

114年公務人員高等考試三級考試試題

類 科：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)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「增強式運動訓練(plyometric exercise training)」、「間歇訓練(interval training)」和「循環訓練(circuit training)」之定義，並進一步論述此三種訓練方法之優劣。(25 分)
- 二、敘述「牛頓三大運動定律(Newton Laws of Motion)」及如何應用在運動訓練與運動技術指導。(25 分)
- 三、敘述臨床競技運動心理學中「心智意象(mental imagery)」定義及其解釋理論機轉。(25 分)
- 四、敘述「心跳率(heart rate)」在“運動訓練”及“體能判定”的應用。(25 分)