

## 112 下 (2024-Spring)

科號 (Course No.)	11220KSS511300	課程名稱 (Course title)	運動心理學研究 (Study in Sports Psychology)
學分 (Credit)	3	時間 (Time)	週三 2-4 節 (Wednesday, 09:00-12:00)
教室 (Room)	南大 A412 Nanda A412	教師姓名 (Teacher)	陳豐慈 (Feng-Tzu Chen)
人限 (Sample)	20	擋修 (Prerequisite)	無 (None)

**課程簡述**  
(Brief Course Description)

本「運動心理學研究」為實證討論課程。透過最新運動心理學教科書與期刊論文之分享，讓學生可了解目前運動心理學研究之現況與過去發展。此外，依不同研究主題之分享，學生能更快構思自身研究主題，並藉此做延展並更新科學相關知識。

**課程大綱**  
(Detailed Course Syllabus)

**指定用書 (Text Books) :**

- ✓ The Psychology of Exercise: Integrating Theory and Practice

**參考書籍 (References) :**

- ✓ 健身運動心理學理論與實務的整合，禾風書局。
- ✓ 健身運動心理學，五南書局。

**教學方式 (Teaching Method) :**

- ✓ 主題講解、小組討論、學生報告、構想研究方向

**成績考核 (Evaluation)**

- ✓ 出席狀況 (40%)、課堂互動 (30%)、課程報告 (30%)

**生成式人工智慧倫理聲明 (Generative Artificial Intelligence Ethics Statement)**

學生於課堂作業或報告中的「標題頁註腳」或「引用文獻後」須說明如何使用生成式 AI 進行議題發想、文句潤飾或結構參考等使用方式。若經查核使用卻無在作業或報告中標明，教師、學校或相關單位有權重新針對作業或報告重新評分或不予計分。另外，本門課授課教材或學習資料若有引用自生成式 AI，教師也將在投影片或口頭標注。修讀本課程之學生於選課時視為同意以上倫理聲明。

**教學進度 (Syllabus)**

Week	Date	Content	Chapter/Presenter
1	02/21	Course Introduction	
2	02/28	停課	和平紀念日
3	03/06	Introduction to Exercise Psychology	Chapter 1/Teacher
4	03/13	Exercise Recommendation from ACSM Perspectives	
5	03/20	Cognitive Function and Exercise I	Chapter 13/Teacher
6	03/27	Cognitive Function and Exercise II	Invited Speaker (Dr. Stone Hsieh)
Student Presentation			
7	04/03	停課	校際活動週
8	04/10	Stress, Stress Reactivity, and Exercise	Chapter 9/
9	04/17	Anxiety and Exercise	Chapter 10/
10	04/24	Depression and Exercise	Chapter 11/

11	05/08	Emotional Well-being and Exercise	Chapter 12/
12	05/15	Health-related Quality of Life and Exercise	Chapter 14/
13	05/22	Understanding Exercise Behavior I	Chapter 3/
14	05/29	Understanding Exercise Behavior II	Chapter 4/
15	06/05	Developing Exercise Intervention I	Chapter 5/
16	06/12	Final	Invited Speaker (Dr. Alvine Kao)
17	06/19	Additional Learning	
18	06/26	Additional Learning	