

## 98-2 大葉大學 完整版課綱

基本資訊			
課程名稱	運動心理學	科目序號 / 代號	1633 / BSM3020
開課系所	運動事業管理學系	學制 / 班級	大學日間部3年1班
任課教師	江澤群	專兼任別	專任
必選修 / 學分數	必修 / 3	畢業班 / 非畢業班	非畢業班
上課時段 / 地點	(二)4 / B501 (四)12 / B501	授課語言別	中文

### 課程簡介

運動心理學是一門應用心理學，本課程從認識心理學開始，進而從心理學角度探討與運動相關的各個主題，包含運動心理學的概念與意義、歷史現況與趨勢、運動員人格特質、運動焦慮與覺醒、運動衝突與暴力、群眾效應、運動技能、學得性無助等主題，進而能將所學運用在運動相關工作上。

### 課程大綱

n

### 基本能力或先修課程

無限定。但建議先修過心理學。

### 課程與系所基本素養及核心能力之關連

### 成績稽核

### 教科書(尊重智慧財產權，請用正版教科書，勿非法影印他人著作)

書名	作者	譯者	出版社	出版年
無參考教科書				

### 參考教材及專業期刊導讀(尊重智慧財產權，請用正版教科書，勿非法影印他人著作)

書名	作者	譯者	出版社	出版年
無參考教材及專業期刊導讀				

上課進度		分配時數(%)				
週次	教學內容	講授	示範	習作	實驗	其他
1	課程介紹、師生溝通	60	0	0	0	40
2	人格與運動	60	0	0	0	40
3	動機	60	0	0	0	40
4	覺醒、壓力與焦慮	60	0	0	0	40
5	回饋、增強與內在動機	60	0	0	0	40
6	團體及團隊動力學	60	0	0	0	40
7	團體凝聚力	60	0	0	0	40
8	領導、期中考試	60	0	0	0	40
9	溝通	60	0	0	0	40
10	心理技能訓練、教師授課科目相關研究及運動倫理(含企業倫理)	60	0	0	0	40
11	覺醒調整與意象	60	0	0	0	40
12	自信心	60	0	0	0	40
13	健身運動與心理福祉	60	0	0	0	40
14	健身運動行為與依附	60	0	0	0	40
15	運動傷害與心理	60	0	0	0	40
16	成癮性與不健康行為	60	0	0	0	40
17	運動中的攻擊行為、期末考試	60	0	0	0	40
18	品格發展與良好運動行為	60	0	0	0	40