

# 臺北市立大學

## 107 學年度研究所碩士班入學考試試題

班 別：運動健康科學系碩士班

科 目：運動健康議題(運動健身指導、運動傷害防護、運動健康科學研發)

考試時間：90 分鐘【08：30—10：00】

總 分：100 分

不得使用計算機  
或任何儀具。

※ 注意：不必抄題，作答時請將試題題號及答案依照順序寫在答卷上；限用藍色或黑色筆作答，使用其他顏色或鉛筆作答者，所考科目以零分計算。(於本試題紙上作答者，不予計分。)

### 一、問答題 (30 分) (請由下列 2 題中自選 1 題作答)

- 一、請說明運動傷害「急性期」之定義、發生時間、生理表現、處理原則。
- 二、請說明「健康老人運動指導」的注意事項及運動處方原則。

### 二、申論題 (70 分) (請由下列 2 題中自選 1 題作答)

- 一、請試著研擬一個適用於都會發展的「職場健康促進」實施方案，可自由發揮不限制規模、不考慮經費額度限制，「職場健康促進方案」之屬性可自行定義。本題作答時至少應包括實施對象、計畫目標、具體執行方案、評估指標等四項。
- 二、假設有一個強大的穿戴裝置研發團隊當作您的後盾，請以心跳率偵測為基礎，不須考慮任何技術問題，您可以在任意時間由任意假定之穿戴裝置取得心跳率並加以記錄、儲存或演算，請以運動科學、訓練科學、健康促進或預防醫學的專業角度，規劃此裝置的功能，並說明其理論應用架構。