

北京体育大学体能训练学院

2026 年接收推免生复试实施方案

专业名称	研究方向
体育教育训练学	体能训练研究
运动训练	体能训练方法与应用

一、复试方式

线上面试，具体时间以秘书老师通知为准。

二、申请条件

1. 拥护中国共产党的领导，具有正确的政治方向，热爱祖国，愿为社会主义现代化建设服务，品德良好，遵纪守法，身心健康；

2. 国内大陆高校 2026 年应届本科毕业生，本科学习期间未受过任何处分，2026 年 7 月能够正常毕业并取得相应学位；

3. 原则上应取得本科就读学校推荐免试资格且占用本科就读学校的免试生推荐名额；

4. 本科非体育学类专业学生，报考我校体育教育训练学和运动训练专业的，需提供二级及以上等级证；（体育学类共有 17 个专业，分别是：体育教育、运动训练、社会体育指导与管理、武术与民族传统体育、运动人体科学、运动康复、休闲体育、体能训练、冰雪运动、电子竞技运动与管理、智能体育工程、体育旅游、运动能力开发、足球运动、马术运动与管理、体育康养、航空运动。）

5. 英语水平四级及以上或雅思 5.5 及以上或托福 90 及以上者；

6. 遵守学术道德规范。

三、复试内容

复试内容主要包括自我介绍、学术理论素养考核、专业实践能力考核、外语水平考核、思想政治素质和品德考核等 5 个环节，其中自我介绍环节不占分值。

复试考核内容分值如下表所示：

学术型硕士：

考核内容	学术理论素养	专业实践能力	外语水平 (含听力和口语)	思想政治素质和品德
分值 (满分 500 分)	200 分	200 分	100 分	合格/不合格

专业型硕士：

考核内容	学术理论素养	专业实践能力	外语水平 (含听力和口语)	思想政治素质和品德
分值 (满分 500 分)	100 分	300 分	100 分	合格/不合格

1. 自我介绍

考生根据自身情况进行不超过 2 分钟自我介绍，内容自定。

2. 专业实践能力考核

专业技能考核以考生提供视频短片的形式进行，主要考查考生对体能方向专业技能的掌握情况。考生可参考体能训练学院提供的视频样片，对以下 2 个部分的内容进行展示：

第 1 部分 力量训练基本技术：高翻、硬拉、背蹲杠铃；

第 2 部分 跑跳能力：高抬腿跑、收腹抱膝跳。

上述 2 个部分的内容均为必选，须制成一个视频短片，且总时长不超过 3 分钟。视频短片要求考生在各部分中一镜到底、不得出镜，两部分之间可以出镜，不允许后期进行修图美化，且在视频开始前，营员须面向镜头保持 3 秒钟。录制视频短片时，考

生需面对摄像头立正站立，首先报告姓名、身份证号码，随后再进行上述专业技能展示。要求过程和内容清晰准确、无停顿。视频剪辑至 50Mb 以内并于报名结束前发送至邮箱：bsussct@bsu.edu.cn。（文件以“姓名+身份证号码”方式命名。）

注：高翻重量男子不低于 40kg，女子不低于 20kg；硬拉重量男子不低于 40kg，女子不低于 20kg；背蹲杠铃重量男子不低于 50kg，女子不低于 30kg。

3. 学术理论素养考核

学术理论素养考核主要考查考生对体能方向专业理论知识的掌握情况。各位专家均可在考生面试过程中，视学科特点、时间安排等情况，根据考生表现进行其他提问，面试过程中不仅限于题库中展示的题目。最后，各位专家根据考核标准对考生回答问题情况进行打分。

4. 外语水平考核

外语水平考核主要考查考生对体能方向专业英语的掌握情况。考生抽取试题后根据考官提问，进行英语回答。各位专家根据考核标准对考生的口语和听力能力进行打分。考试期间考生不得求助他人或查阅词典、翻译软件等。

5. 思想政治素质和品德考核

复试时随机抽选题目，考生根据抽中的思政考核题目进行回答，考核人员根据考生回答情况选择合格/不合格。思政考核不占分值，如评为不合格，则一票否决，考生面试成绩为零。

四、复试流程

同场次考生整体复试流程为：先专业实践能力考核，后自我介绍+学术理论素养考核+外语水平考核+思想政治素质和品德考

核。具体复试流程如下：

1. 专业实践能力考核

专业技能考核以考生提供视频短片的形式进行评分。

2. 自我介绍+学术理论素养考核+外语水平考核+思想政治素质和品德考核

1. 考生在规定考试时间内，进入指定候考会议室（简称“候考室”），进行集中点名，由复试小组组长提出工作要求。候考室秘书通知考生进入考试会议室（简称“考试室”）。如因考生个人原因未在规定时间内参加考试，则视为放弃考试，不予录取。

2. 考生进入考试室，资格审核通过后考试方可开始，考生进行抽题。考生确定题号后，在规定时间内进行面试作答，作答结束后，专家在评分表上进行打分。

3. 面试结束后，考生离开考试会议室。

五、考核标准

学术型硕士

复试内容	考核标准
学术理论 素养 (200分)	<ol style="list-style-type: none">1. 优（180-200分）：专业知识扎实、分析能力和表达能力优秀。2. 良（150-179分）：专业知识、分析能力和表达能力良好。3. 中（120-149分）：专业知识、分析能力和表达能力一般。4. 差（120分以下）：专业知识、分析能力和表达能力较差。
专业实践 能力 (200分)	<ol style="list-style-type: none">1. 优（180-200分）：各项技术动作规范、熟练，动作的速度、幅度、频率和节奏合理，个人运动技能较强；对于专业技能问题回答优秀。2. 良（150-179分）：各项技术动作较为规范，熟练，动作的速度、幅度、频率和节奏较为合理，个人运动技能良好；对于专业技能问题回答良好。3. 中（120-149分）：各项技术动作基本规范，动作的速度、幅度、频率和节奏基本合理，个人运动技能一般；对于专业技能问题回答一般。4. 差（120分以下）：各项技术动作不规范、不熟练，动作的速度、幅度、频率和节奏不合理，个人运动技能较差；对于专业技能问题回答较差。
外语水平 (100分)	<ol style="list-style-type: none">1. 优（90-100分）：英语发音清晰、标准、自然流畅，能准确理解试题内容，能听懂有关话题的提问与对话，并能准确回答相关问题。2. 良（75-89分）：英语发音较为清晰、标准、流畅，较能准确理解试题内容，能听懂大部分有关话题的提问与对话，并较为能准确回答相关问题。3. 中（60-74分）：英语发音基本清晰、标准、流畅，基本能理解试题内容，只能听懂部分有关话题的提问与对话，并基本能回答相关问题。4. 差（60分以下）：英语发音较为不清晰、不标准、不流畅，较为不能理解试题内容，只能听懂少部分有关话题的提问与对话，较为不能回答相关问题。

专业型硕士

复试内容	考核标准
学术理论素养 (100分)	1. 优（90-100分）：专业知识扎实、分析能力和表达能力优秀。 2. 良（75-89分）：专业知识、分析能力和表达能力良好。 3. 中（60-74分）：专业知识、分析能力和表达能力一般。 4. 差（60分以下）：专业知识、分析能力和表达能力较差。
专业实践能力 (300分)	1. 优（270-300分）：各项技术动作规范、熟练，动作的速度、幅度、频率和节奏合理，个人运动技能较强；对于专业技能问题回答优秀。 2. 良（225-267分）：各项技术动作较为规范，熟练，动作的速度、幅度、频率和节奏较为合理，个人运动技能良好；对于专业技能问题回答良好。 3. 中（180-222分）：各项技术动作基本规范，动作的速度、幅度、频率和节奏基本合理，个人运动技能一般；对于专业技能问题回答一般。 4. 差（180分以下）：各项技术动作不规范、不熟练，动作的速度、幅度、频率和节奏不合理，个人运动技能较差；对于专业技能问题回答较差。
外语水平 (100分)	1. 优（90-100分）：英语发音清晰、标准、自然流畅，能准确理解试题内容，能听懂有关话题的提问与对话，并能准确回答相关问题。 2. 良（75-89分）：英语发音较为清晰、标准、流畅，较能准确理解试题内容，能听懂大部分有关话题的提问与对话，并较为能准确回答相关问题。 3. 中（60-74分）：英语发音基本清晰、标准、流畅，基本能理解试题内容，只能听懂部分有关话题的提问与对话，并基本能回答相关问题。 4. 差（60分以下）：英语发音较为不清晰、不标准、不流畅，较为不能理解试题内容，只能听懂少部分有关话题的提问与对话，较为不能回答相关问题。

六、未尽事宜，以我校公布的各项文件要求为准。

七、学院接受考生咨询工作人员、电话和电子邮箱

联系人：王老师

联系电话：010-62989506

邮箱：：bsussct@bsu.edu.cn