的作用。

九、体育与大众传播

国际体育的信息传播概述；我国体育的宣传与传播的方式。

第五章 体育的目的任务

要求应试者熟练掌握体质的基本概念与内涵，掌握我国体育的目的与任务，了解实现我国体育目的任务的基本途径。

一、我国体育的目的任务

我国体育的目的与任务；体格、机能、体能、适应能力的概念；体育运动增强人民体质的任务。

二、实现我国体育目的任务的基本途径和基本要求

本大纲内容版权归中国人民解放军总政治部干部部所有

未经书面协议不得违法转载或使用

实现我国体育目的与任务的基本途径和基本要求；体育教学、身体锻炼、运动训练和竞赛各自的特点以及各自所承担的主要任务。

第六章 体育的组织机构和制度

要求应试者了解我国体育的组织机构与领导体制，了解我国体育的主要法规制度。

一、我国体育的组织领导机构

我国体育的组织领导机构的构成；国家体育总局的主要任务和职责；中华全国体育总会和中国奥委会的宗旨和任务；体育科学学会的主要工作。

二、我国体育的基本制度和措施

我国体育的基本制度和措施；施行《国家体育锻炼标准》的意义；制定《国家体育锻炼标准》的指导思想和原则；《运动员技术等级》和《裁判员技术等级》的分类；《中华人民共和国体育运动竞赛制度》的内容。

三、我国体育管理体制的改革

我国体育改革的指导思想；体育组织领导机构方面的改革。

第七章 体育手段

要求应试者熟练掌握体育手段的概念与特点，了解常用的体育手段与动作要素，掌握动作质量和效果的评定以及身体练习的分类与应用。

一、体育手段概述

体育手段的定义和特点；体育手段的分类；常用的体育手段与动作要素；以及动作质量和效果的评定。

二、常用的体育手段

体力劳动与体育游戏的异同点；体操的特点；舞蹈的分类；户外活动的意义；武术、气功的特点。

三、身体练习

身体练习的概念和特点；身体练习的技术及其结构；动作的要素组成；对动作质量和效果的综合评定的标准；身体练习的分类及运用。

第八章 国际体育

要求应试者了解国际体育的现实意义与我国参加国际体育活动的主要成就，掌握我国参加国际体育活动的基本原则。

一、国际体育的现实意义

国际体育的现实意义；国际体育对国家与民族的作用；国际体育对文化、科技与经济的作用；国际体育对维护世界和平的作用。

二、我国参加国际体育活动的基本原则与成就

我国参加国际体育活动的基本原则与主要成就。

第九章 未来体育

要求应试者了解未来社会的体育发展趋势，了解我国体育发展的战略目标与战略思想。

一、未来社会的体育

未来社会的体育发展趋势；未来社会的主要特征；未来社会的体育特点。

二、我国体育发展战略

我国体育的发展战略；发展战略的一般概述；我国体育发展战略的指导思想和依据；我国体育发展战略目标、战略思想、步骤与措施。

第二篇 运动训练学

主要测查应试者对运动训练学基本理论与基本方法的掌握程度。

要求应试者了解运动训练的本质特点和运动训练学的理论体系，掌握运动训练的基本概念、基本规律、运动训练的主要原则与方法，以及体能训练、技术训练和心理训练的主要方法，能够运用运动训练基本理论制定训练计划和组织实施训练过程。

本篇内容主要包括运动训练学概述、运动训练原则、运动训练方法、体能及其训练、技术能力及其训练、心理能力及其训练、运动训练计划等。

第一章 运动训练学概述

要求应试者熟练掌握运动训练的释义及其基本特点，了解运动训练学研究的主要任务和内容。

一、运动训练及其特点

运动训练的释义；现代运动训练的基本特点。

二、运动训练学及其研究任务

运动训练学释义；运动训练学的理论体系；运动训练学研究的主要任务；运动训练学研究的主要内容。

第二章 运动训练原则

本大纲内容版权归中国人民解放军总政治部干部部所有

未经书面协议不得违法转载或使用

要求应试者熟练掌握训练规律与训练原则的概念，掌握主要训练原则的运用要求。

一、运动训练原则概述

训练规律的概念；训练原则的概念。

二、竞技需要与定向发展原则

竞技需要与定向发展原则的概念；竞技需要与定向发展原则的理论依据；贯彻竞技需要与定向发展原则的训练学要点。

三、动机激励与有效控制原则

动机激励与有效控制原则的概念；动机激励与有效控制原则的理论依据；贯彻动机激励与有效控制原则的训练学要点。

四、系统训练与周期安排原则

系统训练与周期安排原则的概念；系统训练与周期安排原则的理论依据；贯彻系统训练与周期安排原则的训练学要点。

五、适宜负荷与适时恢复原则

适宜负荷与适时恢复原则的概念；适宜负荷与适时恢复原则的理论依据；贯彻适宜负荷与适时恢复原则的训练学要点。

六、区别对待原则

区别对待原则的概念；区别对待原则的理论依据；贯彻区别对待原则的训练学要点。

七、直观教练原则

直观教练原则的概念；直观教练原则的理论依据；贯彻直观教练原则的训练学要点。

第三章 运动训练方法

要求应试者了解运动训练学基本方法的相关定义与结构特点，熟练掌握主要训练方法的实践应用。

一、运动训练方法概述

运动训练方法释义；运动训练方法的基本结构；运动训练方法与运动训练手段的区别与联系。

二、模式训练法

模式训练法的释义；模式训练法的结构与特点；模式训练法的应用。

三、程序训练法

程序训练法的释义；程序训练法的结构与基本特点；程序训练法的应用。

四、分解训练法

分解训练法的释义；分解训练法的类型；分解训练法的应用。

五、完整训练法

完整训练法的释义；完整训练法的应用。

六、重复训练法

重复训练法的释义；重复训练法的类型；重复训练法的应用。

七、间歇训练法

间歇训练法的释义；间歇训练法的类型；间歇训练法的应用。

八、持续训练法

持续训练法的释义；持续训练法的类型；持续训练法的应用。

九、变换训练法

变换训练法的释义；变换训练法的类型；变换训练法的应用。

十、循环训练法

循环训练法的释义；循环训练法的类型；循环训练法的应用。

十一、比赛训练法

比赛训练法的释义；比赛训练法的类型；比赛训练法的应用。

第四章 体能及其训练

要求应试者熟练掌握力量、速度、耐力、柔韧和灵敏素质的训练方法与手段，掌握各运动素质训练方法实际应用的基本要求。

一、体能训练概述及基本要求

体能训练的释义；体能训练的基本要求。

二、力量素质及其训练

力量素质的释义；力量素质的分类；最大力量训练方法；快速力量训练方法；力量耐力训练方法；力量训练的主要手段；力量训练的基本要求。

三、速度素质及其训练

速度素质的释义；速度素质的分类；反应速度的评定与训练；动作速度的评定与训练；移动速度的评定与训练；速度训练的基本要求。

四、耐力素质及其训练

耐力素质的释义；耐力素质的分类；有氧耐力的评定及训练；糖酵解无氧代谢供能的无氧耐力的评定及训练；耐力训练的方法和手段；耐力训练的基本要求。

五、柔韧素质及其训练

柔韧素质的释义；柔韧素质的评定及训练负荷量度的确定；柔韧训练的方法和手段；柔韧训练的基本要求。

六、灵敏素质及其训练

灵敏素质的释义；灵敏素质的评定及训练负荷量度的确定；灵敏训练的主要手段；灵敏训练的基本要求。

第五章 技术能力及其训练

要求应试者熟练掌握动作要素与技术结构，掌握运动技术训练的常用方法。

一、技术及基本特征

运动技术的定义；运动技术的基本特征；动作要素（身体姿势、动作轨迹、动作时间、动作速度、动作力量、动作速率、动作节奏）；技术结构（动作基本结构、技术组合）。

二、技术训练的常用方法

直观法；语言法；完整法；分解法；想象法；表象法；减难法；加难法。

第六章 心理能力及其训练

要求应试者熟练掌握心理能力训练的常用方法，掌握常见心理现象的克服方法。

一、心理能力及其训练的常用方法

心理能力的释义；心理能力的重要作用；意念训练法；诱导训练法；模拟训练法。

二、几种心理现象及克服方法

心理紧张的克服方法；心理胆怯的克服方法；情绪消极的克服方法；情绪激动的克服方法；心理淡漠的克服方法；盲目自信的克服方法；注意分散的克服方法；心理焦虑的克服方法。

第七章 运动训练计划

要求应试者掌握运动训练计划的概念与作用，熟练掌握运动训练计划的制定步骤与课训练的计划和组织，以及周训练的计划和组织。

一、运动训练计划概述

运动训练计划释义；制定运动训练计划的意义；制定运动训练计划的步骤。

二、训练周课过程的计划与组织

训练周的类型划分；不同训练周训练内容及负荷结构的特点；课训练计划与组织；训练课的不同类型及要求；掌握训练课的结构；训练课的负荷量度。

第三篇 运动生理学

主要测查应试者对运动生理学基本理论与基本方法的掌握程度。

要求应试者了解人体运动主要器官系统的生理学知识，掌握运动生理学的基本概念和基本原理，熟练掌握运动技能形成的生理机理与运动过程中的人体机能变化规律，能够运用运动生理学的基本理论指导体育教学和运动训练实践，对体育教学和运动训练中的实际问题能理性认识、客观分析和有效解决。

本篇内容主要包括骨骼肌生理、肌肉活动的物质与能量供应、呼吸机能、血液与循环系统、肾脏机能、运动的激素调节、运动技能的形成、运动过程中人体机能变化规律、身体素质的生理学分析与训练、特殊环境与运动等。

第一章 骨骼肌生理

要求应试者了解骨骼肌的宏观与微观结构及收缩过程，了解肌肉收缩的力学表现和两类肌纤维类型与运动能力的关系，掌握骨骼肌的收缩原理、收缩形式及影响肌肉力量的生物学因素。

一、骨骼肌的结构与特性

骨骼肌的宏观与微观结构；骨骼肌的特性；兴奋性与收缩性。

二、肌纤维的收缩过程

静息电位、动作电位、运动终板、肌丝滑行学说、肌纤维的兴奋—收缩耦联。

三、骨骼肌收缩

骨骼肌的收缩形式；等张收缩、等动收缩、等长收缩、离心收缩、超等长收缩；骨骼肌收缩的力学表现；绝对力量、相对力量；力量-速度曲线；运动单位的募集；肌纤维类型；快肌纤维、慢肌纤维。

四、影响肌力的生物学因素

神经控制；肌肉横截面积；肌肉长度；肌肉收缩速度。

第二章 肌肉活动的物质与能量供应

要求应试者熟练掌握物质与能量代谢的基本概念，掌握人体运动的三大能量系统，了解糖原、脂肪、蛋白质的消耗与补充。

一、物质与能量代谢的基本概念

物质代谢，糖、脂肪、蛋白质的体内代谢；水代谢；能量代谢；基础代谢的概念和测定方法；食物热价；呼吸商；代谢当量。

二、能量物质的消耗与补充

糖原、脂肪、蛋白质在运动中的消耗与补充。

本大纲内容版权归中国人民解放军总政治部干部部所有

未经书面协议不得违法转载或使用

三、人体运动的能量系统

人体运动时的三大能量系统；能量连续统一体理论。

第三章 呼吸机能

要求应试者了解肺通气的动力学原理，掌握运动过程中肺通气的适应性变化与运动中合理呼吸的方法。

一、呼吸运动和肺通气机能

外呼吸；内呼吸。

二、气体交换和运输

气体运输；肺通气的动力学；呼吸形式；潮气量；肺活量；每分通气量；肺泡通气量。

三、呼吸运动的调节

呼吸运动的反射性调节；化学因素对呼吸的调节。

四、运动对呼吸机能的影响

运动对呼吸机能的影响。

第四章 血液与循环系统

要求应试者了解血液的组成与血管的功能，掌握内环境对人体的作用与运动对心血管功能的影响、血红蛋白在运动训练实践中的作用和意义，以及脉搏（心率）在运动实践中的测定方法。

一、血液的组成与功能

体液；血液的组成；血液的功能。

二、氧气的血液运输

氧气的血液运输；氧离曲线及其生理意义。

三、血液循环

心输出量；心力储备；动脉血压。

四、运动对心血管系统的影响

每搏输出量；每分输出量；窦性心动徐缓；运动性心脏肥大。

第五章 肾脏机能

要求应试者了解尿液的生成过程与肾小球的滤过作用，肾小球与集合管的重吸收作用，掌握肾脏在水平衡和酸碱平衡中的作用，了解运动性尿蛋白和运动性血尿的病理机制。

一、肾脏在维持体内环境稳态中的作用

肾单位的基本结构；尿的生成过程；肾小管的重吸收作用；肾脏在保持水平衡中的作用；肾脏在保持酸碱平衡中的作用。

二、运动对肾脏机能的影响

运动性蛋白尿；运动性血尿。

第六章 运动的激素调节

要求应试者掌握激素的概念与生理作用，了解主要激素在运动中的作用。

一、激素及其生理作用

激素的概念；激素的生理作用。

二、几种主要激素的作用与运动适应

睾酮、生长激素、肾上腺素、胰岛素的生理作用。

第七章 运动技能的形成

要求应试者掌握运动技能的概念与运动技能形成的生理本质，熟练掌握运动技能形成的四个过程与教学中应注意的问题。

一、运动技能的基本概念和生理本质

运动技能的概念；开式运动技能、闭式运动技能的特点；条件反射学说与运动技能形成的关系。

二、运动技能形成的过程

运动技能的泛化阶段、分化阶段、巩固与自动化阶段的特点；身体素质与运动技能发展的关系；运动技能的迁移对训练指导的作用。

第八章 运动过程中人体机能变化规律

要求应试者掌握运动过程不同阶段人体机能变化的生理特点及发生机制，熟练掌握运动性疲劳的缓解与超量恢复的促进。

一、赛前状态与准备活动

运动过程中人体机能变化的主要阶段；赛前状态的类型；准备活动的分类；准备活动的生理作用和机制。

二、进入工作状态

极点和第二次呼吸的概念；真稳定状态和假稳定状态的概念。

三、运动性疲劳

运动性疲劳的概念；运动性疲劳的发生机制；超量恢复。

本大纲内容版权归中国人民解放军总政治部干部部所有

未经书面协议不得违法转载或使用

四、恢复过程

促进人体机能恢复的主要措施。

第九章 身体素质的生理学分析与训练

要求应试者了解力量、速度、耐力、平衡、灵敏和柔韧素质的相关生理学基础，熟练掌握力量训练和无氧和有氧训练的基本原则，掌握无氧和有氧训练，以及平衡、灵敏与柔韧素质的主要训练方法。

一、力量素质与力量训练

决定肌肉力量的生物学因素；力量训练的原则与方法。

二、速度素质与无氧训练

速度素质的生理学机制；速度训练的原则与方法。

三、耐力素质与有氧训练

耐力素质的生理学机制；一般耐力训练的主要方法；无氧工作能力和有氧工作能力的定义；无氧耐力和有氧耐力训练。

四、平衡、灵敏和柔韧

平衡、灵敏、柔韧和协调能力的一般训练方法。

第十章 特殊环境与运动

要求应试者了解高原、寒冷、热环境对人体生理功能和工作能力的影响，掌握人体在高原、寒冷和热环境下生理机能变化的特点，以及人体对高原、寒冷、热环境不适的有效预防方法和手段。

一、高原环境与运动能力

高原应激的主要特点；高原训练的生理学适应；高原训练的要素；高原训练的主要方法。

二、热环境与运动能力

热应激的生理反应；热服习的生理反应；热病及预防。

三、冷环境与运动能力

冷应激的生理反应；水环境的适应；潜水的心血管反应。