

國立彰化師範大學 102 學年度碩士班招生考試試題

系所：運動健康研究所

科目：運動健康時事評論

☆☆請在答案紙上作答☆☆

共 1 頁，第 1 頁

- 一、 「世界衛生組織建議，每天 30 分鐘的適度體能活動有助維持健康、幸福感與自尊心。然而，全球有 6 成的人口未能達成每日運動 30 分鐘的目標，其中大多數為女性。」
(<http://www.sportanddev.org/en/newsviews/news/?5236/1/Worldwide-barriers-to-womens-participation-in-physical-activity>)。運動對女性有何身心方面的益處(5%)？女性參與運動的阻礙因素有哪些(5%)？如何增進女性的運動參與(10%)？
- 二、 知名自由車選手阿姆斯壯(Lance Armstrong)，日前承認在職業生涯服用提升體能之藥物、美國大聯盟球星 A-Rod 暴出禁藥傳聞、倫敦奧運游泳比賽 400 公尺接力項目第四名的澳洲隊，坦承服用禁藥，並舉行記者會公開道歉。優秀運動員服用禁藥時有所聞，禁藥對運動、社會及選手本身有何影響？如何遏止此現象？(20%)
- 三、 體育署於 2013 年成立，請問該單位隸屬於哪個中央部會？是由過去哪些單位整併而成？專責哪些業務？對國內體育運動的發展有何影響？ (20%)
- 四、 台灣高爾夫球好手曾雅妮 19 歲就贏得生涯第一個大滿貫，經歷了職業選手必走過的長低潮，最近漸入佳境。然而面對新生代女子高球選手的竄起，如 15 歲的高寶璟、17 歲的泰國小將茱塔努甘，曾雅妮深刻感受到後浪推前浪，但她也表示：「我雖不再年輕。」但「更成熟」、「更清楚自己要的是什麼」。運動選手面對強大的競爭壓力，如何調適心態及保持動機？ (20%)
- 五、 「28 歲的呂小姐，去體驗飛輪課程，沒想到上完課兩天後，身體開始酸痛不適，甚至出現血尿症狀，住院還一度發病危通知，原來是運動過度導致橫紋肌溶解，差點丟了命。」(民視新聞)，什麼是橫紋肌溶解症？有什麼嚴重後果？如何預防？ (20%)