

# 國立臺灣師範大學 104 學年度碩士班招生考試試題

科目：運動生理學

適用系所：運動競技學系運動科學碩士班

注意：1.本試題共 1 頁，請依序在答案卷上作答，並標明題號，不必抄題。2.答案必須寫在指定作答區內，否則不予計分。

- 一、敘述規律阻力訓練 (resistance training) 促進肌肉肥大 (muscle hypertrophy) 的可能生理機轉 (mechanism) (20 分)
- 二、從生理學角度來談運動疲勞：何謂疲勞? (4 分) 疲勞的分類? (6 分) 造成疲勞的生理機轉? (6 分) 如何判定疲勞? (4 分) 如何加速疲勞的恢復? (5 分)
- 三、從運動生理學的觀點，試著討論可能影響鐵人三項比賽成績的因素 (20 分)
- 四、目前在運動生理學領域的研究中，有那些研究主題或內容你認為是很重要且具有前瞻性的? 請加以說明 (10 分)
- 五、請解釋或說明下列專有名詞以及在運動生理學上的應用或扮演的角色 (每題 5 分，共 25 分)
  1. 活化後增能作用 (post-activation potentiation)
  2. 代謝當量 (metabolic equivalent, MET)
  3. 升糖指數 (glycemic index, GI)
  4. 乳酸堆積起點 (onset of blood lactate accumulation, OBLA)
  5. 氧合血紅素解離曲線 (oxyhemoglobin dissociation curve)