

高雄市正義中學高中部 111 學年度第二學期期末考高二體育試題卷

科目代號：71 社會組：01 自然組：02 班級： 座號： 姓名：

第一部份 是非題 每題 2 分 (○=A x=B)

- () 1. 對喜好運動的人而言，知道營養素在運動中的功能及正確飲食方式，有助於運動表現。
- () 2. 運動類型屬於力量型的運動員應增加蛋白質的攝取，以增進肌肉的合成。
- () 3. 醣類充足的情況下，體內細胞會優先以醣類做為能量來源，如果細胞內葡萄糖不足，會先分解先前儲存的蛋白質和脂質來提供細胞能量。
- () 4. 人體無法合成維生素，需從飲食中攝取。
- () 5. 醣類可以幫助脂溶性維生素的溶解與吸收。
- () 6. 籃球無球掩護通常是指未持球球員去幫其他未持球球員做掩護。
- () 7. 籃球向上掩護是指進攻持球員在三分線外，掩護者向三分線方向移動掩護。
- () 8. 籃球有球掩護是指未持球球員去幫持球者做掩護，我們也把這掩護稱做為「擋拆」。
- () 9. 籃球比賽若在一位站定對手視野之外設立掩護時，設立掩護的球員不應給對手移位空間，而發生身體接觸，使其完成進攻掩護。
- () 10. 籃球比賽進攻時設立掩護的球員必須退讓以留出足夠的空間，供對手停止或改變方向，以閃避此掩護。
- () 11. 蛙泳比賽中，出發及轉身可以潛入水中，但必須在 12 公尺，頭部出水面。
- () 12. 蛙泳比賽中，雙腳可以用海豚式踢腳方式。
- () 13. 蛙泳比賽中，兩臂划臂動作應同時，並在同一水面上。
- () 14. 蛙泳的前進推進力，大部分是靠腿部動作。
- () 15. 蛙泳比賽中，任何選手若在信號發出前出發，應被記一次犯規。
- () 16. 排球舉球是將球傳給攻擊手，使其進行攻擊的技術。
- () 17. 當排球舉球員與前排球員距離較遠時，可舉正面平飛球來組織攻擊。
- () 18. 排球舉球只能使用高手舉球，因此較無變化容易被對隊識破戰術。
- () 19. 排球比賽當來球高於網上，難以雙手擊球時，舉球員可以單手拳頭平擊球下方，將球舉出。
- () 20. 排球舉球時，兩手張開成半圓球狀，手指與球體吻合。

第二部份 選擇題 每題 3 分

- () 21. 蛙泳自出發及每次轉身後第一次划臂動作開始，身體必須保持？ (A)側姿 (B)俯姿 (C)立姿 (D)仰姿。
- () 22. 蛙泳在每次轉身及抵達終點時，身體哪一部位先觸碰池壁？ (A)頭部 (B)背部 (C)手掌 (D)腳板。
- () 23. 蛙泳在踢腳時必須以何種方式踢腳？ (A)兩足向外向後踢 (B)剪式打水 (C)上下打水 (D)海豚式踢腳。
- () 24. 蛙泳前進的過程中，蛙泳的何種動作扮演了平衡身體的角色？ (A)抓水 (B)踢腳 (C)抱水 (D)轉身。
- () 25. 蛙泳划臂時，雙手臂應呈 (A)90 度 (B)60 度 (C)45 度 (D)30 度。
- () 26. 何種籃球戰術可以為隊友製造投籃的機會，更可以為自己帶來投籃的機會 (A)跑轟戰術 (B)小球戰術 (C)掩護戰術 (D)陷阱包夾。
- () 27. 在一場籃球比賽中進攻有可能會失常，但防守卻不容易失常，贏球 60% 都要靠防守，而要有好的防守就必須具備 (A)體力、意志力、企圖心及觀念 (B)意志力、企圖心及觀念 (C)體力、意志力和企圖心 (D)神力、意志力、企圖心及觀念。
- () 28. 綜合來說籃球比賽實施掩護的關鍵是 (A)身體移動、角度、距離 (B)時機、角度、方向 (C)時機、高度、距離 (D)時機、角度、距離。
- () 29. 籃球合法進攻掩護時足部一定要 (A)跳起在空中 (B)雙足著地且站定不動 (C)一足可抬起 (D)雙足著地但可移動。
- () 30. 籃球比賽進攻掩護時，若對手在移動中，應考量時間與距離因素。若以距離之考量則 (A)不小於正常的 1 步，不大於正常的 2 步 (B)完全不給任何空間反應 (C)小於正常的 1 步 (D)大於正常的 2 步。
- () 31. 排球比賽除了攔網外，有幾次機會將球回擊過網？ (A)4 次 (B)3 次 (C)2 次 (D)1 次。
- () 32. 排球跳躍舉球的優點，下列何者為非？ (A)舉球時間縮短，攻擊員可以快速扣擊 (B)對隊防禦時間短不易應對 (C)增加戰術的隱密度 (D)舉球時間較長，有利於戰術的安排。
- () 33. 排球舉球動作要配合的因素，下列何者為非？ (A)來球速度 (B)來球角度 (C)攻擊戰術 (D)我方發球位置。
- () 34. 排球舉球時，球落下的位置在 (A)身體正前方 (B)身體後方 (C)額頭前上方。
- () 35. 排球舉球員是影響比賽勝負的關鍵角色，在場上舉球員需全盤考量的因素，下列何者為非？ (A)己隊攻擊手特性 (B)對隊隊形及缺點 (C)掌握對隊攔網 (D)教練所站位置。
- () 36. 水是人類重要的營養素，約占體重的 (A)30% (B)50% (C)70% (D)90%。
- () 37. 人體進行短時間的高強度運動，主要利用下列哪種能量？ (A)醣類 (B)蛋白質 (C)脂肪 (D)礦物質。
- () 38. 每日建議攝取的各大類營養素，比例占最高的是 (A)醣類 (B)蛋白質 (C)脂質 (D)維生素。
- () 39. 當運動環境炎熱時，應在運動前補充多少的水分？ (A)50~100 毫升 (B)250~500 毫升 (C)750 毫升 (D)1000 毫升。
- () 40. 下列何者為礦物質對人體的功能？ (A)供給能量 (B)保護內臟器官減少外力衝擊 (C)調節人體的代謝 (D)潤滑器官組織。

高雄市正義中學高中部 111 學年度第二學期期末考高一體育答案卷

一、是非題：每題 2 分

1. A 2. B 3. B 4. A 5. A 6. A 7. B 8. A 9. A 10. A

11. B 12. B 13. B 14. A 15. A 16. B 17. B 18. A 19. A 20. B

21. B 22. A 23. B 24. A 25. B

二、選擇題：每題 2 分

26. A 27. B 28. B 29. A 30. A 31. C 32. D 33. C 34. D 35. B

36. B 37. B 38. D 39. B 40. A 41. A 42. D 43. C 44. D 45. B

46. A 47. D 48. B 49. A 50. C

高雄市正義中學高中部 111 學年度第二學期期末考高二體育答案卷

一、是非題：每題 2 分

1. A 2. A 3. A 4. A 5. B 6. A 7. A 8. A 9. B 10. A

11. B 12. B 13. A 14. A 15. B 16. A 17. A 18. B 19. A 20. B

二、選擇題：每題 3 分

21. B 22. C 23. A 24. B 25. A 26. C 27. A 28. D 29. B 30. A

31. B 32. D 33. D 34. C 35. D 36. C 37. A 38. A 39. B 40. C