

運動心理學

(本試題共一頁)

※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」不得汙損、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。

一、名詞解釋 (20%)

1. 多向度焦慮 (5%)
2. 社會體型焦慮 (5%)
3. 生物回饋 (5%)
4. 自我取向 (5%)

二、問答題 (80%)

1. 健身運動對心理有那些益處？(20%)
2. 自我效能的訊息來源為何？如何增進選手的自我效能？(20%)
3. 何謂自我決定理論？試應用自我決定理論於國高中運動教練的領導行為？(20%)
4. 試述焦慮的方向性理論，並陳述該理論在競技運動之應用價值。(20%)