

2021 年广东理工学院普通专升本考试大纲

社会体育指导与管理《社会体育导论与体育心理》

I. 考试性质

普通高等学校专升本招生考试是由专科毕业生参加的选拔性考试。《社会体育导论与体育心理》课程是广东理工学院招收专科毕业生入读社会体育指导与管理专业的考试课程之一。学校根据考生的成绩，按已确定的招生计划，德、智、体全面衡量，择优录取。该考试具有较高的信度、较高的效度、必要的区分度和适当的难度。

II. 考试内容和要求

基本要求：社会体育导论的研究对象是发生在社会体育领域中的各种体育现象，对社会体育的研究基本属于管理学、社会学范畴。它要研究对社会体育组织管理的最佳方案，以及处理有关社会体育中各种问题的原则方法。这门课程作为社会体育专业导论性教材，主要围绕“社会体育”这一基本概念，一方面要求考生理解社会体育的概念、功能、发展进程，以及社会体育与社会的关系；另一方面又要学生从本质上去把握社会体育的目的、任务、以及社会体育的参与、社会体育管理、社会体育活动及社会体育机构等专题。体育心理学是体育各专业的必须要学习的一门专业基础课，既是一门理论学科，又是一门应用性很强的学科，也是体育教师必须掌握的教育学科。这门课程一方面要求考生将体育心理学的理论成果和实证的研究方法充分运用于解释参与体育活动如何影响一个人的心理发展、健康和幸福；另一方面又要求学生初步掌握体育心理学的基本理论与基本知识架构，在体育运动指导的实践中，能熟练分析心理学现象，并且能在体育教学、体育锻炼和体育训练中灵活运用有关体育心理学的知识、理论来解决实际应用时出现的问题。社会体育导论与体育心理学用以检验学生是否达到了《高等学校社会体育指导与管理专业社会体育导论与体育心理学教学大纲》所规定的基本要求。

一、社会体育导论部分

绪论

1、考试内容

(1) 社会体育学科的研究对象与教材体系

2、考试要求

(1) 理解社会体育学科的研究对象和学科范畴

第一章 社会体育概述

1、考试内容

(1) 社会体育的概念体系

(2) 与社会体育相关的概念

(3) 当代国外大众体育的发展概况

2、考试要求

- (1) 掌握社会体育的概念
- (2) 掌握群众体育、大众体育等与社会体育相关的一系列概念。
- (3) 了解当代国外大众体育的发展状况以及我国社会体育的未来。

第二章 社会体育与社会进步

1、考试内容

- (1) 社会体育与生活方式
- (2) 社会体育与大众健康

2、考试要求

- (1) 掌握生活方式中影响社会体育的几个要素
- (2) 掌握健康的定义，了解健康标准
- (3) 掌握体质与亚健康概念
- (4) 掌握引起亚健康的主要原因

第三章 我国社会体育的目的与任务以及地位与功能

1、考试内容

- (1) 我国社会体育的目的与任务
- (2) 社会体育的地位与功能

2、考试要求

- (1) 确定我国社会体育目的与任务的依据
- (2) 理解我国社会体育的任务
- (3) 了解实现我国社会体育目的与任务的基本途径
- (4) 掌握社会体育的各项功能

第四章 社会体育参与

1、考试内容

- (1) 社会体育参与概述
- (2) 影响社会体育参与的基本因素

2、考试要求

- (1) 掌握社会体育参与的概念、特点及意义
- (2) 掌握影响社会体育参与的基本因素（个体因素和外部因素）

第五章 影响社会体育发展的因素

1、考试内容

- (1) 影响社会体育发展的宏观因素
- (2) 影响社会体育发展的中观因素

2、考试要求

- (1) 了解影响社会体育发展的宏观因素
- (2) 掌握体育体制的概念以及体育管理体制的类型

第六章 社会体育活动的原则、内容与方法

1、考试内容

- (1) 社会体育活动的原则
- (2) 社会体育活动内容
- (3) 社会体育活动的联系方法
- (4) 社会体育活动的指导方法

2、考试要求

- (1) 了解社会体育活动的原则
- (2) 掌握社会体育活动的内容及特点
- (3) 掌握社会体育活动的指导方法的概念及要求

第七章 社会体育活动的分类指导

1、考试内容

- (1) 社会体育的人群分类
- (2) 社会体育的社会组织分类

2、考试要求

- (1) 了解妇女体育的特点
- (2) 掌握影响我国妇女参与体育的因素及女子体育健身的一般原则
- (3) 了解老年人体育特点及体育锻炼的指导原则及与锻炼方法
- (4) 理解我国社区体育的现状

第八章 社会体育管理的内容

1、考试内容

- (1) 社会体育人员管理
- (2) 社会体育物质管理
- (3) 社会体育信息管理
- (4) 社会体育社会问题处理

2、考试要求

- (1) 理解我国社会体育指导员制度发展轨迹
- (2) 掌握我国体育场馆设施及经营现状
- (3) 掌握体育信息传媒的媒介
- (4) 掌握体育问题的特点及社会体育问题的原因分析

第九章 社会体育管理的方法

1、考试内容

- (1) 社会体育管理的经济方法
- (2) 社会体育管理的行政方法

2、考试要求

- (1) 掌握经济方法的特点及作用
- (2) 掌握行政方法的特点
- (3) 掌握体育行政管理的方法与类型

第十章 社会体育机构

1、考试内容

- (1) 体育行政机构

2、考试要求

- (1) 理解国家体育总局的职责

二、体育心理学部分

第一章 体育心理学概述

1、考试内容

- (1) 体育心理学与运动心理学、锻炼心理学的关系
- (2) 体育心理的概念、研究方法
- (3) 体育学习的心理学基础

2、考试要求

- (1) 理解体育心理学与运动心理学、锻炼心理学的关系
- (2) 掌握体育心理的概念、研究方法
- (3) 理解体育学习的心理学基础

第二章 运动中的目标定向和目标设置

1、考试内容

- (1) 目标定向及分类
- (2) 体育教学中培养学生的学习目标定向
- (3) 体育体育活动中有效目标设置的原则
- (4) 团队目标的设置方法

2、考试要求

- (1) 掌握目标定向及分类
- (2) 掌握体育教学中培养学生的学习目标定向及体育体育活动中有效目标设置的原则
- (3) 理解团队目标的设置方法

第三章 运动兴趣和动机

1、考试内容

- (1) 运动兴趣的概念、品质及分类
- (2) 影响运动兴趣水平的主要因素
- (3) 运动动机的定义、功能及种类
- (4) 运动动机的培养与激发

2、考试要求

- (1) 掌握运动兴趣的概念、品质及分类
- (2) 掌握影响运动兴趣水平的主要因素
- (3) 掌握运动动机的定义、功能及种类
- (4) 理解运动动机的培养与激发

第四章 运动归因

1、考试内容

- (1) 归因理论、习得性无助感
- (2) 影响运动归因的因素
- (3) 体育运动中的归因训练

2、考试要求

- (1) 理解归因理论
- (2) 掌握习得性无助感
- (3) 掌握体育运动中的归因训练
- (4) 理解影响运动归因的因素

第五章 体育活动与心理健康

1、考试内容

- (1) 体育活动的界定
- (2) 体育活动的心理健康效益

2、考试要求

- (1) 理解体育活动的界定
- (2) 理解体育活动的心理健康效益

第六章 唤醒、焦虑、心境状态与体育运动表现

1、考试内容

- (1) 唤醒与焦虑的概念
- (2) 倒 U 型假说
- (3) 多维焦虑理论

2、考试要求

- (1) 掌握唤醒与焦虑的概念
- (2) 掌握倒 U 型假说

(3) 理解多维焦虑理论

第七章 心理技能训练概述

1、考试内容

- (1) 什么是心理技能
- (2) 心理技能的分类与内容

2、考试要求

- (1) 掌握心理技能的概念
- (2) 理解心理技能的分类与内容

第八章 动作技能的学习

1、考试内容

- (1) 动作技能的分类
- (2) 动作技能学习的评价方法
- (3) 技能迁移的概念
- (4) 技能迁移的测量与评价

2、考试要求

- (1) 掌握动作技能的分类
- (2) 掌握技能迁移的概念
- (3) 掌握技能迁移的测量与评价
- (4) 理解动作技能学习的评价方法

第九章 体育教学效果的心理学方法

1、考试内容

- (1) 体育教学目标及其作用
- (2) 体育教学基本方法的心理学分析

2、考试要求

- (1) 理解体育教学目标及其作用
- (2) 理解体育教学基本方法的心理学分析

第十章 体育运动中学生的个体差异

1、考试内容

- (1) 个体心理特征差异

2、考试要求

- (1) 理解个体心理特征差异

第十一章 运动损伤的心理致因和康复

1、考试内容

- (1) 运动损伤的心理反应

(2) 运动损伤的心理康复方法

2、考试要求

(1) 理解运动损伤的心理反应

(2) 理解运动损伤的心理康复方法

第十二章 运动中的团体凝聚力

1、考试内容

(1) 体育团体凝聚力的定义和特征

2、考试要求

(1) 理解体育团体凝聚力的定义和特征

第十三章 运动中的领导行为

1、考试内容

(1) 教练员的领导功能及作用

(2) 教练员影响力的种类

2、考试要求

(1) 理解教练员的领导功能及作用

(2) 理解教练员影响力的种类

第十四章 体育运动中的品德心理

1、考试内容

(1) 攻击性行为的分类

2、考试要求

(1) 理解攻击性行为的分类

III. 考试形式及试卷结构

一、考试形式

闭卷，笔试，试卷满分为 200 分，考试时间为 150 分钟。

二、试卷内容比例 社会体育导论+体育心理学（100 分+100 分，共 200 分）

1、社会体育导论部分（占试卷总分的 100 分）

| | |
|-----|--------|
| 绪论 | 约占 3% |
| 第一章 | 约占 9% |
| 第二章 | 约占 15% |
| 第三章 | 约占 15% |
| 第四章 | 约占 6% |
| 第五章 | 约占 6% |

| | |
|-----|--------|
| 第六章 | 约占 10% |
| 第七章 | 约占 12% |
| 第八章 | 约占 12% |
| 第九章 | 约占 9% |
| 第十章 | 约占 3% |

2、体育心理学部分（占试卷总分的 100 分）

| | |
|------|--------|
| 第一章 | 约占 6% |
| 第二章 | 约占 14% |
| 第三章 | 约占 26% |
| 第四章 | 约占 10% |
| 第五章 | 约占 3% |
| 第六章 | 约占 9% |
| 第七章 | 约占 4% |
| 第八章 | 约占 13% |
| 第九章 | 约占 5% |
| 第十章 | 约占 2% |
| 第十一章 | 约占 2% |
| 第十二章 | 约占 2% |
| 第十三章 | 约占 2% |
| 第十四章 | 约占 2% |

三、试卷题型比例

社会体育导论部分：

- 1 名词解释，占 20%
2. 填空题，占 20%
- 3 单项选择题，占 20%
4. 简答题，占 20%
5. 论述题，占 20%

体育心理学部分：

- 1 名词解释，占 20%
2. 判断题，占 20%
- 3 单项选择题，占 20%
4. 简答题，占 24%

5.论述题， 占 16%

四、试卷难易度比例

试题按其难度分为容易题、中等题、难题，三种试题分值的比例为 4:3:3。

IV.参考书目

《社会体育导论》（第二版）卢元镇主编，高等教育出版社 2011 年版。9787040339215。

《体育心理学》（第三版）季浏主编，高等教育出版社 2016 年版。9787040443325。

V.题型示例

一、名词解释（每小题 5 分，共 40 分）

- 1、社会体育参与
- 2、表象训练

二、填空题（每空 1 分，共 20 分）

- 1、动作示范是体育指导的重要方法，正确运用示范法，要做到_____、_____、_____、_____。

三、单项选择题（每小题 2 分，共 40 分）

- 1、社会体育指导员技术等级有：（ ）

- A、一级 B、二级
C、三级 D、国家级

2、对动作精确性和稳定性的要求越高的运动技能，越需要在_____的唤醒水平下才能够取得较好的运动表现。

- A.较高 B.很高 C.很低 D.较低

四、判断题（每小题 2 分，共 20 分）

- 1、当前归因研究中最有影响的理论是 Kelle 的归因理论。（ ）

五、简答题（共 44 分）

- 1、我国社会体育的任务是什么？
- 2、什么是协变性原则，并举例说明？

六、论述题（共 36 分）

- 1、分析我国社区体育现状，如何进一步促进社会体育的发展？
- 2、试述如何在体育教学与训练中应用表象训练？