

102-1 大葉大學 完整版課綱 - 上課進度

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	認識運動心理學 & 智財權宣導(含告知學生應使用正版教科書)	70	0	0	0	30
2	運動員之人格	70	0	0	0	30
3	了解動機	70	0	0	0	30
4	覺醒、壓力和焦慮	70	0	0	0	30
5	回饋與增強	70	0	0	0	30
6	運動團隊	70	0	0	0	30
7	運動心理技能訓練-覺醒調整與意象訓練	70	0	0	0	30
8	運動心理技能訓練-自信與目標設定	70	0	0	0	30
9	運動心理技能訓練-專注	70	0	0	0	30
10	期中考	10	0	90	0	0
11	運動傷害的心理因應	70	0	0	0	30
12	專題演講	70	0	0	0	30
13	運動訓練與倦怠	70	0	0	0	30
14	運動與攻擊行為	70	0	0	0	30
15	品格與運動行為	70	0	0	0	30
16	口頭報告	70	0	0	0	30
17	口頭報告	70	0	0	0	30
18	期末考	10	0	90	0	0

