

國立體育大學九十九學年度研究所碩士班入學考試試題
運動保健學系碩士班 (本試題共 1 頁)
運動生理學

- ※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)

中、英文答題均可。

1. 請說明暴露於高地環境後，會產生哪些適應？如何影響運動表現？(15 分)
2. 請討論運動時間持續 15-30 秒以及 2-4 小時的運動，其造成疲勞的原因分別為何？(10 分)
3. 馬拉松選手運動中大量流汗且無適當的補充水分，對於運動表現的影響為何？(10 分)
4. 從休息到劇烈運動，呼吸系統產生哪些變化？其影響機制為何。(15 分)
5. 請說明運動後過攝氧量(excess post-exercise oxygen consumption, EPOC)造成原因。EPOC 現象有哪些應用？(15 分)
6. 請說明減量訓練並討論減量訓練對運動表現的影響。(10 分)
7. 請說明無氧閾值測量方法。測量無氧閾值有哪些重要性？(15 分)
8. 請比較成年男、女身體組成的差異。此差異如何影響運動表現？(10 分)