

高雄市立鼓山高中 111 學年度第二學期第二次段考高一體育科試題卷

電腦讀卡代碼 25

一、單選題：(每題 5 分，共 100 分)

- () 1. 下列何者不是運動處方設計的原則？ (A)運動頻率 (B)運動持續的時間 (C)運動效率 (D)運動強度。
- () 2. 當男性腰圍 $\geq$ _____ cm、女性腰圍 $\geq$ _____ cm 代表腹部肥胖？ (A)90、80 (B)80、85 (C)85、75 (D)80、80。
- () 3. 甲：轉身卡位/乙：趨前掌握進攻者/丙：判斷球落點並起跳搶球，以上為卡位搶籃板的動作，正確順序應該為何？
(A)甲→乙→丙 (B)丙→甲→乙 (C)乙→甲→丙 (D)甲→丙→乙
- () 4. 籃球比賽中，下列何者是結束防守的時機？
(A)防守方獲得球權後 (B)攻擊方投籃未進時
(C)進攻方獲得籃板球時 (D)以上皆是
- () 5. 排球比賽中，對於裁判判決有疑問時，應由誰要求解釋？
(A)教練 (B)比賽中之隊長 (C)領隊 (D)比賽中之球員
- () 6. 關於下列排球術語的解釋，何者正確？
(A)長攻：4 號位置的攻擊 (B)一傳：指將球傳給攻擊手的動作
(C)二傳：主要為接發球或接扣球，通常以高手傳球為主 (D)欵司：發球掛網
- () 7. 有關排球自由球員的敘述，下列何者錯誤？
(A)必須穿著與隊友不同顏色的服裝 (B)不得發球、攔網及試圖攔網
(C)可擔任隊長 (D)可替補後排任何一名球員
- () 8. 桌球接發球時，若利用反手推擋回擊，卻總是掛網而失分，對方可能是發什麼球路？ (A)上旋球 (B)下旋球 (C)左旋球 (D)右旋球
- () 9. 桌球發球時常常揮空拍而未擊中球，原因可能是下列何者？
(A)動作尚未熟練 (B)拍面角度明顯偏差
(C)期待摩擦更犀利讓球旋轉更顯著而導致揮拍過快 (D)以上皆是
- () 10. 下列何者為羽球的基本動作中最具攻擊威力的擊球法？
(A)切球 (B)挑球 (C)殺球 (D)高遠球
- () 11. 關於排球正式比賽勝負的規則，下列敘述何者正確？
(A)採三戰二勝制
(B)若比數為 24：24 時，只要再領先 1 分就算得勝
(C)若局數為 2：2 時，先獲得 25 分，並領先對隊 2 分者獲勝
(D)先得 25 分，並至少領先對隊 2 分，即勝一局
- () 12. 在羽球比賽中，下列哪一種情形不能跳起來擊球？
(A)殺球 (B)發球 (C)挑球 (D)切球
- () 13. 對無球掩護的解釋，下列何者正確？
(A)無球的進攻者去幫助有球的進攻者掩護
(B)有球的進攻者去幫助有球的進攻者掩護
(C)無球的進攻者去幫助無球的進攻者掩護
(D)以上皆非
- () 14. 抽筋是發生水上意外因素之一，除了肌肉被過度使用外，還有哪些是抽筋發生的原因？
(A)沒有充分暖身 (B)運動姿勢不正確 (C)水溫太低 (D)以上皆是
- () 15. 基本救生有三大順序，其中第一優先為何？
(A)游過去救 (B)將現場附近可用的漂浮器材拋給弱者
(C)利用木板或浮板划過去救 (D)以上皆可
- () 16. 當體溫降到幾度時，易造成意識喪失，心跳停止，逐漸死亡？
(A)36°C (B)34°C (C)33°C (D)29.4°C
- () 17. 下列何者不屬於健康體適能的測量？ (A)柔軟度測量 (B)心肺耐力的測量 (C)競走時間測量 (D)身體組成測量。
- () 18. 關於身體組成之敘述，下列何者正確？ (A)體重太輕容易成為高血壓、糖尿病等慢性疾病的高風險族群 (B)體重過重容易導致貧血、營養不良與骨質疏鬆 (C)測量腰圍位置大約在肚臍上方，肋骨與大腿骨的中間點 (D)身體組成是身體所含的脂肪量與總體重的比率。

- () 19. 關於羽球殺球的敘述，下列何者錯誤？
(A) 擊球時拍面呈正面狀 (B) 擊球點位於額頭前上方
(C) 擊球時施轉成側身狀 (D) 擊球時身體呈正面狀
- () 20. 下列何者為發現弱者呼救時正確的應對？
(A) 趕快離開現場 (B) 去湊熱鬧
(C) 呼救並迅速尋找漂浮物丟給弱者 (D) 立刻下水救援

高雄市立鼓山高中 112 學年度第二次段考《高二》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°C)；2000 公尺(心跳 140 次、體溫 37°C)、400 公尺(心跳 160 次、體溫 36.5°C)、跳繩(心跳 155 次、體溫 36.6°C)；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.田徑持棒起跑的規則，以下敘述何者有誤？ (A) 接力棒可超越起跑線 (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) 使心跳和各部位機能緩和 (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發展之敘述，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。