

國立臺北教育大學 99 學年度碩士班招生入學考試

體育學系碩士班 運動心理學 科試題

- 一、1. 自我效能的訊息來源有哪些？(10 分)
2. 請問在賽前如何提升運動員的自我效能？(15 分)
- 二、1. 請問持續參與運動的兒童與中途退出運動者的主要差別為何？(10 分)
2. 若要減少兒童中途退出運動的情況，體育老師或運動指導人員應有哪些作為？請以運動心理學之理論或模式說明之。(15 分)
- 三、請說明團體凝聚力(group cohesion)中「工作凝聚力」(task cohesion)及社會凝聚力(social cohesion)的意涵(8 分)。請提出 5 點具體行動建議，幫助競技運動代表隊進行有效的團隊營造(team building)來提昇凝聚力(22 分)。
- 四、Nideffer 以「寬度」與「方向」兩個向度來解釋注意力聚焦型態，當結合「寬度」和「方向」之後，可形成不同類型的注意力聚焦(8 分)；請對照每種類型，各說出一種適用該項注意力聚焦類型的運動情境(12 分)。