

摘要

過去有許多研究指出透過動作類遊戲與其他遊戲相比下，動作類遊戲有助人們快速地偵測目標並對目標做出回應，並有效提升注意力表現。而在傳統運動項目，也有研究指出透過運動訓練，有助於人的身體機能的協調性與靈敏度，因此，本研究欲探討羽球運動員與動作遊戲玩家之眼手協調及注意力轉換的績效表現上是否有所差異。

本研究操弄兩個實驗進行研究，實驗一為眼手協調作業，透過目標的呈現時間、位置及目標距離等因子，探討兩族群(羽球運動員、動作類遊戲玩家)在不同條件下，受測者偵測目標進行相對位置反應之眼手協調能力的差異；實驗二為視覺注意力轉換作業，本實驗操弄側衛任務，須判斷中心箭頭與兩側箭頭方向一致性與數字呈現顏色，進行手動或口頭的反應，以探討不同反應模態下兩族群注意力轉換表現的差異。

實驗結果發現羽球運動員與動作類遊戲玩家在眼手協調作業、注意力轉換作業的反應時間與正確率皆優於非玩家(非運動員)，羽球運動員也優於動作類遊戲玩家，且在不同反應類型下，羽球運動員的反應能力不受影響。表明了羽球運動與動作類遊戲可以改善反應速度、協調性與注意力，而運動促進改善之效果優於電玩遊戲，可將實驗結果作為訓練及改善協調性與注意力不集中之參考。

關鍵字：運動員、遊戲玩家、視覺注意力、任務轉換