

考试科目名称：运动生理学

考试内容范围：

一、肌肉活动

1. 要求考生了解肌肉活动的能量供应
2. 要求考生熟练掌握肌肉的收缩原理及其过程
3. 要求考生掌握肌纤维类型与运动能力
4. 要求考生了解肌肉活动的神经调控

二、运动的生理支持系统

1. 要求考生了解激素与运动的关系
2. 要求考生了解要求考生了解血液与运动的关系
3. 要求考生了解呼吸与运动的关系
4. 要求考生掌握循环与运动的关系
5. 要求考生了解酸碱平衡与运动的关系

三、体育锻炼与运动训练的生理学

1. 要求考生了解体适能与运动处方
2. 要求考生了解肥胖与体重控制
3. 要求考生了解肌肉力量
4. 要求考生了解有氧运动能力
5. 要求考生熟练掌握运动训练的生理学原理
6. 要求考生熟练掌握运动性疲劳与恢复过程
7. 要求考生了解环境与运动

四、不同人群的运动

1. 要求考生了解儿童少年与体育锻炼
2. 要求考生了解女子和老年人的生理特点与体育锻炼

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（60 分）

简答题（100 分）

论述题（140 分）