

华中师范大学体育学院

723 体育学专业基础综合（体育学概论、体育心理学、运动训练学各占 1/3）

1. 体育学概论部分：

引论：体育学概论的研究对象与特点

第一章

体育概念：第一节 体育的概念与定义； 第二节 体育的分类；

第二章

体育功能：第一节 体育功能概述；第二节 体育的本质功能；第三节 体育的延伸功能；

第三章

体育目的：第一节 确定体育目的的依据；第二节 体育目的与目标及其关系；第三节 实现体育目的、目标的基本途径和要求；

第四章

体育过程：第一节 体育过程概述；第二节 体育过程控制；第三节 体育过程的类型；

第五章

体育手段：第一节 体育手段概述；第二节 身体运动与体育运动技术；第三节 体育运动项目；

第六章

体育科学：第一节 体育科学的形成和发展；第二节 体育科学的三维视角；第三节 体育科学体系；

第七章

体育文化：第一节 体育文化的概念与含义；第二节 中西方体育文化的比较；第三节 奥林匹克文化；第四节 体育文化的继承与创新；

第八章

体育体制：第一节 体育体制的概念及其构成；第二节 体育体制的特点与作用；第三节

外国体育体制；第四节 我国体育体制改革的趋势；

第九章

体育发展趋势：第一节 从人发展的角度看体育发展趋势；第二节 从社会发展的角度看体育发展趋势；第三节 从体育全球化角度看体育发展趋势；

参考书：杨文轩，陈琦《体育学概论》，北京：高等教育出版社，2013年08月出版。

2. 体育心理学部分：

第一章

体育心理学概述：第一节 体育心理学的定义和研究对象；第二节 学习体育心理学的意义；第三节体育心理学的简史和发展方向；

第二章

运动中的目标定向和目标设置：第一节 运动中的目标定向；第二节 运动中的目标设置；第三节 体育活动中团队目标的设置方法；

第三章

体育学习的动力培养：第一节体育学习动机；第二节 体育学习兴趣；第三节体育学习态度；

第四章

唤醒、焦虑、心境状态与运动表现：第一节应激、唤醒和焦虑的定义；第二节唤醒、焦虑与运动表现的关系；第三节影响赛前状态焦虑的主要因素；第四节心境状态与运动表现；

第五章

运动技能学习心理：第一节运动技能的概述；第二节运动技能习得；第三节运动技能迁移；

第六章

体育教学中的心理技能训练：第一节心理技能训练概述；第二节行为干预方法；第三节认知干预方法；

第七章

体育教学法的心理学基础：第一节体育教学法的心理学分析；第二节影响体育教学法的心理学因素；第三节体育教学法的心理学依据；

第八章

运动中的团体凝聚力：第一节体育团体凝聚力概述；第二节影响体育团队凝聚力的因素；第三节团体凝聚力与运动表现；第四节团体凝聚力的发展；

第九章

运动中的攻击性行为：第一节运动中的道德形成和发展；第二节攻击性行为的定义和分类；第三节体育运动与攻击性行为；第四节降低运动中攻击性行为的有效方法；

参考书：

1. 季浏，殷恒婵，颜军《体育心理学》，北京：高等教育出版社，2010年7月（第2版）；
2. 王斌.《体育心理学》，武汉：华中师范大学出版社，2011年10月。

3. 运动训练学部分：

第一章

竞技体育与运动训练：第一节 竞技体育引论；第二节 运动训练学及其理论体系；第三节 运动成绩与竞技能力；

第二章

运动训练的科学管理：第一节 运动训练的管理体系；第二节 高水平运动队的训练管理；第三节 高等院校及职业俱乐部优秀运动员的管理；第四节 竞技体育后备队伍的训练管理

第三章

运动员选材：第一节 运动员选材概述；第二节 运动员选材的生物学基础；第三节 运动员科学选材的实施；

第四章

运动训练的基本原则：第一节 竞技需要与定向发展原则；第二节 系统训练与周期安排原则；第三节 集群组训与区别对待原则；第四节 适宜负荷与适时恢复原则；第五节 导向激励与有效控制原则；

第五章

运动训练方法与手段：第一节 运动训练方法与手段概述；第二节 运动训练方法的演进；第三节 运动训练方法体系与应用；第四节 运动训练手段体系与应用；

第六章

运动员体能及其训练：第一节 运动员体能训练概述；第二节 身体形态及其训练；第三节 力量素质及其训练；第四节 速度素质及其训练；第五节 耐力素质及其训练；

第七章

运动员技术能力及其训练：第一节 运动技术与运动员技术能力；第二节 协调能力是技术能力的重要基础；第三节 技术训练常用方法；第四节 运动技术训练的基本要求；第五节 运动项群技术训练要点；

第八章

运动员战术能力及其训练：第一节 竞技战术与运动员战术能力；第二节 战术训练方法；第三节 战术方案的制定；第四节 战术训练的基本要求

第九章运动员心理能力与运动智能及其训练：第一节 运动员心理能力及其训练；第二节 运动员智能及其训练；第三节运动员心理训练与智能训练的相关问题；

第十章

运动员多年训练计划与组织：第一节运动训练过程与运动训练计划；第二节运动员的多年训练过程；第三节全程性多年训练计划；第四节区间性多年训练计划

第十一章

运动员年度训练计划与组织：第一节年度训练中的周期安排；第二节大周期训练计划的基本构成模式；第三节年度训练过程中比赛系列及负荷的动态变化；第四节赛前中短期集训的训练安排；

第十二章

周、课训练计划与组织：第一节训练周的计划与组织；第二节训练课的计划的制定；

第十三章

参赛的准备、进行与总结：第一节参赛准备；第二节教练员的赛场指挥；第三节运动员参赛行为的自我控制；第四节参赛总结

第十四章

项群训练理论：第一节 项群训练理论总论；第二节 各项群训练的基本特征。

参考书：田麦久主编《运动训练学》，北京：高等教育出版社 2006 年 7 月。

华中师大东湖考研网www.ccnukaoyan.cn