

國立臺灣體育學院100學年度碩士班招生考試
英文試題

一、閱讀測驗 (30 分每題 3 分)

The Internet has really grown over the past decade. Can you believe that people can now make a living by just making videos for YouTube? Founded in February 2005, YouTube lets people share videos. The very first video on the Web site showed one of the creators, Jawed Karim, at the San Diego Zoo. This video was shot in April of 2005 and can still be viewed today. YouTube is responsible for a valuable portion of time spent by Internet users, with over 14 billion videos viewed in one month of 2010. The Web site mainly makes money off ads. Popular users can become YouTube partners and make a living just through other people clicking on their videos.

1. How can a user make money from YouTube?
 - A. by selling videos to YouTube.
 - B. by making popular videos that people click on.
 - C. by helping YouTube find valuable videos.
 - D. by making videos to promote YouTube.
2. What is not true about the founding of YouTube?
 - A. It was founded in February 2005.
 - B. Its purpose is to let people share videos.
 - C. Jawed Karim founded YouTube by himself.
 - D. The very first video on YouTube can still be watched.
3. How does YouTube make money?
 - A. People pay to post their videos.
 - B. YouTube lovers donate money to the company.
 - C. It makes money through ads on its Web site.
 - D. YouTube doesn't make any money.
4. What is the purpose of this passage?
 - A. to inform readers about YouTube.
 - B. to discuss the bad effects of YouTube.
 - C. to promote the creative use of the Internet.
 - D. to encourage people to make home videos.

Nanotechnology is one of the most interesting inventions in the field of science. It is already being used in many everyday things such as cell phones and computers. More interesting, perhaps, is that it may soon be used to help people who are sick or injured. For instance, using nanotechnology, scientists will soon be able to find the sick parts in your body and deliver medicine only to those parts. It may even be used to help people to stay healthy and avoid many of the most common illnesses. Although these ideas may seem like they come from a science fiction movie, they are soon to become a reality. If nanotechnology is used carefully and correctly, this wonderful science may soon change the world for the better.

5. Where might this passage appear?
- A. In a gardening website.
 - B. In an elementary school text.
 - C. In a movie review guide.
 - D. In a technology magazine.
6. What is a possible title for this passage?
- A. A New and Exciting Science.
 - B. Computers and Cell Phones.
 - C. How to Heal Your Body.
 - D. It's Only Science Fiction.
7. What would be a suitable follow-up piece?
- A. How to Use Your New Cell Phone.
 - B. Nanotechnology is a Dead Science.
 - C. Healing With Western Medicine.
 - D. The History of Nanotechnology.

LASIK surgery is a new and exciting option for people who want freedom from wearing glasses or contact lenses. Many people have improved their vision as a result of LASIK surgery, but doctors are still not sure whether these results are permanent. The reason that they are unsure is because LASIK surgery is less than 20 years old. There has not been enough time for research, so doctors are not able to offer any long-term guarantees. It is therefore important to consider the risks, and to do your own research before you decide to get LASIK surgery.

8. Who might be interested in this passage?
- A. A soldier who can see very well.
 - B. A doctor who wears contact lenses.
 - C. A researcher who has perfect eyesight.
 - D. A writer who is completely blind.

9. What information might be useful to include with the passage?
- A. A list of stores that sell glasses and contact lenses.
 - B. The name of a company that builds lasers and other machines.
 - C. The names of other people who have read the article
 - D. A website that contains research on this kind of surgery.
10. What message is the writer trying to give?
- A. Be cautious and consider the risks.
 - B. Go for it and you will feel terrific.
 - C. Tell your doctor to be careful.
 - D. Throw away your glasses and be free.

二、綜合測驗 (30 分每題 3 分)

Have you ever found yourself 11 the refrigerator when you're feeling a bit down? Most of us just want to grab candy, snacks, or ice cream. However, other foods are much better at helping us 12. If you are looking for a little mood boost in your day, 13 a banana or some papayas. Our bodies produce serotonin, which 14 "the happiness hormone" because it lifts our mood so well. Bananas and papayas cause the body to create more of this hormone, so eating them will make you feel happier.

11. A. headed to B. heading to C. heading for D. headed for
12. A. have the blues B. fight the blues C. fight other people D. happiness
13. A. have B. to have C. having D. don't eat
14. A. known as B. knowing as C. knows as D. is known as

New research is suggesting that eating fish is good for your mind. It has shown that people who often eat fish have a 15 incidence of dementia and Alzheimer's disease, both of which 16 memory. The omega-3 fatty acid called DHA (docosahexaenoic acid) is found in fish and 17 responsible for helping people's central nervous systems to operate more smoothly.

15. A. increasing B. lower C. average D. higher
16. A. reduce B. eliminate C. improve D. affect
17. A. are likely B. is liked C. are liking D. is likely

TV shopping channels offer an eye-widening variety of products, from clothing to innovative electronics and health products. Demonstrations of cut-through-anything knives follow models displaying jewelry. Products 18 as hosts convince you of things you 19. Item numbers continuously flash across the screen, and all you need to do is dial, and it's on its way. It's hard to argue that the strategy is not working. Shopping channels in Arabic-speaking countries have seen a 35-percent surge 20 since 2009. The UK's Ideal World Shopping Channel increased its sales by 19.3 percent in 2010.

18. A. come in life B. come to life C. come to live D. come for life
19. A. can't live without B. can live without C. can't live with D. can't live on
20. A. for sales B. on sale C. in sales D. having a sale

三、翻譯 (20 分每題 5 分)

Translate the following underlined sentences (21-22) into Chinese.

18. There's a unique attraction to motor sports that fans find hard to resist. It is where man and machine work together for a common purpose in a race where winning or losing is separated by mere seconds. Driver skill is balanced with technology that is constantly developing.
19. The cars race at high speeds of up to 360 kilometers per hour, making safety rules very important. Research, development, and building costs climb into the millions of dollars, so keeping expenditures within a range ensures the survival of the teams.

Translate the following (23-24) into English.

23. 畢竟、奧運對運動員來說就像奧斯卡金像獎之於演員。
24. 你所搬的箱子越重、一天結束後你的肌肉會越酸痛。

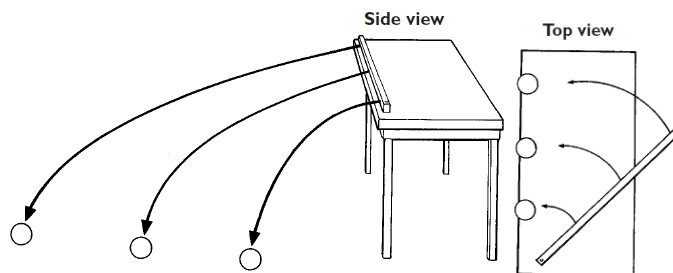
四、英文作文 (20 分)

Read the following passage and write an essay of 120-150 words to express your own opinions.

It's never good to let your emotions get out of control, but sometimes it seems that angry feelings are too powerful. Anger can spread like a virus. If you lash out at someone in anger, that person has to deal with it and may pass it on to someone else. It creates a vicious cycle of negative.

國立臺灣體育學院 100學年度碩士班招生考試
體育研究所（自然科學組） 運動生物力學 試題

1. 名詞解釋：(20%)
 - a. EMG
 - b. mass
 - c. angle of attack
 - d. muscle spindle
 - e. qualitative
2. 請根據運動生物力學的工作目的，舉例說明運動生物力學在真實運動場中的應用。(20%)
3. 影響衝刺跑的生物力學因素為何？其重要的生物力學參數曲線有哪些？意義又為何？(20%)
4. 試詳細說明鞭打效應（或動力鏈“kinetic chain”）的生物力學原理。(20%)
5. 請解釋下圖呈現的意含。(20%)



註：下載於 Hall, S. J. (2007). *Basic biomechanics* (5th, p. 377). New York: McGraw Hill.

國立臺灣體育學院 100學年度碩士班招生考試
體育研究所（自然科學組） 運動生理學 試題

申論題(總分 100 分)

一、自行車越野賽選手及 100 公尺選手兩者的肌肉有何不同？請表列說明其所具有不同肌肉的差異(請從結構性、功能性及代謝性三個觀點討論)(20 分)

二、以下是一位 70 Kg 重的男足球選手，經過一年的訓練計劃後比較其最大攝取氧量 $VO_{2\max}$ 。(A)請計算最大攝取氧量值為何？如下所示：(請將計算過程及數據寫出。 $VO_{2\max}$ 單位為(ml/kg/min)。(B)請說明身體中之生理作何種適應及改變？(20 分)

訓練計劃呼吸儀前測：呼出氧氣為 17.84% 每分鐘換氣量 85 公升

訓練計劃呼吸儀後測：呼出氧氣為 17.24% 每分鐘換氣量 105 公升
(氧氣 20.94%，二氧化碳 0.03%)

三、何謂 E.P.O.C.?造成 E.P.O.C.的因素有那些?(10 分)

四、何謂乳酸堆積?運動後，堆積的乳酸於何時移除?請劃圖說明三個乳酸移除相關器官及其作用。(20 分)

五、解釋名詞(30 分)

1. O.B.L.A. (繪圖說明)
2. Creatine loading
3. Carbohydrate loading(繪圖說明)
4. D.O.M.S.
5. Cross-bridge cycle

國立臺灣體育學院 100 學年度碩士班招生考試

體育研究所 (人文社會科學組) 運動心理學 試題

一、是非題，每題 5 分，共 50 分

1. 一位仁慈的父親，在擔任小學棒球隊教練工作時，展現出嚴格與紀律的教練行為，是一種與角色有關的行為展現。
2. 研究運動員動機的交互作用取向，是指運動員從事運動的動機，分別受到運動員的個人因素、運動員所處的外在環境，以及兩者彼此的聯合作用所影響。
3. 焦慮的定義中，可以簡單區分為思想成份的身體焦慮和生理層面的認知焦慮。
4. 在人格的組成結構中，最不容易改變與瞭解的，是一個人的典型行為。
5. 一種後天養成的行為傾向或性格，使個體傾向將大多數客觀上無危險的環境，視為威脅，而作出過度反應，稱之為特質焦慮。
6. 歸因理論中，談到有關運動員如何解釋自己的成功與失敗時，會歸因於自己可不可以控制的因素。而這一類有關控制感的分類，可以簡單區分成內在和外因素。
7. 一位個性容易緊張的運動員，在大大小小的比賽前都經常感到高的特質焦慮，這是一項心理核心的反應。
8. 研究動機理論中的成就目標理論主張，影響一個人從事健身運動和競技運動的因素，包括了成就目標、知覺能力和成就行為。
9. 個人的覺醒水準提昇，表現也隨之提昇，是倒 U 字型假說的主張。
10. 運動情境焦慮量表 (Martens et al., 1982) 是一種測量運動員狀態性焦慮的測量工具。

二、選擇題，每題 4 分，共 40 分

1. 下列何者不是屬於研究焦慮的理論？
①最適功能區域 ②倒 U 型假說 ③大災難模式 ④單向度焦慮論
⑤驅力理論
2. 在自我決定論中 (Deci & Ryan, 2001)，依照自我決定程度由低到高的順序排列，請問下列何者正確？A 內射調節，B 外在適節，C 整合調節，D 認同調節
①ABCD ②BADC ③DCAB ④DCBA ⑤ADCB

3. A 大量流汗，B 口乾如燥，C 頻尿，D 頭痛，E 心跳加速，F 想到失常表現，上述幾個徵狀，何者屬於身體焦慮時表現出來的徵狀？
①ACBF ②BCDEF ③CDEF ④ABCDE ⑤ACEF
4. 下列何者不是屬於流暢經驗的元素？
①喪失自我意識 ②技巧與挑戰的平衡 ③除了酬賞之外，沒有其他的目標 ④完全專注於當下的活動 ⑤明確的目標
5. 在流暢狀態的模式中，如果外在的挑戰低，同時個人的能力技巧水準也低時，會產生什麼樣的狀況？
①流暢狀態 ②焦慮 ③無聊 ④漠不關心 ⑤什麼也不會發生
6. 下列何者非團體在發展成為團隊時，以線性觀點所產生的階段？
①適應期 ②表現期 ③風暴期 ④規範期 ⑤形成期
7. 當視「競爭」為一種歷程時，請問依發生的先後順序下列何者的排列是正確的？A 反應，B 結果，C 主觀的競爭情境，D 客觀的競爭情境？
①DCAB ②DABC ③ADBC ④CDBA ⑤ABCD
8. 「一個和尚挑水喝，兩個和尚抬水喝，三個和尚沒水喝」，請問這個敘述和哪一個效應較為類似？
①社會助長效應 ②月暈效應 ③Ringlemann 效應 ④Coordination 效應 ⑤比馬龍效應
9. 下列何者屬於有效的增強物？A 特別的遊樂，B 獎牌與綬勳，C 讚美，D 微笑，E 休息與外地比賽？
①B ②BE ③CD ④AB ⑤ABCDE
10. 研究動機的需求成就理論中，下列幾個選項中，何者屬於人格的因素？A 追求成功的動機，B 避免失敗的動機，C 成功的機率，D 成功的誘因價值，E 趨近成功，F 避免失敗
①ABCD ②AB ③CD ④EF ⑤CDEF

三、簡答題，共 10 分

1. 請寫出「競技與健身運動心理學」的定義。

國立臺灣體育學院 100 學年度碩士班招生考試
體育研究所（人文社會科學組） 運動社會學 試題

※請依題號順序回答下列各題，總分：100 分

- 一、試列舉運動社會學研究的議題與範疇？試列舉運動社會學的理论？（20 分）
- 二、何謂「運動社會化」(Sport Socialization)？現代人們從不同管道參與運動或接觸運動，試分析運動社會化代理人 (agent) 為何？（20 分）
- 三、試舉女性參與運動受到的阻礙與限制？試分析有何改進之道？（20 分）
- 四、現今天災人禍不斷，舉辦國際大型運動賽會可能製造那些環境上的衝擊及污染？如何減少污染及善用自然資源裨益永續發展 (sustainable development)？（20 分）
- 五、解釋名詞：每小題 5 分，共計 20 分。
 - (一) 公平競爭 (Fairplay)
 - (二) 運動文化 (Sport Culture)
 - (三) 運動偏差 (Sport Deviance)
 - (四) 全球化 (Globalization)

國立臺灣體育學院 100 學年度碩士班招生考試

競技運動學系 運動訓練學 試題

一、解釋名詞（每題 8 分，共 40 分）

- (一) 專項體能
- (二) 訓練週期(Training Cycles)
- (三) 速度障礙
- (四) 訓練負荷
- (五) 競技狀態 (Sport Form)

二、論述題（每題 30 分，共 60 分）

- (一) 試述訓練週期劃分 (Training Periodization) 之原理
- (二) 試述 1.自己專長運動肌力訓練的重要性 2.再述肌力訓練增加肌力的機轉

國立臺灣體育學院 100學年度碩士班招生考試

競技運動學系 運動科學 試題

壹、運動生理學（總分 35 分）

簡答題(每題 7 分)

- 一、請說明運動過程中有那些荷爾蒙會協助增加體內血糖的濃度，並簡單說明如何作用。
- 二、運動後的體內乳酸如何被清除？
- 三、運動訓練在運動員的循環系統會出現那些生理效果？
- 四、請說明高地訓練可能對肌肉結構與功能有那些幫助。
- 五、在賽前利用節食與脫水來急速減重對身體會有那些不良的影響？

貳、運動心理學（總分 35 分）

- 一、運動心理技能訓練的功能為何？(5 分)
- 二、競賽壓力可能引發運動員的身體焦慮及認知焦慮，請簡述何謂身體焦慮及認知焦慮？教練可運用哪些降低焦慮的技巧幫助運動員呢？請各列舉幾種方法。(10 分)
- 三、自信心水準會影響運動表現，請根據Bandura的「自我效能理論」(Self-efficacy theory)，解釋教練如何提高運動員的自信心。(10分)
- 四、何謂顛峰運動表現？Garfield and Binett(1984)晤談近百位優秀運動員，他們是如何描述顛峰表現時的心理特徵呢？(10 分)

參、運動生物力學（總分 30 分）

一、解釋名詞（12 分）

1. 力矩 (moment of force)
2. 轉動慣量 (moment of inertia)
3. 功率 (power)
4. 升力 (lift force)

二、請定義牛頓運動三定律，並舉競技運動實例說明之。(9 分)

三、人體運動中的主要外力(external force)有那些？並舉競技運動實例說明之。(9 分)

國立臺灣體育學院 100學年度碩士班招生考試

休閒運動管理研究所 休閒運動導論 試題

申論題：請依據下列各題依序作答，每題各佔 25 分，共計 100 分

- 一、說明何謂休閒運動參與動機、休閒運動參與阻礙，並分別舉例說明有哪些因素及形成原因。
- 二、請說明休閒運動的意涵，並分別從食衣住行育樂等方面加以說明為何現代人會日漸注重休閒活動。
- 三、休閒運動有哪些功能？請分別從社會心理生理與家庭方面分別闡述之。
- 四、請說明現代休閒運動發展和現代社會發展有何關係。

國立臺灣體育學院 100 學年度碩士班招生考試

休閒運動管理研究所 休閒運動企劃與管理 試題

一、解釋名詞 (40%)

1. 組織認同 organizational identification
2. 倍增行銷 leveraging
3. 品德績效維繫理論 (Character Performance Maintenance Theory, CPM)
4. 損益兩平點 break-even volume
5. 分配型協商 distribution in negotiation

二、中華職業棒球大聯盟多次發生選手涉嫌打假球的事件後，各界對於中華職棒能否永續經營開始產生質疑。中華職棒代理會長趙守博曾在 2009 年表示，亞洲職棒大賽不可輕易放棄，並極力爭取來臺舉辦；而 2010 年則是提出希望由台商或在地企業出資，以大陸球員籌組「職棒第五隊」的構想。上述發言，似乎透露中華職棒聯盟將以「擴大市場」之策略，作為台灣職業棒球運動研擬未來經營發展之思考方向。請你從「市場需求」方面提出對台灣職業運動經營之建議。(20%)

三、決策權是領導者的一項重要權力，「一言堂」通常是決策權濫用的前兆及決策失誤的前因。請你依據領導相關理論，提出休閒運動組織領導者如何激勵員工發揮集體智慧的力量，並營造團體合作的環境，以推動事業的發展，並嘗試舉例說明之。(20%)

四、以往日本人到台灣觀光的人數，每年大約 100 萬左右，4 月份尤其是旺季，但由於日本接連發生大地震、海嘯與核能災害，如今來台人數可能只剩下半數。因此，台灣觀光業者莫不引頸期盼大陸觀光客來台旅遊自由行能夠早日開放，以彌補日本客源減少的部分。兩岸旅遊協商預訂四月先開放陸客在金門、馬祖及澎湖等離島地區自由行，六月再擴大上海、北京等居民來台自由行。請你針對開放大陸民眾自由行之後，嘗試評估台灣是否具備發展運動觀光產業之潛力與契機，可以為消費者創造出一種全新的休閒型態？(20%)

國立臺灣體育學院 100 學年度碩士班招生考試

體育舞蹈學系 中國舞蹈史 試題

一、請列舉三個中國歷代著名舞蹈，並說明其舞蹈發生之朝代及內容。(20 分)

二、請敘述漢代宮廷與民間文化交融對樂舞的影響及其風格與特色，並列舉 5 個漢代著名舞蹈。(20 分)

三、請列舉 4 個中國少數民族舞蹈，並說明其舞蹈風格與特色。(20 分)

四、名詞解釋：(40 分：請任選 4 題作答，每題 10 分)

1.禹步(夏代) 2.六大舞(周代) 3.響屐廊(春秋戰國)

4.樂府(漢代) 5.銅雀伎(曹魏) 6.綠腰(唐代)

7.隊舞(宋代) 8.蛇郎君(臺灣)

國立臺灣體育學院 100 學年度碩士班招生考試
體育舞蹈學系 西洋舞蹈史 試題

問答題：總分 100 分

1. 芭蕾舞起源於哪個國度？(10 分)
2. 裴堤帕 (J.A. Petipa) 隸屬哪個舞團？(10 分)
3. 芭蕾舞露斯(Ballet Russes) 的創始人是誰？(10 分)
4. 喬治·巴蘭欽(George Balanchine) 創立那所舞蹈學院？(10 分)
5. 列舉一個尼金斯基 (V. Nijinsky) 的代表作。(10 分)
6. 列舉三位美國早期現代舞的代表人物。(10 分)
7. 喬德森教堂 (Judson Church) 在西洋舞蹈史中的意義為何？(10 分)
8. 接觸即興的代表人物是誰？(10 分)
9. 天鵝湖的作曲者是誰？(10 分)
10. 康尼漢 (Merce Cunningham) 為現代舞立下什麼里程碑？(10 分)

國立臺灣體育學院 100學年度碩士班招生考試

運動管理學系 管理學 試題

簡答體：每題 10 分，總分 100 分

- 一、試說明何謂管理功能？
- 二、請從管理思想之歷史演進中，指出五種管理的理論？
- 三、試說明麥肯錫(McKinsey)的 7S 模式 (7S-model)為何？
- 四、試說明泰勒的管理原則(Taylor's 4 Principles of Management)？
- 五、試說明亞伯拉罕·馬斯洛(Abrahm Maslow)的需求層級理論(hierarchy of needs theory)為何？
- 六、1970 年布魯士·韓德森 (Bruce Henderson) 為波士頓顧問公司 (Boston Consulting Group, BCG) 設計的一個圖表，簡稱 BCG 矩陣；目的是協助企業分析其業務和產品系列的表現，從而協助企業更妥善地分配資源，及作為品牌建立和營銷、產品管理、戰略管理及公司整體業務的分析工具，試問何謂 BCG 矩陣？
- 七、試說明正式組織與非正式組織的異同？
- 八、何謂人力資源管理 (Human Resource Management, HRM) ？
- 九、請指出五種控制的標準？
- 十、你是研發部經理，你已經花掉 1000 萬的預算，但沒能完成產品研發。如果要完成必須再投入 800 萬，但最後只有 60%的機率能完成產品研發，有 40%的機率會一無所得。
如果研發成功，行銷部門的人估計樂觀的話(20%機率)，會有 5000 萬的獲利，悲觀的話(20%機率)，會有 1000 萬的獲利，其餘 60%的機會可能會有 3000 萬的獲利。如果現在就放棄這個研究案，另起爐灶，需 1300 萬預算，只有 40%的機率能完成產品研發。行銷部門的人估計樂觀的話(20%機率)，會有 8000 萬的獲利，悲觀的話(20%機率)，會有 4000 萬的獲利，其餘 60%的機會可能會有 6000 萬的獲利。你該怎麼辦呢？

國立臺灣體育學院 100學年度碩士班招生考試

運動管理學系 運動行銷學 試題

壹、簡答題：請回答下列問題。(不必抄題，每題4分，共40分)

- 一、Sport marketing
- 二、Sport sponsorship
- 三、Public relationship
- 四、Niche market
- 五、Marketing mix
- 六、Cause-related marketing
- 七、Sport consumer
- 八、Positioning
- 九、Market segmentation
- 十、Ambush marketing

貳、問答題：請詳答下列問題。(不必抄題，每題20分，共60分)

- 一、何謂品牌？一個良好的品牌該如何建立？在妳/你心目中，目前台灣運動產業中有哪些是產品屬於良好品牌？理由為何？
- 二、請述明企業與運動組織透過運動贊助所尋求的利益為何？而運動贊助又可分為哪幾個等級？在妳/你印象中，有哪些企業曾經透過運動贊助，成功的達到銷售或促銷的效果？
- 三、外部公關所指的是哪兩種公共關係？運動行銷與公共關係又有何關聯？請舉實例說明建立良好外部公關的策略？

國立臺灣體育學院 100學年度碩士班招生考試

運動健康科學系 運動科學 試題

壹、運動生理學 (總分 50 分)

一、解釋名詞

(一)英譯中(每題 2 分)

1. Excess Post-exercise Oxygen Consumption (EPOC)
2. Onset of Blood Lactate Accumulation (OBLA)
3. Delayed Onset of Muscle Soreness (DOMS)
4. Rating of Perceived Exertion (RPE)
5. Basal Metabolic Rate (BMR)

(二)中譯英(每題 2 分)

1. 體適能
2. 運動處方
3. 最大耗氧量
4. 心輸出量
5. 等速收縮

二、計算題 (試以下列數據計算, 每題 2 分)

年齡: 22 歲

性別: 男

體重: 70 公斤

身高: 180 公分

換氣量: 6.0 升

階梯距離: 3 公尺

呼吸頻率: 12 次/分

階梯衝刺: 0.80 秒

心輸出量: 6.5 升/分

動靜脈氧差: 140 毫升/升

收縮壓: 125mmHg

體脂肪百分比: 15%

耗氧量: 35 毫升/公斤/分鐘

體型指數: 354

運動頻率: 3 次/週

1. 潮氣容積 (Tidal Volume)
2. 最大心跳率 (Maximal Heart Rate)
3. 身體質量指數 (Body Mass Index)
4. 輸出動能 (Power Output)
5. 等代謝量 (Metabolic Equivalent)

三、問答題(每題 10 分)

(一)試述影響肌群肌力之因素?

(二)冠狀心臟病之危險因子為何?

貳、運動生物力學（總分 50 分）

一、名詞解釋（20 分）

(1)Viscoelasticity

(2)Moment of inertia

(3)Stiffness

(4)Center of pressure

(5)Degree of freedom

二、請說明維持人體足弓(Medial longitudinal arch)的生物力學機轉為何？(10 分)

三、請說明髖關節三維動作名稱、定義與相對應的動作平面為何？(10 分)

四、請說明影響肌肉產生力量的生物力學因子為何？(10 分)

國立臺灣體育學院 100學年度碩士班招生考試

運動健康科學系 健康科學 試題

壹、運動保健學（總分 50 分）

問答題

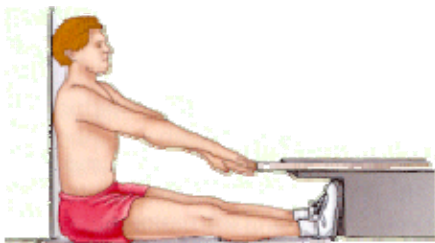
- 一、請針對下列健康體能檢測—柔軟度之測量方式之優缺點進行評析，並提出個人之見解（30 分）



圖片引用自 Tibbets Physical Education



圖片引用自 topendsports.com



圖片引用自 Brain MAC SPORTS COACH

- 二、請說明「以 PIC（Passive-Isometric-Concentric）步驟進行 hamstring 肌群之放鬆」其各步驟中所應用之學理為何？（可藉圖示說明之，20 分）

貳、健康行為學（總分 50 分）

- 一、影響健康的因素包括哪些（15 分）？

- 二、何謂健康行為？（10 分）

- 三、請以運動為例，說明行為改變階段理論（Transtheoretical model and stage of change）（25 分）