

运动训练学:

运动训练学基本概念;不同层级的运动训练理论体系;运动训练构成要素的理论体系、辩证协同原则;竞技能力构成、变化与表现的基本规律;基于辩证协同思想的运动训练原则体系;运动员体能、技术、战术、心理能力、知识能力及其训练;运动训练方法及其应用;运动训练负荷及其设计与安排、运动训练过程与训练计划;教练员职责与教练行为。

主要参考书目:

田麦久 主编.《运动训练学》.高等教育出版社.2017 年

推荐阅读书目:

高炳宏 杨涛 编译 美国国家体能协会(National Strength and Conditioning Association)《体能测试与评估指南》.人民邮电出版社.2019 年