

# 臺北市立大學

## 109 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：英文（運動健康相關議題）  
考試時間：90 分鐘【10：30—12：00】  
總 分：100 分

不得使用計算機  
或任何儀具。

※ 不可於答案卷封（背）面上作答或註記符號及文字（包含於答案卷封面作答後塗改者），否則不予計分。  
除非試題卷另有規定，否則作答時限用藍色或黑色鋼筆或原子筆於答案卷上書寫，用其他顏色或鉛筆作答者，所考科目不予計分。

### 一、問答題（每題 25 分，共 100 分）

請仔細閱讀〈附件一〉及〈附件二〉，依研究文獻內容回答下列問題。

#### **Paper1. Acute Responses to High-Intensity Intermittent Exercise in CHD Patients**

- 1-1. 此篇如何針對 CHD（Coronary Heart Disease；冠狀動脈心臟病）病人進行 High-Intensity Interval Exercise (HIIE) 及 Moderate-Intensity Continuous Exercise (MICE) 的實驗設計？
- 1-2. 請以此篇文章說明，在 CHD 病人以 HIIE 介入相較於 MICE 介入有哪些好處？

#### **Paper2. Effect of a Resistance Training Program on Sarcopenia and Functionality of the Older Adults Living in a Nursing Home**

- 2-1. 請就此篇文章中之論述，描述何謂 Sarcopenia（肌少症）？
- 2-2. 請以此篇文章說明阻力訓練對 Sarcopenia 有什麼正向的影響？