

108-2 運動心理學課程大綱(1-56)

教師：高三福，tel:分機 71515，Email：tedhome@ms11.hinet.net

課程時間：2020 年 2 月 17 日起，每星— 13:20 到 15：10

課程目的：使同學瞭解主要的運動心理學理論，包含：人格，動機，焦慮，團體動力與領導，使同學瞭解運動裡的心理現象的機轉。本學期的課程，會對於運動教練與訓練的體罰做深入的討論。

授課進行方式：演講法與討論，問題導向學習。

評分方式：期中考 35%、期末考 35%、學習精神(出缺席) 10%、閱讀心得與報告 10%。鼓勵同學提問。每次上課老師會抽人口頭報告，每次加分計 0.5 分。

上課教科書：競技與健身運動心理學（2020 年新版）。禾楓書局。

特別事項：上課嚴禁使用手機（若經同意不在此限），違者一次扣學習精神總分五分。

配合教學實踐研究注意事項:

各位選修運動心理學課程的同學，大家好：

本學期運動心理學的課程，將實施一項教學研究計畫。研究是以問題導向學習的教學方式，來進行課程教學。預計這學期會有兩次的無記名問卷填答。整份問卷填答時間大約 10 分鐘，不會佔用太多的上課時間，也不會與學期分數有任何的關連。

誠摯的邀請你參與問卷調查

高三福老師

	課程主題	研究主題說明
1	0217 課程內容簡介／上課注意事項說明	教學實踐研究簡介
2	0224 運動心理學領域流派 (chapter 1)、	第一次問卷填答
3	0302 體罰專題	閱讀體罰文章
4	0309 運動與人格 (chapter 2)	負向人格與體罰
5	0316 動機 (chapter 3)	動機與體罰
6	0323 動機 (chapter 3)	焦慮與體罰
7	0330 運動覺醒、壓力與焦慮 (chapter 4)	競爭獲勝與體罰
8	0406 校際活動日	外在動機與體罰
9	0413 期中考	第二次問卷填答
10	0420 競爭與合作 (chapter 5)	競爭與體罰
11	0427 增強、回饋與內在動機 (chapter 6)	外在動機與體罰
12	0504 團體及團隊動力學 (chapter 7)	團隊文化與體罰
13	0511 團體凝聚力 (chapter 8)	團隊凝聚力與體罰
14	0518 領導 (chapter 9)	領導與體罰
15	0525 溝通 (chapter 10)	團隊溝通與體罰
16	0601 運動中的攻擊行為 (chapter 23)	團隊內攻擊與體罰
17	0608 品格發展與良好運動行為 (chapter 24)	品格發展與體罰
18	0615 期末考	第三次問卷填答