

國立屏東科技大學九十六學年度 碩士班暨碩士在職專班 招生考試
運動科學

UNREGISTERED

Created by Unregistered Version

1. 一個有系統的個人運動處方需具備那些組成要素？(20%)
2. 身體組成中脂肪多寡對運動員有何影響？有那些方法可以測量體脂肪？(20%)
3. 請分別以最大心跳率百分比法與心跳保留法來設定安靜時心跳 70 下的 40 歲王先生，其 60% 運動強度的心跳數或範圍？(20%)
4. 何謂自覺運動強度(perceived exertion)，如何運用在社區健康促進議題中 (20%)
5. 請描述身體自我概念(physical self concept)和身體意象(body image)間的定義與差異。(20%)

UNREGISTERED

Created by Unregistered Version

UNREGISTERED

Created by Unregistered Version