

國立體育大學九十九學年度研究所碩士班入學考試試題

運動技術研究所

(本試題共 1 頁)

運動技術學

※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。

(總計 100 分)

1. 運動技術包含那些動作，舉例說明? (15 分)
2. 如何安排一天之運動技術訓練，舉例說明? (15 分)
3. 體能範圍與其個別顯現形式為何? (25 分)
4. 如何應用間歇訓練改善無氧耐力，舉例說明 (訓練範圍、負荷劑量、間歇時間)? (25 分)
5. 舉例說明循環與非循環式運動項目之專項耐力要求? (20 分)