

一、是非題：(共 50 分) O 選 A X 選 B 科目代碼：25

1. ( ) 排球比賽時，在裁判鳴笛前，就將球發出，視同發球無效，應重新發球。
2. ( ) 羽球比賽時，只要球未落地，同一球員可以連續擊球 2 次以上。
3. ( ) 在羽球比賽中，回擊球的最佳方式是將來球打向對方的最遠端，逼迫對方必須跑動較長遠的距離，以爭取下一球準備回擊的時間。
4. ( ) 騎自行車時，騎行者的視線要在前方 15 公尺處，車速越快則視線的距离要越遠。
5. ( ) 排球比賽，球員彼此間的前、後排和左、右側位置關係，在發球員發球的瞬間，必須符合位置規定，球一旦發出，球員就可在他們的場區內、外任意移動。
6. ( ) 若運動員在直道上跑出了自己的分道，或在彎道上跑出了自己分道外側的分道線，但卻沒有從中獲得實際利益，也未有阻礙其他運動員，則不應被取消比賽資格。
7. ( ) 桌球發球動作，不得以服裝或身體任意部位做出遮擋行為，使接發球員看不見完整的發球過程，若有則判為犯規。
8. ( ) 籃球擋人時的站位可以視防守者的位置移動。
9. ( ) 排球運動技術的正面低手傳球的擊球位置，約在腕關節以上 10 公分的部位。
10. ( ) 在排球比賽中，球員必須服從裁判員的判決，如果對裁判員的判決有疑問時，必須由場內比賽的選手，向裁判提出要求，請求解釋。
11. ( ) 籃球運動執行小組攻防戰術，進攻方球員傳球後，積極移位能夠造成防守方莫大的困擾。
12. ( ) 籃球執行小組攻防戰術，擋人者應重心放低，雙手保護身體，避免被衝撞受傷，掩護時須隨時根據對手行進路線，再跟進移動。
13. ( ) 桌球發球須先碰己方桌面一次，再碰對方桌面。
14. ( ) 短距離田徑賽跑，當裁判發出「各就位」號令之後，運動員必須在自己的跑道之內和起跑線之後，盡快做好準備姿勢，此時兩手和一腳之膝蓋必須與地面接觸，而兩腳必須接觸起跑架。
15. ( ) 羽球比賽時，球員的衣物不慎觸網，只要裁判認為不影響比賽進行，即不算違規。
16. ( ) 桌球發球時，拋球後，從球離開手掌到被擊出前不能碰觸任何物體。
17. ( ) 籃球運動，擋人者尚未就定位，持球者卻過早運球切入，造成擋人者移動身體去阻擋防守者所造成犯規，稱為推人犯規。
18. ( ) 在田徑分道跑的比賽，運動員應自始至終在各自的分道內比賽。
19. ( ) 桌球發球時，持球手掌必須水平伸開，將球靜止放在掌心上。
20. ( ) 短距離田徑賽跑，聽到發令裁判發出「預備」號令後，應立即抬高臀部，使臀部微高於肩，身體前傾，身體重心落於雙手手掌上，做好最後起跑準備姿勢。
21. ( ) 籃球運動，強調個人基本動作與團隊配合，三人小組進攻組合，不論是在面對盯人防守或區域防守時，均可應用。
22. ( ) 騎乘自行車，若騎上人行道時，要禮讓行人；通過巷弄口時，一定要先停下來，看清兩側沒有行人和車輛才能繼續前進。
23. ( ) 田徑短跑運動，在維持高速跑時，手臂動作主要在協調、平衡下肢的擺動。手臂前擺時，肘關節約呈 60 度，手指高度要高於前額。後擺時，上臂盡量抬至肩膀高度。
24. ( ) 奧運會的會旗，五色的環圈象徵著世界五大洲的運動員融合在一起，透過運動的競技，來達到世界更和平、更平等的奧運會之理想。
25. ( ) 桌球發球時，從拋球開始到球被擊中，球必須在桌面以上，並且在球桌的端線以外，不得在桌內發球。

二、選擇題：(共 50 分)

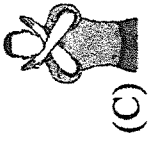
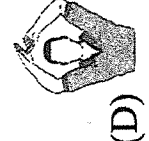
1. ( ) 籃球比賽，球隊進入犯規罰則階段，其後球員對不是正在投籃動作的球員侵人犯規，罰則是？ (A)判罰球 1 次 (B)判罰球 2 次 (C)判被犯規隊得球權 (D)判罰球 3 次。
2. ( ) 桌球發球時，必須將球垂直上拋幾公分以上？ (A)15 公分 (B)16 公分 (C)17 公分 (D)18 公分。
3. ( ) 室內 6 人制排球運動比賽場地，依國際排球運動比賽規則規定是多大？ (A)20 公尺 × 9 公尺 (B)18 公尺 × 9 公尺 (C)16 公尺 × 9 公尺 (D)14 公尺 × 9 公尺。
4. ( ) 羽球正手接殺球，啟動與引拍動作，以下敘述何者有誤？ (A)以腳尖蹬地迅速啟動 (B)持拍手同側腳跨出成小弓箭步 (C)持拍手由胸前預備位置向同側肩斜前方展開 (D)手腕放鬆下擺，此時呈現手腕略高於手腕、手腕高於拍頭的位置。
5. ( ) 桌球以右手持橫拍，正手發側下旋球，擊球後，身體順勢轉成面對球桌，重心應落於何處？ (A)前腳 (B)雙腳

- (C)後腳 (D)右腳。
6. ( ) 籃球比賽，球員與對手發生不合法的身體接觸或違反運動道德的違規行為，即為犯規。若一球員犯規的總次數達幾次，即被犯滿下場？ (A)3 (B)4 (C)5 (D)6。
7. ( ) 騎乘者騎乘的自行車，調整把手高低的作用為何？甲.調整騎乘者上身前傾的角度、乙.騎乘者在自行車上的重心、丙.使騎乘者在騎乘的過程中，身體能承受來自凹凸不平路面的衝擊力 (A)甲乙 (B)甲丙 (C)乙丙 (D)甲乙丙。
8. ( ) 排球高手傳球，準備傳球的預備動作，面對來球，雙手食指、拇指合起來形成如？ (A)W 字型 (B)V 字型 (C)正三角形 (D)M 字型。
9. ( ) 高中以上男子排球的球網高度為何？ (A)2.34 公尺 (B)2.42 公尺 (C)2.24 公尺 (D)2.43 公尺。
10. ( ) 室內 6 人制國際排球運動比賽的網高，女子組是幾公分？ (A)243 公分 (B)240 公分 (C)235 公分 (D)224 公分。
11. ( ) 籃球運動，做擋人掩護，易遭裁判判決進攻阻擋犯規的原因是？ (A)擋人者尚未就定位，持球者卻過早運球切入 (B)隊友欲前來做持球擋人，持球者卻將球傳給隊友 (C)擋人者未對球展開跟進及卡位要球 (D)跑動時沒有注意球的位置。
12. ( ) 籃球比賽，進攻方犯規的裁判手勢動作是？ (A)握拳舉雙臂 (B)握拳交叉揮動 (C)握拳伸臂指向犯規球隊本籃 (D)雙手插腰。
13. ( ) 羽球正手接殺球，手部預備動作，以下敘述何者有誤？ (A)雙手置於胸前 (B)向來球方向伸出 (C)持拍手曲肘 (D)雙手手肘位置向外展應超過身體外側。
14. ( ) 桌球發球規則，以下敘述何者有誤？ (A)球在拋起的上升過程只要超過 16 公分，即可擊球 (B)球先觸及發球方球桌，然後越過或繞過球網裝置，再觸及接發球方球桌 (C)從拋球開始到球被擊中，球必須在桌面高度以上 (D)從拋球開始到球被擊中，球必須在球桌的端線以外，不得在桌內發球。
15. ( ) 跑步時常犯的錯誤擺臂動作為：手臂擺幅過大、肩部緊張上聳、頭部上揚等；正確的擺臂應以身體何部位作為支點，前後交互進行擺動？ (A)身體軸心 (B)頸椎 (C)手肘 (D)肩膀。
16. ( ) 籃球運動，在空檔出現時，以墊步做為接球或停球的動作，原因為何？ (A)才能有重心與力量接續之後的進攻動作 (B)比較不易被裁判判決違例 (C)以達到進攻傳導球的聯結 (D)才能使攻勢流暢。
17. ( ) 下列有關排球比賽球場的描述，正確的是？ (A)18 公尺×9 公尺的長方形場地 (B)6 公尺×9 公尺的長方形場地 (C)16 公尺×8 公尺的長方形場地 (D)12 公尺×6 公尺的長方形場地。
18. ( ) 羽球正手接殺球，擊球時以身體手臂的各部位聯合發力，以下何者為非？ (A)前臂 (B)手腕 (C)拇指 (D)食指。
19. ( ) 桌球比賽促進制度啟用條件，以下敘述何者有誤？ (A)任何時間雙方都同意或要求採用促進規則 (B)一局比賽進行到 10 分鐘仍未結束 (C)促進制度一經實施，應繼續實施至該場各局的比賽結束 (D)雙方選手得分達 (9：9) 以上時。
20. ( ) 羽球反手接殺球，腿部預備動作，以下敘述何者有誤？ (A)雙腳與肩同寬 (B)屈膝微蹲 (C)重心平均置於雙腳 (D)膝蓋彎曲前伸超過腳尖。
21. ( ) 排球的傳球，採取正面高手傳球或使用正面低手傳球，通常依照判斷來球的高度在傳球者身體的何部位作為分水嶺？ (A)頭部 (B)肩部 (C)胸部 (D)腰部。
22. ( ) 籃球的擋切戰術 (Pick and roll) 是一種？ (A)團隊防守戰術 (B)兩人小組進攻搭配 (C)區域防守戰術 (D)盯人防守戰術。
23. ( ) 對於田徑 100 公尺規則敘述，以下何者有誤？ (A)裁判會發出「各就位」號令，待選手就緒後即鳴槍，選手即可出發 (B)運動員必須使用起跑架 (C)運動員必須以蹲踞式方式起跑 (D)提前起跑，將被視為起跑犯規，而被取消比賽資格。
24. ( ) 排球高手傳球動作，傳球的力量來自於？甲.手指推彈、乙.肘關節和腕關節的伸展、丙.雙足的蹬力 (A)甲乙 (B)乙丙 (C)甲丙 (D)甲乙丙。
25. ( ) 以下羽球比賽的何種狀況，不會判非違規方得分？ (A)球員跑至場外擊球，回擊至對方場內 (B)擊出的球落在有效區域以外 (C)擊出的球沒有過網或穿過球網或在網下進入對方場區 (D)不在自己的場區內擊球，即球員的球拍和身體進入對方場區。

# 鼓山高中 109 學年度第一學期第二次段考《高二》體育科試題卷

電腦讀卡代碼：25

單選題：(每題 2 分，共 100 分)

- ( ) 1. 短距離跑的終點壓線名次判定依 (A)身體軀幹 (B)頭 (C)手 (D)足到達終點內緣垂直面的先後為準。
- ( ) 2. 桌球的海綿拍是由奧地利人於西元 (A)1900 年 (B)1902 年 (C)1950 年 (D)1959 年發明的。
- ( ) 3. 下列爭搶籃板球動作之敘述，何者錯誤？ (A)視進攻者移動方向旋轉後，背向防守者 (B)雙腿屈膝，開立比肩寬，雙手伸直向下，準備跳起搶籃板球 (C)視球彈跳方向，跳起抓籃板球 (D)雙腳著地後立刻運球。
- ( ) 4. 下列何者為增加柔軟度的方法？ (A)12 分鐘跑走 (B)伏地挺身 (C)舉踵運動 (D)坐姿扭轉。
- ( ) 5. 下列關於骨折之說明，何者有誤？ (A)分為單純性骨折和複雜性骨折 (B)單純性骨折的骨頭斷裂，但未穿出體外，故又稱封閉性骨折 (C)複雜性骨折的骨頭斷裂處不平整，且可能離開原來位置 (D)複雜性骨折又分封閉性及開放性骨折，差別在於斷骨是否有穿出體外。
- ( ) 6. 下列何者是籃球比賽中「帶球走」的裁判手勢？(A)  (B)  (C)  (D) 
- ( ) 7. 排球運動由哪一國人所發明？ (A)英國 (B)法國 (C)德國 (D)美國。
- ( ) 8. 下列何種伸展運動較適合一般人？ (A)靜態式伸展 (B)彈動式伸展 (C)本體感受神經肌促進術 (D)以上皆非。
- ( ) 9. 田徑 200 公尺只有一次彎直道跑，以半圓式田徑場而言，其位置在於起跑後 (A)118~122 公尺間 (B)110~115 公尺間 (C)99~104 公尺間 (D)125~130 公尺間。
- ( ) 10. 排球的「立體進攻隊型戰術」，可形成 (A)縱向攻擊 (B)橫向攻擊 (C)橫向及縱向的攻擊 (D)後排攻擊。
- ( ) 11. 下列何者不屬於無氧運動？ (A)跳遠 (B)慢跑 (C)一分鐘仰臥起坐 (D)伏地挺身。
- ( ) 12. 體育的功能有 (A)社會化 (B)運動文化 (C)競爭與合作 (D)運動的職業化與商業化 (E)以上皆是。
- ( ) 13. 下列何者不在健康體適能的測量範圍內？ (A)柔軟度測量 (B)心肺耐力測量 (C)競走時間測量 (D)身體組成測量。
- ( ) 14. 針對肌肉適能的增強，最有效的方法為何？ (A)伸展操 (B)瑜珈 (C)皮拉提斯 (D)重量訓練。
- ( ) 15. 下列對籃球比賽中撞人犯規的敘述，何者正確？ (A)不論持球或空手球員，強力通行而在路徑中與對手發生身體接觸 (B)將球丟出界線外 (C)以手推擠對方 (D)用腳踢球。
- ( ) 16. 桌球的膠皮拍是在 1902 年由 (A)美國人 (B)英國人 (C)奧地利人 (D)中國人發明的。
- ( ) 17. 在桌球中，每人發 (A)一球 (B)二球 (C)三球 (D)四球後，換對方發球。
- ( ) 18. 下列何者不是伸展運動的實施原則？ (A)盡量伸展到會痛的程度，才有好的效果 (B)在伸展的過程要保持呼吸，不要閉氣 (C)伸展過程不要來回晃動 (D)從事伸展運動前可先以走路方式做熱身運動。
- ( ) 19. 在正常安靜的狀態下，換氣量因人而異，通常每分鐘可達 (A)2~3 公升 (B)3~4 公升 (C)4~5 公升 (D)5~6 公升。
- ( ) 20. 籃球比賽時，有一位同學運球上籃時，被後面追上來的防守者不慎推了一把，造成重心不穩摔倒在地，無法自行爬起，下列處理方式何者正確？ (A)不要理他 (B)趕緊扶他起身前往就醫 (C)不要搬動他，等待專業醫師評估後，再前往就醫 (D)以上皆非。
- ( ) 21. 根據醫學研究顯示，人的老化是從何處開始？ (A)頭腦 (B)手臂 (C)心臟 (D)雙腿。
- ( ) 22. Physical Fitness 的中文涵意為 (A)社會適能 (B)體適能 (C)心理適能 (D)情緒適能。
- ( ) 23. 田徑 400 公尺有 (A)一次 (B)二次 (C)三次 (D)四次之彎直道跑。
- ( ) 24. 下列何者是籃球比賽中「球員替補」的裁判手勢？(A)  (B)  (C)  (D) 

- ( ) 25. 以下桌球的敘述何者為非？ (A)雙方均得 10 分時，以先領先對方 2 分的一方為勝方 (B)每人輪流各發一球 (C)一局比賽以先得 11 分的一方為勝方 (D)以上皆非。
- ( ) 26. 下列何者非田徑短距離跑之項目？ (A)100 公尺 (B)200 公尺 (C)400 公尺 (D)800 公尺。
- ( ) 27. 田徑短距離終點衝刺壓線中，抵達終點時，往前大步前躍，促使胸部提早觸線之方式為 (A)跳躍式 (B)擺臂挺胸式 (C)舉臂式 (D)蹲踞式。
- ( ) 28. 下列何者非訂定伸展運動的運動處方時應考量的原則？ (A)運動模式 (B)運動強度 (C)漸進式原則 (D)反覆次數。
- ( ) 29. 肌力的訓練應遵循下列哪一種原則？ (A)高重量負荷、高反覆次數 (B)低重量負荷、低反覆次數 (C)高重量負荷、低反覆次數 (D)低重量負荷、高反覆次數。
- ( ) 30. 下列哪一項健康體適能最重要？ (A)柔軟度 (B)心肺功能 (C)身體質量指數 (D)以上皆是。
- ( ) 31. 下列何者為影響柔軟度的主要因素？ (A)肌肉、肌腱 (B)關節的結構 (C)脂肪組織 (D)以上皆是。
- ( ) 32. 下列關於排球裁判的處罰卡敘述，何者正確？ (A)驅逐出場→黃牌加紅牌 (B)取消資格→黃牌加紅牌 (C)警告→黃牌 (D)警告→紅牌。
- ( ) 33. 排球比賽時，請求替補球員的時機為 (A)中場交換場地 (B)技術暫停 (C)球員受傷時 (D)死球。
- ( ) 34. 排球比賽中，取得發球權之一方，該隊須依哪個方向輪轉一個位置？ (A)順時針 (B)逆時針 (C)以上皆可 (D)以上皆非。
- ( ) 35. 以下何者不是運動對減重或控制體重的影響結果？ (A)消耗更多的身體能量 (B)有促進食慾的效果 (C)可以減少脂肪並維持去脂肪體重 (D)有助於調低體重的設定點。
- ( ) 36. 下列哪項運動適合於平常疏於運動、心肺耐力較差者，如中老年人或是體重較重者實行的運動？ (A)跑步 (B)潛水 (C)步行 (D)舉重。
- ( ) 37. 調節一個人會有多少體重的機制是指 (A)新陳代謝 (B)基礎代謝率 (C)設定點 (D)能量平衡。
- ( ) 38. 排球比賽中，球員可用以下哪個身體部位擊球？ (A)頭 (B)腳 (C)膝蓋 (D)以上皆可。
- ( ) 39. 詹姆斯奈史密斯當初設計籃球運動，是為了引起同學在何種氣候時提高室內團體運動的活動興趣？ (A)夏季 (B)雨季 (C)陰天 (D)雪季。
- ( ) 40. 根據美國心臟醫學學會最新研究顯示，如果每天在外面走路兩英里（約 3200 公尺），可使心臟病發生率降低 (A)10% (B)20% (C)30% (D)50%。
- ( ) 41. 田徑在抵達終點前約幾公尺，進行終點衝刺跑，準備進行壓線動作？ (A)10 公尺 (B)30 公尺 (C)20 公尺 (D)25 公尺。
- ( ) 42. 下列何者不是正確慢跑姿勢的要領？ (A)頭部與軀幹保持正直，身體放鬆 (B)下巴緊縮，眼睛注視前方 (C)手臂自然下垂並微彎 (D)手臂擺動時微微指向身體中線。
- ( ) 43. 下列關於桌球得一分的敘述何者為非？ (A)球員完成有效的發球或回擊後，球被對方拍擊，觸及球網組合以外的任何物時 (B)對方以不符合規定之拍面擊球 (C)發球時觸網過對方桌面 (D)非執拍手觸擊比賽檯面。
- ( ) 44. 以下何者為造成運動傷害的原因？ (A)熱身運動不足 (B)運動過度 (C)天候環境不良 (D)以上皆是。
- ( ) 45. 羽球發球後，球停留在網上或過網後被網纏住，應判 (A)重新發球 (B)犯規 (C)發球方得分 (D)雙方得分。
- ( ) 46. 排球比賽時，舉球員面向四號位置，三號位置球員佯裝 A 式快攻，二號位置球員攻擊手由舉球員的背面助跑至舉球員前面，並與三號位置球員的助跑路線形成交叉，上述所採取的攻擊戰術，是屬於排球交叉攻擊戰術中的哪一種？ (A)前交叉 (B)後交叉 (C)背交叉 (D)反交叉。
- ( ) 47. 以下桌球的敘述何者為非？ (A)一場比賽允許暫停一次，時間不超過 1 分鐘 (B)非執拍手觸及比賽檯面則失 1 分 (C)雙方比數均為 10 分時，以先領先對方 2 分的一方為勝方 (D)發球時，若未擊中球而使球落地，則重新發球。
- ( ) 48. 下列關於籃球的敘述何者有誤？ (A)籃球運動起源於美國 (B)籃球在禁區外防守動作應貼近對手 (C)球卡在籃板與籃框間是違例 (D)推人是侵人犯規。
- ( ) 49. 下列何者被認為是提升民眾健康最具有成本效益的方法？ (A)健保 (B)運動 (C)知識 (D)飲食。
- ( ) 50. 進行肌耐力訓練時，以每一組最多能持續反覆幾次的重量訓練為原則？ (A)1~8 次 (B)6~14 次 (C)12~20 次 (D)18~26 次。

# 鼓山高中 109 學年度第一學期第二次段考《高三》體育科試題卷

體育科代碼：25      班級、座號劃記不清者總分扣 5 分

## 一、是非題：○請劃記 A    ×請劃記 B    每題 2 分

1. (    ) 當傷者失去意識時，要用「P.R.I.C.E」原則進行急救。
2. (    ) 所謂「雙快攻」，就是前排的二位扣球者同時向網前切入起跳，準備扣球攻擊的意思。
3. (    ) 對角攻擊是桌球常見戰術，攻方以正手拍攻對方反手拍，當對手被己方壓制，回球質量欠佳時，立即以正手拍進攻對方正手空檔。
4. (    ) 足球來球接近身體膝關節與腹部的高度時，可以使用胸部停球。
5. (    ) 羽球的殺球是速度最快，力量最大的一種打法。擊球位置於前額上方，擊球拍面與球呈現約 45 度角。
6. (    ) 桌球比賽時每人輪流發 5 球，比數 10:10 時，每人發 1 球。
7. (    ) 擊出一個具有弧度及高度，落在對方後場接近端線的球，稱之為高遠球。
8. (    ) 長期使用肌肉、骨骼等器官，累積許多為小傷害所引起的症狀，稱為過度使用症候群。
9. (    ) 羽球雙打互相擊球時，必須交換球員回擊球，不得由同一個球員回擊多次。
10. (    ) 籃球比賽時，當進攻者進行掩護阻擋製造機會時，可以推擠防守者並移動身體阻擋防守者。

## 二、選擇題：每題 2 分

11. (    ) 仰泳滾翻轉身的技術，下列何者正確？ (A)手指觸碰池壁才可轉身 (B)轉身時可做停頓、打水、划手的動作 (C)必須以仰面蹬牆，蹬牆後以仰泳姿勢前進 (D)轉身動作與蛙泳轉身類似。
12. (    ) 有關「冰敷」的進行方式，下列敘述何者錯誤？ (A)受傷後應儘速進行 (B)每次冰敷時間為 15 至 20 分鐘 (C)要注意凍傷或神經受傷等冰敷傷害 (D)將冰塊直接放在受傷部位的皮膚。
13. (    ) 有關排球「A 式快攻」的敘述，下列何者錯誤？ (A)攻擊者在舉球員後方約 1 公尺處進行攻擊 (B)攻擊者可採取一步或二步的助跑 (C)扣球的手掌需呈五指自然張開的狀態 (D)舉球員舉球高度約網上 50 公分高。
14. (    ) 學習排球扣球，練習「助跑」動作是重要的一環，請問：以下敘述何者錯誤？ (A)初學者皆以三步助跑為基本形 (B)助跑的最後併步，雙足必須同時奮力蹬地躍起 (C)助跑起跳時，兩足掌須平行 (D)助跑起跳後，身體要往前衝。
15. (    ) 有關足球「越位」的敘述，何者錯誤？ (A)為進攻方的違例動作 (B)發生越位時，由對方於越位位置發間接自由球 (C)越位位置的採計包含頭、身體與腳，不包含手臂 (D)球員於對方半場區內，傳球瞬間時，隊友比對方守門員更接近球門線時將被判罰越位。
16. (    ) 有關靜態式伸展動作的敘述，下列何者錯誤？ (A)運動前後都要做 (B)著重於關

- 節的扭轉 (C)能改善柔軟度 (D)是溫和而緩慢的動作。
17. ( ) 籃球區域防守的弱點為何? (A)因防守需不斷跟隨，所以極耗體能 (B)分工負責固定區域，所以各防守位置也容易遭受到對手以多打少的狀況 (C)對手較輕易以三分球外線得分 (D)主要是對持球者與無持球者施加防守壓力。
18. ( ) 有關「扭傷」，下列敘述何者錯誤? (A)肌肉過度伸展所造成 (B)打籃球最常見的是踝關節的扭傷 (C)應立刻讓患部休息、抬高、冰敷 (D)重度扭傷時應迅速送醫治療。
19. ( ) 有關羽毛球雙打比賽的發球規則，下列何者正確? (A)比賽開始時須由右發球區發球 (B)每發 2 球即換邊發球 (C)可使用跳躍的方式發球 (D)比數相加為奇數時，應從左發球區發球。
20. ( ) 羽毛球比賽中，對手擊出一個具有切線並落於對手前排接近短發球線附近的球，請問球種是? (A)挑球 (B)高遠球 (C)切球 (D)發球。
21. ( ) 滾翻動作是哪一種旋轉? (A)縱軸旋轉 (B)橫軸旋轉 (C)空間旋轉 (D)沒有旋轉。
22. ( ) 足球比賽時，守門員在己方罰球區內，用手觸及隊友的回傳球，應判罰? (A)直接自由球 (B)間接自由球 (C)越位 (D)12 碼罰球。
23. ( ) 有關羽毛球「切球」的技術，下列何者正確? (A)是一種具有弧度及高度的球 (B)擊球時拍面與球約呈 45 度角 (C)通常會落在對方後場接近端線的球 (D)是速度最快而力量最大的一種打法。
24. ( ) 祥任正在練習排球 C 式快攻的技術，請問：他哪個動作可能做錯被老師糾正? (A)距離舉球員後方約 1 公尺躍起 (B)以手掌擊球 (C)助跑三到四步 (D)迅速擊球。
25. ( ) 桌球比賽時，發球方發球幾次後，需換邊發球? (A)1 次 (B)2 次 (C)5 次 (D)誰檢到球誰發球。
26. ( ) 籃球運動中，對「禁區」的敘述何者錯誤? (A)是三分線內區域的統稱 (B)又稱為限制區 (C)進攻方不得占據超過三秒 (D)防守球員可一直在禁區內防守。
27. ( ) 依照「教育部體育署體適能網站」17 歲女生 800 公尺跑走百分等級常模，百分等級 50 的時間為何? (A)4 分 25 秒 (B)4 分 56 秒 (C)4 分 38 秒 (D)5 分 06 秒。
28. ( ) 羽球運動中，擊出一個具有弧度及高度，落在對方後場接近端線的球，稱之為? (A)切球 (B)殺球 (C)撲球 (D)高遠球。
29. ( ) 「三角倒立」為初學者學習倒立的基本動作，請問動作要領下列何者為非? (A)雙手與頭呈一個三角形 (B)以頭頂來接觸地面 (C)保持平衡，雙足慢慢彎曲向上 (D)完成動作時，身體保持放鬆，勿蹦直。
30. ( ) 籃球比賽時，何者是防守隊 3-2 區域防守的時機? (A)進攻隊的外線能力較差時 (B)進攻隊的禁區攻擊能力較弱時 (C)需要全力搶奪籃板球時 (D)進攻隊內線球員身高相對較高時。

31. ( ) 足球運動中，哪些定點發球不得直接攻擊球門得分？ (A)間接自由球 (B)直接自由球 (C)角球 (D)12碼罰球。
32. ( ) 下面何者措施可有效預防關節扭傷？ (A)穿戴適當護具加以保護 (B)補充電解質 (C)避免長時間曝曬於陽光下 (D)保持體力，不做熱身運動。
33. ( ) 足球運動中，一名球員向對方做出使用暴力的魯莽的犯規時，通常會被裁判判罰何種罰則？ (A)直接自由球 (B)越位 (C)間接自由球 (D)12碼罰球。
34. ( ) 桌球比賽若雙方均得10分，以先領先對方幾分者為勝方？ (A)2分 (B)3分 (C)4分 (D)5分。
35. ( ) 持續長跑的訓練一般來說要以全速的多少來進行才能更有效率？ (A)80% (B)50% (C)70% (D)100%。
36. ( ) 扣球位置應在肩部前上方約幾公分處？ (A)10 (B)20 (C)30 (D)50公分。
37. ( ) 排球運動中，扣球應以手掌哪一部位觸球？ (A)全手掌 (B)掌心 (C)手指部位 (D)手腕。
38. ( ) 有關「3-2區域防守」，下列敘述何者錯誤？ (A)其用意與2-3區域防守相反 (B)通常用於內線命中率較高的球隊 (C)此陣型會造成內線防守較為薄弱 (D)防手陣型為3人靠近三分線位置，2人靠近籃框。
39. ( ) 依照「教育部體育署體適能網站」17歲男生1600公尺跑走百分等級常模，百分等級50的時間為何？ (A)8分31秒 (B)8分55秒 (C)7分47秒 (D)8分05秒。
40. ( ) 有關「脫臼」的敘述，下列何者錯誤？ (A)關節的骨骼脫離正常位置 (B)常伴隨劇烈疼痛 (C)須以夾板固定 (D)應實施冰敷。
41. ( ) 蘇迪曼盃是羽球三大世界性的團體賽之一，下列對蘇迪曼盃比賽的敘述何者錯誤？ (A)為男女混合型態的團體賽事 (B)每場賽事均以國家為單位出賽 (C)每兩年舉辦一次 (D)比賽時由男子單打、男子雙打、女子單打、女子雙打、混雙五個項目依序組成。
42. ( ) 小強正在練習排球原地扣球技術，但是一直練得不好，以下為小強的動作分析，請問：哪裡出了問題（以右手為例）？ (A)球拋至頭頂正上方 (B)擊球時左腳在前，右腳在後 (C)身體重心由後往前 (D)以手掌擊球。
43. ( ) 有關中距離跑之「後段衝刺跑」階段，下列敘述何者為非？ (A)增大步幅 (B)縮小擺臂動作 (C)增加身體前傾角度 (D)加強腿後蹬力量。
44. ( ) 桌球運動比賽一局正式比分為？ (A)11分 (B)13分 (C)15分 (D)21分。
45. ( ) 有氧舞蹈除了心肺適能的訓練之外，也可以是力的展現。下列哪個動作可以提升肌力、肌耐力、爆發力？ (A)波比跳 (B)小跑步 (C)恰恰恰 (D)曼波步。
46. ( ) 排球時間差扣球攻擊，實際擊球的球員是下列哪一位？ (A)自由球員 (B)舉球員 (C)第一時間攻擊者 (D)第二時間攻擊者。
47. ( ) 請問羽球「殺球」落地點通常在對手場地的哪個區域？ (A)後場 (B)中場 (C)網

前 (D)界外。

48. ( ) 足球頭槌傳球的完成動作，傳球上半身擺幅的大小，主要會影響到？ (A)傳球的方向 (B)傳球的高度 (C)傳球的準度 (D)傳球的速度。
49. ( ) 有關「長攻扣球」的動作要領，下列敘述何者錯誤？ (A)助跑後的起跳位置，約在網前 40 至 50 公分處 (B)扣球位置應在肩部前上方約 30 公分處 (C)扣球後身體呈「 $\rangle$ 」體勢 (D)以拳頭擊球。
50. ( ) 在學習有氧舞蹈基本步法時，常聽到老師說要「穩定核心」。請問所謂的「核心」指的是？ (A)身體重心 (B)心跳 (C)身體脊椎的肌肉群 (D)意志力。