

体育心理学 实验教学大纲

课程代码： _____ 课程名称： 体育心理学

课程性质： 必修 _____ 课程类别： 专业基础

实验项目个数： 4 个 _____ 面向专业： 体育

实验教材： 季浏主编.《体育心理学》. 高等教育出版社, 2005 年版

一、课程学时学分

课程学时： 54 学时 _____ 学 分： 3

实验学时： 8 学时 _____

二、实验目的、任务、教学基本要求及考核方式

1、目的和任务：

通过教学，使学生初步掌握体育心理学实验的基本操作技术，进一步验证理论教学中所学习的基本理论知识。同时，培养学生分析问题和解决问题的能力以及严谨的科学态度和实事求是的工作作风，为今后从事体育教学、指导运动训练、组织竞赛，以及开展科学研究奠定基础。

2、教学基本要求：

- (1) 通过实验加深对体育心理学研究结论的理解；
- (2) 熟悉实验项目的基本原理以及实验操作的具体程序；
- (3) 实验数据记录规范，根据实验结果进行分析和讨论，形成规范的实验报告。

3、考核方式

考核依据：实验报告

考核办法：学生提交 4 份必开实验的实验报告，按实验报告质量逐份评分（评分指标：实验目的、实验原理的明确性；实验步骤、实验数据记录的规范性；结果讨论的科学性），得出均分作为平时成绩折合后进入课程成绩。

三、实验项目一览表

序号	实验项目名称	建议学时	实验内容及目的	实验要求	实验类型	备注
1	肘关节感受性实验	2	测量个体肘关节动觉感受性的准确度，掌握肘关节动觉感受性的测定方法	必修	应用性	动觉方位辨别仪
2	注意分配能力测定	2	模拟验证注意分配的可能性与条件，测定被试的注意分配能力	选修	应用性	EP708 注意分配仪
3	动作技能练习曲线的测定	2	通过镜画学习实验来分析技能形成的过程，学习绘制练习曲线	选修	验证性	JGW—B 型心理实验台镜画仪单元
4	动作技能迁移的测定	2	检验右手练习对左手练习的影响，验证迁移现象	选修	验证性	JGW—B 型心理实验台镜画仪单元
5	知觉类型的测定——棒框实验	2	通过测量认知方式，学习棒框仪的使用方法，通过棒框实验，证明直线图形后效现象、场依存性和场独立性	必修	验证性	棒框仪
6	深度知觉测定	2	了解深度知觉现象，学习使用深度知觉仪测量，比较双眼和单眼在辨别深度时的差异	必修	验证性	JGW—B 心理实验台深度知觉仪单元
7	运动心率测定	2	测量不同运动进程中的心率变化，掌握运用心率来监控运动状态的方法	必修	应用性	polo 遥控心率测量仪
8	生物反馈放松训练实验	2	通过反馈训练补充完善体内的反馈联系通路，以达到加强对内脏器官活动的随意性调节。通过反馈训练，干预和改变个体的行为模式，达到抗应激的作用	选修	应用性	十通道生物反馈仪
9	“起跑”状态练习	2	帮助训练者建立良好的起跑状态	选修	应用性	十通道生物反馈仪

说明：在“实验要求”栏标明该实验项目是“必修”还是“选修”；在“实验类型”栏标明该实验项目是“演示性”、“验证性”、“应用性”、“设计性”还是“综合性”实验；在“备注”栏标明完成该实验项目所需的主要仪器设备名称。

本大纲主笔人： 孙杰

审核人： 朱兴国
教育科学 学院