

明新科技大學運動事業管理系 甄選入學面試-實作試題範例

Q：對於教育部推動之體適能333都有所瞭解嗎？

◎時間：2分鐘



A：教育部為鼓勵全國中小學生積極參與活動,提升體適能而提出體適能333計劃。

◎**第一個三**

每週至少運動三天（次），每次約三十分鐘，每次心跳率約每分鐘130次。

◎**第二個三**

養成運動保健或體適能的良好態度、認知及行為。

◎**第三個三**

學生、家長和教師一起參與和支持。希望藉此計劃能養成學生規律運動習慣，增加學習效率，促進發育成長，提升身心健康。

Q：國內目前職業運動蓬勃發展，請就你瞭解及喜歡的一項職業運動做介紹(有哪些球隊?你關注的原因?未來發展)。

◎時間：2分鐘

A：**參考**

中華職業棒球聯盟(CPBL)

PLG台灣職業男子籃球聯盟(P. LEAGUE+)

台灣職業籃球大聯盟(TPBL)

