

教練科學題目

一、名詞解釋（30%）

Perceived motivational climate

Biofeedback

Supercompensation

Tapering

Law of conservation of linear momentum

SSC

二、肌力訓練後肌力爲什麼會變大呢？肌耐力爲什麼會變好呢？（20%）？

三、請依據下列理論說明（一）選手缺乏動機的原因（二）教練應如何增進選手的動機。（20%）

（1）Cognitive evaluation theory

（2）Achievement goal theory

（3）Self-efficacy theory

四、60公斤的人，在5%的跑步機上，跑步2000公尺，完成的功多少呢？（10%）

五、試說明拋射體運動理論。（10%）

六、攝影法做動作分析，如何減少攝影時可能造成的誤差呢？（10%）