



正保自考365
www.zikaohu.com

18. 奥地利精神病学家舒尔兹提出的放松方法是
 A. 渐进放松方法 B. 自生放松方法 C. 松静气功 D. 以上都不是
19. 在体育教学中,以下摇摇摇属于言语指导形式。
 A. 口哨 B. 人际距离 C. 口令和指示 D. 身体动作
20. 在运动记忆中,摇摇摇是最主要的记忆。
 A. 形象记忆 B. 词语——逻辑记忆
 C. 情绪记忆 D. 动作记忆

非选择题部分

注意事项:

摇摇摇用黑色字迹的签字笔或钢笔将答案写在答题纸上,不能答在试题卷上。

二、填空题(本大题共 13 小题,每空 1 分,共 20 分)

21. 心理测量的操作者称为摇摇摇,研究对象称为摇摇摇。
22. 体育兴趣对体育学习和体育锻炼具有摇摇摇和摇摇摇的作用。
23. 运动表象的形式有摇摇摇、摇摇摇、模仿表象、情境表象。
24. 动作记忆的遗忘量远远摇摇摇词语记忆的遗忘量。
25. 开放性运动技能要达到高水平,个体必须对摇摇摇有整体的认知,对外界变化情况有预见能力及应激处理能力。
26. 体育心理学的研究内容主要涉及两个方面:一是研究学校范围内的与摇摇摇、训练、比赛有关的心理学问题。二是研究与从事摇摇摇有关的心理学问题。
27. 班杜拉的观察学习理论包括注意过程、保持过程、摇摇摇、摇摇摇。
28. 影响体育团队凝聚力的因素主要有团队成员间的相似性、团队中的人际关系、摇摇摇和摇摇摇。
29. 体育运动产生丰富的摇摇摇,是体育运动本身特点所决定的,也是体育运动吸引力所在。
30. 心理技能训练的方法有目标设置训练、放松训练、表象训练、自我暗示训练、摇摇摇训练和摇摇摇训练等。
31. 体育团体的凝聚力可分为任务凝聚力和摇摇摇两个方面。
32. 与分解法相比,摇摇摇教学法更有利于开放性运动技能的学习。
33. 学生学习手倒立动作时教师一边提醒他收腹,一边轻拍和推他的腹部就是让学生经历一个获取摇摇摇的认识过程。

三、名词解释题(本大题共 5 小题,每小题 3 分,共 15 分)

34.运动表象

35.体育习惯

36.放松训练

37.认知-运动能力

38.体育团队

四、简答题(本大题共 5 小题,每小题 6 分,共 30 分)

39.现代体育发展的社会心理因素?

40.培养体育动机的途径有哪些?

41.示范法的心理学意义是什么?

42.影响运动技能迁移的因素主要是什么?

43.问卷调查法的特点是什么?

五、论述题(本大题 15 分)

44.如何调控学生体育学习中的焦虑情绪?



正保自考 365
www.zikao365.com