同等学力研究生入学考试

《体育心理学》考试大纲

**一、满分及考试时间**

1、满分100分

2、考试时间： 120分钟

**二、试题题型结构**

填空题、选择题、名词题、问答题等

**三、主要参考书**

《体育心理学》 刘淑慧主编 高等教育出版社 2005年7月

**四、考查内容**

绪论

[本章重点] 　1、体育心理学的研究对象2、体育心理学研究的内容

一、掌握体育心理学的研究对象

二、了解体育心理学的发展简况

三、了解学习体育心理学的意义

四、掌握体育心理学研究的内容

五、理解学习体育心理学的方法

1. 学校体育与学生的心理发展

[本章重点]学校体育对学生身心健康的积极影响、身体健康与心理健康的交互作用

第一节学校体育对学生身心健康的积极影响

一、学校体育新理念

二、学校体育对学生身体健康的积极影响

三、学校体育对学生心理健康的积极影响

第二节身体健康与心理健康的交互作用

一、身体健康对心理健康的作用

二、心理健康对身体健康的作用

第二章学生心理发展特点

[本章重点]小学生认知能力的发展特征、初中生的心理特征及心理异常的防治、高中生心理异常的主要表现及防治措施

第一节小学生的心理特征及心理异常的防治

一、小学生认知能力的发展特征

二、小学生个性特征的发展

三、小学生的社会性认知和交往

四、小学生心理异常的表现及防治措施

第二节初中生的心理特征及心理异常的防治

一、初中生心理发展的矛盾性特点

二、初中生心理异常的主要表现及防治措施

第三节高中生的心理特征及心理异常的防治

一、高中生智力的发展

二、自我意识高度发展

三、自治需求

　四、高中生心理异常的主要表现及防治措施

　五、高中生健康性心理的维护

　第四节体育教师应注意培育学生的心理健康

　一、体育教师应当是一名教育家和心理保健医生

　二、积极创造民主和谐的教学环境

　三、体育教师应成为儿童的朋友

　四、注意因材施教，在体育活动中完善孩子的性格

　五、培养孩子终身体育的意识，指导和督促学生形成良好的锻炼习惯

　六、体育教师应该具有良好的心理素质

　七、学会运用心理训练法，培养学生健康的心理素质

第三章 学生体育学习动力调节系统

[本章重点]有关问题的定义、种类、及动机、兴趣、态度的培养或转变

第一节体育学习动机

一、体育学习动机的定义与功能

二、体育学习动机的种类

三、体育学习动机的培养与激发

第二节体育兴趣

一、体育兴趣的定义和种类

二、体育兴趣的作用

三、体育兴趣的形成与发展

四、体育兴趣的培养

第三节体育态度

一、体育态度的概念

二、体育态度的认知基础

三、体育态度的形成与转变

第四节体育学习心理动力调节系统与学生的心理健康

一、体育学习心理动力调节系统

二、体育学习动力调节系统与学生的心理健康

第四章 学生运动技能的形成

[本章重点]运动技能的定义、形成阶段及特征，运动知识掌握的过程；运用有关运动技能形成的基本理论指导学生提高运动技能

第一节学习的理论

一、什么是学习

二、学习理论的派别

第二节运动技能学习

一、什么是运动技能

二、运动技能形成的阶段和特征

三、运动知识的掌握

四、练习及其在运动技能形成中的作用

五、运动技能的相互作用——迁移

第三节运动技能学习对学生心理健康的影响

一、运动技能学习对学生认知-运动能力的影响

二、运动技能学习对学生情绪和意志的影响

三、运动技能学习对学生性格和社会化的影响

第五章 不同项目的体育活动对学生心理健康的影响

[本章重点]不同项目的体育活动的特点；不同项目的体育活动对学生心理健康的影响

第一节田径运动与学生的心理健康

一、田径运动的特点

二、田径运动对学生心理健康的影响

第二节体操运动与学生的心理健康

一、体操运动的特点

二、体操运动对学生心理健康的影响

第三节球类运动与学生的心理健康

一、球类运动的特点

二、球类运动对学生心理健康的影响

第四节武术运动与学生的心理健康

一、武术运动的特点

二、武术运动对学生心理健康的影响

第五节游泳运动与学生的心理健康

一、游泳运动的特点

二、游泳运动对学生心理健康的影响

第六节滑冰运动与学生的心理健康

一、滑冰运动的特点

二、滑冰运动对学生心理健康的影响

第七节登山运动与学生的心理健康

一、登山运动的特点

二、登山运动对学生心理健康的影响

第六章 学校体育比赛与学生的心理健康

[本章重点]自我效能；体育比赛与良好意志品质培养，学生赛前可能出现的心理状态及表现，学生赛后心理调整的必要性、体育比赛过程中学生的心理规律

第一节学校体育比赛的心理价值

一、体育比赛与自我概念、自我效能和自尊

二、体育比赛与竞争意识培养

三、体育比赛与团队意识的培养

四、体育比赛与良好意志品质培养

第二节体育比赛过程中学生的心理规律

一、唤醒

二、运动焦虑

三、唤醒水平、焦虑与比赛成绩的关系

四、 学生(运动员)参赛过程心理分析

五、赛后心理归因

第三节学校体育比赛对学生心理健康的影响

一、身体活动需要满足，能量释放，情绪宣泄

二、展示体能和技巧、满足追求成功的需要

第七章游戏与学生的心理健康

[本章重点]体育游戏对学生心理健康的影响、体育课上如何发挥体育游戏的心理教育与社会培养作用

第一节体育游戏概论

一、游戏的概念

二、体育游戏的分类

三、体育游戏的特点

第二节体育游戏对学生心理健康的影响

一、激发兴趣

二、开发智力

三、培养品德和情操

四、磨砺意志

五、提高认知

六、完善个性

七、培养社会能力

八、消除心理障碍

第三节创编和选择体育游戏遵循的原则

一、游戏的内容和形式必须是健康的

二、创编和选择的游戏必须有趣味性

三、创编和选择的游戏，内容在反映时代的特点的新的科学成就

四、游戏的内容应有利于对学生进行共产主义的品德教育

五、创编和选择的游戏要方便教学，简单易行

六、创编和选择的游戏要具有典型性

第四节体育课上如何发挥体育游戏的心理教育与社会培养作用

第八章学校体育中的社会化问题

[本章重点]学校体育中的人际交往、学校体育与团队精神

第一节学校体育中的人际交往

一、学校体育中师生之间的人际交往

二、学生之间的交往

第二节学校体育与团队精神

一、团队精神的体现——凝聚力

二、影响发展凝聚力的因素

三、凝聚力发展所产生的结果

第三节学校体育中的攻击性行为

一、什么是攻击性行为

二、攻击性行为的特征

三、学生攻击性行为的分类

四、学生攻击性行为产生的原因分析

第九章 心理技能训练

[本章重点]心理技能训练的方法、学校体育中心理技能训练的原则

第一节心理技能训练概述

一、什么是心理技能训练

二、心理技能训练的作用

三、学校体育中心理技能训练的原则

第二节心理技能训练的方法

一、目标设置技能训练

二、表象技能训练

三、注意集中训练

四、应激控制技能训练

第三节心理技能训练与学生心理健康

一、心理技能对学生心理健康的促进作用

二、心理技能训练的同时，可提高学生的身心调控能力和心理健康水平

三、心理技能的掌握和应用可对学生的身心健康产生长期的迁移效应

第十章体育教师的心理健康

[本章重点]教学重点：掌握体育教师心理健康及其维护

第一节教师心理健康概述

一、教师心理健康的意义

二、教师心理健康的标准

第二节教师心理健康状况分析

一、教师心理健康的状况

二、教师心理健康存在的问题

三、教师的职业倦怠

四、教师心理不健康的成因分析

第三节体育教师的心理健康及维护

一、体育教师的工作特点

二、体育教师心理健康状况分析

三、体育教师心理健康的维护