

高雄市正義中學高中部 112 學年度第一學期期末考高二體育試題卷

科目代號：71

班級：

座號：

姓名：

第一部份 是非題：每題 2 分，共 50 分。（○= A ×= B）

- () 1. 仰泳蹬牆出發後，身體應保持直線減少阻力。
- () 2. 仰泳踢水時膝蓋突出水面上下擺動，水花越大代表前進越快。
- () 3. 仰泳的特性為身體背部朝下，採雙腿交替向上踢水，雙臂輪流交替划水。
- () 4. 仰泳在游泳比賽中游至終點時，可以面部朝下觸壁完成比賽。
- () 5. 游泳仰式的英文名稱是「back stroke」。
- () 6. 運動處方是考量整體環境與個人狀況，而設計的運動訓練或身體活動計劃的過程。
- () 7. 仰泳在游泳比賽中出發及轉身後，選手可在水中仰潛 15 公尺。之後頭部必須露出水面，否則以犯規論。
- () 8. 心肺耐力是健康體適能要素中最重要的一項，代表身體氧氣供給系統能力的優劣，包括肺呼吸、心臟以及血液循環系統的機能。
- () 9. 為了要有良好的運動效果，當然是強度越高越好，身體的痠痛只要意志力可以忍受，那就多做一點。
- () 10. 受傷後 48~72 小時，當腫脹情況消失後，可以使用冷熱水交替浸泡，促進患部血液循環。

- () 11. 在籃球比賽中球員受傷流血，球賽必須立即停止，球員需馬上下場接受止血包紮，此規則稱之為「麥可·喬登條款」。
- () 12. 籃球強邊高、低位傳球後切入要球進攻，又稱為擋切戰術。
- () 13. 在排球比賽進攻位置中，多半選擇較高大、速度快的球員來擔任快攻位置，作為發動進攻戰術的先驅。
- () 14. 排球比賽中最常用的高長球扣球技術，可利用加大上身和扣球手臂的振幅，充分發揮核心及收肩動作，增加扣力量。
- () 15. 運動的型態依運動時肌肉的主要新陳代謝方式，分為有氧運動和無氧運動。
- () 16. 籃球比賽防守時我只要把自己守的人守好，不需去注意其他進攻球員。
- () 17. 一般最常使用來控制和測量運動強度的方法是「最大心跳數」。
- () 18. 排球比賽當擊球瞬間球仍完全高於球網上沿時，自由球員可以完成進攻性扣球。
- () 19. 排球扣球時，擊球位置在球體下方。
- () 20. 排球虛攻球又稱為軟攻球，是突破前排攔網的攻擊方式之一。
- () 21. 排球 B 式快攻與 D 式快攻攻擊位置都是與舉球員距離 1.5~2 公尺處，差別在於是在舉球員的身前與身後面的差異。
- () 22. 羽球正式比賽中，若由同一位球員連續擊中兩次，但由球拍頭及拍線在一次揮拍動作中擊中羽球，此狀況算犯規。
- () 23. 羽球雙打比賽中，在發球時只要不妨礙雙方發球員或接發球員的視線，雙方球員的搭擋可站於己方場內的任何地點。
- () 24. 籃球面對強邊傳球後站位的防守球員應迅速離開球邊，讓進攻者第一時間切入要球。
- () 25. 籃球空手球員往球邊切入時，可做反方向的走位誘敵，再以速度和方向的變化去擺脫阻絕。

第二部份 選擇題：每題 2 分，共 50 分。

- () 26. 排球快攻扣球的助跑距離約 (A)1 公尺 (B)2 公尺 (C)3 公尺 (D)6 公尺。
- () 27. 排球扣球者於舉球員前方或側邊約 1 公尺左右距離起跳，屬於 (A)A 式快攻 (B)B 式快攻 (C)C 式快攻 (D)D 式快攻。
- () 28. 羽球運動中，以右手執拍為例，請從下列的選項中選出正手挑球正確的動作要領？ (A) 擊球點維持在身體右前方 (B) 擊球是否有效取決於球員擊球站位 (C) 引拍時重心往右腳方向微微向前傾 (D) 以上皆是。
- () 29. 羽球比賽的計分制度，以每局先獲得幾分者獲勝一局？ (A) 9 (B) 15 (C) 21 (D) 25
- () 30. 籃球員在場上受傷，裁判暫停後約有幾秒恢復時間 (A)5 秒 (B)10 秒 (C)15 秒 (D)20 秒，如未能在此時間內恢復則必須被替補。
- () 31. 籃球持球者傳球給切入者，球應傳在接球者的什麼位置？ (A)前方 (B)後方 (C)左方 (D)右方。
- () 32. 籃球面對防守者做 V 字型擺脫切入時，身體的重心應如何？ (A)身體保持垂直，重心位於高的位置 (B)身體重心壓低，腳步打開 (C)身體保持垂直，腳步打開 (D)身體重心在高的位置。
- () 33. 籃球強邊高、低位傳球後切入要球進攻稱為哪種戰術？ (A)打跑戰術 (B)傳切戰術 (C)擋切戰術 (D)口袋戰術。
- () 34. 3 對 3 籃球賽原訂於何時列入奧運會的正式比賽項目？ (A)2008 北京奧運 (B)2012 倫敦奧運 (C)2016 里約奧運 (D)2020 東京奧運。
- () 35. 籃球空手球員要往球邊切入時，為何要先做反方向的走位？ (A)遠離防守者 (B)誘敵清出進攻空間 (C)執行擋拆戰術 (D)打跑戰術。

- () 36. 下列何者非運動處方的目的？ (A)增進體適能 (B)降低慢性病的危險因素 (C)確保運動時的安全性 (D)減少運動時間。
- () 37. 運動強度隨著運動時間的增加和運動能力的提升而逐漸增強，是指運動處方的哪一項原則？ (A)超負荷 (B)循序漸進 (C)特殊性 (D)持續原則。
- () 38. 下列何者不屬於有氧運動？ (A)100公尺短跑 (B)快走 (C)有氧舞蹈 (D)慢跑。
- () 39. 依照個人需求及運動專項的需要性，選擇適合的訓練動作與強度，這是何種基本原則？ (A)特殊性 (B)高壓力 (C)循序漸進 (D)超負荷。
- () 40. 小明在進行高強度運動時，發現呼吸難受喘不過氣，全身肌肉痠痛，視線模糊快暈倒了，請問他正在從事什麼樣的運動？ (A)緩和運動 (B)有氧運動 (C)無氧運動 (D)熱身運動。
- () 41. 仰泳轉身距離為距離池壁前？ (A)7~8公尺 (B)5~6公尺 (C)3~4公尺 (D)1~2公尺。
- () 42. 仰泳時身體縱軸可滾動，但不可超過水平幾度以上？ (A)30度 (B)45度 (C)60度 (D)90度。
- () 43. 仰泳在第幾屆奧運會中，成為游泳正式比賽項目之一？ (A)第8屆 (B)第4屆 (C)第2屆 (D)第6屆。
- () 44. 奧運會、世界錦標賽及其他國際游泳總會 (FINA) 之比賽中，「預備」之口令應使用英語式？
(A)Take your marks (B)Preparation (C)Ready (D)Study up。
- () 45. 排球扣球者在舉球員身後約2公尺的距離起跳，屬於 (A)A式快攻 (B)B式快攻 (C)C式快攻 (D)D式快攻。
- () 46. 下列何種不屬於進攻性的排球扣球技術？ (A)A式快攻 (B)修正高長球 (C)抓球 (D)虛攻球。
- () 47. 為區分排球比賽場地內前後場區，在邊線外兩側，各劃總長為75公尺的延伸虛線，此線稱之為
(A)中線 (B)教練限制線 (C)端線 (D)攻擊線。
- () 48. 下列何種動作容易降低排球扣球起跳高度？ (A)助跑速度漸增 (B)加大挺腰躬身 (C)起跳雙腳間距過大 (D)增加上身雙臂擺幅。
- () 49. 運動強度應控制在最大心跳數的 (A)30%~50% (B)40%~70% (C)50%~80% (D)50%~90%。
- () 50. 伸展操每一動作應持續 (A)8~20秒 (B)15~30秒 (C)30~45秒 (D)45~60秒。

高雄市正義中學高中部 112 學年度第一學期期末考高二體育答案卷

一、是非題：每題 2 分

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

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

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

二、選擇題：每題 2 分

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

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

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