

國立臺灣師範大學 107 學年度碩士班招生考試試題

科目：運動教練學

適用系所：運動競技學系

注意：1.本試題共 1 頁，請依序在答案卷上作答，並標明題號，不必抄題。2.答案必須寫在指定作答區內，否則依規定扣分。

- 一、試舉例說明運動教練如何藉由運動科學(生理、心理、力學)進行訓練？(20 分)
- 二、試舉例說明你認為成功教練應具備最重要的三項人格特質，並說明這些特質對選手的影響。(20 分)
- 三、舉一個實際的例子說明運動教練如何有效成功的陪伴協助運動選手走出"低潮"。(20 分)
- 四、"自我放鬆能力"的好壞象徵著"自我信任程度"的高低。試說明其涵義。(20 分)
- 五、成功的教練不僅僅是為了贏得比賽，身為教練指導運動員時應考慮到那些主要的目標？試說明之。(20 分)