

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
運動保健學 (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、簡答題(每題 10 分)

1. 何謂靜態生活死亡症候群(Sedentary Death Syndrome) ?
2. 試述身體活動量和死亡率的關係？
3. 試述造成下背疼痛的原因？

二、申論題

1. 請提供設計一份減重所需要的相關流程及運動課程？(30 分)
2. 為何運動俱樂部需要個人健康指導員？(20 分)
3. 請說明運動與高齡化社會的關係？(20 分)