

國立體育大學102學年度研究所碩士在職專班入學考試試題

系所：體育研究所 組別：運動心理組

科目：運動心理學 (本試題共1頁)

- ※注意：1 答案一律寫在答案卷上，否則不予計分
2 請核對試卷、准考證號碼與座位號碼三者是否相符。
3 試卷「彌封處」不得污損、破壞。
4 行動電話或呼叫器等通訊器材不得隨身攜帶，並且關機。

(總計100分)

申論題：請在下列8題中，任選5題作答，每題20分，共計100分。

- 一、 焦慮究竟對運動競賽成績有害或有利？試以覺醒 (arousal)、狀態焦慮 (state anxiety)、特質焦慮 (trait anxiety)、認知性狀態焦慮 (cognitive state anxiety)和身體性狀態焦慮 (somatic state anxiety)內涵分析。
- 二、 什麼是結果(競爭) 目標取向？什麼是工作(精熟)目標取向？對個人在運動比賽的行為有什麼影響？
- 三、 什麼是自我決定論？它的主要內涵為何？自我決定論所提的基本心理需求和和運動動機有何關係？
- 四、 凝聚力會導致勝利嗎？或是勝利會導致凝聚力？請依據運動心理學文獻分析之。
- 五、 Chelladurai 的運動領導多向度模式之主要內涵為何？如何解釋運動情境中教練領導行為。
- 六、 什麼是計畫行為理論？它的主要內涵為何？如何應用在促進健身運動行為。
- 七、 試就健身運動的「無氧與有氧運動」，「短期與長期」原理，分析為何從事健身運動可以降低憂鬱。
- 八、 界定過度訓練 (over-training)和倦怠 (burnout)有一定必然關係嗎？試提出你的看法。