

一、名詞解釋（每題 5 分，共 40 分）

- (一)代謝症候群
- (二)殘氣量
- (三)努責現象
- (四)氧合血紅素解離曲線
- (五)YO YO Effect
- (六)RER
- (七)2,3-DPG
- (八)EIA

二、問答題（每題 15 分，共 60 分）

- (一)可以直接或間接地評估人體無氧動力的測驗方法有哪些？請舉出兩種方法並說明操作過程。
- (二)運動訓練對人體循環系統會產生哪些效果？試說明之。
- (三)當肌肉收縮時肌纖維為何會縮短？哪一個理論可以解釋這個現象？請說明。
- (四)試述碳水化合物有氧合成 ATP 的過程及其代謝產物。