

# 臺北市立大安高級工業職業學校 100 學年度第 1 次教師甄選

## 《體育科》【高職體育】筆試試題

作答說明：1. 請在彌封之答案卷上標明題號依序作答，答案卷上不得書寫姓名或作任何記號。

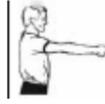
2. 全卷限用藍色或黑色單一顏色筆作答。

3. 作答時間 90 分鐘。

4. 交卷時請將試題卷與答案卷一併繳交。

5. 請於所發放的答案卷內完成作答，不加發答案卷。

### 一、選擇題：每題 2 分 (20%)

- (C)1. 重量訓練中肌肉收縮的類型包括哪四種？(A) 等張、等速、等量、離心(B) 等張、等量、等力、等長(C) 等張、等長、等速、離心(D) 等力、等量、等速、離心。
- (B)2. 田徑 100M 比賽時，當風速超過每秒順風多少公尺，則記錄將不予承認？(A)1m (B)2m (C)3m (D)4m。
- (D)3. 向後走路或跑步對於哪些肌群較有幫助？(A) 臀前肌群與股直肌 (B) 脛骨前肌與股直肌 (C) 腹直肌與股四頭肌 (D) 後腿肌群與臀大肌。
- (C)4. 有關羽球比賽規則何者敘述有誤？(A) 可採 1 局 21 分制 (B) 可採三局兩勝 15 分制 (C) 採 21 分制，當 20 比 20 以後，須連續贏 2 分至分出勝負為止(D) 採 15 分制，當 14 比 14 以後，須連續贏 2 分或先獲 21 分勝。
- (C)5. 在籃球比賽中的手勢如圖，請問此手勢為何？ (A) 帶球撞人 (B) 奪權犯規 (C) 控球隊犯規 (D) 用肘犯規。
- (C)6. 下列何者不是在熱環境中容易造成的傷害？(A) 脫水 (B) 中暑 (C) 脫臼 (D) 痙攣。
- (C)7. 25 班班際排球賽採雙敗淘汰制共有幾場比賽(含敗部復活)？(A) 47 (B) 48 (C) 49 (D) 50。
- (C)8. 田賽的投擲項目中，有效的落地扇形區域中，何者角度最小？(A) 鉛球 (B) 鏈球 (C) 標槍 (D) 鐵餅。
- (B)9. 何者非呼吸控制法之描述(A)一種身體取向的放鬆法 (B) 增進跑步效率的方法(C)放鬆肌肉緊張的方法(D)控制焦慮的方法。
- (C)10. 田徑運動中，男子十項與女子七項之項目，下列何者不是相同的比賽項目？a. 標槍 b. 400 公尺 c. 鐵餅 d. 100 公尺跨欄 e. 鉛球 (A) abc (B) ade (C) bcd (D) bce。

### 二、簡答題：每題 10 分(40%)

1. 請說明抽筋的引起原因、預防方法與緊急處理方式。10%
2. 簡單說明四大網球公開賽所指為何及其特色？5% 排球第二裁判的職責為何？5%
3. 游泳比賽中個人混合四式與混合接力之順序為何？10%
4. 學校體育設施的經營方式有哪些種類？以本校為例，適合採取何種方式？10%

### 三、申論題：每題 20 分(40%)

1. 假設您服務的學校班級數達 75 班，除了在上、下學期分別辦理陸上、水上運動會外，還舉辦籃球、排球班際比賽，許多學生更表示希望在新學年度增辦網球、羽球、桌球賽等班際球賽。在時間有限並且兼顧體育活動多元化的前提下，您將如何思考與規劃辦理？20%
2. 試問如果您擔任一所未招收籃球績優生之籃球隊指導教師，若學校學生課後補習風氣又興盛，您該如何經營該籃球隊，訓練計畫及目標該如何設定？20%

——本試卷到此結束——