

國立體育學院九十學年度研究所碩士班入學考試試題
運動訓練法 (本試題共 一 頁)

※注意:答案一律寫在答案卷上，否則不予計分

- 一、簡述運動訓練的相關學科。(20分)
- 二、簡述運動訓練的訓練內涵。(20分)
- 三、簡述體能的分類。(20分)
- 四、何謂技術、技能。(20分)
- 五、寫出六種運動訓練方法。(20分)
- 六、寫出瞬發力(功率)的相關力學單位。(20分)
- 七、寫出五種運動心理訓練法。(20分)
- 八、簡述移地訓練的意義。(20分)
- 九、試擬一項東亞運動會運動項目的二個月集訓訓練計畫。(40分)