

國立中科實驗高級中學 107 學年度第 1 次國中部教師甄選

國中健康與體育領域-體育專長 試題

一、單選題：(每題 2 分，共 30 分)

- 1.() 正式棒球比賽中，站在打擊區的打者將擊出之界內球，擊中場內三壘上欲往本壘奔跑的跑者時，這時三壘裁判應判 (A) 一好球 (B) 跑者出局 (C) 合理動作，繼續比賽 (D) 打者出局。
- 2.() 正式社會男子排球賽與社會女子排球賽的中間網子高度應為 (A) 男生 2.43 公尺與女生 2.24 公尺 (B) 男生 2.44 公尺與女生 2.23 (C) 男生 2.45 公尺與女生 2.25 公尺 (D) 男生 2.51 公尺與女生 2.50 公尺
- 3.() 正式羽球比中，羽球網中央處垂直高度為 (A) 1.524 公尺 (B) 1.525 公尺 (C) 1.514 公尺 (D) 1.515 公尺。
- 4.() 有關於慢性病的敘述，下列何者正確？(A) 第二型糖尿病，因無法自行分泌胰島素，使血糖高過標準值。此類患者多為四十歲以上的中老年人，肥胖與近親罹患糖尿病者為此疾病之高危險群。(B) 不同癌症有不同的致癌因素，主要原因有不健康生活型態或病毒感染，而癌症可能發生於人體各個部位。(C) 承承的健康檢查結果通知單中出現下表中的描述情況，承承必須接受肝膽腸胃科複檢。(D) 高血壓患者於飲食調控尚需特別注意，建議避免食入過多的鉀，且盡量以低鈉鹽、低鈉醬油取代一般的鹽與醬油，以利於血壓之控制。

檢查項目	無異狀	檢 查 結 果
脊柱四肢	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 脊柱側彎 <input type="checkbox"/> 肢體畸形 <input type="checkbox"/> 青蛙肢 <input type="checkbox"/> 其他：
尿液	<input type="checkbox"/>	PH:() 尿潛血(-) 尿糖 (+) 尿蛋白(+)

- 5.() 使用「自動體外心臟電擊去顫器」AED 時，兩貼片的位置應在患者的 (甲) 右鎖骨下方 (乙) 右乳頭下方 (丙) 左鎖骨上方 (丁) 左乳頭外側。上述哪兩項正確？ (A) 甲乙 (B) 甲丙 (C) 乙丁 (D) 甲丁。
- 6.() (甲) 此時期約為 20~65 歲；此時期之基礎代謝率會逐漸下降；更年期於此階段悄悄來臨。(乙) 漸漸具平衡感；學會以社交語言與他人溝通，會出聲對自己說話。(丙) 在艾瑞克森 (Erikson) 的發展理論中，屬於自我統整 (認同) 與角色混淆的階段。(丁) 學習面對死亡，尋找生活意義和價值，重新尋找自己的定位。(戊) 充滿好奇心和模仿力，開始問為什麼及探索世界，玩遊戲是此時期最喜歡的活動。(己) 約為 6 至 12 歲，視力和牙齒持續發展中，應建立良好的保健習慣；此階段可以學會騎自行車、游泳等精細身體活動。(庚) 動作多是反射行為，建立對外界的信任感是重要的發展任務。請問：關於以上之敘述，請

依照人生的發展階段依序排列出來？（A）庚戌乙己甲丙丁 （B）庚乙戊己丙甲丁 （C）庚戌己乙丙甲丁 （D）庚戌己乙甲丙丁。

- 7.() 一位 16 歲的高一女選手，身高 160 公分、體重 46 公斤，其安靜心跳率為每分鐘 64 下，進行訓練時他想要將運動強度維持在 60~70 % 之儲備心跳率水準，請問其心跳應該要維持在大約每分鐘幾下的範圍？（A） 132 ± 10 下（B） 142 ± 8 下（C） 155 ± 7 下（D） 160 ± 5 下。
- 8.() 運動時肌腱損傷較常發生情況，何者錯誤？（A）張力來得過快，可能來自爆發型動作（B）肌腱在負荷時承受張力（C）來自於向心動作的張力時（D）附著的肌肉接到最大神經支配時，特別是腿後肌群容易受傷。
- 9.() 以下針對籃球比賽規則描述何者為非？（A）A4 選手在 3 分投籃區投籃，當球離手，球在上升過程中，被 2 分投籃區的對方選手 B4 火鍋觸及球，球如果中籃應算是 2 分籃球（B）最新籃球規則，在禁區增設「衝撞免責區」由籃圈垂直下來中心點，畫出 1.25 公尺的半圓區域，表示進攻方，若帶球上籃撞到站在「衝撞免責區」內的防守球員，只要該防守球員的其中一隻腳踩在「合理衝撞免責區」內均不造成進攻犯規。（C）若進攻方，進攻時間超過 8 秒，尚未將球推進到前場則違例；超過 24 秒，尚未將球投進得分或投出碰觸到籃框，則為進攻方違例，將交換球權。（D）後場控制活球前進 7 秒時，若被對手撥出界外，發界外球重新將球擲入後場，7 秒繼續計算。
- 10.() 下列那一項是教練執行運動指導時，針對選手的表現認知（knowledge of Performance）的回饋原則：（A）當動作完成後，告訴選手有關動作表現的好壞（B）當動作完成後，告訴選手有關動作表現的訊息或動作感受（C）當動作完成後，告訴選手有關動作表現結果（D）當動作完成後，告訴選手有關動作技術結構的訊息。
- 11.() 火災發生時，使用滅火器的正確順序為（a）提起滅火器（b）握住皮管朝向火苗（c）用力握下握柄（d）拉開安全插梢（e）朝向火源根部噴灑（f）火熄滅後用水冷卻餘燼。正確步驟為？（A）abdcef（B）adbcef（C）dbacef（D）badcef。
- 12.() 關於排球比賽最新規定，下列何者正確？（A）自由球員可更換任一前後排球員（B）後排選手在後排起跳扣球後且該球尚未落地前，可於前排區域落地（C）發球員拋球後若覺得拋得不好，可等球落地後重拋一次，只要在 8 秒內完成即可（D）攔網後右腳前腳掌不慎踩在中線上且無影響對方選手，不算越界。
- 13.() 關於排球的位置，下列何者正確？（A）6 號位為發球位置（B）接發球隊獲得發球權後，該隊球員必須按逆時鐘方向輪轉一個位置（C）2 號及 3 號位可參與攔網（D）4 號位可跟自由球員做替補。
- 14.() 運動能為身體帶來許多益處，包括 a.預防血栓 b.提高血糖值 c.活化神經細胞 d.增加高密度膽固醇 e.減緩胰島素運作。（A）acd（B）bce

(C) bde (D) abd。

- 15.()美國健康教育體育休閒舞蹈學會(AAHPERD)指出「思考清晰、情緒穩定、成功的調適壓力，具備自制與自律的能力」是屬於何種適能(fitness)? (A) 文化適能 (B) 社會適能 (C) 精神適能 (D) 情緒適能。

二、填充題：(每題2分，共34分)

1. 正式游泳比賽中的四式混合接力依順序為____(1)____，個人混合四式依順序為____(2)____。
2. 106學年度HVL高中排球甲級聯賽男女冠軍隊伍分別為那一所學校？
男子組：____(3)____；女子組：____(4)____。
3. 國際籃聯規則於比賽中每隊上半時允許請求暫停為____(5)____次，下半時允許請求____(6)____次暫停；加時賽允許請求____(7)____次暫停。
4. 食物中毒的原因可分為____(8)____、____(9)____、____(10)____三種。
5. 正式排球比賽，各局可替補人次為多少？____(11)____。
6. 橫紋肌因過度激烈運動，受到大面積損傷破裂後，會釋放出____(12)____離子，而造成橫紋肌溶解症。
7. 試問心肺復甦術CPR六大口訣為何？____(13)____。
8. 正式排球比賽，各局間的休息時間為多少？____(14)____。
9. 西元2018年，世界盃足球賽在哪個國家舉辦____(15)____。
10. 因為快速的呼吸導致血流中二氧化碳的濃度下降所出現的狀況，稱為____(16)____。
11. 在田徑運動中，混合項目競賽第一天最後一項比賽與第二天第一項比賽中間需間隔幾小時？____(17)____。

三、簡答題：(共36分)

1. 名詞解釋：
 - (1). The Inverted-U Theory (6分)
 - (2). Overload Principle (6分)
 - (3). 網球四大公開賽 (4分)
2. 正式國際田徑運動項目中的男子十項全能必須在連續兩天內依順序完成比賽，其順序為何？(6分)
3. 國民健康署2018年公布最新「每日飲食指南」之六大類食物內容為何？(6分)
4. 學校體育組常需舉辦校際或校內運動的競賽，但在競賽中可能會發生一些意外事故，如果你是業務承辦人，從風險管理的角度，該如何解決此問題？(8分)