

體育（答案卷）

| | | | | | |
|------|------|------|-----|------|----|
| 科目範圍 | 普高體育 | 命題教師 | 鄭文輝 | 考試時間 | 50 |
| 考生學號 | | 考生姓名 | | 得 分 | |

第一部份 是非題 每題 2 分

- (○) 1. 體適能是指可以執行適中到激烈強度的體能活動，而不會感到過度疲勞，並且能終身維持的能力。
- (○) 2. 肌耐力是指肌肉或肌群在一段時間內持續的反覆收縮，直至肌肉疲乏的能力，或是持續非最大強度的肌肉收縮，所能維持長時間肌肉收縮的能力。
- (×) 3. 每天快走30分鐘除了可以增進心肺功能，對於肌肉力量的提升也有很大的效益。
- (×) 4. 在踝關節扭傷的急性期時，可以找接骨師傅推拿。
- (○) 5. 扭傷後可以用彈性繃帶壓迫的方式協助消除腫脹。
- (×) 6. 溺水時，衣服和褲子會成為身上的負擔，應該馬上脫下並且丟棄。
- (○) 7. 短距離跑包括有男、女100公尺、200公尺、400公尺，共六個項目。
- (○) 8. 所有短距離跑項目必須分道賽跑，每一位選手從起點至終點，應全程在被分配的道次中完成比賽。
- (×) 9. 賽跑名次之決定，以其胸部到達終點之垂直面的先後為準。
- (×) 10. 跳遠選手在試跳後，可以從著地區（沙坑）中往回走。
- (○) 11. 跳遠選手在試跳時，不論起跳與否，身體任何部位超越起跳板，碰觸起跳線與著地區之間的地面，以試跳失敗論。
- (○) 12. 籃球球隊第一次取得控球權，必須在 24 秒鐘內完成投籃及碰觸到籃框。
- (×) 13. 籃球發邊線球、端線球與罰球的球員，從裁判手中接到球後，必須在 6 秒鐘內傳、投出手，否則會被判違例。
- (○) 14. 籃球比賽中球隊控球攻過前場後，不得再傳、運球回後場，否則會被判回場違例。
- (○) 15. 排球比賽時，每一隊最多只有三次擊球機會，若第四次或四次以上才將球擊回給對方，就會造成四擊球犯規。
- (○) 16. 排球比賽的過程中，球可以觸及身體的任何部位。
- (○) 17. 排球比賽的決賽局採 15 分計，且需領先對方 2 分以上。
- (○) 18. 英語把羽毛球叫做「伯明頓」。
- (×) 19. 桌球拍兩面不論是否有覆蓋物均應為無光澤，且兩面可為同一顏色。
- (○) 20. 桌球賽進行過程中（連續來回球狀態），對手之非執拍手觸碰檯面，應判我方得 1 分。

第二部份 選擇題 每題 2 分

- (D) 1. 奧林匹克五環旗的顏色為 (A) 藍、黑、白、綠、紅 (B) 藍、白、黑、紫、綠 (C) 藍、黃、黑、白、綠 (D) 藍、黑、紅、黃、綠
- (D) 2. 檢測立定跳遠，目的是在測量體適能中的 (A) 柔軟度 (B) 心肺耐力 (C) 肌力與肌耐力 (D) 下肢爆發力
- (A) 3. 檢測800公尺或1600公尺跑走，目的是在測量體適能中的 (A) 心肺耐力 (B) 柔軟度 (C) 肌力與肌耐力 (D) 下肢爆發力
- (C) 4. 下列關於立定跳遠檢測方法的敘述，何者錯誤？ (A) 雙腳須同時躍起及同時落地 (B) 受測者立於起跳線後，雙腳打開與肩同寬，雙腳半蹲，膝關節彎曲 (C) 可連續試跳三次 (D) 成績丈量以公分為單位
- (D) 5. 踝關節扭傷進入亞急性期之後，建議用哪一種方法處理以促進復原？ (A) 熱敷 (B) 肌力訓練 (C) 冰敷 (D) 冷熱交替法
- (D) 6. PRICE保守性處理方法中，Compression是指 (A) 休息 (B) 保護 (C) 提高患部 (D) 壓迫
- (B) 7. PRICE保守性處理方法中，Elevation是指 (A) 休息 (B) 提高患部 (C) 保護 (D) 壓迫
- (D) 8. 下列何種方法可以預防運動傷害發生？ (A) 避免在身體過勞的情形下勉強運動 (B) 充分的暖身運動 (C)

正確的運動技術 (D) 以上皆是

- (D) 9. 目前臺灣男子100公尺、200公尺兩項全國紀錄，皆是由哪位選手所保持？ (A) 陳傑 (B) 鄭兆村 (C) 陳家薰 (D) 楊俊瀚
- (D) 10. 下列何項競賽不須使用蹲踞式起跑及大會所準備的起跑架？ (A) 100公尺 (B) 400公尺 (C) 200公尺 (D) 800公尺
- (D) 11. 跳遠起跳後，在空中所做的動作是為了 (A) 延遲著地時間 (B) 保持平衡 (C) 為著地創造有利的條件 (D) 以上皆是
- (C) 12. 在跳遠比賽中，每次試跳的時間為幾秒，若超過時間則判定為試跳失敗？ (A) 90秒 (B) 30秒 (C) 60秒 (D) 120秒
- (D) 13. 跳遠時，起跳腳要以哪個部位著地踏板？ (A) 腳跟 (B) 前腳掌 (C) 腳尖 (D) 全腳掌
- (C) 14. 跳遠比賽規定，從跳板到沙坑的遠端至少要幾公尺？ (A) 8公尺 (B) 9公尺 (C) 10公尺 (D) 12公尺
- (D) 15. 跳遠比賽試跳時，大會如何通知選手可以試跳並開始計時？ (A) 大會廣播 (B) 裁判鳴槍 (C) 裁判吹哨 (D) 裁判唱名
- (D) 16. 跳遠選手試跳的成績，是丈量身體什麼部分在著地區表面留下的痕跡，與起跳線或其延長線的最短直線距離？ (A) 臀 (B) 手 (C) 腳 (D) 任何部分
- (B) 17. 籃球比賽時球隊取得控球權，發球進入後場後，必須在幾秒內傳、運球及3點都過前場，否則會被判違例？ (A) 7秒 (B) 8秒 (C) 6秒 (D) 9秒
- (C) 18. 下列何者是在籃球運動中不可缺的主要動作，更是個人進攻的重要技術？ (A) 接球 (B) 傳球 (C) 運球 (D) 投球
- (C) 19. 籃球比賽運球時，不可雙手接起球後再次拍運，否則會形成什麼違例？ (A) 運球 (B) 重複運球 (C) 兩次運球 (D) 拍球
- (D) 20. 籃球比賽進攻球員若在比賽時持球受到防守球員的壓迫而無法做運、傳、投等動作，超過幾秒鐘時，會被判違例？ (A) 6秒 (B) 8秒 (C) 3秒 (D) 5秒
- (C) 21. 排球運動早期是採用每局21分制，目前則是採用每局幾分，而決勝局為15分制呢？ (A) 20分 (B) 22分 (C) 25分 (D) 18分
- (C) 22. 排球比賽中，當裁判指示發球並吹完哨之後，在幾秒鐘內必須要將球發出去？ (A) 6秒鐘 (B) 7秒鐘 (C) 8秒鐘 (D) 無限制
- (C) 23. 排球比賽中，發球員可以有幾次的發球機會？ (A) 3次 (B) 2次 (C) 1次 (D) 無限次
- (A) 24. 排球正式比賽是採取幾局幾勝制？ (A) 5局3勝 (B) 1局1勝 (C) 3局2勝 (D) 7局4勝
- (C) 25. 排球比賽下場人數是幾人？ (A) 5人 (B) 7人 (C) 6人 (D) 8人
- (C) 26. 羽球發球時，球拍擊球的瞬間高度應在幾公分之下？ (A) 110公分 (B) 120公分 (C) 115公分 (D) 125公分
- (C) 27. 羽球的男、女子單打與雙打比賽及混和雙打比賽，皆採 (A) 5局3勝制 (B) 7局4勝制 (C) 3局2勝制 (D) 以上皆非
- (C) 28. 羽球的男、女子單打與雙打比賽及混和雙打比賽，每局 (A) 11分 (B) 15分 (C) 21分 (D) 25分
- (C) 29. 下列關於桌球發球的敘述，何者錯誤？ (A) 當球從最高點下降時才可擊球 (B) 球應靜止放於非執拍手的手掌上 (C) 需將球垂直向上拋起至少14公分以上 (D) 雙打發球時，球應落於雙方球員之右半區
- (A) 30. 下列關於桌球規則的敘述，何者錯誤？ (A) 一局比賽以先得到12分者為勝 (B) 比賽時，每人輪流各發2球 (C) 雙方均得10分時，以先領先2分的一方為獲勝 (D) 一場比賽應為5局3勝或7局4勝