

中國文化大學 108 學年度博士班考試入學招生考試試題

系組：體育學系運動教練博士班

節次：第 2 節

科目：運動訓練科學

- 一、試以增強式訓練(polymetric training)原理，設計一個以一週為循環，增強上肢、軀幹、和下肢體適能的訓練計畫，內容包括，訓練項目、能量類型、訓練量、和頻率等要素(25%)。
- 二、試以牛頓三種運動定律原理，說明投擲項目如、標槍、棒球投球、能夠投擲很遠的原因(25%)。
- 三、試以競賽焦慮(competitive anxiety)的原理，說明運動員人格、動機、教練領導風格、和社會他人(父母、朋友) 對運動員競賽焦慮和運動表現造成的影響(25%)。
- 四、運動員從事運動時的能量來源有哪些?試以三種不同運動項目(跳高、網球、和慢跑)說明它們主要消耗的能量來源(25%)。

中國文化大學