

# 专科文凭 体育心理学

得到了NBA的认可





**tech** 科学技术大学

## 专科文凭 体育心理学

- » 模式:在线
- » 时长: 3个月
- » 学位: TECH 科技大学
- » 课程表:自由安排时间
- » 考试模式:在线

网页链接: [www.techtitute.com/cn/sports-science/postgraduate-diploma/postgraduate-diploma-sports-psychology](http://www.techtitute.com/cn/sports-science/postgraduate-diploma/postgraduate-diploma-sports-psychology)

# 目录

01

介绍

---

4

02

目标

---

8

03

结构和内容

---

12

04

结构和内容

---

16

05

方法

---

20

06

学位

---

28

# 01 介绍

作为体育心理学家的职业是一项蓬勃发展的职业，因为越来越多的人决定推动自己的运动生涯。运动员在参与体育运动，锻炼和其他类型的体育活动时，会探索与参与和表现相关的心理因素，因此专业人士的指导至关重要。该课程从理论与实践相结合的角度研究与体育相关的个人为何以及在何种条件下以特定方式表现，并探讨体育活动，幸福感与个人发展之间的相互影响"这一行业的蓬勃发展是让自己从其他专业人员中脱颖而出的绝佳机会。





“

您将得到必要的资料以  
提高领导技能并为运动  
员的活动提供心理工具”

体育心理学家这一职业正在不断发展壮大,是一个前途无量的职业选择。针对每位运动员的个体化和具体评估以了解他们所经历的心理现象,同时考虑到他们的性格和环境,使得这一职业在当前和未来社会中显得尤为重要。

因此,在这个专科文凭中,我们采用多元化的视角来探讨工作可能性提供不同的材料和技术,使体育心理学家能够做出更明智的选择以获得最佳的成果并促进身心健康。

此外,由于这是一个在线学位,学生不受固定时间表的限制,也不需要出门而是可以随时访问丰富的内容,帮助他们在体育心理学领域达到顶尖水平,按照自己的节奏,将工作和个人生活与学术生活相结合。

值得注意的是,大学课程将包括由著名的国际客座导演主持的颠覆性大师班。

这个**体育心理学专科文凭**包含市场上最完整和最新的课程。主要特点是:

- 教练和体育心理学专家呈现的实际案例开发
- 以图形, 图表和极具实用性的内容设计提供关于职业实践中不可或缺学科的实用信息
- 进行自我评估以改善学习的实践练习
- 特别强调创新的方法论
- 理论知识,专家预论,争议主题讨论论坛和个人反思工作
- 可以通过任何连接互联网的固定或便携设备访问课程内容



著名的国际客座导演将举办详尽的大师班深入研究体育心理学的最新创新”

“

体育心理学是一门因  
医疗保健趋势而需求  
日益增长的专业。成为  
这个领域的专业人士”

这门课程的教学人员包括来自这个行业的专业人士,他们将自己的工作经验带到了这一培训中还有来自领先公司和著名大学的公认专家。

通过采用最新的教育技术制作的多媒体内容,专业人士将能够进行情境化学习即通过模拟环境进行沉浸式培训以应对真实情况。

这门课程的设计集中于基于问题的学习,通过这种方式专业人士需要在整个学年中解决所遇到的各种实践问题。为此,你将得到由知名专家制作的新型交互式视频系统的帮助。

深化信任你的运动员的技能和能力,将其转化为成功。

通过体育心理学专科文凭帮助运动员通过目标和目的来认识自己的能力从而提升自己的才能。



# 02 目标

这门课程的部分目标是学习体育裁判中的心理功能, 深入研究建立自信和情绪自控的技巧, 处理职业运动员的伤病和重新适应问题以及从心理学角度深入研究体育教练的培训。这门课程致力于将学生一生中学到的知识付诸实践以跟上体育心理学的发展。





“

深入研究这个高水平的  
专科文凭提升你作为体  
育心理学家的技能”



## 总体目标

- 研究体育心理学的基本支柱
- 分析体育教练中最常见的技术和方法的可能应用
- 学习体育领域最常使用的心理学技术
- 学习体育心理学家和教练的不同跨学科工具
- 深入研究心理学家在体育方面作为促进者的工作



您将通过掌握教练技术和工具, 高效可持续地管理体育和管理方面的高绩效"





## 具体目标

### 模块 1. 体育心理学的基础知识

- ◆ 调查体育心理学家和体育教练的主要作用
- ◆ 了解体育裁判工作中涉及的心理功能
- ◆ 学习从需求到自我干预的心理过程
- ◆ 分析体育心理学的现有社会保护和协调结构

### 模块 2. 应用于体育的心理学技术

- ◆ 深入研究包容性体育和特定体育
- ◆ 揭开体育的决策过程
- ◆ 了解全面的目标和竞争计划
- ◆ 深入研究建立自信和情绪自我控制的技巧

### 模块 3. 个人品牌和数字工具的管理

- ◆ 学习个人品牌和定位的基础原理
- ◆ 深入研究社会网络的管理和处理以实现专业目标
- ◆ 了解运动员对社交网络的适当使用
- ◆ 研究适用于不同博客, 播客或视频博客平台的说服力和影响力的技巧

### 模块 4. 心理学家和教练作为促进者

- ◆ 从心理学的角度深入研究体育教练员的培训
- ◆ 了解体育心理学的工作坊设计过程和应用研究

# 03 课程管理

TECH的理念是提供学术界最完整,最先进的大学课程这也是其对教师队伍进行严格培训的原因。正因为如此,该专科文凭有体育心理学领域的权威参考资料的参与。通过这种方式,他们编写了各种教材,其质量和适应当今劳动力市场需求的能力都非常突出。因此,毕业生可以获得他们所需的保证获得使他们能够显着改善职业前景的经验。





“

您将得到由体育心理学  
领域杰出专业人士组成  
的教学团队的支持”

## 国际客座董事

Barbara Roberts医生是一位著名的临床心理学家在体育心理健康领域享有国际公认的职业生涯。因此，她在华盛顿指挥官橄榄球队的健康和临床研究总监中发挥了重要作用，这一职位使她成为在NFL球队全职工作的少数拥有临床心理学博士学位的专业人士之一。在这里，他的工作重点是实施积极主动的心理健康管理方法，寻求为球员的健康及其对表现和整体健康的影响奠定坚实的基础。

此外，他的职业生涯还包括在联邦监狱局和美国监狱管理局担任重要职务。Army Aberdeen Proving Ground设计了一些课程来支持有药物滥用问题的囚犯和军事人员。此外，他曾在药物滥用和心理健康服务管理局 (Substance Abuse and Mental Health Services Administration) 和白宫国家毒品控制政策办公室工作，这使他能够在全国范围内评估和改进治疗项目。

Barbara Roberts医生还运用她在基于证据的方法例如动机性访谈方面的专业知识为球员创造一个信任的环境帮助他们应对职业和个人生活中的挑战。从这个意义上说，他们的方法是独一无二的，能够在体育环境中使心理健康正常化并提供持续的个性化支持。接着，她还致力于帮助球员度过职业生涯的不同阶段，从NFL的第一年到退役后的生活。



## Roberts, Barbara 医生

---

- 美国华盛顿特区华盛顿指挥官健康与临床服务部主任。联合国
- Georgetown大学医学中心临床心理学家
- 白宫国家药物管制政策办公室卫生政策分析师兼协调员
- 药物滥用和心理健康服务管理局临床心理学家(Substance Abuse and Mental Health Services Administration)
- 俄克拉荷马大学临床心理学医生
- 菲斯克大学心理学研究生

“

通过TECH你将能够与世界上最优秀的专业人士一起学习”

# 04 结构和内容

这个领域的专业人士将心理控制和个人平衡对提高体育表现的影响汇集到三个模块中。这个专科文凭了从体育心理学的基本基础到体育心理学家和教练的辅助工具的所有内容, 汇集了应用于体育的心理学技术。



“

您将能够有效地与运动员沟通,帮助他们开发新的技能,使用评估测试来监控训练进度和预测成绩”

## 模块 1. 体育心理学的基础知识

- 1.1. 体育心理学介绍
- 1.2. 体育社会学和分类
- 1.3. 基本神经学基础
- 1.4. 运动神经学基础
- 1.5. 运动技能和学习
- 1.6. 心理干预模型
- 1.7. 从需求到干预训练和比赛
- 1.8. 竞技级别: 高性能运动, 技术运动和基础运动
- 1.9. 运动心理学家的作用和用处
- 1.10. 当今的运动心理学

## 模块 2. 应用于体育的心理学技术

- 2.1. 包容性运动和特定运动
- 2.2. 运动决策
- 2.3. 培训教练技术人员的支持
- 2.4. 全面的目标设定和比赛计划
- 2.5. 促进自信和情绪自控的技巧
- 2.6. 提高对所学知识的认识对自信, 自我效能和表现的影响
- 2.7. 自我指导培训
- 2.8. 应用于体育的Mindfulness
- 2.9. 应用于体育的PNL
- 2.10. 动机与情绪



### 模块 3. 个人品牌和数字工具的管理

- 3.1. 跨学科工作 (康复, 物理治疗师, 营养师, 医生等)
- 3.2. 运动员评估工具
- 3.3. 专项运动心理训练
- 3.4. 运动员学习的优化与表现规律性的追求
- 3.5. 运动表现的心理金字塔
- 3.6. 伤害和康复的心理学方法
- 3.7. 职业体育退役
- 3.8. 物质使用和其他风险
- 3.9. 应用于感知和表现的神经科学
- 3.10. 体验工具: Live Training

### 模块 4. 心理学家和教练作为促进者

- 4.1. 心理学家和教练: 过程的主角
- 4.2. 团体和团队动态
- 4.3. 强化与惩罚
- 4.4. 集中和可视化
- 4.5. 体育价值观和态度
- 4.6. 运动员性格
- 4.7. 常见问题的评估和诊断
- 4.8. 研讨会和干预会议的设计
- 4.9. 干预阶段和会议
- 4.10. 项目开发和应用研究



有推荐信的课程  
能让你从其他求  
职者中脱颖而出"

# 05 方法

这个培训计划提供了一种不同的学习方式。我们的方法是通过循环的学习模式发展起来的: **Re-learning**。

这个教学系统被世界上一些最著名的医学院所采用,并被**新英格兰医学杂志**等权威出版物认为是最有效的教学系统之一。





“

发现 Re-learning, 这个系统放弃了传统的线性学习, 带你体验循环教学系统: 这种学习方式已经证明了其巨大的有效性, 尤其是在需要记忆的科目中”

## 案例研究, 了解所有内容的背景

我们的方案提供了一种革命性的技能和知识发展方法。我们的目标是在一个不断变化, 竞争激烈和高要求的环境中加强能力建设。

“

和TECH,你可以体验到一种正在动摇世界各地传统大学基础的学习方式”



你将进入一个以重复为基础的学习系统, 在整个教学大纲中采用自然和渐进式教学。



学生将通过合作活动和真实案例，学习如何解决真实商业环境中的复杂情况。

### 一种创新并不同的学习方法

该技术课程是一个密集的教学计划，从零开始，提出了该领域在国内和国际上最苛刻的挑战和决定。由于这种方法，个人和职业成长得到了促进，向成功迈出了决定性的一步。案例法是构成这一内容的技术基础，确保遵循当前经济，社会和职业现实。

“我们的课程使你准备好在不确定的环境中面对新的挑战，并取得事业上的成功”

案例法一直是世界上最好的院系最广泛使用的学习系统。1912年开发的案例法是为了让法律学生不仅在理论内容的基础上学习法律，案例法向他们展示真实的复杂情况，让他们就如何解决这些问题作出明智的决定和价值判断。1924年，它被确立为哈佛大学的一种标准教学方法。

在特定情况下，专业人士应该怎么做？这就是我们在案例法中面临的问题，这是一种以行动为导向的学习方法。在整个课程中，学生将面对多个真实案例。他们必须整合所有的知识，研究，论证和捍卫他们的想法和决定。

## Re-learning 方法

TECH有效地将案例研究方法 与基于循环的100%在线学习系统相结合, 在每节课中结合了8个不同的教学元素。

我们用最好的100%在线教学方法加强案例研究: Re-learning。

在2019年, 我们取得了世界上所有西班牙语在线大学中最好的学习成绩。

在TECH, 你将采用一种旨在培训未来管理人员的尖端方法进行学习。这种处于世界教育学前沿的方法被称为 Re-learning。

我校是唯一获准使用这一成功方法的西班牙语大学。2019年, 我们成功地提高了学生的整体满意度 (教学质量, 材料质量, 课程结构, 目标.....), 与西班牙语最佳在线大学的指标相匹配。



在我们的方案中,学习不是一个线性的过程,而是以螺旋式的方式发生(学习,解除学习,忘记和重新学习)。因此,我们将这些元素中的每一个都结合起来。这种方法已经培养了超过65万名大学毕业生,在生物化学,遗传学,外科,国际法,管理技能,体育科学,哲学,法律,工程,新闻,历史,金融市场和工具等不同领域取得了前所未有的成功。所有这些都是在一个高要求的环境中进行的,大学学生的社会经济状况很好,平均年龄为43.5岁。

Re-learning 将使你的学习事半功倍,表现更出色,使你更多地参与到训练中,培养批判精神,捍卫论点和对比意见:直接等同于成功。

从神经科学领域的最新科学证据来看,我们不仅知道如何组织信息,想法,图像y记忆,而且知道我们学到东西的地方和背景,这是我们记住并将其储存在海马体的根本原因,并能将其保留在长期记忆中。

通过这种方式,在所谓的神经认知背景依赖的电子学习中,我们课程的不同元素与学员发展其专业实践的背景相联系。



该方案提供了最好的教育材料,为专业人士做了充分准备:



### 学习材料

所有的教学内容都是由教授该课程的专家专门为该课程创作的,因此,教学的发展是具体的。

然后,这些内容被应用于视听格式,创造了TECH在线工作方法。所有这些,都是用最新的技术,提供最高质量的材料,供学生使用。



### 大师课程

有科学证据表明第三方专家观察的有用性。

向专家学习可以加强知识和记忆,并为未来的困难决策建立信心。



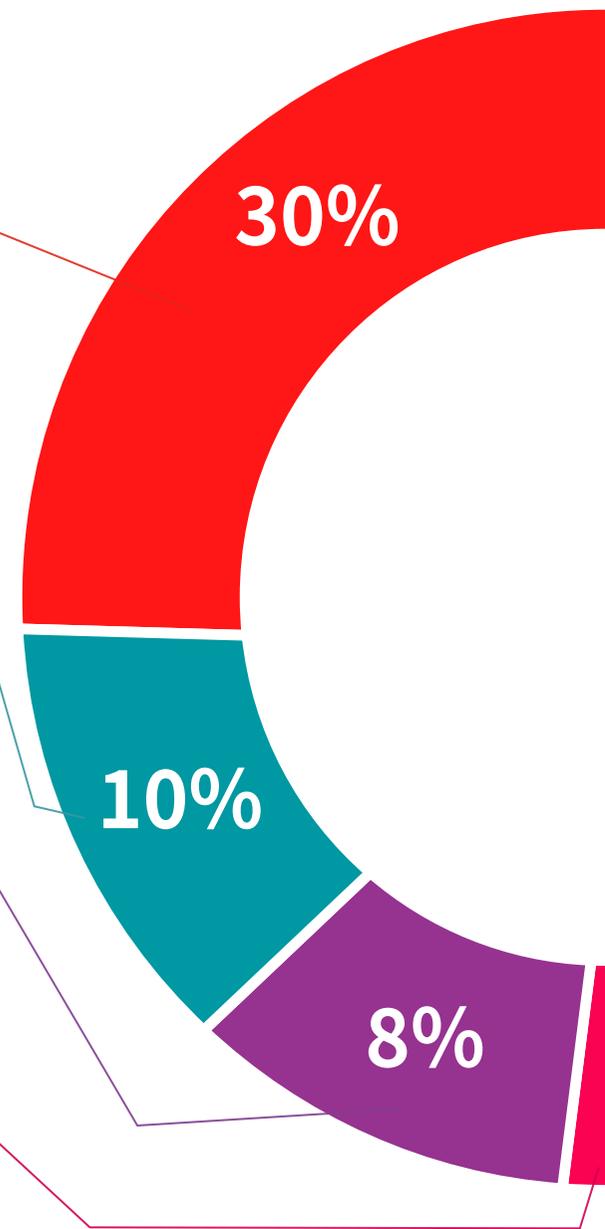
### 技能和能力的实践

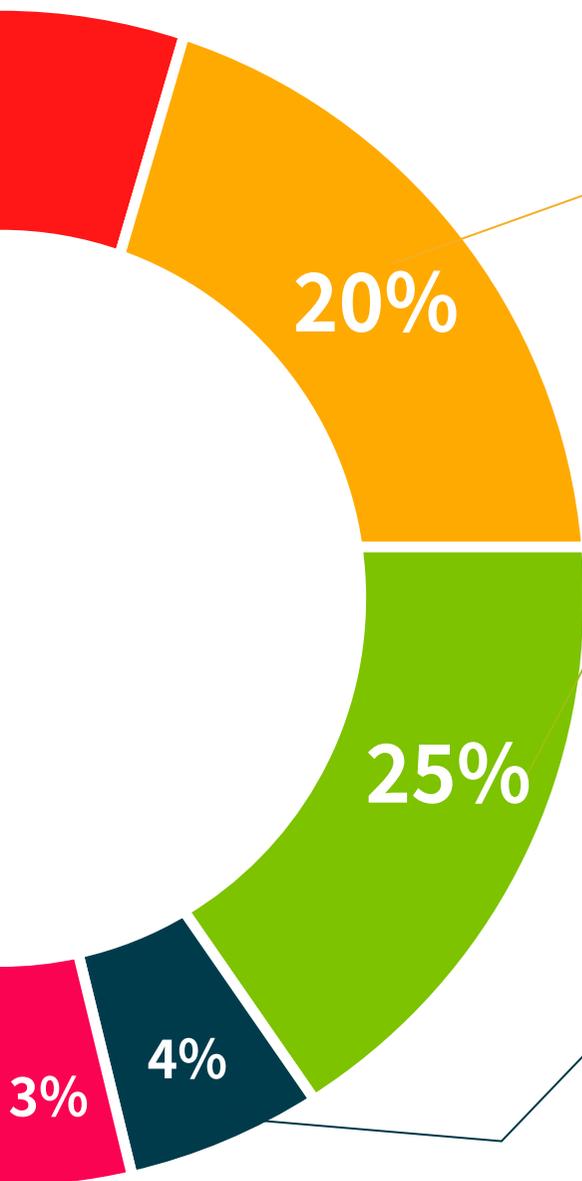
你将开展活动以发展每个学科领域的具体能力和技能。在我们所处的全球化框架内,我们提供实践和氛围帮你取得成为专家所需的技能和能力。



### 延伸阅读

最近的文章,共识文件和国际准则等。在TECH的虚拟图书馆里,学生可以获得他们完成培训所需的一切。





#### 案例研究

他们将完成专门为这种情况选择的最佳案例研究。由国际上最好的专家介绍,分析和辅导案例。



#### 互动式总结

TECH团队以有吸引力和动态的方式将内容呈现在多媒体中,其中包括音频,视频,图像,图表和概念图,以强化知识。  
这个用于展示多媒体内容的独特教育系统被微软授予“欧洲成功案例”称号。



#### 测试和循环测试

在整个课程中,通过评估和自我评估活动和练习,定期评估和重新评估学习者的知识:通过这种方式,学习者可以看到他/她是如何实现其目标的。



# 06 学位

体育心理学专科文凭除了保证最严格和最新的培训外,还可以获得由 TECH 科技大学颁发的专科文凭学位证书。





“

顺利完成该课程后你将  
获得大学学位证书无需  
出门或办理其他手续”

这个**体育心理学专科文凭**包含了市场上最完整和最新的科学课程。

评估通过后, 学生将通过邮寄收到**TECH科技大学**颁发的相应的**专科文凭**学位。

**TECH科技大学**颁发的证书将表达在专科文凭获得的资格, 并将满足工作交流, 竞争性考试和专业职业评估委员会的普遍要求。

学位:**体育心理学专科文凭**

模式:**在线**

时长:**3个月**



健康 信心 未来 人 导师  
教育 信息 教学  
保证 资格认证 学习  
机构 社区 科技 承诺  
个性化的关注 现在 创新  
知识 网页 培 质量  
网上教室 发展 语言 机构

**tech** 科学技术大学

专科文凭  
体育心理学

- » 模式:在线
- » 时长:3个月
- » 学位:TECH 科技大学
- » 课程表:自由安排时间
- » 考试模式:在线

# 专科文凭 体育心理学

得到了NBA的认可

