

<<体育心理学>>

图书基本信息

书名：<<体育心理学>>

13位ISBN编号：9787040176988

10位ISBN编号：704017698X

出版时间：2005-7

出版时间：高等教育

作者：刘淑慧

页数：281

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<体育心理学>>

前言

近年来,随着我国经济体制的改革,社会竞争日趋激烈,人们在获得社会报偿、生活水平不断提高的同时,也感受到巨大的精神压力。

儿童、青少年在社会变迁中所表现出来的心理问题日趋凸显,潜在的心理亚健康现象的泛化已为多数教育者所关注。

正是在这一大背景下,教育领导部门多次提出加强各级各类学校的健康教育,并将心理健康教育提到了重要的位置。

体育是进行健康教育的重要载体,也是进行心理健康教育的有力工具。

2000年国家教育部颁发《九年义务教育全日制小学体育与健康教学大纲》和《九年义务教育全日制初中体育与健康教学大纲》,明确提出通过体育提高学生健康水平的目标,同时将提高心理健康水平作为体育课的课程标准之一。

我们在编写此书时,力求贯彻这一宗旨,希望从事体育工作的教师、科研人员、教育行政干部以及体育院校的学生们,能更深刻体会体育与健康的辩证关系,树立身体健康与心理健康相互依存和相互影响的理念。

为此,我们在书中专门编写了“学校体育与学生的心理发展”一章,并结合各章内容较充分的探讨了体育学习心理动力调节系统、运动技能形成、学校体育比赛、体育游戏以及学校体育活动中的人际交往等方面应重视的学生心理健康问题。

对学校体育中如何进行心理技能训练,心理咨询与心理辅导也作了专章论述。

同时,我们对体育教师的心理健康问题也给予了充分的关注。

与以往的体育心理学相比,本书增加了不同项目的体育活动对学生心理健康的影响一章,这是本书的一个创意与探索。

虽然这方面的研究成果不多,资料较少,但我们还是大胆的编了进来,希望以此引起大家的关注:不同的体育项目对学生心理健康的影响和价值是不同的,结合具体项目的具体内容进行心理教育,可能更富有成效。

同时,我们也将中小学生的心理发展特点作了概括介绍,旨在突出学生在体育活动中的主体性,以学生心理发展为出发点组织体育教学和体育活动,有助于加强心理教育的针对性。

在编写过程中,我们力求从实际出发,即反映近年来我国体育心理学研究的新成果,又反映学校体育教学改革的成功经验,并在理论阐释的同时,充分介绍具体的操作思路与实施,以达到理论与实际的紧密结合。

本书是北京市高等教育精品教材立项项目,得到了北京市教委的资助,也是首都体育学院心理教研室教师集体努力的结晶。

<<体育心理学>>

内容概要

《高等学校教材：体育心理学》是教育部师范教育司组织编写的中学教师进修高等师范本科（专科起点）体育专业教材。

中学教师不同于在校学生，他们有着丰富的实践经验，掌握多种增进学生健康的运动方法和手段，但用心理学的知识和方法解释并解决教学训练中出现的的问题，却是他们非常欠缺的，而这正是《高等学校教材：体育心理学》重点要解决的问题。

《高等学校教材：体育心理学》主要内容包括：学生的体育动机及其激发、学生的意志品质及其培养、体育教学与学生的心理健康、体育学习中的焦虑、目标设置训练、心理能量的控制、体育课堂中的社会心理等。

《高等学校教材：体育心理学》突破了以往教材编写过程中一味追求的完整体系和章与章之间的逻辑性以及单纯的理论说教模式，以专题的形式（每一章都可作为一个专题）结合具体案例，在保证教学内容和本科教材接续的同时，介绍了体育心理学领域里的新观点和新的研究成果，增强了教材的可读性和实用性，使《高等学校教材：体育心理学》在作为专升本教材的同时，也可供学校体育从业人员教学、研究之用。

<<体育心理学>>

书籍目录

绪论第一章 学校体育与学生的心理发展第一节 学校体育对学生身心健康的积极影响第二节 身体健康与心理健康的交互作用第二章 学生心理发展特点第一节 小学生心理特征及心理异常的防治第二节 初中生心理特征及心理异常的防治第三节 高中生心理特征及心理异常的防治第四节 体育教师与学生的心理健康第三章 学生体育学习动力调节系统第一节 体育学习动机第二节 体育兴趣第三节 体育态度第四节 体育学习心理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第一节 学习的理论第二节 运动技能学习第三节 运动技能学习对学生心理健康的影响第五章 不同项目的体育运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第二节 体操运动与学生的心理健康第三节 球类运动与学生的心理健康第四节 武术运动与学生的心理健康第五节 游泳运动与学生的心理健康第六节 滑冰运动与学生的心理健康第七节 登山运动与学生的心理健康第六章 学校体育比赛与学生的心理健康第一节 学校体育比赛的心理价值第二节 体育比赛过程中学生的心理规律第三节 学校体育比赛对学生心理健康的影响第七章 体育游戏与学生的心理发展第一节 体育游戏概要第二节 体育游戏对学生心理健康的影响第三节 体育游戏的选择和体育游戏教学第八章 学校体育中的社会化问题与学生的心理健康第一节 学校体育中的人际交往第二节 学校体育中的团队凝聚力第三节 学校体育中的攻击性行为第九章 心理技能训练第一节 心理技能训练概述第二节 心理技能训练的方法第三节 心理技能训练与学生的心理健康第十章 学校体育中的心理咨询与心理辅导第一节 心理咨询概述第二节 心理咨询的理论与方法第三节 学校体育中的心理辅导与学生心理健康第四节 体育教师如何进行成功的心理辅导第十一章 体育教师的心理健康第一节 教师心理健康概述第二节 教师心理健康状况分析第三节 体育教师的心理健康及维护

<<体育心理学>>

章节摘录

插图：（四）儿童说谎几乎每个孩子都有说谎的时候。

心理学家迈克尔·刘易斯曾做过一个试验：让儿童单独坐在一间办公室里，要求当大人不在时不要偷看桌上放的一张纸牌，结果数百名参试儿童中有2 / 3偷看了牌而谎称没有看过。

2～3岁的孩子中有65%说谎，6岁儿童的说谎率则高达90%，而且说谎率往往随着年龄的增大和社会阅历的增加而升高。

造成孩子说谎的原因是多种多样的，对于儿童说谎应具体分析，不能简单对待。

关于防止和矫正孩子说谎行为的方法，主要如下：1.在孩子面前，家长应注意自己的言行研究表明，说谎的儿童最有可能来自父母有此行为的家庭。

要知道，大人一句漫不经心的谎话会给一旁细心的孩子非常不好的影响。

因此，作为父母，应注意给孩子树立起不说谎话的榜样。

2.家长应正确处理孩子的错误与过失孩子总会犯错误，也会有过失。

放任孩子的错误是不对的，但是以简单粗暴的殴打惩罚对待有过失的孩子，其教育方式也是最拙劣的。

而且，父母的严厉责打，常常是孩子撒谎的原因之一。

因此，作为家长应能控制自己的情绪，以冷静的心态对待孩子出现的错误和过失，倾听他们的诉说，帮助他们分析产生错误和过失的原因及改正方法，以避免孩子出现说谎行为。

3.引导孩子正确认识说谎行为许多研究表明，说谎存在智力差异。

说谎的孩子一般比较聪明，而说不说谎的孩子有的则比较迟钝。

对于说谎，应该辩证地看。

有些谎话是虚伪的表现，是骗人的行为；有些谎话则是为了开玩笑；而有的谎话其欺骗的对象是敌人、坏人。

儿童由于理性分析能力较差，不能完全区分虚伪的谎言和正义的谎言，往往一概模仿。

所以，家长对孩子的说谎行为不能简单斥责，而应注意培养孩子明辨是非的能力，正确引导孩子的模仿行为。

<<体育心理学>>

编辑推荐

《体育心理学》是由刘淑慧所编写，高等教育出版社出版发行的。

<<体育心理学>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>