

<<体育职业心理学>>

图书基本信息

书名：<<体育职业心理学>>

13位ISBN编号：9787543940925

10位ISBN编号：7543940922

出版时间：2010-1

出版时间：上海科学技术文献出版社

作者：朱学雷，肖F婵 主编

页数：171

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>

<<体育职业心理学>>

前言

近年来,全国体育职业学院、体育运动职业技术学院和体育运动技术学院正在由原来培养高水平运动员的单一目标向培养高水平运动员和社会所需体育适用型人才并重目标的转变。

为此,体育职业类院校的教学计划、教学内容和教学手段等都在逐渐转变。

很显然,教材建设更应围绕培养目标而作相应调整。

《体育职业心理学》是继《体育职业测量与评价》和《体育职业营养概论》两本教材出版后又一本体育职业类院校的教学用书。

该书既吸纳和借鉴了《体育心理学》和《运动心理学》的研究成果,又融合了《体育概论》、《社会心理学》和《心理咨询》等方面的成果。

该书第一次将体育活动的生理效益、心理效益和社会效益在一本教材中作了较详尽的阐述,为人们认识和从事体育活动展示了一个新的视角;该书还将体育活动中的人际交往和心理咨询作了较全面的论述,这对学习者(无论是专业运动员,还是体育院校的学生)更具实用性和可操作性。

此外,该书在结构上与传统的《体育心理学》和《运动心理学》等教材相比,突出了体育职业的特点,尝试了一些新的思路,对今后体育心理学和运动心理学的建设、研究和发展可以起到抛砖引玉之功效。

特别是,我国大部分竞技运动项目将向俱乐部制和职业化转变。

在这一过程中,我们必然会遇到各种各样新的问题、新的挑战。

比如,俱乐部的管理、各种关系的协调、各类人员的心理等等,都要求我们去探索各种各样的办法和尝试各种各样应对措施。

《体育职业心理学》的出版将有助于竞技体育运动向职业化的转变。

众所周知,体育产业是朝阳产业,同理,体育职业也是朝阳职业。

我深信,随着体育职业院校的大力发展,特别是体育职业类院校教材建设力度的加强,必将更有助于体育职业人才的培养,有助于体育职业的健康发展。

<<体育职业心理学>>

内容概要

本书结合体育心理学和运动心理学的有关理论与研究成果，重点阐述了体育活动的生理效益、心理效益和社会效益，并围绕体育职业的心理特点、人际交往和心理咨询等问题作了较详尽的论述。

本书的特点和新颖之处，主要在于首次将我国已出版各类体育运动心理学书籍中就体育活动中所能获得的生理效益、心理效益和社会效益作了较完整、清晰地阐述。

本书有助于人们更全面地认识体育活动，参与体育活动，特别是体育职业的心理特点和体育职业活动中人际交往的方法和策略作了详细介绍，有助于人们有意识地运用心理学手段和方法，更有效地提高体育锻炼和竞技运动的效果与质量。

此外，在体育职业活动中较完整地引入心理咨询和心理测量与评价，有助于体育锻炼和竞技运动中更关注运动者的因素，更有利于运动者素质的全面提高。

<<体育职业心理学>>

书籍目录

第一章 绪论 第一节 体育活动的本质 第二节 从事体育活动获得的生理效益 第三节 从事体育活动获得的心理效益 第四节 从事体育活动获得的社会效益 思考题第二章 体育活动的认知因素 第一节 体育活动中的感知因素 第二节 体育活动中的注意和记忆 第三节 体育活动中的思维和想象 思考题第三章 体育活动的情绪与意志 第一节 情绪、情感的概述 第二节 体育活动中的紧张、焦虑与唤醒 第三节 体育活动中的意志 思考题第四章 体育活动的动力因素 第一节 体育活动动机 第二节 体育兴趣 第三节 体育态度 思考题第五章 体育活动的个性因素 第一节 体育活动与运动能力 第二节 体育运动与性格差异 第三节 体育运动与气质第六章 体育职业的心理特点 第一节 体育产业概述 第二节 体育服务职业的心理特点 第三节 竞技运动职业的心理特点 思考题第七章 体育职业活动中的人际交往 第一节 人际交往的概述 第二节 体育职业活动中的人际交往 第三节 体育职业活动中的人际交往方法与策略 思考题第八章 体育职业活动中的心理咨询 第一节 心理咨询概述 第二节 体育职业活动中的心理咨询 第三节 体育职业活动心理测量与评价 思考题 附表一 附表二 附表三第九章 体育活动技能的学习和指导 第一节 体育活动技能与学习理论 第二节 体育活动技能的获得 第三节 体育活动技能的指导 思考题参考文献

章节摘录

插图：（二）健身体育健身体育也可成为“社会体育”、“群众体育”。

它是为了娱乐群众身心、增强体质、防治疾病和培养体育后备人才，在社会上广泛开展的体育活动的总称，包括职工体育、农民体育、社区体育、老年人体育、妇女体育、残疾人体育等。

主要形式有锻炼小组、运动队、辅导站、体育之家、体育活动中心、体育俱乐部、棋社，以及个人自由体育活动等。

实践证明，广泛开展群众性体育活动，是发挥体育的社会功能，提高民族素质和完成体育任务的重要途径。

（三）休闲体育休闲体育是指在余暇时间或特定时间所进行的一种以愉悦身心为目的的体育活动。

它具有业余性、消遣性、文娱性等特点，能涉及的内容一般有球类游戏、活动性游戏、旅游、棋类以及传统民族体育活动等。

按活动的组织方式可分为个人的、家庭的和集体的；按活动条件可分为室内的、室外的；按竞争性可分为竞赛性的和非竞赛性的；按经营方式可分为商业性的和非商业性的；按参加活动的方式可分为观赏性活动和运动性活动。

开展娱乐性体育活动，有益于身心健康，陶冶情操，培养高尚品格。

（四）医疗体育医疗体育是指运用体育手段治疗某些疾病与创伤，恢复和改善机体功能的一种医疗方法。

它是一种主动的、全身的以及自然的疗法。

它一般不受时间、地点、设备条件的限制，常采用医疗体操、慢跑、散步、自行车、气功、太极拳和特制的运动器械（如拉力器、自动跑台等），以及日光浴、空气浴、水浴等为治疗手段。

宜因人而异、持之以恒、循序渐进，并配合药物或手术治疗和心理疏导。

当前，医疗体育已经逐渐成为大部分中国老年人的一种生活方式。

<<体育职业心理学>>

编辑推荐

《体育职业心理学》：体育职业学院·体育职业技术学院·体育运动技术学院系列教材

<<体育职业心理学>>

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>