

# 國立高雄師範大學 106 學年度學士班轉學生招生考試試題

系所別：體育學系三年級

科 目：運動生理學（全一頁）

※注意：1.不必抄題，作答時請將試題題號及答案依照順序寫在答案卷上，於本試題上作答者，不予計分。

2.限用藍色或黑色之鋼筆、原子筆作答，以鉛筆或其他顏色作答者不予計分。

一、請解釋熱適應的生理作用為何？如何達到熱適應？對於在熱環境下的運動有何幫助？  
（25%）

二、請解釋規律運動的處方是如何安排？才能對一般健康的6~18歲學生是最好的？  
19~65歲和65歲以上的老年人又是如何？（25%）

三、試述葡萄糖在有氧與無氧環境下的代謝過程。（25%）

四、舉例說明肌肉收縮的各種型態？（25%）