**海南师范大学全国硕士研究生招生自命题考试大纲**

考试科目代码： 考试科目名称：体育心理学

﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡﹡

一、考试形式与试卷结构

（一）试卷成绩及考试时间

本试卷满分为100分，考试时间为120分钟。

（二）答题方式

答题方式为闭卷、笔试。

（三）试卷结构

名词解释题；简答题；分析论述题等

二、考试目标

1.识记：能知道有关的名词、概念、知识的意义，并能正确认知和表述。

2.领会：在识记的基础上，能全面地把握基本概念，基本方法，能掌握有关概念、方法的区别与联系，并内化成自己实际工作的能力。

3.应用：在识记和领会的基础上，能对问题进行正确的阐述和分析，能运用所学知识处理和解决实际问题，使心理学原理、职能及方法在体育工作中发挥重要的作用。

三、考试范围

（一） 体育心理学概述

1.体育心理学的定义和研究对象

2.学习体育心理学的意义

3.体育心理学的简史和发展方向

（二） 运动中的目标定向和目标设置

1.运动中的目标定向

2.运动中的目标设置

3.体育活动中团队目标的设置方法；

（三） 体育学习的动力培养

1.体育学习动机

2.体育学习兴趣

3.体育学习态度

（四）唤醒、焦虑、心境状态与运动表现

1.应激、唤醒和焦虑的定义

2.唤醒、焦虑与运动表现的关系

3.影响赛前状态焦虑的主要因素

4.心境状态与运动表现

（五）运动技能学习心理

1.运动技能的概述

2.运动技能习得

3.运动技能迁移；

（六）体育教学中的心理技能训练

1.心理技能训练概述

2.行为干预方法

3.认知干预方法

（七）体育教学法的心理学基础

1.体育教学法的心理学分析

2.影响体育教学法的心理学因素

3.体育教学法的心理学依据

（八）运动中的团体凝聚力

1.体育团体凝聚力概述

2.影响体育团队凝聚力的因素

3.团体凝聚力与运动表现

4.团体凝聚力的发展

（九）运动中的攻击性行为

1.运动中的道德形成和发展

2.攻击性行为的定义和分类

3.体育运动与攻击性行为

4.降低运动中攻击性行为的有效方法

（十）运动归因

1.运动归因

2.习得性无助

3.影响运动归因的因素

4.运动归因训练

四、主要参考书目

1. 季浏著：《体育心理学》（第三版），高等教育出版社，2016。