

所(組)別: 運動教練研究所碩士班

考試科目: 運動基礎科學(含運動生理學、  
運動生物力學及運動心理學)

一、翻譯並解釋名詞(每小題2分,共20分)

- (一) EPOC
- (二) Synapses
- (三) Golig tendon organs
- (四) IRM
- (五) AT
- (六) DOMS
- (七) hematocrit (HCT)
- (八) Valsalva's phenonema
- (九)  $\dot{V}O_2$  peak
- (十) 2,3-DPG

二、試以某一運動項目為例,說明如何將能量系統之概念應用在該訓練上(請分別從比賽、訓練及攝食等三方面加以說明)(14分)

三、請畫出跑步時水平與垂直方向地面反作用力曲線,並說明其與運動之關係。(11%)

四、請利用「獲取運動速度的最大衡量原理」說明為何肌力與爆發力以及技術對於高、快、遠的運動表現極其重要。(11%)

五、請解釋游泳的驅動力為哪些力?如何產生?(11%)

六、何謂心智練習和心象練習?兩者之間有何差別?

七、目標設定是什麼?為什麼要目標設定? 10%

八、請概述選手的需求和動機,身為運動教練如何因應。 13%

中國文化大學 **九十二** 學年度碩士班入學考試

所(組)別：運動教練研究所碩士班 | 考試科目：運動訓練學

- 一、試述影響耐力的因素？常用的耐力訓練方法為何？(20%)
- 二、何謂運動競賽的特性？教練如何掌握它的最新發展？請舉例說明之。(20%)
- 三、何謂訓練要素的金字塔？如何將此觀念融入年度訓練階段中？(20%)
- 四、年度計畫的訓練階段可包那些階段？其特性為何？(20%)
- 五、請從運動員健康管理的觀點，論 SARS 的防治之道。(20%)

**(第一頁.共一頁)**

Please answer all questions in English

1. Discuss and elaborate in details the major aims and mission of physical education. Give examples where appropriate. 25 %
2. Discuss and describe in details the relationship between physical education and education. Give examples where appropriate. 25 %

3. Composition 50 %

Topic:

Why English is so important now and future for the graduate study?

Length: 150 words

Please give specific reasons and facts to explain in your composition