

國立屏東科技大學 100 學年度 碩士班暨碩士在職專班 招生考試
休閒運動保健系碩士班 運動健康理論與實務試題

UNREGISTERED

1. 健康城市(Health city)是全世界健康營造發展與努力的方向，而建構健康城市的重點項目之一，就是營造一個動態環境(Active environment)。請針對『動態環境』議題描述環境對個體運動行為的影響。(25%)
2. Body mass index 是一項公認的個體健康參考指標；請描述 Body mass index 在健康促進上的應用策略。(25%)
3. 請說明維持人體運動的能量系統有哪些，並比較各系統間之特性與差異，以及適用的運動類型。(25%)
4. 請解釋何謂『EPOC』，並說明如何運用『EPOC』原理來增加人體能量消耗的效果。25%

UNREGISTERED

Created by Unregistered Version

UNREGISTERED

Created by Unregistered Version