

國立體育學院九十一學年度研究所碩士班入學考試試題

運動生理學 (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、解釋名詞 (必須將名詞寫在答案前，40%)

1. 超補償
2. 高密度脂蛋白
3. 兒茶酚胺
4. 運動性貧血
5. MET
6. EPO
7. EPOC
8. kpm
9. RPE
10. heart rate reserve

二、問答題 (答案前請註明題號，60%)

1. 運動生理學的英文怎麼寫？學體育或運動科學的人為什麼要讀運動生理學呢？(10%)
2. 試寫出五種運動時反應與運動強度成正比的生理學指標？並寫出其最大值。(例：血乳酸值，最大運動之反應值約等於 100 mg%；必須寫出單位)(15%)
3. 身高 170 公分，體重 60 公斤的人的身體質量指數多少呢？理想值多少？其使用有何缺點？(10%)
4. 乳酸系統的生理學意義是什麼呢？在運動科學上血乳酸值能做哪些應用呢？(15%)
5. 試說明蛋白質(胺基酸)與運動的關係。(10%)