

103 學年度中區縣市政府教師甄選策略聯盟

國中體育科試題

選擇題 (共 50 題，每題 2 分，共 100 分)

- 力量乘以距離除以時間為下列何者的公式？
①瞬發力 ②耐力 ③肌力 ④肌耐力
- 美國有氧體適能協會為一培訓體適能教師的認證機構，其英文簡稱為？
①ACSM ②AFAA ③ITF ④HEAR
- 2014 年亞洲運動會預計於哪個城市舉辦？
①日本大阪 ②中國廣州 ③韓國仁川 ④泰國曼谷
- 運動員在一起訓練，比賽時要吸引教練注意，爭取上場機會，稱為
①敵對競爭 ②敵對合作 ③零和遊戲 ④相互比較
- 有氧體能和耐力相關因素約有多少由遺傳基因決定？
①25% ②30% ③35% ④40%
- 創造性舞蹈採何種學習方式較佳？
①探索與即興 ②模仿 ③隨意發揮 ④技巧練習
- 下列何者敘述為非？
①抽筋現象原因為肌肉過度疲勞，造成肌肉放電不正常所引起
②肌肉拉傷原因為運動時肌肉過度伸展，造成肌纖維斷裂
③扭傷為關節部位用力過當，使連接關節的韌帶超出可活動範圍
④發生脫臼現象時，可先以冰敷處理受傷部位，並試將脫臼骨頭推回去，以減輕疼痛
- 國中籃球比賽有 14 隊，預賽分 2 組每組 7 隊，採單循環賽制，各組取前 4 名共 8 隊進入決賽。決賽採雙敗淘汰制，請問從預賽到決賽總共需比賽幾場？
①54 場或 55 場 ②56 場或 57 場 ③58 場或 59 場 ④60 場或 61 場
- 游泳池應備下列救生器材，並應隨時補充，且不得逾有效使用期限：
①救生竿 ②浮水擔架 ③人工呼吸器 ④以上皆是
- 體育班及運動代表隊學生每日訓練時數得依運動種類、訓練強度、內容及週期等，由各校自行訂定合理時數，以每日至多幾小時為原則？
①三小時為原則(不包括課程應授時數) ②三小時為原則(包括課程應授時數)
③四小時為原則(不包括課程應授時數) ④四小時為原則(包括課程應授時數)
- 下列哪一個生化指標可以知道訓練量是否適當？
①血乳酸 ②尿蛋白 ③血尿素 ④肌酸激酶
- 行政院衛生署對肥胖的定義，是以腰圍與何者作判定？
①體重 ②體脂肪 ③身體質量指數 ④臀圍
- 心肌群不包括下列何者？
①腹肌 ②下背肌 ③髂腰肌 ④比目魚肌
- 單槓引體向上屬於哪一種肌肉的收縮型態？
①等長收縮 ②等張收縮 ③離心收縮 ④以上皆是
- 下列何者不屬降低身體焦慮的技巧
①放鬆反應法 ②漸進放鬆法 ③呼吸控制法 ④生物回饋法
- 全國中、小學學生游泳與自救能力基本指標第五級之游泳能力為
①游泳前進 15 公尺（換氣 3 次以上） ②游泳前進 25 公尺（換氣 5 次以上）
③仰、蛙、蝶、捷任選一式完成 50 公尺 ④持續游泳 100 公尺
- 一個人從事最激烈的運動下，組織細胞所能消耗或利用之氧的最高值稱為
①氧債 ②氧量 ③耗氧 ④最大攝氧量
- 棒球比賽當中，當一壘及二壘有跑者時，發生投手犯規，裁判應如何判罰？
①計一壞球，壘上跑者不推進 ②不記球數，壘上跑者分別推進至二壘及三壘
③二壘跑者推進至三壘，一壘跑者則不推進至二壘 ④計一壞球，壘上跑者分別推進至二壘及三壘
- 不符合正式運動規則的攻擊行為，屬於何種暴力？
①身體接觸 ②邊界暴力 ③類犯罪刑暴力 ④犯罪刑暴力

20. 給予學員健康體適能運動處方，為達運動之效果需掌握下列哪些運動要素？(A)頻率(B)心跳(C)時間(D)血壓(E)強度(F)型態
①(B)(C) ②(C)(D) ③(A)(C)(E)(F) ④以上皆非
21. 保齡球運動中，第一局為全倒（strike），第二局第一次擊倒 4 支球瓶、第二次擊倒 2 支球瓶，第三局第一次擊倒 7 支球瓶、第二次擊倒 3 支球瓶（spare），第四局第一次擊倒 6 支球瓶、第二次擊倒 2 支球瓶，請問第四局共得幾分？
①34 ②40 ③42 ④46
22. 從事休閒運動者，很容易發展出特殊文化，他們所形成的團體典型，稱為
①休閒運動文化 ②休閒運動次文化 ③主流運動文化 ④社會運動文化
23. 二次世界大戰後，英國里茲大學體育教師 Morgna, R. E. 和 Adamson, G. T. 設計以時間來控制，兼顧漸進、超載與個別差異原則的訓練方法，稱為
①重量訓練 ②法特雷克 ③循環訓練 ④間歇訓練
24. 2017 臺北世界大學運動會必辦項目共計 14 項，下述哪一項運動是屬於必辦項目？
①水球 ②射箭 ③羽球 ④空手道
25. 台灣桌球選手獲得世界大學運動會第一名殊榮，依據國光獎章頒發規定，可獲頒
①一等三級 ②二等一級 ③三等一級 ④二等二級 獎章
26. 某個人的表現是要與某些傑出的標準相互比較，而且有至少一位旁人知道這個比較標準的意義，此屬於
①客觀的競爭情境 ②主觀的競爭情境 ③反應 ④反應的結果
27. 行政院體育委員會配合組織改造，於何時併入教育部更名為教育部體育署？
①2011 年 6 月 30 日 ②2012 年 12 月 31 日 ③2013 年 1 月 1 日 ④2014 年 8 月 1 日
28. 田徑比賽中，已有選手於第一次起跑犯規，如有任一位選手再次犯規時，依據規定
①重新起跑 ②取消犯規選手比賽資格
③加計 5 秒時間 ④繼續跑完賽事，但取消該名選手資格
29. 讚美、鼓勵屬於
①物質增強物 ②活動增強物 ③特別的遊樂 ④社會增強物
30. 古德拉(Goodlad)五種層級課程觀，體育課教師針對學生個別差異適性而教是屬於哪一層級？
①理想課程 ②正式課程 ③知覺課程 ④運作課程
31. 教育部體育署負責運動彩券發行之規劃、執行及輔導是在
①競技運動組 ②全民運動組 ③綜合規劃組 ④運動設施組
32. 水球比賽始於哪一屆奧運會
①1896 年雅典 ②1900 年巴黎 ③1904 年聖路易 ④1908 年倫敦
33. 曲棍球運動在理解式球類教學分類中，其屬於
①網牆性 ②打擊守備性 ③侵入性 ④標的性
34. 有氧舞蹈主運動，中高強度的音樂節拍為下列何者，以有效提升心肺耐力？
①80-100 拍/分鐘 ②135-160 拍/分鐘 ③160-170 拍/分鐘 ④170-180 拍/分鐘
35. 下列何種教學形式，允許學習者自己學習活動，適合發展某些習慣或休閒活動？
①導引式 ②自教式 ③練習式 ④自測式
36. 依全國運動會規定，代表該縣市比賽須連續設籍幾年以上？
①1 年 ②2 年 ③3 年 ④4 年
37. 羽球比賽中，下列何者為發球犯規？
①發球員與接球員站立於斜相對的發球區 ②發球員發球時雙腳離開地面
③發球員的球拍擊球瞬間，整個羽球應在發球員腰部以下 ④發球員球拍的拍柄於擊球瞬間，必須朝向下方
38. 高地訓練理想的高度約在幾公尺之間
①5000~5500 公尺 ②4000~4500 公尺 ③3000~3500 公尺 ④2000~2500 公尺
39. 下列何者不是健康與體育學習領域 7 大主題軸之名稱？
①群體健康 ②運動技能 ③安全生活 ④終生學習
40. TPSR 模式原先是針對未受關注的高危險群中學青少年所設計，隨後已被運用於許多不同國家的青少年體育課程中，透過身體活動促進青少年正面發展，此模式為
①運動教育模式 ②發展模式 ③個人與社會責任模式 ④人的真諦模式
41. 如何避免運動造成的努責現象？
①保持自然順暢的呼吸 ②抬頭挺胸，大口吸氣再用力憋住
③多補充水分 ④多攝取鐵質，避免貧血

42. 以下何者非國中健康與體育學習領域「運動參與」主題軸之內涵？
- ①瞭解運動參與在個人、社會及文化層面的意義
 - ②選擇提升休閒活動參與的方法，並執行個人終身運動計畫
 - ③計畫及執行個人增進體適能表現的活動
 - ④透過運動瞭解本土與世界文化
43. 程文欣和簡毓瑾在 2009 年超級系列賽的哪個羽球公開賽中，榮獲女子雙打冠軍後，女雙排名世界第一？
- ①印尼
 - ②日本
 - ③南韓
 - ④臺灣
44. 排球運動發源地是在
- ①德國
 - ②美國
 - ③英國
 - ④法國
45. 下列敘述，何者正確？
- ①體循環主要是將二氧化碳從右心房，經由靜脈血管輸送到肺部
 - ②肺循環主要是將氧氣經由動脈血管輸送到全身各器官
 - ③從事有氧運動有助於人體循環系統的提升，可讓血液中含氧量增加，並提高氣體交換率
 - ④以上皆非
46. 慢速壘球投手將球拋向本壘板，球離地需多少公尺以上？
- ①1.72 公尺
 - ②1.82 公尺
 - ③1.92 公尺
 - ④2.02 公尺
47. Siedentop 所提之運動教育模式，包含哪些特色？1.運動季；2.團隊小組；3.正式競賽；4.決賽時期；5.自我挑戰；6.技巧學習；7.成績紀錄保存
- ①12347
 - ②123457
 - ③123467
 - ④1234567
48. 下列何項不屬於加拿大運動心理學家 Terry Olick 認為遊戲的設計？
- ①團隊式
 - ②競爭式
 - ③個人式
 - ④合作式
49. 體操單槓運動是以手撐槓並以槓作為？
- ①力點
 - ②支點
 - ③重點
 - ④分力點
50. 在海洋教育能力指標中，下述何者為國中學習階段海洋休閒主題軸之指標？
- ①體驗親水活動，如游泳、浮潛、帆船等，分享參與的樂趣或心得
 - ②衡量身體狀況，在安全情境下選擇適性的親水活動
 - ③學會至少一種游泳方式(如捷式、蛙式、仰式等)
 - ④學習從事水域休閒運動的知識與技能，具備安全自救的能力

【試題結束】