

嘉義縣 103 學年度國民中學教師甄試【體育科】專門科目試題



作答說明：

※本試題卷共 2 頁，計 50 題，配分 100 分（每題 2 分）

※請在答案卡上以 2B 鉛筆作答，在本試題卷上作答者不予計分

1. 馬拉松跑是古代奧運會比賽項目之一，當時是為了紀念一位因傳達勝利消息回城卻因筋疲力盡而亡的戰士。馬拉松比賽全程長為 (A)40.195 公里 (B)41.195 公里 (C)42.195 公里 (D)43.195 公里。
2. 血乳酸是評價什麼素質之有效指標？ (A)敏捷 (B)耐力 (C)力量 (D)速度。
3. 激烈運動的初期，所需攝取的氧量不足，因而造成？ (A)氧債 (B)努責現象 (C)攝氧量 (D)再生氣。
4. 下列何者為熱衰竭 (Heat Exhaust) 症狀？ (A)頭昏 (B)皮膚濕冷 (C)血壓下降 (D)以上皆是。
5. 某位體重 80 公斤的國中學生，已知其身體脂肪百分比為 28%，身高 178 公分，其身體質量指數約為？ (A)25.25 (B)28.28 (C)23.23 (D)26.26。
6. 為提昇運動員訓練技能，科學化訓練方法日新月異，其中「PST」是指？ (A)心理技能訓練 (B)重量訓練 (C)循環訓練 (D)間歇訓練。
7. 從事無氧閾值訓練，其運動與休息的比例應該為？ (A)2:1 (B)3:1 (C)1:2 (D)1:1。
8. 江大一今年 20 歲，若他想從事最大心跳數百分之六十強度的有氧運動，應達到每分鐘約幾次的心跳率？ (A)120 次/分 (B)130 次/分 (C)140 次/分 (D)150 次/分。
9. 理解式球類教學模式(Teaching Games for Understanding, TGFU)，強調先以何者為教學的內容？ (A)遊戲比賽 (B)動作分析 (C)技能練習 (D)訓練。
10. Mosston 教學光譜中 G 是指的是？ (A)互惠式 (B)創造式 (C)集中式 (D)練習式。
11. 教導網球發球使用何種練習方式較佳？ (A)部分練習 (B)整體練習 (C)分解練習 (D)整體練習與分解練習合併使用。
12. 籃球的 Time out 指 (A)暫停 (B)時間終了 (C)犯規 (D)換人。
13. 高爾夫球的平標準桿是指 (A) Birdie (B)Par (C)Drive (D) Eagle。
14. 當採用雙敗淘汰賽制時，若有 12 個隊伍，取四名其總比賽場次，可能有幾場？ (A) 24(25) (B)23(24) (C) 21(22) (D)22(23)。
15. 羽球比賽每一局之間休息？ (A)60 秒 (B)80 秒 (C)90 秒 (D)120 秒。
16. 下列何種運動發球觸網進球應重發？ (A)排球 (B)壁球 (C)沙灘排球 (D)網球。
17. 哪一種是抗氧化物 (Antioxidant)：(A)自由機 (B)維生素 A (C)維生素 C & E (D)水。
18. 下列何者非屬新制羽球單局比賽的結束分數？ (A)28:27 (B)30:29 (C)21:12 (D)21:18。
19. 慢速壘球比賽，上場守備的人數，最多幾人？ (A)6 人 (B)8 人 (C)10 人 (D)12 人。
20. 田徑 100 公尺比賽時，當風速超過每秒順風多少公尺，則記錄將不予承認？ (A)5 公尺 (B)4 公尺 (C)3 公尺 (D)2 公尺。
21. 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)鏈球 (B)標槍 (C)鐵餅 (D)鉛球。
22. 田徑的英文是指 (A)Track and Route (B)Road and Gate (C)Gap and High (D)Track and Field。
23. 奧林匹克運動會首次將羽球列為正式比賽項目是 (A) 2000 年雪梨奧運會 (B)1988 年首爾奧運會 (C) 1992 年巴塞隆納奧運會 (D)1964 年東京奧運會。
24. 台灣目前最高的體育單位是 (A)體育處 (B)體育會 (C)體育署 (D)體委會。
25. 根據運動心理學家的研究，運動可以紓解壓力、對抗焦慮與憂鬱，讓人覺得心情舒暢，而這種舒暢感可以一直持續多久？ (A)30~60 分鐘 (B)1~2 小時 (C)2~4 小時 (D)4~6 小時。

26. 人體內 ATP 的來源有三種方式，其中不包括 (A)乳酸系統 (B)脂肪代謝系統 (C)ATP-PC 系統 (D)有氧系統。
27. 下列何者為無氧運動？ (A)爬山 (B)踏板運動 (C)增強式訓練 (D)騎自行車。
28. 於運動心理學理論中倒 U 字型假說是指 (A)覺醒水準與運動表現的關係 (B)心跳率與運動表現的關係 (C)壓力與運動表現的關係 (D)焦慮與運動表現的關係。
29. 哪一項不是從事伸展運動的原因？ (A)增加關節活動範圍 (B)紓解肌肉緊張，讓身體放鬆 (C)讓心跳加速，增加心肺能力 (D)保持或增加柔軟度，減少肌肉的僵硬。
30. 適當運動在焦慮上所帶來的立即鎮定效應，通常是指何種焦慮？ (A)身體性 (B)認知性 (C)特質性 (D)狀態性。
31. 關於暖身運動的敘述，下列何者錯誤？ (A)主要活動前都要作暖身運動 (B)適當的暖身運動可預防運動傷害 (C)暖身運動是一系列活動量不輕的身體活動 (D)暖身後身心的準備狀況皆可提高。
32. 細胞結構中有「能量工廠」之稱的胞器為何？ (A)粒線體 (B)高基氏體 (C)中心粒 (D)溶酶體。
33. 在人體運動解剖學上，由前而後，把人體分割成左右兩部分的活動面稱為 (A)額狀面 (B)矢狀面 (C)翻滾面 (D)水平面。
34. 2016 年奧林匹克運動會舉辦國家為 (A)美國 (B)南非 (C)蘇俄 (D)巴西。
35. 從事圓周運動項目時，預防運動傷害的原理為何？ (A)減少向心力 (B)減少離心力 (C)增加關節旋轉度 (D)減少關節旋轉度。
36. 游泳個人混合式是以何種順序游完全程？ (A)仰式、蝶式、蛙式、自由式 (B)蛙式、仰式、蝶式、自由式 (C)自由式、蛙式、仰式、蝶式 (D)蝶式、仰式、蛙式、自由式。
37. 下列哪一種營養素不屬於「巨量營養素」？ (A)維他命 (B)碳水化合物 (C)脂肪 (D)水。
38. 某些棒球選手會選用重量較輕的球棒的原因為 (A)價格便宜 (B)慣量小易揮動 (C)減少空氣阻力 (D)增加揮擊動量。
39. 關於體適能的敘述，下列何者正確？ (A)體適能是指身體適應生活與社會環境的能力 (B)心肺耐力、肌力、柔軟度是競技體適能的項目 (C)速度、敏捷性、平衡感是健康體適能的項目 (D)運動選手要注重競技體適能，不須培養健康體適能。
40. 間歇訓練主要是訓練下列那一項能力？ (A)反應 (B)爆發力 (C)速度 (D)心肺功能。
41. 運動賽會風險管理計畫中，試問哪一步驟最為重要？ (A)風險的確認 (B)風險的分類 (C)風險的處理 (D)風險的評量。
42. 一般而言，學童基本動作技能包括：移動性、操作性及穩定性三種，下列何者是屬於操作性動作基本技能？ (A)伸展 (B)側併步 (C)投擲 (D)以上皆是。
43. 適應體育教學者會考慮學生的個別差異，應採取何種教學方式為宜？ (A)命令式教學 (B)合作學習 (C)修正式教學 (D)自教式教學。
44. 一位試圖戒煙的人已經三個月沒有吸煙，請問此時他是處於 (A)維持期 (B)準備期 (C)適應期 (D)行動期。
45. 羽球單打發球區、接球區位置之決定方式為何？ (A)猜拳決定 (B)以分數之偶數或單數作為判斷方式 (C)抽籤決定 (D)由各隊自行決定。
46. 棒球比賽時，倘若兩名跑壘員共佔一個壘，被觸殺時，應判誰出局？ (A)任何一位 (B)判技術犯規 (C)前位跑壘員 (D)後位跑壘員。
47. 網球四大公開賽唯一在紅土球場進行比賽的是？ (A)澳洲公開賽 (B)英國公開賽 (C)法國公開賽 (D)美國公開賽。
48. 2014 年巴西世足賽沒能進入 8 強的隊伍是 (A)意大利 (B)巴西 (C)阿根廷 (D)德國。
49. 第一屆「現代奧林匹克運動會」，於西元幾年在希臘雅典舉行？ (A)1896 (B)1898 (C)1902 (D)1906，此後每四年舉行一次。
50. 籃球比賽中，進攻球員的假動作是否有效，與下列何種現象無關？ (A)預期或預判 (B)刺激間隔時間 (C)心理的不反應期 (D)似動現象。