

考試別：原住民族特考

等別：三等考試

類科組：體育行政

科目：運動自然科學

考試時間：2 小時

座號：_____

※注意：(一)禁止使用電子計算器。

(二)不必抄題，作答時請將試題題號及答案依照順序寫在試卷上，於本試題上作答者，不予計分。

(三)請以黑色鋼筆或原子筆在申論試卷上作答。

(四)本科目除專門名詞或數理公式外，應使用本國文字作答。

一、敘述「漸進有氧心血管耐力跑 (progressive aerobic cardiovascular endurance run, PACER)」檢測方法，並說明改善心肺適能的運動處方。(25 分)

二、何謂「團隊領導」？敘述團隊領導者（教練）在運動團隊應具備的特質與領導策略。(25 分)

三、何謂「覺醒 (arousal)」？敘述「覺醒」與「運動表現」的關係。(25 分)

四、敘述「耐力性運動項目」與「爆發性運動項目」，比賽當天的飲食原則。(25 分)