



國立雲林科技大學

101 學年度碩士班暨碩士在職專班招生考試試題

系所：休閒所

科目：體育運動概論

共 4 題，每題 25 分，請在答案紙上作答

- 一、請說明肌力、心肺耐力、柔軟度、敏捷性的定義？（10 分）以及訓練上有哪些具體方法（15 分）？
- 二、請說明常見運動傷害的原因？（10 分）以及發生運動傷害時的處理原則為何？（15 分）
- 三、運動能量之直接來源為腺嘌呤核苷三磷酸（adenosine triphosphate，ATP），試問體內細胞製造 ATP 之途徑有哪些（10 分）？並比較其差異（15 分）。
- 四、如何落實國民體育法第九條之規定？請論述個人看法（25 分）