

等 別：三等考試
類 科：體育行政
科 目：運動自然科學
考試時間：2小時

座號：_____

※注意：(一)禁止使用電子計算器。

(二)不必抄題，作答時請將試題題號及答案依照順序寫在試卷上，於本試題上作答者，不予計分。

(三)本科目除專門名詞或數理公式外，應使用本國文字作答。

- 一、敘述「最大攝氧量」、「無氧閾值」、「跑步經濟性」與長距離跑步成績的關係。(25分)
- 二、何謂「牛頓運動三大定律」？並進一步說明此三大定律如何運用在運動技能的指導。(25分)
- 三、何謂「運動後過攝氧量」(excess post-exercise oxygen consumption, EPOC)？並進一步敘述導致「運動後過攝氧量」可能的因素。(25分)
- 四、敘述「解剖學核心」(anatomical core)的定義？並進一步說明核心肌群包含那些肌肉與介紹各種核心肌群的訓練方法？(25分)