

中國文化大學八十八學年度碩士班入學考試

所（組）別：運動教練研究所(甲組)

考試科目：運動訓練學

申論題

- 一、何謂比賽訓練法？適用的對象、條件和時機為何？有何優點和缺失？如何彌補？
- 二、為何心肺耐力訓練是很多運動項目訓練的基礎？請舉例說明如何科學化的訓練運動員的心肺耐力。
- 三、1998年曼谷亞運，中華排球代表隊以劣勢的身材擊敗日本隊，創排球史上光榮的一頁，請分析其致勝的原因，並從訓練學上的觀點討論如何維持此項成果？
- 四、什麼性質、種類運動的選手需要給予速度訓練？為什麼？如何練？
- 五、請列舉一種現代最尖端的科技，並討論教練如何使用它來增進訓練比賽的效果。
- 六、在年度訓練計劃終場見到把訓練季節分為動態休息期（或恢復期）、過渡期、鍛鍊期（或強化期）、賽前期和賽後期，其用意何在？請從能量系統、神經肌功能、心理因素及其他因素討論之。

中國文化大學八十八學年度碩士班入學考試

所（組）別：運動教練研究所(甲組)

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）

1. 吳小君，女性，年 33 歲，非運動員，平日愛打桌球，某日心血來潮到實驗是以腳踏車測力計及能量代謝系統測試其心肺耐力，試問其測試結果之  $VO_2\text{peak}$  值可能是多少？而  $VO_2\text{max}$  又會是多少？當她達 all-out 時，其心跳率可能達到多少？最高乳酸值又會是多少？（以上答案均要寫出單位）
2. 每年瓊斯盃籃球賽，中華隊在上半場均表現耀眼，但到下半場卻跑也跑不動，跳也跳不高，今天如果你是教練要加強選手的耐力，試問應加強有氧耐力或無氧耐力？如何加強。
3. 請寫出 10 種你熟悉的運動生理學儀器名稱。
4. 請說明反向運動（Counter Movement）的作用。
5. 水上運動的驅動力有哪些？請分別說明它們產生的條件和作用。
6. 角動量（Angular Momentum）是由哪些因素決定的？為何跳高、跳水、和體操跳馬等跳躍動作騰空階段角動量守恆（Conservation of Angular Momentum）？並應用角動量守恆定律解釋人體騰空後肢體相向運動原理。
7. 試述當代運動心理學與普通心理學研究範疇之異同。
8. 試比較一般社會人士與競賽型運動員在參與運動活動時其動機之異同。

中國文化大學八十八學年度碩士班入學考試

所（組）別：運動教練研究所（乙組） 考試科目：運動休閒概論

一、 健康體事能提昇有關之慢跑與有氧鍛鍊，是否具有休閒的特質，請以休閒的理論或觀點加以論述。

二、 休閒運動可以戶內活動、戶外活動分類，或可以機構特質（屬性）分類，如：軍隊、營利事業、非營利事業、教育單位、私人俱樂部等，由上述之思考切入，請問休閒運動之活動設計，應考慮哪些因素，比較容易成功。

三、 請說明休閒運動功能的傳輸和參與休閒運動者的屬性，如：年齡、性別、職業別等之相關性。

四、 請以各學者對休閒的意義，進一步整合你/妳的觀點，探索休閒真正的意義為何？

中國文化大學八十八學年度碩士班入學考試

所（組）別：運動教練研究所（丙組）

考試科目：運動管理學

一、名詞解釋

1. Sport management
2. Sport industry
3. Sport marketing
4. Recreation
5. Fitness
6. Wellness
7. Sport and Sports
8. Physical education
9. SWOT analysis
10. Time management
11. TQC （ Total Quality Control ）
12. GNSP （ The Gross National Sports Product ）
13. MBO （ Management by Objectives ）
14. AIDMA （ Awareness, Interest, Desire, Memory and Action ）
15. Stress management

二、問答題

1. 試述影響運動產業成長發展的因素為何？
2. 試述管理人員與行政人員的區別？
3. 試述運動管理人員所需的專業能力及未來工作的範圍有哪些？
4. 試述運動管者在組織中所扮演的角色為何？
5. 試述 21 世紀台灣運動管理高等教育所面臨的問題有哪些？
6. 請就管理功能與策略的立場，談如何組訓國家運動代表隊？