

市立新北高工 113 學年度第 2 學期 第一次段考 試題								班別		座號		電腦卡作答
科目	體育	命題教師	呂君榮	審題教師	王 窯	年級	二	科別	體育	姓名		是

第一部份 是非題 20 題，每題 2 分，共 40 分（「○」請畫 A ，「×」請畫 B）

- () 1. 文化與運動是息息相關的存在，不同的運動項目會產生不同的文化。
- () 2. 參加體育運動可以學習到如何與人相處的社交能力。
- () 3. 柔軟度指的是一個關節可以活動的完整範圍。
- () 4. 本體感覺神經肌肉促進術是一種可以獲得較大柔軟度的方法之一。
- () 5. 彈震式伸展有相對較高肌肉拉傷的風險。
- () 6. 蝶泳划手動作大致可分為：入水、抱水、划推、空中移臂等四個過程。
- () 7. 蝶泳的換氣動作是透過頭部左右擺動換氣。
- () 8. 腹滾式技術被各國跳高運動員所採用，主要是因為能提升較佳的成績。
- () 9. 跳高比賽時，選手必須以單腳起跳。
- () 10. 障礙跑是跨越欄架和涉越水坑的田徑運動項目。
- () 11. 3000公尺障礙跑在彎道跑時注意身體向內傾，同時右腿的推蹬力道要略大於左腳以順利過彎。
- () 12. 籃球比賽進攻球員使用的歐洲步，並非直直衝向球籃，而是藉由左右晃動身子來迷惑防守者，進而突破防守者上籃。
- () 13. 籃球比賽在執行人盯人防守時，為了阻止進攻端得分，要盡量想辦法抄球。
- () 14. 籃球比賽越靠近籃框越容易得分，所以中鋒或大前鋒可在進攻時移位靠近至禁區附近卡位要球，利用身高與步伐當作武器在籃下得分。
- () 15. 排球的A式快攻，是指當舉球員面對4號位時，攻擊手於舉球員前方1公尺之內起跳之快攻打法。
- () 16. 排球個人攻擊可分為快攻、短攻及長攻等攻擊型態。
- () 17. 排球時間差進攻戰術中，快攻者與短攻者的助跑會產生先後跑動起跳的隊形。
- () 18. 足球比賽在邊線球及角球時，其球體必須完全超出邊線及球門線之立體面，才算出界。
- () 19. 足球比賽中，守門員可以用手接隊友的故意回傳球。
- () 20. 每位足球選手都應具備盤、運球過人技術的本領，尤其對前鋒及中場選手而言尤為重要。

第二部份 選擇題 30 題，每題 2 分，共 60 分

- () 21. 下列哪項運動沒有男女混合項目？ (A) 啟蒙隊 (B) 網球 (C) 羽球 (D) 柔道
- () 22. 下列何者為殘障人士參與的最高運動賽事？ (A) 普拉斯匹克運動會 (B) 帕拉林匹克運動會 (C) 阿拉蕾匹克運動會
- () 23. 下列何者不是運動商業化的表現？ (A) 跟同學在籃球場鬥牛 (B) 運動賽事贊助 (C) 運動賽事轉播 (D) 職業運動
- () 24. 下列何者不是影響柔軟度的因子？ (A) 性別 (B) 適當的暖身 (C) 年齡 (D) 體重
- () 25. 進行伸展運動時，最適當的伸展強度為何？ (A) 伸展至肌肉開始顫抖 (B) 伸展至肌肉有點緊繃的程度 (C) 伸展至自己希望伸展的程度
- () 26. 下列何者不是「不適當的伸展技巧」？ (A) 動態頭部迴旋 (B) 背部過度伸展 (C) 靜態4字伸展 (D) 觸摸腳趾
- () 27. 競賽規則中，蝶泳在出發和每次轉身之後，可以在水中做臀部彈腰及踢腿動作，但必須於多少公尺前出水面，否則將視為犯規？ (A) 15公尺 (B) 10公尺 (C) 5公尺 (D) 20公尺
- () 28. 蝶泳踢腳又稱為 (A) 海浪式蝶腳 (B) 鯨魚式蝶腳 (C) 海豚式蝶腳 (D) 飛魚式蝶腳
- () 29. 蝶泳換氣的呼吸次數以划手幾次、踢腿幾次，換氣1次為原則？ (A) 1、2 (B) 2、1 (C) 2、2 (D) 1、1
- () 30. 蝶泳的什麼式是使身體前進最主要的動力？ (A) 划手 (B) 蝶腳 (C) 擺臂 (D) 抬頭換氣
- () 31. 跳高比賽時，若連續多少次試跳失敗，不論是發生在同一高度或不同的高度，均喪失繼續比賽資格？ (A) 4次 (B) 3次 (C) 2次 (D) 6次
- () 32. 跳高比賽時，裁判唱名通知選手可以試跳開始計時，選手須於多久時間內完成試跳？ (A) 2分鐘 (B) 1分鐘 (C) 4分鐘
- () 33. 跳高比賽時，選手未於時間內完成試跳，則判 (A) 加跳 (B) 試跳失敗 (C) 重跳 (D) 直接進入下一高度
- () 34. 男子3000公尺障礙跑障礙架的高度為 (A) 0.914公尺 (B) 0.762公尺 (C) 0.842公尺 (D) 1.067公尺

- () 35. 3000公尺障礙跑比賽進行中，共需跨越幾次障礙架？ (A) 25次 (B) 35次 (C) 30次 (D) 15次
- () 36. 障礙跑於哪一年奧林匹克競賽中更訂為3000公尺？ (A) 1920年 (B) 1900年 (C) 1912年 (D) 1928年
- () 37. 下列何者為籃球比賽人盯人防守的優點？ (A) 隨時都可以運用 (B) 犯規機率低 (C) 易於對抗掩護 (D) 敵方不會有可乘之機
- () 38. 籃球比賽壓迫性防守在全場壓迫和半場壓迫中間一帶、前場3分線所進行的，稱為 (A) 四分之一場壓迫防守 (B) 三分之二場壓迫防守 (C) 四分之三場壓迫防守 (D) 五分之三場壓迫防守
- () 39. 籃球比賽在第四節或延長賽中，比賽計時鐘顯示幾分鐘或更少時，被賦予發後場界外球的球隊請求暫停，該隊教練有權決定暫停後應從該隊前場的發球線或從後場比賽停止的最近處，執行發界外球繼續比賽？ (A) 1分鐘 (B) 2分鐘 (C) 3分鐘 (D) 4分鐘
- () 40. 籃球比賽持球或空手的球員，以推或撞及對手軀幹的非法身體接觸，稱為 (A) 拉人 (B) 拐人 (C) 撞人 (D) 推人
- () 41. 籃球比賽當防守者通過進攻者的擋人後，進攻球員便可以繼續再做擋人的動作，稱為 (A) 單擋 (B) 雙擋 (C) 重擋 (D) 參擋
- () 42. 排球比賽中，若球員的單腳或雙腳完全踩踏到對方球場區域，即判何項犯規？ (A) 越位 (B) 越中線 (C) 觸網 (D) 越攻擊線
- () 43. 排球比賽中，每局每隊有幾次請求暫停的機會？ (A) 1次 (B) 2次 (C) 3次 (D) 4次
- () 44. 排球比賽中，當教練或助理教練因故缺席不在球場時，可以由何人請求暫停？ (A) 場上隊長 (B) 運動防護員 (C) 球隊經理 (D) 自由球員
- () 45. 排球場中的攻擊線距離中線幾公尺？ (A) 2.5公尺 (B) 3公尺 (C) 3.5公尺 (D) 4公尺
- () 46. 下列何者為排球的前距離差進攻戰術？ (A) A式快攻搭配後短攻 (B) A式快攻搭配前短攻 (C) C式快攻搭配前短攻 (D) C式快攻搭配4號位置長攻
- () 47. 足球比賽時，守門員若跑出幾碼禁區外，如同一般選手，不可用手觸球？ (A) 10碼 (B) 12碼 (C) 16碼 (D) 18碼
- () 48. 「足球運球過人時，身體向左側做假動作並將重心移動到左腳，右腳同時做假動作輕觸球並將球撥向內側。在佯擺重心時，右腳同時藉由輕觸球的動作，快速移位到球的左後方，由右腳外側迅速向右前方撥球移位。以腳外側迅速把球向右側推撥，向前超越對手。」以上敘述是指下列何種運球過人技術？ (A) 馬修斯式 (B) 馬拉多納式 (C) 兩次觸球式 (D) 剪式
- () 49. 下列何者是足球比賽盤、運球過人時經常利用的運球突擊技術？ (A) 馬修斯式 (B) 馬拉多納式 (C) 兩次觸球式 (D) 剪式
- () 50. 足球比賽在運球過程中，要始終抬起頭進行觀察，並且在任何時間，盡量不讓球與腳之間的距離超過 (A) 1公尺 (B) 1.5公尺 (C) 1.8公尺 (D) 2公尺