

一、名詞解釋: (每題 8 分, 共 40 分)

- (一) 壓力免疫訓練 (stress inoculation training)
- (二) 運動員身心倦怠(athletic burnout)
- (三) 投射測驗 (projective tests)
- (四) 酬賞的控制面及訊息面
- (五) 計劃行為理論

二、申論題: (每題 20 分, 共 60 分)

- (一) 請提供一個運動實例來討論Nideffer所描述的注意力轉換。
- (二) 討論有效領導的四個要素,以及它們對教練、教學和健身運動的領導者而言,有什麼樣的意涵?
- (三) 區分覺醒、狀態性焦慮、特質性焦慮、認知狀態焦慮和身體狀態焦慮的不同?