

## 國立新竹教育大學 100 學年度碩、博士班招生考試試題

所別：體育學系碩士班(運動科學組)

科目：運動科學（本科總分 150 分，含運動生理學：50 分、運動生物力學：50 分、運動心理學：50 分）

※ 請橫書作答

- 一、無氧運動都會堆積乳酸，運動後乳酸究竟如何清除，其命運是如何呢？請敘述運動後處理乳酸的可能管道。（25 分）
- 二、請簡述出現再生氣（Second Wind）的條件？理由？及因應策略？（25 分）
- 三、請以運動生物力學「力矩平衡」原理解釋排球扣球技巧。（25 分）
- 四、請解釋運動生物力學領域內涵，以及這些內涵如何幫助選手提升其運動成績。（25 分）
- 五、請說明何謂焦慮？（10 分）小白是一位排球運動員，對於下個月的全國大賽，小白有很高的焦慮。
  - 1.請用倒 U 字型假說，說明焦慮對小白的運動表現的可能影響。（7 分）
  - 2.可以實施哪些心理技能訓練來改善小白的焦慮。（8 分）
- 六、就運動傷害心理學而言，運動傷害期間有效的治療與恢復，有哪些原則？（15 分）假設你的好友膝蓋受到嚴重傷害，需手術治療。你可以如何運用運動傷害心理學的方法來協助他面對手術與復健。（10 分）