

國立彰化師範大學106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

1. 台北市今年試辦學生「延後到校」計畫。國小及國中到校時間分別從 7:50 延至 8:30；以及 7:30 延至 8:00。本計畫雖獲不少家長認同，但亦有一些質疑聲浪，並要求學校應該有相關配套措施，才不會造成困擾。針對學生到校時間，你的看法為何？請詳細說明。(20%)
2. 政府於各縣市政府逐步設置「國民運動中心」，你認為國民運動中心可發揮哪些功能？(10%) 以及你對本項運動政策的看法？(10%)
3. 台灣即將邁向超高齡社會，目前政府正在積極推動長照相關政策。你認為運動在高齡社會中有哪些可扮演的角色或功能？(20%)
4. 2 月 4 日為世界癌症日，尤其今年國際抗癌聯盟特別著重運動的重要性，並且強調每個人都可藉由運動在抗癌工程中扮演積極角色。你認為運動對癌症的預防及治療各有何益處？(10%) 罹癌病人從事運動應注意什麼？(10%)
5. 近年來有關久坐的靜態行為 (sedentary behaviors)對健康的影響，逐漸受到醫學與公共衛生專家的重視。請問日常生活中有哪些常見的靜態行為？(10%)針對一般上班族，請試提出有哪些方法可協助減少他(她)們的靜態行為？(10%)