

1. 若一位教練呈現 50 位選手之十米衝刺的成績集中情形，請問以何種集中量數代表最較適合？
 - (A)中數
 - (B)眾數
 - (C)平均數
 - (D)全距
2. 五十公尺衝刺屬於何種運動型式？
 - (A) 直線移動
 - (B) 曲線移動
 - (C) 拋物線移動
 - (D) 迴旋
3. 表達教師對學生從如何表現動作、如何使用動作、以及評量的方式之關注是指
 - (A)告知(informing)
 - (B)精練(refining)
 - (C)延伸(extending)
 - (D)應用(applying)
4. 羽球比賽主要的能量供給系統中，利用乳酸系統與無氧系統間，約佔
 - (A)45%
 - (B)55%
 - (C)65%
 - (D)15%
5. 運動時，利用槓桿原理目的在於減少克服抗力所需力量以及增加抗力移動範圍，試問第二類槓桿是屬於：
 - (A)費時型
 - (B)省力型
 - (C)中庸型
 - (D)費力型
6. 運動員的絕對肌力與體重的比值稱之為
 - (A)一般肌力
 - (B)相對肌力
 - (C)專項肌力
 - (D)儲備肌力
7. 運動時，影響轉動慣量的因素包括：物體為實心與旋轉軸的位置。試問若作用於網球的作用半徑增加一倍，其轉動慣量增加
 - (A) 1 倍
 - (B) 2 倍
 - (C) 3 倍
 - (D) 4 倍

8. 由高處跳落下，下肢嘗試減少衝擊力的動作，是利用何種力學原理
- (A)動量
 - (B)衝量
 - (C)碰撞
 - (D)拖曳力原理
9. 依據牛頓運動定律，當作用物體本身的質量愈大時，作用於物體的力量則？
- (A) 愈大
 - (B) 愈小
 - (C) 不變
 - (D) 不一定
10. 跳遠的助跑其目的爲了使其產生最大的？
- (A) 垂直分速度
 - (B) 水平分速度
 - (C) 速率
 - (D) 加速度
11. 若一位教練想收集全金門縣之羽球選手之米字步測驗成績資料，全金門縣之羽球選手群體稱爲？
- (A)研究樣本
 - (B)無限母群體
 - (C)抽樣母群體
 - (D)目標母群體
12. 何謂「三從一大」的訓練原則之三從？
- (A) 從少、從長、從比賽出發
 - (B) 從難、從嚴、從實戰出發
 - (C) 從經驗、從練習、從比賽出發
 - (D) 從體能、從技術、從戰術出發
13. 教練提供選手有關注意力的集中回饋，屬於回饋
- (A) 技術表現
 - (B) 戰術運用
 - (C) 心理品質
 - (D) 體能狀況在訓練和比賽中的表現訊息
14. 技能獲得四個階段中，形成運動技術或動力定型是屬於
- (A) 第一階段
 - (B) 第二階段
 - (C) 第三階段
 - (D) 第四階段

15. 網球選手在比賽中，每一次得分的作戰計畫可稱為？
(A) 戰略 (B) 戰績 (C) 戰術 (D) 個人風格。
16. 急性運動傷害的處理原則
(A)抬高→冰敷→壓迫→休息
(B)冰敷→抬高→壓迫→休息
(C)休息→壓迫→冰敷→抬高
(D)休息→冰敷→壓迫→抬高
17. 訓練要素的順位，依序是
(A) 體能、技術、戰術、心理
(B) 技術、體能、戰術、心理
(C) 心理、體能、技術、戰術
(D) 技術、體能、心理、戰術
18. 排球比賽時，每局所決定的球員位置及輪轉順序需維持至
(A)得分後即可更換
(B)該局比賽結束
(C)該場比賽結束
(D)請求暫停時可更換
19. 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)21(22)
(C)22(23)
(D)23(24)
20. 游泳比賽止泳繩是橫懸於池上出發臺前多少公尺處兩邊之固定支架
(A)10 公尺
(B)20 公尺
(C)15 公尺
(D)25 公尺，並高出水面 1.20 公尺以上，可迅速鬆開繩子之裝置。
21. 足球比賽中所謂大演「帽子戲法」是指每場
(A) 單一球員踢進二球以上
(B) 單一球員踢進三球以上
(C) 單一球隊踢進三球以上
(D) 單一球隊踢進四球以上
22. 運動教育模式最初的基本觀念是建立在
(A)基礎練習發展
(B)運動技能發
(C)遊戲發展
(D)終身運動發展的運動，增進動作技能，達到全民運動目標

23. 下列何種不是男子十項全能運動第二天比賽之項目：
- (A) 110 公尺跨欄
 - (B) 擲鐵餅
 - (C) 跳高
 - (D) 擲標槍
24. 教師提出問題，學生找出單一且正確的答案是屬於 Mosston 教學光譜中何種教學型式
- (A) 互惠式
 - (B) 導引式
 - (C) 擴散式
 - (D) 集中式
25. 週期性項目之耐力分類中，耐力訓練過程會有氧債發生是屬於
- (A) 長時間耐力
 - (B) 中等時間耐力
 - (C) 短時間耐力
 - (D) 速耐力
26. 學生與教師共同定下標準，讓學生創造個人的學習經驗並設計、表現、評鑑。是屬於 Mosston 教學光譜中何種教學型式
- (A) 導引式
 - (B) 設計式
 - (C) 自學式
 - (D) 創造式
27. 強調人的真諦及人與環境是一體的基本概念，是屬於運動教育學課程理論中何種價值取向的內涵
- (A) 生態整合取向
 - (B) 自我實現取向
 - (C) 社會重建取向
 - (D) 學習價值過程取向
28. 下列哪一種教學策略之優點，為體育教師可視情況需要，留在一小組內，仔細觀察小組互動過程，並適時提供建議與協助
- (A) 協同教學
 - (B) 樂趣化教學
 - (C) 合作學習
 - (D) 啟發式教學
29. 常被用來做為評定運動員或受過訓練者體能的指標是
- (A) 肌肉收縮能力
 - (B) 肺活量
 - (C) 柔軟能力和彈跳力
 - (D) 快縮肌纖維比率

30. 瘦肉、海棗果、梅乾、杏、葡萄乾、豆子和肉類是富有
- (A)鈣質
 - (B)鋅
 - (C)鐵質
 - (D)維生素 E
31. 從出現刺激信號到發起一個動作的時間，稱之為
- (A) 練習時間
 - (B) 動作時間
 - (C) 效應時間
 - (D) 反應時間
32. 從運動生理學面來看，有關無氧閾值的敘述何者錯誤：
- (A)藉由較有效率的肌纖維和有氧途徑能量來進行
 - (B)開始產生過量乳酸的努力程度
 - (C)有效的有氧能量上限
 - (D)當運動員感到呼吸困難且不確定能持續努力強度，為接近無氧閾值徵兆
33. 運動按摩的方向應該是
- (A) 向心
 - (B) 離心
 - (C) 先向心而後離心
 - (D) 皆可
34. 羽球比賽每一局之間休息
- (A)120 秒
 - (B)90 秒
 - (C)80 秒
 - (D)60 秒
35. 當學生不知道如何作技巧，執行所知道的技巧時發生錯誤，稱之為
- (A)表現錯誤
 - (B)學習錯誤
 - (C)修正錯誤
 - (D)回饋
36. 排球比賽的技術暫停時間為
- (A)30
 - (B)60
 - (C)90
 - (D)120 秒

37. 學生展現自我控制與對主題事物熱忱、願意嘗試新事物、對成功有自己定義。是 Hellison TPSR 責任層次中
- (A)尊重
 - (B)參與
 - (C)自我責任
 - (D)關懷層次
38. 男子競技體操跟女子競技體操正式比賽項目各有幾項?
- (A) 7；5
 - (B) 6；6
 - (C) 6；5
 - (D) 6；4
39. 網球雙打比賽採用「no ad」賽制時，當比數是 40 比 40 時：下一分需如何進行，並判定贏得該局
- (A)發球者決定發球邊，並贏得該分時。
 - (B)接發球者決定發球邊，並贏得該分時。
 - (C)發球者決定發球邊，任何一方贏得該分時。
 - (D)接發球者決定發球邊，任何一方贏得該分時。
40. 在運動生理學中，何謂 MET
- (A)最大肌力之增強
 - (B)代表人體安靜休息狀態下攝氧量之倍數
 - (C)肌肉收縮型態或使用之特殊肌群
 - (D)粒腺體中的電子傳送系統
41. 在高認知焦慮時，生理覺醒程度增加至超過某閾值，表現將急速下滑是
- (A)倒 U 字型理論
 - (B)多向度焦慮理論
 - (C)大災難模式理論
 - (D)驅力理論
42. 透過知覺與視覺化的方法，強化選手對錯誤動作之偵察，已建立正確動作概念，達到提升競技成績表現之目標，稱為何種訓練？
- (A)注意力訓練
 - (B)團隊凝聚力訓練
 - (C)抗壓力訓練
 - (D)心智訓練
43. 運動管理中的管理三部曲中，包括
- (A)認知、條件、環境
 - (B)分析、設計、發展
 - (C)決策、溝通、領導
 - (D)分析、評量、計畫

44. 所謂的 FIT 原則中，I 是指
- (A)頻率
 - (B)強度
 - (C)重量
 - (D)時間
45. 下列何者不是體育建構教學理論的特色
- (A)主動、經驗及互動為三要素。
 - (B)強調求知精神及歷程。
 - (C)學習者為引導者、分析解釋者、諮詢者及資料提供者。
 - (D)目的在培養學生自我學習的能力。
46. 在體育課班級中對於執行的工作過程特別化稱之為
- (A)規則(rule)
 - (B)常規(routine)
 - (C)社會性契約(social contact)
 - (D)班級契約(class contact)
47. 疊羅漢的緣由來自
- (A) 歐洲
 - (B) 中國
 - (C) 日本
 - (D) 美國
48. 當 12 歲的學生進行一分鐘的跳繩後，測得其心跳數為 200 次/分，表示其從事此活動的運動強度
- (A)太弱
 - (B)適中
 - (C)稍強
 - (D)太強
49. 足球比賽中，哪一種球不受越位限制？
- (A)球門球
 - (B)間接自由球
 - (C)直接自由球
 - (D)擲界外球
50. 肌肉收縮過程，肌肉纖維的收縮是因為
- (A)ATP 的分解
 - (B)肌動蛋白滑向肌球蛋白
 - (C)鈣離子減少作用
 - (D)骨骼肌收縮特性