

《人类动作发展概论》课程教学大纲

| | | |
|---------------|--|--|
| 课程信息 | <p>1. 课程定义：《人类动作发展概论》是一门研究与揭示人们一生中所体验到的动作行为的变化的学科。动作的发展是这一学科的研究对象。该课程是应用心理学专业人才培养所需开设的专业选修课程。</p> <p>2. 编写依据：本教学大纲依据《武汉体育学院应用心理学专业本科人才培养方案》（2018 年版）编写。</p> <p>3. 课程性质：专业选修课</p> <p>4. 学时数（周数）与学分：36 学时，2 学分</p> | |
| 课程目标 | 通过本课程的学习，学生能够深刻认识人类动作发展的特点与规律，系统掌握促进个体动作发展的技术与方法，具备从事动作发展教学、课余活动组织、动作康复促进干预的能力。 | |
| 预期学习成果 | 完成课程后学生将能够： | 对应毕业要求： |
| | 1. 明确个体动作发展的规律与特点，掌握动作发展的基本理论，全面认识影响个体动作发展的个体、环境和任务约束 | <p>1 系统掌握心理学基础知识和基本理论。</p> <p>2 掌握一定的运动科学知识和体育运动技能。</p> <p>3 了解心理学的发展历史、学科前沿和发展趋势。</p> |
| | 2. 掌握个体动作发展测量的技术和方法，并对个体动作发展水平做出科学评估和诊断 | 1 掌握心理学研究和实验的基本方法、手段和技能。 |
| | 3. 根据不同年龄阶段、不同类型的个体设计促进动作发展的个性化干预方案 | <p>1 具备发现、提出、分析和解决心理学及相关问题的能力。</p> <p>2 具有较强的学习、表达、交流和协调能力。</p> |

| | | | | |
|--|-------------|--|---|--------------------------------|
| | 4. | | 4. | |
| 教学内容 | 教学时数 | 教学方法 | 预期成果 | 评价方法 |
| <p>1. 人类动作发展简介</p> <p>知识点：动作发展、动作发展的重要性、发展的视角、动作发展的历史与趋势、人类动作发展的学科性质</p> | 2 | <p>1. 课堂讲授：动作发展的基本概念与理论。</p> <p>2. 课堂讨论：体育教学中动作发展的重要性。</p> | 掌握动作发展内涵及其相关概念的联系，理解动作发展在个体发展中的重要作用；明确当前学校体育教学中存在的动作发展方面的问题。 | <p>提问</p> <p>课后作业：动作与技能的关系</p> |
| <p>2. 动作发展对中国体育课程教学的重要意义和价值</p> <p>知识点：动作发展与当前体育课程教学改革、对体育课程教学的影响、对中国体育课程的促进、动作发展的初步研究、意义、促进发展的动作教育、应注意的问题</p> | 2 | <p>1. 课堂讲授：动作发展在体育教学中的重要价值。</p> <p>2. 文献阅读分析：中国体育教学中动作发展研究现状。</p> | 充分认识动作发展在学校体育教学中的重要地位；明确促进当前学校体育教学中学生动作发展需要解决的问题。 | 学生分组报告，教师点评总结 |
| <p>3. 影响动作发展的因素</p> <p>知识点：先天和后天、环境、经验、认知、交互作用</p> | 2 | <p>1. 课堂讲授：先天与后天因素对动作发展的影响及其交互作用。</p> <p>2. 文献阅读分析：儿童认知发展与精细动作发展</p> | 全面理解随着个体成长影响动作发展的因素及其变化规律；认识到不同影响因素之间的交互作用；根据先天因素，利用环境因素在教学中促进个体动作发展。 | 提问；现象分析 |

| | | | | |
|--|---|---|---|-------------------------|
| | | 的关系。 | | |
| <p>4. 动作研究的理论和方法</p> <p>知识点：前导时期、成熟论时期、规范或描述时期、信息加工时期、动态系统时期、发展的动作神经科学时期</p> | 2 | <p>1.课堂讲授：动作发展研究不同时期的理论与方法。</p> <p>2.文献阅读：基于认知神经科学的动作发展研究。</p> | 理解动作发展研究历史以及相应理论与方法；明确不同理论观点的优缺点。 | <p>提问</p> <p>脑图制作</p> |
| <p>5. 胚胎期的成长与动作发展</p> <p>(1) 胚胎期的生物约束</p> <p>知识点：妊娠早期、中期、晚期</p> <p>(2) 产前期的环境约束</p> <p>知识点：酒精、吸烟、污染、食源性、毒品、药物、营养、锻炼、传染性、应激</p> <p>(3) 胎儿期的任务约束</p> <p>知识点：母亲、反射、胎教的作用</p> | 2 | <p>1.课堂讲授：生物、环境与个体对胚胎期动作发展的影响性质与预防/利用。</p> <p>2.文献阅读：胎教的作用。</p> | 理解优生优育对个体动作发展的重要作用；认识到个体动作发展的长期性、系统性；养成良好的生活习惯。 | <p>案例分析</p> <p>提问</p> |
| <p>6. 婴儿期的成长与动作发展</p> <p>知识点：婴儿的成长、婴儿的动作行为、反射时期、反射—动作发展的基石、自发动作、预先适应期、婴儿动作发展的理论观</p> | 2 | <p>1.课堂讲授：婴儿成长过程中动作发展的规律与特点、基本动作反射。</p> <p>2.文献阅读分析：原始反</p> | 掌握婴儿期动作发展规律以及身体素质对动作发展的影响；明确不同反射出现的时机及表现。 | <p>提问</p> <p>文献分析报告</p> |

| | | | | |
|--|---|---|--|------------|
| 点、一岁以后的动作发展 | | 射与自主动作的关系。 | | |
| 7. 婴幼儿及儿童期精细动作的发展 知识点：伸够和抓握动作、使用工具的动作发展、绘画动作的发展、书写动作的发展、双手的协调发展、手—眼协调发展 | 4 | 1. 课堂讲授：婴幼儿与儿童期抓握、书写、绘画等动作发展规律；动作发展水平测试。 2. 课堂实验：精细动作测试。 | 明确婴儿及儿童期动作发展特点与规律，掌握精细动作发展测试手段与方法。 | 提问、测验、研究报告 |
| 8. 儿童期大肌肉群的动作发展 知识点：动作技能发展的模型、了解动作技能模式的发展、动态系统范式、操作技能的发展、位移技能的发展、基本动作技能干预 | 4 | 1. 课堂讲授：儿童期位移动作、操作动作和控制动作等动作发展规律；动作发展水平测试。 2. 课堂实验：大肌肉群动作测试。 | 明确儿童期跑、跳、投、踢、挥击等大肌肉群动作发展特点与规律，掌握大肌肉群动作发展测试手段与方法。 | 提问、测验、研究报告 |
| 9. 儿童期的成长与动作发展（3-8岁） （1）个体约束 知识点：身高、体重、身体比例、身体各系统 （2）环境约束 知识点：胎儿期的保健、营养、身体活动 | 3 | 1. 课堂讲授：个体、环境和任务对儿童期动作发展的影响。 2. 文献阅读：动作发展里程碑。 | 明确儿童期环境和个体因素对动作发展的影响；理解不同因素对动作发展影响作用的差异性。 | 提问 |

| | | | | |
|---|---|---|--|---------------------------------------|
| <p>(3) 任务相关</p> <p>知识点：四肢长度、手臂的长度和肩宽、身体成分</p> | | | | |
| <p>10. 青春期的成长与动作发展</p> <p>知识点：内分泌系统、身体形态的改变、年龄和成熟状态</p> | 2 | <p>1. 课堂讲授：个体、环境和任务对儿童期动作发展的影响。</p> <p>2. 课堂讨论：青春期生理发育对动作发展的约束。</p> | <p>明确青春期动作发展的特异性与典型现象，认识到青春期动作发展的规律与约束因素，建立积极运动的信念。</p> | <p>提问</p> <p>课后作业：青春期动作发展的“尴尬”现象。</p> |
| <p>11. 老年期与动作发展</p> <p>(1) 老年期的生理变化</p> <p>知识点：骨骼、力量、肌肉、记忆、认知、活动与平衡能力</p> <p>(2) 身体活动对生活质量的影响</p> <p>知识点：心血管系统、力量、平衡、认知</p> | 2 | <p>1. 课堂讲授：老年期个体身心机能的退行性变化以及身体活动的积极作用。</p> <p>2. 研究文献分析：太极拳与老年人运动能力。</p> | <p>理解老年期身心机能衰退的基本规律及身体活动对提高老年人生活质量的积极意义，建立积极参与身体锻炼的意识。</p> | <p>提问、完成“体育锻炼对老年人XX能力的积极作用”报告</p> |
| <p>12. 个体社会性发展与动作发展</p> <p>知识点：社会影响因素、生活环境的影响、儿童的社会性发展、青少年的社会性发展、成年早期的社会性发展、成年晚期和老年期的社会性发展、动作与儿童社会性的发展</p> | 2 | <p>1. 课堂讲授：社会心理因素与物理因素对个体动作发展的影响；不同阶段的社会性发展及其与动作发展的关系。</p> <p>2. 课堂讨论：动作发展与</p> | <p>理解社会性因素对个体动作发展的作用；明确如何利用社会性因素促进不同年龄阶段个体动作发展的策略。</p> | <p>提问</p> <p>小组代表发言</p> |

| | | | | |
|--|---|--|---|---------------------|
| | | 社会性发展的双向关系？ | | |
| 13. 感知觉的发展与动作发展 知识点：视觉、动觉、触觉、知觉整合、老年早期的改变、吉布森的生态学观点、知觉—动作训练 | 2 | 1. 课堂讲授：不同感觉通道与动作发展的关系；感知觉发展规律的理论；基于感知-动作发展的训练。 2. 文献阅读：感知觉与动作发展。 | 理解感知觉发展与动作发展之间的密切联系，明确在动作发展过程中各种感知觉之间的整合作用。 | 提问 |
| 14. 认知发展与动作发展 知识点：皮亚杰的认知发展阶段理论、记忆的发展、长时记忆的发展、动作发展对认知发展的作用 | 3 | 1. 课堂讲授：认知发展理论；认知发展与动作发展的关系。 2. 课堂讨论：体育锻炼影响学习成绩吗？ | 理解认知发展与动作发展之间的双向联系；建立对体育锻炼的积极态度。 | 提问 学生自我报告 |
| 15. 身体活动与儿童的体能和肥胖 知识点：与健康相关的体能模式、终身身体活动和健康模型、青少年身体活动促进模型 | 2 | 1. 课堂讲授：明确健康的体能模式；认识到身体活动与健康之间的关系。 2. 文献阅读：体重污名对超重人群的心理与行为影响；体育活动的作用。 | 认识到身体活动与动作发展、身心健康之间的关系；熟悉促进个体身体活动的干预模型。 | 提问 课后作业“体育锻炼与肥胖” |
| | | | | |

| | | |
|------|---|--------|
| 成绩评定 | 考核办法 | 权重 (%) |
| | 1. 平时表现 (考勤、作业、课堂参与度) | 20 |
| | 2. 调查报告 (动作发展影响因素、体育教学与动作发展) | 20 |
| | 3. 理论考试 (对于重要概念、规律、理论的记忆、理解与运用) | 60 |
| | | |
| 参考书目 | 1. Greg Payne, 耿培新, 梁国立。人类动作发展概论。人民教育出版社, 2008 年 9 月。 | |
| | 2. | |
| | 3. | |

执笔人: 祝大鹏

专业负责人: 祝大鹏

开课单位审核人: 秦智

授课对象单位审核人: 秦智

注意: 此项必须写出, 以明确责任人。