

스포츠심리학의 개관

오늘의 주제

스포츠심리학

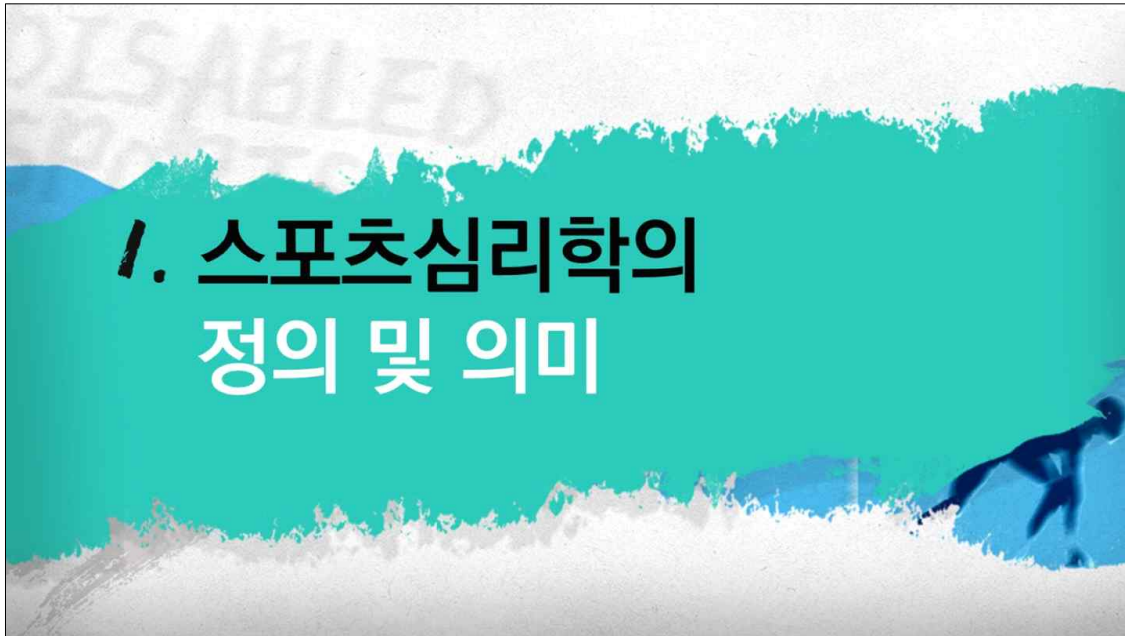
오늘의 주제

학습목차

- ① 스포츠심리학의 정의 및 의미
- ② 스포츠심리학의 역사
- ③ 스포츠심리학의 영역과 역할

Memo

본 학습 | 1. 스포츠심리학의 정의 및 의미



스포츠심리학

1. 스포츠심리학의 정의 및 의미

1 스포츠심리학의 개념

- ▶ 스포츠에서 인간행동과 연관된 문제 해결을 위한 스포츠과학의 한 분야 (Gill, 1986)
- ▶ 스포츠 및 운동 상황에서 인간과 인간 행동에 관한 과학적 연구 및 그 지식의 실재 적용 (Gould, 2014)
- ▶ 협의의 스포츠심리학
- ▶ 광의의 스포츠심리학

Memo

본 학습 | 1. 스포츠심리학의 정의 및 의미

Memo	<p>스포츠심리학</p> <p>1. 스포츠심리학의 정의 및 의미</p> <p>2 스포츠심리학의 목적 (1/2) (2017 기출)</p> <p>1) 스포츠심리학 연구의 목적 A</p> <p>목적 A</p> <p>심리 변인들이 사람들의 스포츠수행에 미치는 효과 이해하기</p> <p>예</p> <p>선수들의 불안 수준이 경기력(자유투, 페널티킥)에 미치는 영향은 무엇인가?</p>
	<p>스포츠심리학</p> <p>1. 스포츠심리학의 정의 및 의미</p> <p>2 스포츠심리학의 목적 (2/2)</p> <p>2) 스포츠심리학 연구의 목적 B</p> <p>목적 B</p> <p>신체활동 참여가 참여자들의 심리 요인이나 건강에 미치는 효과 이해하기</p> <p>예</p> <p>규칙적으로 운동에 참여하는 사람들에게 나타나는 효과는 무엇인가?</p>

본 학습 | 1. 스포츠심리학의 정의 및 의미

스포츠심리학

1. 스포츠심리학의 정의 및 의미

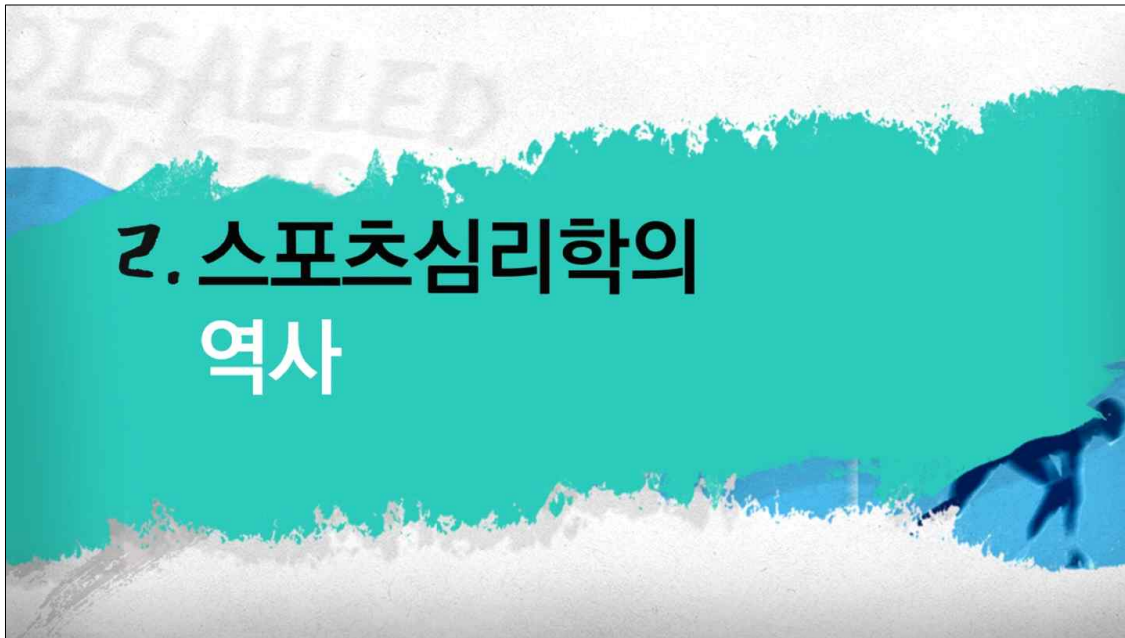
2 스포츠심리학의 목적 ㉠생각해보기

변인(Variable): 연구의 대상이 되는 측정 가능한 개념

심리변인	경기력 (Red Line)	경기력 (Blue Line)
저	90	20
중	50	50
고	20	90

Memo

본 학습 | 2. 스포츠심리학의 역사



스포츠심리학

2. 스포츠심리학의 역사

1 스포츠심리학의 역사: 북미

Period 1	Period 2	Period 3	Period 4	Period 5
1893-1920	1921-1938	1939-1965	1966-1977	1978-2000
Norman Triplett	Coleman Griffith	Franklin Henry	Bruce Ogilvie	Rainer Martens
심리학자, 인디애나 대학교	- 북미 스포츠 심리학의 아버지 - 1925년: 운동연구실험실 설립 (일리노이 대학교)	- 체육학 분야의 학문적 발전 - 스포츠심리학 대학원 프로그램	- 팀이나 선수들과 상담 시작 - 북미응용 스포츠심리학의 아버지	- 1985년: 스포츠심리학자 채용 (미국 올림픽 위원회) - 1987년: APA Division 47

Memo

본 학습 | 2. 스포츠심리학의 역사

스포츠심리학

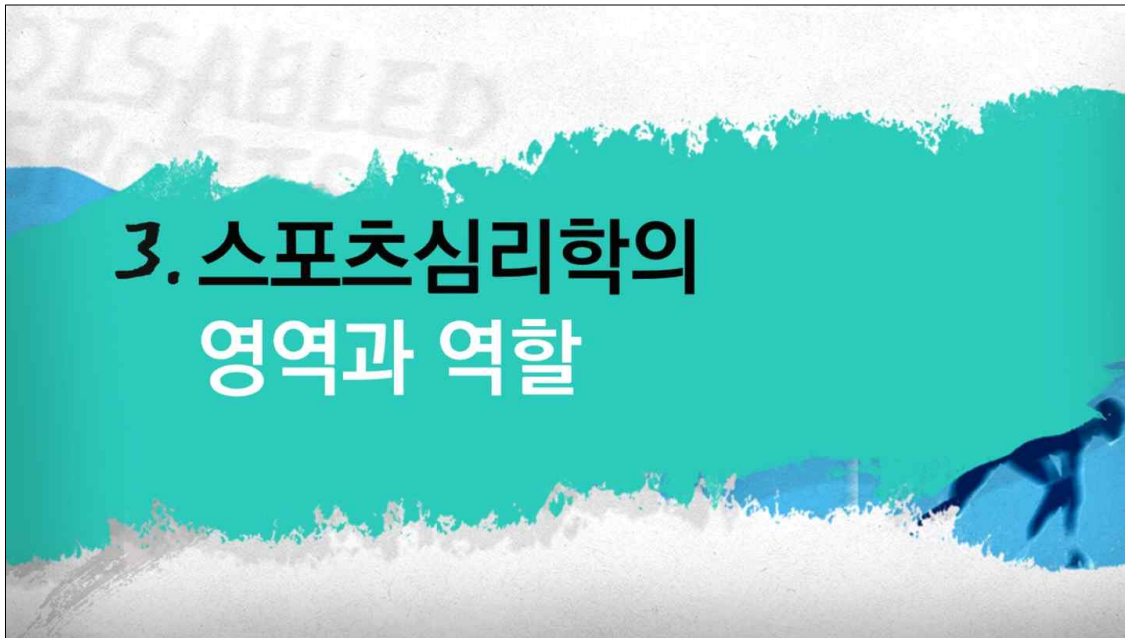
2. 스포츠심리학의 역사

2 스포츠심리학의 역사: 우리나라

1940년대	1950년대	1980년대	1990년대	2000년대
체육심리학	체육학 범주	체육학 전문화	도약기	번영기
<ul style="list-style-type: none">- 1948년 서울대학교 체육과 교육과정 포함- 경북대, 이화여대 과목 개설	<ul style="list-style-type: none">- 한국체육학회 창설 (1953년)- 한국 체육학회지 창간 (1955년)	<ul style="list-style-type: none">- 외국의 스포츠심리학 소개 (유학파 영향)- 한국스포츠 심리학회 창설 (1989년)	한국스포츠 심리학회지 발간 (1990년)	스포츠 심리상담사 자격제도 도입 (2004년)

Memo

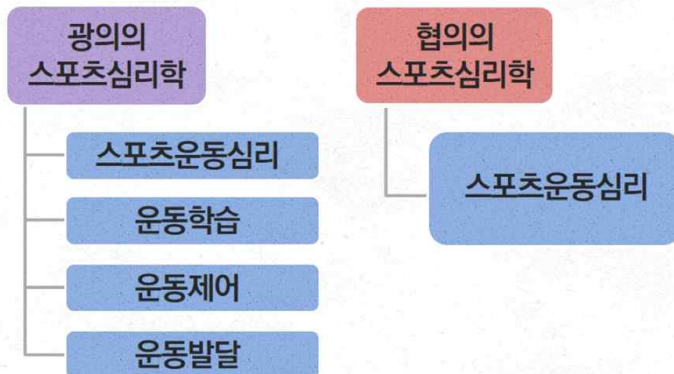
본 학습 | 3. 스포츠심리학의 영역과 역할



스포츠심리학

3. 스포츠심리학의 영역과 역할

1 스포츠심리학의 영역 (2016 기출)



Memo

본 학습 | 3. 스포츠심리학의 영역과 역할

<div>스포츠심리학</div> <div>3. 스포츠심리학의 영역과 역할</div> <div>2 스포츠심리학의 분류</div> <div><div>스포츠운동심리학</div><div>운동학습</div><div>운동제어</div><div>운동발달</div></div>	
<div>스포츠심리학</div> <div>3. 스포츠심리학의 영역과 역할</div> <div>2 스포츠심리학의 분류</div> <div><div>스포츠운동심리학</div><div>운동학습</div><div>운동제어</div><div>운동발달</div></div> <div><ul style="list-style-type: none">스포츠와 운동 상황에서 인간 행동을 연구하고 적용하는 체육학의 한 분야지속적인 운동 참여와 그것을 통해 얻을 수 있는 개인의 정신건강에 관한 연구 분야(건강운동심리학) (2018 기출)</div>	
Memo	

본 학습 | 3. 스포츠심리학의 영역과 역할

<div>스포츠심리학</div> <div>3. 스포츠심리학의 영역과 역할</div> <div><div>2 스포츠심리학의 분류</div><div><div>스포츠운동심리학</div><div><div>운동학습</div><div>운동제어</div><div>운동발달</div></div></div><div><ul style="list-style-type: none">운동기술의 효율적인 학습과 수행에 관련된 변인을 주로 인지적 관점에서 연구하는 학문</div></div>	
<div>스포츠심리학</div> <div>3. 스포츠심리학의 영역과 역할</div> <div><div>2 스포츠심리학의 분류</div><div><div>스포츠운동심리학</div><div><div>운동학습</div><div>운동제어</div><div>운동발달</div></div></div><div><ul style="list-style-type: none">인간의 움직임 생성과 조절에 대한 신경심리적 과정과 생물학적 기전을 밝히는 학문 영역 (2017 기출)</div></div>	
Memo	

본 학습 | 3. 스포츠심리학의 영역과 역할

스포츠심리학

3. 스포츠심리학의 영역과 역할

2 스포츠심리학의 분류

스포츠운동심리학

운동학습

운동제어

운동발달

○ 인간의 생애에 걸쳐 운동이 어떻게 발달하는지를 탐구하는 분야 (2018 기출)

스포츠심리학

3. 스포츠심리학의 영역과 역할

3 스포츠심리학의 하위영역 (2015 기출)

스포츠심리학

응용스포츠심리학

건강운동심리학

운동학습

운동제어

운동발달

스포츠와 성격
 스포츠와 동기
 스포츠와 정서
 자신감
 응집력
 인성
 심리기술

운동참가
 운동지속
 운동의 심리적 효과
 운동행동 이론
 중재전략

운동행동 모형
 운동학습 과정
 연습 기법
 피드백
 파지
 전이
 운동 숙련성

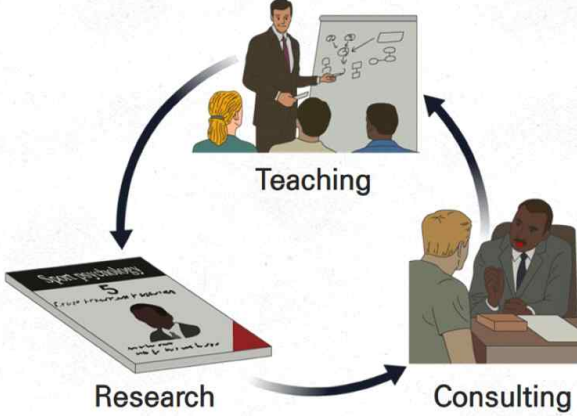
정보처리
 기억과 운동
 운동의 법칙
 운동 정확성
 운동협응
 시각과 지각

운동발달 영향 요인
 발달과 원리
 운동기능 발달
 연령별 특징

Memo

- 10 -

본 학습 | 3. 스포츠심리학의 영역과 역할

<p>스포츠심리학</p> <p>3. 스포츠심리학의 영역과 역할</p> <p>4 스포츠심리학자의 역할 (2015 기출)</p>  <p>Teaching</p> <p>Research</p> <p>Consulting</p>	<p>스포츠심리학</p> <p>3. 스포츠심리학의 영역과 역할</p> <p>4 스포츠심리학자의 역할 (2015 기출)</p> <div data-bbox="300 1209 849 1355"><div>연구</div><div>교육</div><div>상담</div></div>
Memo	

본 학습 | 3. 스포츠심리학의 영역과 역할

<div>스포츠심리학</div> <div>3. 스포츠심리학의 영역과 역할</div> <div><div>4 스포츠심리학자의 역할</div><div><div>연구</div><div>교육</div><div>상담</div></div><div><ul style="list-style-type: none">대학이나 연구기관에서 스포츠심리학 연구 수행학회에서 연구결과 발표하고 학술지에 논문으로 게재</div></div>	
<div>스포츠심리학</div> <div>3. 스포츠심리학의 영역과 역할</div> <div><div>4 스포츠심리학자의 역할</div><div><div>연구</div><div>교육</div><div>상담</div></div><div><ul style="list-style-type: none">대학에서 스포츠심리학, 운동심리학, 운동학습, 체육학연구법 등 강의대학원에서 좀더 전문화된 과목 강의 및 대학원생 지도</div></div>	
Memo	

본 학습 | 3. 스포츠심리학의 영역과 역할

Memo	<div>스포츠심리학</div> <div>3. 스포츠심리학의 영역과 역할</div> <div>4 스포츠심리학자의 역할</div> <div><div>연구</div><div>교육</div><div>상담</div><div>⋮</div></div> <div><ul style="list-style-type: none">선수과 팀을 대상으로 심리기술훈련(PST) 및 심리상담 진행</div>

마무리하기

스포츠심리학 마무리하기	
1 스포츠심리학의 정의 및 의미	
광의의 스포츠심리학 및 협의의 스포츠심리학 이해	
스포츠심리학의 연구목적 두 가지 유형 구분	
2 스포츠심리학의 역사	
북미의 스포츠심리학	
국내의 스포츠심리학	
스포츠심리학 마무리하기	
3 스포츠심리학의 영역과 역할	
스포츠심리학의 하위 영역 구분	
스포츠심리학자의 역할: 연구, 교육, 상담	
Memo	

본 내용은 경기도청에서 제작한 것으로 저작권법에 보호를 받고 있어
무단으로 이용할 수 없습니다.