

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 亞運來源 民生報日期 830704 版面 四版

運動競賽心理學 指導教練選手定位 亞運集訓‘精神總動員’第二天

記者 鄭清煌／左營報導

●亞運總集訓第二天，全國體總邀請專家指點各代表隊強化心理建設，準備迎接挑戰，全力爭取勝利。

體總昨天繼續進行「精神總動員」課程，聘請莊仲仁博士就運動競賽心理學角度，指導教練、選手如何自我定位、集中意志備戰、克服心理不利因素，進而表現應有水準取得佳績，內容深入

淺出，獲得相當程度的認同及肯定。

其次是亞東關係協會副秘書長黃明朗介紹日本國情，讓教練、國手一窺東瀛風貌，尤其是瞭解亞運會期間的氣候概況，有助於訓練工作。

下午，各隊仍進行技術訓練，由於左訓中心內部場地有限，女壘、自由車、跆拳道等隊移至營外練習。

