國立臺東高級中學104學年度第一學期 高一體育科 期末筆試

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 科目範圍： | 高中體育第一冊 | 班級座號： | 班 號 | 考生姓名： |  |
| **是否使用答案卡：是。** | |  |  |  |  |

第一部份　是非題　每題 2.5 分(**答案○填A，答案╳填B**)

|  |  |
| --- | --- |
| ( ) 1. | 運動可消耗身體的能量，提高基礎代謝率，藉此達到體重控制的效果。 |
| ( ) 2. | 從事水上運動前只要認真做暖身運動，不需注意身體衛生就可入水游泳。 |
| ( ) 3. | 韻律呼吸時，口鼻出水後要趕緊爭取時間以鼻子大量吸氣後入水吐氣。 |
| ( ) 4. | 徑賽中，擺臂挺胸式壓線是終點壓線時雙手向後擺動，因雙手向後擺動時之作用力，產生反作用力，促使身體（胸部）前傾向前觸線。 |
| ( ) 5. | 籃球比賽中，開始運球時，球未離手前，中樞足先行離地是屬於犯規行為。 |
| ( ) 6. | 體適能不用每種都重視，選擇自己喜歡的訓練即可。 |
| ( ) 7. | 排球比賽自由球員的替補計入普通球員替補次數之中。 |
| ( ) 8. | 籃球比賽若有延長賽，進攻方向應由裁判決定。 |
| ( ) 9. | 田徑短距離跑是一項古老的運動，也是最早列入古奧林匹克運動會的比賽項目。 |
| ( ) 10. | 羽球發球後球停留在網頂或過網後被網纏住應判重新發球。 |
| ( ) 11. | 排球比賽中，雙方比分為24：24時，先得第25分方就獲勝。 |
| ( ) 12. | 短距離跑項目為100公尺、200公尺和400公尺三個項目。 |
| ( ) 13. | 籃球比賽中，當球員持球時跌倒在地板上，躺或坐在地板上時控制著球，屬於合法沒有走步違例。 |
| ( ) 14. | 籃球比賽中，若發生爭球情形，須依紀錄台指示輪替球權。 |
| ( ) 15. | 田徑比賽在200公尺項目中，跑者起跑過彎道後，可任意變換跑道。 |

第二部份　選擇題　每題 2.5分

|  |  |
| --- | --- |
| ( ) 16. | 所謂身體組成指的是每個人身體脂肪的 (A) 結構 (B) 百分比 (C) 成長 |
| ( ) 17. | 從事運動時應該注意 (A) 運動前不必施行充分的熱身運動 (B) 運動必須穿著華麗的運動裝備 (C) 運動中隨時適度的補充水分 |
| ( ) 18. | 為增進肌耐力，可選擇 (A) 高重量負荷、低反覆次數的運動方式 (B) 低重量負荷、高反覆次數的運動方式 (C) 高重量負荷、高反覆次數的運動方式 |
| ( ) 19. | 何者不是健康體適能？ (A) 速度 (B) 肌力與肌耐力 (C) 身體組成 |
| ( ) 20. | 水母漂身體在水中的正確姿勢呈 (A) 仰身大字漂 (B) 團身抱腿 (C) 伏身大字漂 |
| ( ) 21. | 水中站立動作可分為著地、划手、抬頭、收腿，對初學者最好的步驟為 (A) (B) (C) |
| ( ) 22. | 游泳正確的樓梯入水法是 (A) 背向水池的方式下泳池 (B) 面向水池的方式下泳池 (C) 以上皆可的方式下泳池 |
| ( ) 23. | 排球比賽中，球員發球順序應以 (A) 逆時針 (B) 順時針 (C) 按球衣號碼進行輪轉 |
|  | 【背面尚有題目】 |
| ( ) 24. | 排球比賽規則下列何者為非？ (A) 發球時球觸網落入對方的界內，應判重發 (B) 當比數到達24：24，須連勝對方2分，比賽方結束 (C) 採落地得分制 |
| ( ) 25. | 排球比賽規則允許每隊球員每局最多的替補人次為 (A) 5人次 (B) 6人次 (C) 7人次 |
| ( ) 26. | 排球球員越出無障礙區將球擊回，視為 (A) 不算犯規 (B) 惡性犯規 (C) 違例 |
| ( ) 27. | 籃球球員開始運球，球未離手之前，中樞足先行離地，應判 (A) 犯規 (B) 違例 (C) 暫停 |
| ( ) 28. | 下列何者非臺灣籃球SBL培育之籃球選手？ (A) 田壘 (B) 林書豪 (C) 陳信安 |
| ( ) 29. | 籃球比賽中強迫推開或企圖推開對手的身體接觸稱之為 (A) 撞人犯規 (B) 推人犯規 (C) 違例 |
| ( ) 30. | 下列何者是最早列入古奧林匹克運動會的田徑比賽項目？ (A) 跳高 (B) 馬拉松 (C) 短距離跑 |
| ( ) 31. | 短距離徑賽起跑時，選手都會採用 (A) 蹲踞式 (B) 三點蹲伏式 (C) 站立式 |
| ( ) 32. | 何者不為田徑比賽短距離跑項目 (A) 100公尺 (B) 200公尺 (C) 800公尺 |
| ( ) 33. | 短距離跑衝線時，需以身體何部位抵達終點線內緣之垂直面？ (A) 手 (B) 頭 (C) 軀幹 |
| ( ) 34. | 羽球比賽時，如接球員未準備好，發球員即發球，應 (A) 繼續比賽 (B) 重新發球 (C) 發球失誤 |
| ( ) 35. | 羽球比賽中接球員及發球員同時犯規，應判 (A) 重新發球 (B) 犯規 (C) 繼續比賽 |
| ( ) 36. | 為增進肌力，可選擇 (A) 高重量負荷、低反覆次數的運動方式 (B) 低重量負荷、高反覆次數的運動方式 (C) 高重量負荷、高反覆次數的運動方式 |
| ( ) 37. | 排球比賽中比數24：24時或決勝局14：14時，須連續領先對隊 (A)1分為勝 (B) 3分為勝 (C) 2分為勝 |
| ( ) 38. | 下列何者非台灣籃球SBL隊伍 (A) 裕隆 (B) 國泰 (C) 台啤 |
| ( ) 39. | 下列何者為徑賽項目？ (A) 跳遠 (B) 200公尺 (C) 標槍 |
| ( ) 40. | 游泳做仰漂時那一個動作錯誤？ (A) 抬頭挺胸 (B) 悶氣 (C) 手向頭後方伸展 |

【請再檢查是否有遺漏之處!】