

高雄市立鼓山高中 111 學年度第二次段考《高一》體育科試題卷

電腦讀卡代碼：25

選擇題 50 題(每題 2 分)

- () 1.桌球是由哪一種運動發展出的新運動？ (A)排球 (B)足球 (C)籃球 (D)網球。
- () 2.沙灘排球是在哪一年的奧運會被列為正式比賽項目？ (A)1996年 (B)1944年 (C)1992年 (D)1968年。
- () 3.運動強度的評估，是以下列何者作為依據？ (A)體溫增減 (B)流汗多寡 (C)運動時間 (D)心跳率。
- () 4.小明在分別做完以下的運動後，立即測試其心跳次數及體溫資料如下：100公尺(心跳125次、體溫36℃)；2000公尺(心跳140次、體溫37℃)、400公尺(心跳160次、體溫36.5℃)、跳繩(心跳155次、體溫36.6℃)；由以上數據可判斷，於小明來說，哪一項運動之運動強度最強？ (A)400公尺 (B)100公尺 (C)2000公尺 (D)跳繩。
- () 5.羽球反拍擊高遠球的技術，在擊球的瞬間，手臂應？ (A)向上揮動伸直 (B)向側身屈肘揮動 (C)向上屈肘揮動 (D)向側身揮動伸直。
- () 6.田徑規則允許 4x100 公尺接力的接棒者可在接力區外幾公尺起跑？ (A)無限制 (B)20公尺 (C)15公尺 (D)10公尺。
- () 7.田徑 4x100 公尺接力的選手棒次安排，第一棒應選擇？ (A)身材高、步幅大、速度快的選手 (B)速度雖不是最快但擅跑彎道 (C)起跑速度最快、同時具備良好平衡技巧與擅長彎道者 (D)速度最快或次快且鬥志高昂的選手。
- () 8.運動時間過長，腳底皮膚產生出水泡時，應如何處置，以下敘述何者有誤？ (A)要先將水泡內之組織液排出 (B)將水泡之皮膚以消毒後剪刀剪下，以利傷口復原 (C)注意是否受感染，如有感染情形應就醫 (D)傷口部位以塗抹藥膏之紗布包紮，以免感染。
- () 9.羽球比賽，當發球方得分為幾分時，應在左發球區發球？ (A)0分 (B)20分 (C)1分 (D)2分。
- () 10.排球舉球時，球的飛行動力是從身體哪部位的彈動力量而來？(甲)手指(乙)肘關節(丙)膝關節 (A)甲乙 (B)乙丙 (C)甲乙丙 (D)甲丙。
- () 11.桌球自哪一年起，列入奧運會正式比賽項目？ (A)2000年 (B)1988年 (C)1992年 (D)1996年。
- () 12.五人制足球賽的起源是因為 (A)十一人制球賽規則有缺陷 (B)克服場地與設備不足 (C)球員人數不足。
- () 13.常見的運動傷害中，肌肉不自主的強直收縮，造成肌肉僵硬、疼痛，稱之為？ (A)抽筋 (B)熱傷害 (C)脫臼 (D)挫傷。
- () 14.田徑 100 公尺跑技術，加速跑是指起跑者從蹬離起跑架到發揮最高速度為止的階段，其距離自起跑線起大約多少公尺？ (A)25~30公尺 (B)35~40公尺 (C)30~35公尺 (D)15~20公尺。
- () 15.田徑 4x100 公尺接力，若選手採用持棒不換手方式接棒，通常要跑到跑道外緣路線的選手棒次是？ (A)第3、4棒 (B)第1、3棒 (C)第1、2棒 (D)第2、4棒。
- () 16.桌球比賽中發球須上拋多少公分以上？ (A)12公分 (B)16公分 (C)18公分 (D)14公分。
- () 17.進行足球的大腿控球時，用哪一隻腳來頂球？ (A)兩腳輪流 (B)慣用右手者用左腳 (C)慣用右手者用右腳。
- () 18.標準的排球正面高手發球姿勢，以手的哪一部位擊球？ (A)全手掌 (B)指尖 (C)掌心 (D)掌根部。
- () 19.常見的運動傷害中，關節受外力撞擊，而使關節脫離應有的正常活動範圍，造成韌帶機能喪失，稱之為？ (A)挫傷 (B)脫臼 (C)拉傷 (D)扭傷。
- () 20.籃球比賽，每一隊須有幾位合法球員出場時，才可以開賽，否則被判棄權？ (A)2人 (B)5人 (C)3人 (D)4人。
- () 21.右手持拍的桌球選手，反手推擋的擊球瞬間，拍面應屬於下列何者？ (A)選手左邊，拍面平行桌面 (B)選手右邊，拍面平行桌面 (C)選手左邊，拍面垂直桌面 (D)選手右邊，拍面平行桌面。
- () 22.排球比賽，球員發球時踩線，則裁判如何判定？ (A)不犯規，繼續比賽 (B)分數不計，交換發球權 (C)該球不算，重新發球 (D)對隊得1分並獲發球權。
- () 23.從何時開始，田徑選手正式合法使用起跑架？ (A)1944年 (B)1938年 (C)1942年 (D)1940年。
- () 24.關於中暑的敘述，以下何者有誤？ (A)若發現有人中暑，應立即送醫治療 (B)可能導致多重器官衰竭 (C)是熱傷害中最嚴重的一種 (D)患者特徵為體溫略低、臉色蒼白、皮膚濕冷。

- () 25. 排球運動於 1922 年傳入台灣，經過多年的發展，台灣已經擁有眾多的排球愛好者。自 1993 年起有一項國際賽事，每年分組預賽都在台灣設站舉行，吸引大批球迷觀賞的是？ (A) 世界排球錦標賽 (B) 世界盃排球賽 (C) 世界大獎賽 (D) 世界職業排球賽。
- () 26. 遊戲性的運動，過程中讓人感到興趣十足，並得到內心的愉悅與滿足，以下哪一項，是不屬於「遊戲性質」的運動項目？ (A) 羽球 (B) 慢跑 (C) 籃球 (D) 網球。
- () 27. 進行籃球運動時，若有人受傷，應依 (甲) 壓迫 (乙) 休息 (丙) 抬高 (丁) 冰敷 等原則簡易處理後，再送醫治療，處理的正確順序是？ (A) 甲丙乙丁 (B) 丙丁甲乙 (C) 乙丁甲丙 (D) 丁甲丙乙。
- () 28. 田徑待棒起跑的規則，以下敘述何者有誤？ (A) 接力棒可觸及並超越起跑線 (B) 4x100 公尺接力賽規定，第一棒選手採用蹲踞式起跑 (C) 接力棒可超越起跑線 (D) 4x400 公尺接力賽規定，第一棒選手採用蹲踞式起跑。
- () 29. 沙灘排球比賽所採取的賽制為？ (A) 七局五勝制 (B) 九局七勝制 (C) 五局三勝制 (D) 三局二勝制。
- () 30. 何種營養素是人體細胞的主要組成物質，更是生命活動中第一重要的物質？ (A) 醣類 (B) 脂肪 (C) 維生素 (D) 蛋白質。
- () 31. 運動後測量心跳，可以評估心臟功能的優劣，以下敘述何者有誤？ (A) 運動後，心跳很快恢復至安靜時次數者，其心臟功能較好 (B) 心跳數越高者，其心臟功能較好 (C) 當心臟安靜時的心跳次數減少，其心臟功能較好 (D) 心臟每次的輸出血量較多者，心臟較佳。
- () 32. 桌球反手扣殺需注意要點，何者為非？ (A) 注意自己的站位 (B) 注意來球落點 (C) 擊球時拍面不可下壓 (D) 注意對方擊球時拍面方向。
- () 33. 運動傷害「網球肘」形成的原因，主要是因為？ (A) 運動過度 (B) 運動時，身心狀況欠佳 (C) 技術動作上的錯誤 (D) 運動前，熱身運動不足。
- () 34. 羽球的發球基本動作有：A. 擊球動作、B. 預備動作、C. 引拍動作、D. 順勢回復。完整的正確動作順序為？ (A) BCAD (B) ABCD (C) BADC (D) BACD。
- () 35. 羽球運動 (Badminton) 的命名，由來為何？ (A) 事件 (B) 人名 (C) 地名 (D) 物名。
- () 36. 運動與社會道德的關係，不包含以下哪一項？ (A) 合作精神 (B) 心理調適 (C) 社會風氣 (D) 人際關係。
- () 37. 熱身運動 (warm-up)，又稱為 (A) 主要活動 (B) 次要活動 (C) 準備活動 (D) 緩和活動。
- () 38. 下列何者不是桌球反手推擋的動作要領？ (A) 平推球拍 (B) 判斷落點 (C) 先站定準備姿勢 (D) 擊球後，手臂彎曲。
- () 39. 田徑蹲踞式起跑，適合初學者使用的姿勢是？ (A) 中式起跑 (B) 短式起跑 (C) 快式起跑 (D) 長式起跑。
- () 40. 大雄前往觀賞桌球比賽，因事延誤而遲到，抵達時比賽正好某局結束，則以下何者不可能是大雄會看到比數？ (A) 14：13 (B) 10：12 (C) 7：11 (D) 11：6。
- () 41. 運動時，肌肉疲勞的形成，主要是因為？ (A) 睡眠不足 (B) 過度的運動 (C) 注意力不集中 (D) 熱身運動不足。
- () 42. 要改善田徑中距離跑配速能力，應以何種方式來練習？ (A) 30 公尺衝刺訓練 (B) 越野跑 (C) 長距離跑 (D) 分段計時跑。
- () 43. 下列有關熱身運動的作用，何者錯誤？ (A) 刺激肌肉活動和血液循環，以提升人體運動的機械效率 (B) 使心跳和各位機能緩和 (C) 增加關節、肌腱和韌帶的活動範圍 (D) 減少運動時對骨骼肌的傷害。
- () 44. 籃球防守技術，面對禁區球員或意圖在禁區卡位要球之球員，必須採用什麼防守技術，壓迫並阻斷其得球的機會？ (A) 近身防守 (B) 背面防守 (C) 在前防守 (D) 側面防守。
- () 45. 桌球比賽中，每一球員每發幾球後即應交換發球權？ (A) 5 次 (B) 1 次 (C) 3 次 (D) 2 次。
- () 46. 排球運動項目不斷衍生為不同形式的活動，其中由日本推動之排球運動為？ (A) 沙灘排球 (B) 公園排球 (C) 軟式排球 (D) 草地排球。
- () 47. 運動傷害形成的原因，有外在環境因素與個人疏忽所致，以下哪一個選項是屬於外在環境因素？ (A) 技術動作上的錯誤 (B) 違反運動規則 (C) 運動時間不對 (D) 運動時，身心狀況欠佳。
- () 48. 排球比賽選手的發球動作，須在裁判鳴笛後多少時間內，將球擊出？ (A) 8 秒 (B) 9 秒 (C) 3 秒 (D) 5 秒。
- () 49. 經過長期間的運動後，對於運動與身體機能的发展之敘述，以下何者為非？ (A) 安靜時心跳次數會增加 (B) 最大攝氧量增加 (C) 肥胖者體重會減輕 (D) 瘦的人體重會增加。
- () 50. 想要增加身體的敏捷性，應該要選擇下列哪些訓練項目，效果較佳？A. 折返跑、B. 曲折跑、C. 立定跳遠、D. 仰臥起坐、E. 慢跑。較正確的組合是？ (A) A、B (B) A、D (C) A、E (D) C、D。

一、單選題：共 50 題

- () 1. 排球場地的教練限制線，虛線總長為 (A)1 公尺 (B)1.75 公尺 (C)2 公尺 (D)2.5 公尺。
- () 2. 田徑跳遠起跳時若碰到起跳線前的地面，應如何判決？ (A)試跳失敗一次 (B)成績扣 1 公尺 (C)取消比賽資格 (D)成績照常計算。
- () 3. 男同學因為身體較為瘦弱，為了增加自信心進行肌力訓練，每組最多反覆幾次的訓練為宜？ (A)2 次 (B)4 次 (C)5 次 (D)6 次。
- () 4. 羽球比賽時，若球拍不慎碰到球網，應如何判決？ (A)繼續比賽 (B)記警告 1 次 (C)觸網者失 1 分。
- () 5. 田徑中距離跑的動作技術可分為四個部分，以下何者不是？ (A)起跑 (B)加速跑 (C)毅力跑 (D)終點衝刺。
- () 6. 田徑跳遠一般初學者的助跑距離約在 20~25 公尺，步數大約是幾步？ (A)12~15 步 (B)16~18 步 (C)19~21 步 (D)22~25 步。
- () 7. 運動的強度應該高於平日活動，並且隨著運動時間的增加和運動能力的提升而逐漸增強，這是何種基本原則？ (A)特殊性 (B)高壓力 (C)循序漸進 (D)超負荷。
- () 8. 運動持續數分鐘之後，穿插緩和的運動或休息，等適當恢復體力後，再做另一階段持續數分鐘的運動，請問是採取甚麼樣的運動方式？ (A)間歇方式 (B)金字塔方式 (C)增強方式 (D)遞減方式。
- () 9. 15 歲的高一同學向老師請教，如何提升心肺耐力，老師建議他從事有氧運動，並強度控制在最大心跳率的 50~90 %，請問他的心跳應該在哪個範圍？ (A)72~130 下 (B)104~150 下 (C)120~180 下 (D)103~185 下。
- () 10. 籃球比賽時，進攻者執行傳切戰術空手切入時，身體朝向及眼睛注視哪裡？ (A)面朝向持球者，眼睛注視持球者 (B)面朝向籃板，眼睛注視籃框 (C)背向持球者，眼睛注意防守者 (D)身體朝向防守者，眼睛注意持球者。
- () 11. 下列何者為有氧運動型態的情況？ (A)運動時氧氣供應不足 (B)大量乳酸堆積 (C)受傷風險較高 (D)運動持續時間較長。
- () 12. 田徑跳遠比賽時起跳板至著地區遠端的距離至少要有 (A)8 公尺 (B)10 公尺 (C)12 公尺 (D)15 公尺。
- () 13. 田徑跳遠選手試跳時間為 (A)30 秒 (B)45 秒 (C)1 分鐘 (D)90 秒。
- () 14. 羽球比賽何種挑球可以調動對手移動到後場，破壞對手的節奏？ (A)主動性 (B)變動性 (C)活動性 (D)被動性。
- () 15. 下列何者非排球扣球的特質？ (A)高擊球點 (B)速度慢 (C)力量大 (D)變化多。
- () 16. 籃球防守者做阻絕接球 (Denial) 時，應保持的距離為何？ (A)手掌的距離 (B)可以抄球的距離 (C)一個手臂距離 (D)一個身體的距離。
- () 17. 目前國際跳遠的主流技術是 (A)走步式 (B)挺身式 (C)蹲踞式 (D)自由式。
- () 18. 羽球比賽何種挑球可為己方爭取回防的準備時間，亦可利用將球挑高拖慢對手的節奏？ (A)主動性 (B)變動性 (C)活動性 (D)被動性。
- () 19. 為了身體均衡發展，應選擇多元的健康體適能訓練，下列何者為非？ (A)心肺適能 (B)協調性 (C)肌肉適能 (D)柔軟度。
- () 20. 下列敘述何者為籃球運動錯誤動作？ (A)持球者傳球給切入者，球應傳在接球者前方 (B)防守者阻絕進攻者接球時，應保持球、我、人三角關係 (C)防守者做阻絕接球 (Denial) 時，應保持一個手臂距離，眼睛看到球與人 (D)防守者緊貼進攻者阻絕接球時，易造成進攻者開後門。
- () 21. 籃球面對防守者做 V 字型擺脫切入時，身體的重心應如何？ (A)身體保持垂直，重心位於高的位置 (B)身體重心壓低，腳步打開 (C)身體保持垂直，腳步打開 (D)身體重心在高的位置。
- () 22. 籃球比賽中，防守者面對進攻者做阻絕接球 (Denial) 時，動作應該注意什麼？ (A)盡可能緊貼進攻者 (B)身體打直，眼睛直視進攻者 (C)應保持一個手臂距離，眼睛看到球與人 (D)背對進攻者，並把雙手打開。
- () 23. 田徑 800 公尺項目選手於分道起跑後向前跑動，在通過幾公尺彎道處搶道標誌後才可搶跑道？ (A)100 公尺 (B)300 公尺 (C)500 公尺 (D)700 公尺。
- () 24. 下列何者「不」是籃球運動擺脫防守者的要素？ (A)腳步及速度 (B)靈活的判斷防守者的位置 (C)靈活的走位 (D)身材高大。
- () 25. 重量訓練的好處下列何者為非？ (A)預防骨質疏鬆 (B)增加柔軟度 (C)增加肌肉量 (D)提升神經控制肌肉的能力。
- () 26. 田徑中距離跑項目，「不」建議利用下列哪項練習方法來提升中距離項目速度感的培養？ (A)等速跑 (B)配速跑 (C)衝刺跑 (D)節奏跑。
- () 27. 羽球正手切球時，擊球瞬間，肘關節應呈 (A)60 (B)90 (C)180 (D)隨意。
- () 28. 田徑跳遠準確的踩板是完成起跳動作一項重要的技術，而什麼動作是踩板動作的必要條件？ (A)極速的加速度 (B)穩定的助跑節奏 (C)誇張的擺臂 (D)快速的步頻。
- () 29. 當今國際羽球比賽是採取什麼賽制？ (A)落地得分制，每局 21 分 (B)發球得分制，每局 21 分 (C)落地得分制，每局 15 分 (D)發球得分制，每局 15 分。
- () 30. 羽球比賽若球員有犯規行為，應如何判決？ (A)不扣分 (B)失去球權，不扣分 (C)扣 1 分 (D)記警告一次。
- () 31. 田徑跳遠助跑節奏是指控制哪兩個部分，以增加踩板的準確性，也能有效的增進起跳的速度和起跳的效果。 (A)速度、時間 (B)高度、速度 (C)肌力、耐力 (D)步幅、步頻。
- () 32. 依據個人身心狀況來進行運動，隨著運動能力提升而進行調整，這是何種基本原則？ (A)特殊性 (B)高壓力 (C)循序漸進 (D)超負荷。
- () 33. 下列何者非羽球運動的比賽方式？ (A)男子單打 (B)女子雙打 (C)男女對決 (D)混合雙打。
- () 34. 排球扣球助跑步幅約以多少的距離比例漸增加速？ (A)1:1:1 (B)1:2:3 (C)1:2:4 (D)1:3:9。

- () 35. 剛開始從事運動的人，一週運動建議幾天較為理想，可避免運動過度疲勞，減少運動傷害的機會？ (A)1 天 (B)3 天 (C)5 天 (D)7 天。
- () 36. 排球比賽中扣球技術約高於 2 公尺以上之高弧線且長距離的球，擊球點距網約 1.5 公尺左右，以下何者為是？ (A) 虛攻球 (B) 平快扣球 (C) 後排扣球 (D) 高長球扣球。
- () 37. 籃球比賽時，進攻者面對防守者做 V 字型擺脫切入時，動作應該注意什麼？ (A) 身體重心拉高，雙手打開 (B) 身體緊貼防守者，雙腳併攏 (C) 身體垂直，重心太高 (D) 身體重心壓低，腳步打開。
- () 38. 籃球防守者阻絕進攻者接球時，應保持什麼關係？ (A) 球、我、人三角關係 (B) 強邊弱邊之關係 (C) 高低位之關係 (D) 防守之關係。
- () 39. 排球比賽可在任何位置、任何高度完成進攻性的是 (A) 前排球員 (B) 後排球員 (C) 自由球員 (D) 隊長。
- () 40. 羽球正手挑球擊球點，位於 (A) 腰、膝之間 (B) 額頭前上方 (C) 胸腰之間。
- () 41. 田徑跳遠比賽可利用助跑標誌點的設定，來增加助跑起跳時踩板的準確性，在起跳點前幾步步設置 1~2 個標誌點？ (A) 4~6 步 (B) 7~9 步 (C) 10~12 步 (D) 13~15 步。
- () 42. 籃球比賽時，進攻方執行傳切戰術，防守者針對於空手進攻者應該如何防守？ (A) 盡可能緊貼進攻者阻絕接球 (B) 阻絕進攻者接球時，應保持球、我、人三角關係 (C) 空手進攻球員在低位時，採取 Open 防守 (D) 空手進攻球員在口袋位置時，採取站前防守。
- () 43. 為了提升力量，肌力訓練每組最多幾次反覆的訓練？ (A) 20 (B) 12 (C) 6 (D) 1。
- () 44. 從事羽球運動的益處何者為非？ (A) 能鍛鍊全身 (B) 能增強心肺功能 (C) 能增強協調性 (D) 僅能訓練敏捷性。
- () 45. 小明在進行高強度運動時，發現呼吸難受喘不過氣，全身肌肉痠痛，視線模糊快暈倒了，請問他正在從事什麼樣的運動？ (A) 緩和運動 (B) 有氧運動 (C) 無氧運動 (D) 熱身運動。
- () 46. 隨著運動時間與運動頻率的累積，慢慢習慣原有的運動強度，體能教練試著將運動強度提高，請問他運用了什麼樣的原則？ (A) 漸進原則 (B) 倦怠原則 (C) 好奇原則 (D) 代償原則。
- () 47. 排球比賽從離網或後排場區將球修正傳到前排位置，以供扣球者進行的扣球動作，屬於 (A) 直上扣球 (B) 平快扣球 (C) 後排扣球 (D) 修正球扣球。
- () 48. 排球舉球員將球托出後，攻擊手將球擊出的時間點，區分三個扣球時間類別，以下何者不是第二時間扣球動作？ (A) 直上扣球 (B) 平快扣球 (C) 後排扣球 (D) 修正球扣球。
- () 49. 籃球比賽進攻方空手切入時，應注意什麼？ (A) 注意裁判位置在哪裡 (B) 專注是否有籃板球 (C) 留意防守者是否已經擺脫 (D) 視線注意持球者，並做出接球姿勢。
- () 50. 排球扣球起跳時期動作以下何者不是？ (A) 利用起跳步的最後併腿蹲跳動作，產生屈蹲起跳的作用力 (B) 雙腳用力蹬地配合以肩關節為軸心，手臂由後往前上方畫弧擺動 (C) 結合腹背向上延展動作，將蹬地力量轉為向上 (D) 空中呈現曲身狀態準備扣球。

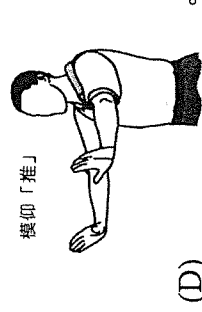
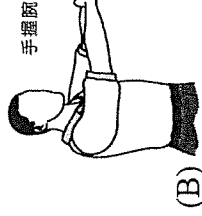
年 班 學號： 姓名： 得分：

體育科代碼：25

是非題畫卡：O 畫 A，X 畫 B

一、單選題：(每題 2 分，共 70 分)

- () 1. 自己溺水時，應以 (A)自由式 (B)蛙式 (C)蝶式 (D)水母漂 的姿勢來延長待援時間。
- () 2. 飯後游泳最好要隔 (A)10 分鐘 (B)半小時 (C)二小時 (D)一小時。
- () 3. 桌球比賽中的雙打，以 (A)10 分 (B)21 分 (C)11 分 (D)25 分 為一局。
- () 4. 下列何者不是常見的運動傷害？ (A)投手肩 (B)跳躍膝 (C)痛風 (D)高爾夫肘。
- () 5. 有效水數的時間為 (A)10~15 分鐘 (B)20~25 分鐘 (C)25~30 分鐘 (D)30 分鐘以上。
- () 6. 溺水上岸者的急救首先要 (A)安慰他 (B)解開束縛衣物 (C)讓溺水者平躺，抬高下肢 (D)維持呼吸道暢通。
- () 7. 發現有人溺水，下列處置何者是錯誤的？ (A)撥打 119 呼救 (B)高聲求救 (C)找尋救援器材進行施救 (D)跳下水救人。
- () 8. 羽球比賽中，發球員該局得分為奇數時，發球員及接球員須站在 (A)右邊 (B)左邊 (C)中間 (D)以上都可以 的發球區發球及接球。
- () 9. 桌球比賽在決勝局中，一方先得 (A)5 分 (B)6 分 (C)7 分 (D)4 分 時，雙方應交換位置。
- () 10. 下列田徑項目比賽中，何者不使用起跑架？ (A)200 公尺 (B)400 公尺 (C)800 公尺 (D)100 公尺。
- () 11. 鉛球須以單手由肩上推出，推鉛球前鉛球應接觸或緊貼於 (A)耳際 (B)頸部 (C)臉頰 (D)腕上。
- () 12. 籃球比賽開始時，在 (A)中線 (B)中圈 (C)禁區 (D)端線 進行跳球。
- () 13. 排球比賽若局數為 2：2 時，則決勝局（第五局）以先得 (A)15 分 (B)20 分 (C)25 分 (D)30 分 並領先對隊 2 分者為勝。
- () 14. 下列何者為籃球比賽中，走步判決之裁判手勢？



- () 15. 排球比賽攔網觸球後，該隊可以有 (A)一次 (B)二次 (C)三次 (D)四次 擊球機會將球擊回對方場地。
- () 16. 正規足球比賽時間，上下半場各為 (A)40 分鐘 (B)30 分鐘 (C)45 分鐘 (D)35 分鐘。
- () 17. 足球比賽中，下列何種行為應被判紅牌並離場？ (A)向對方球員或其他任何人吐口水 (B)連續的違反規則 (C)阻擋對方球員前進 (D)用言語或動作表示異議。
- () 18. 桌球比賽中，不論單雙打單打每人可連續發 (A)3 球 (B)5 球 (C)1 球 (D)2 球。
- () 19. 標槍之有效著地區域為 (A)菱形 (B)長方形 (C)扇形 (D)無一定規格。
- () 20. 鉛球投擲時，必須以 (A)單手由肩上推出 (B)雙手由肩上推出 (C)單手由肩下推出 (D)視狀況而定。
- () 21. 籃球比賽由後場發球入場，控球隊需在幾秒內使球進入前場否則違例換對方持球？ (A)5 秒 (B)8 秒 (C)10 秒 (D)12 秒。
- () 22. 籃球比賽中，進攻隊要在幾秒內完成投籃，且球需要碰觸籃框，否則將判違例？ (A)24 秒 (B)30 秒 (C)45 秒 (D)20 秒。
- () 23. 籃球比賽中，進攻者在三分線內投籃時遭防守者打手犯規，請問投籃者可獲得幾次罰球？ (A)一次 (B)二次 (C)三次 (D)四次。
- () 24. 在籃球比賽時，何種情況下不會被判技術犯規？ (A)故意吊掛籃框 (B)假摔騙取犯規 (C)腳踢球 (D)辱罵裁判。
- () 25. 排球比賽拿到發球權時，每位球員應 (A)順時鐘 (B)逆時鐘 (C)隨意 (D)按球衣號碼 輪轉一個位置。
- () 26. 排球比賽每局各有幾次暫停可用 (A)一次 (B)二次 (C)三次 (D)四次。
- () 27. 現代足球發源於哪一個國家？ (A)美國 (B)英國 (C)義大利 (D)日本。
- () 28. 高中男子組短距離 110 跨欄比賽中，欄架高度為 (A)0.840 公尺 (B)0.990 公尺 (C)0.762 公尺 (D)1.067 公尺。
- () 29. 下列何者不是男子十項全能賽第一天規定比賽項目？ (A)110 公尺跨欄 (B)跳遠 (C)鉛球 (D)400 公尺。
- () 30. 要增加心肺耐力，其運動頻率為每週至少 (A)2~3 天 (B)3~4 天 (C)3~5 天 (D)4~5 天。
- () 31. 羽球比賽發球時，球拍前端不得高於發球者的 (A)肘部 (B)肩部 (C)持拍的手部 (D)頭部。
- () 32. 羽毛球必須有幾根羽毛固定底座？ (A)15 根 (B)16 根 (C)14 根 (D)18 根。
- () 33. 足球比賽中，下列何種情況算是合理衝撞，不會被判犯規？ (A)以肩以下、肘關節以上的體側部位去衝撞對方相

- 同的位置 (B)衝撞力量適當，不猛烈也不具危險性 (C)衝撞時手臂不伸展 (D)以上皆是。
- () 34. 排球運動於哪一年傳入臺灣？ (A)1895 年 (B)1912 年 (C)1922 年 (D)1945 年。
- () 35. 排球運動由哪一國人所發明？ (A)英國 (B)法國 (C)德國 (D)美國。

二、是非題：(每題 2 分，共 30 分)

- () 1. 400 公尺以下的田徑比賽，皆須使用起跑架以蹲踞起跑。
- () 2. 田徑運動分為田賽與徑賽兩種，田賽通常以時間為計算單位，而徑賽則以遠度和高度計算之。
- () 3. 排球比賽包含自由球員最多 12 名，下場比賽人數為 6 名。
- () 4. 排球發球當球拋起離手後，如球拋歪可以重拋一次。
- () 5. 足球正式比賽規定每隊同時出場的人數為 11 人，其中一人是守門員。
- () 6. 足球比賽射門時，只要球體有碰到球門線就算得 1 分。
- () 7. 足球比賽踢角球時，直接踢進球門內不算得分。
- () 8. 羽球比賽採用三局兩勝制，由先得 21 分的一方獲勝一局。
- () 9. 羽球比賽發球時，發球員及接發球員可以隨意站在任何一個發球區。
- () 10. 羽球比賽中，單打比賽發球者得分為偶數時，應站在左邊發球區發球。
- () 11. 羽球比賽中球落於邊線上為界內球。
- () 12. 控制體重最佳的方式為有氧運動。
- () 13. 臺灣地區溺水事故發生地點以溪河及海邊佔多數。
- () 14. 我對於所從事的運動項目非常拿手，所以不需要做熱身活動。
- () 15. 運動初期由於減少脂肪量而肌肉質量的增加，故體重較慢減輕，這時可先停止運動一段期間，以免肌肉量增加。