

中國文化大學 101 學年度碩士班考試入學招生考試

系所組：體育學系運教練碩士班乙組

日期節次：101 年 3 月 17 日第 3 節 13:00~14:30

科目：運動科學(含運動生理學、運動生物力學及運動心理學)

- 一、運動訓練處方的基本原則有哪些，試述之〈20 分〉。
- 二、運動強度是反應運動負荷的重要指標，試舉 5 種研究中常用的運動強度生理指標〈10 分〉？這些指標屬適中強度時的範圍又分別是多少〈10 分〉？
- 三、請詳細說明何謂“力矩”(Torque)〈10 分〉？以及影響力矩的要素為何〈10 分〉？
- 四、請用“衝量”(Impulse)的觀念說明在棒球接球動作的運用為何〈20 分〉？
- 五、參與運動競賽能否培養應付現實生活的能力〈20 分〉？

第 1 頁共 1 頁