

國立體育大學 100 學年度研究所碩士班入學考試試題
運動心理學 (體育研究所)

(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。

- 一、比較成功運動員和非成功運動員的認知策略有何不同？
- 二、區分結果(競爭)和工作(精熟)目標取向。在運動比賽、體育和運動環境中哪一個最應該被強調？為什麼？
- 三、說明覺醒 (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)的關係。
- 四、凝聚力會導致勝利嗎？或是勝利會導致凝聚力？依據研究的文獻，討論這個問題和對教練有什麼樣的意涵？
- 五、描述 Chelladurai 的運動領導多向度模式之主要內容，包括三個前因和三種領導者行為。
- 六、生物回饋法有何效果？試舉一例說明此法對運動員的應用。
- 七、健身運動對焦慮與憂鬱症的短期與長期效應為何？試以相關研究的文獻證明你的觀點。
- 八、界定過度訓練 (over-training)、疲憊 (staleness)和倦怠 (burnout)指出其異同和關係。