

國立臺灣體育大學(桃園)九十七學年度研究所碩士在職專班入學考試試題  
教練實務 (本試題共一頁)

- ※注意：1 答案一律寫在答案卷上，否則不予計分。  
2 請核對試卷、准考證號碼與座位號碼三者是否相符。  
3 試卷『彌封處』不得污損、破壞。  
4 行動電話或呼叫器等通訊器材不得隨身攜帶，並且關機。

本科總分 100 分

一、簡述運動教練的定義與職責。(20 分)

二、簡述運動教練進行訓練資料紀錄時應包含哪些項目。  
(20 分)

三、簡述「準備期」、「專項期」及「比賽期」中，技術訓練之  
百分比應如何編排。(30 分)

四、簡述「全身體能」與「專項體能」之內涵，並以自己的  
專長說明訓練內容。(30 分)