

國立鳳新高級中學 102 學年度第一次教師甄選體育科試題

一、選擇題 20%（每題一分，請將題號註記於試卷上。）

1. 足球比賽中的越位是指一球員比球和對方最後第二名防守球員更接近對方的球門線，不包含球員的(A)頭 (B)身體 (C)腳的任何部位 (D)手臂。
2. 有關籃球「卡位技巧」之敘述，下列何者為非？(A)目的在於製造對方犯規，使能五犯離場 (B)卡位時不可讓防守者超越過自己 (C)卡位要能在腰位或低位 (D)卡位用以準備做禁區的積極性進攻。
3. 網球四大公開賽中唯一一個在三種場地都舉行過賽事〈草地、紅土地、硬地〉、更是一個實現男女選手同工同酬的網球賽事？(A)法網 (B)澳網 (C)美網 (D)溫網。
4. 足球比賽一場比賽由兩隊對抗，每一隊上場球員不可多於 11 人，其中一人是守門員，如果任何一隊少於幾人？不可開始比賽(A)7 人 (B) 6 人 (C) 5 人 (D)8 人。
5. 棒球比賽壘上無跑壘員，投手必須於幾秒內向擊球員投球？否則拖延比賽時間犯規，宣告壞球。(A)5 秒 (B) 8 秒(C)10 秒(D)12 秒。
6. 一般成人休息時的每分鐘心輸出量大約是幾公升？（A）8 公升（B）5 公升（C）10 公升（D）3 公升。
7. 以下敘述何者正確？（A）桌球決勝局某方得第 6 分必須交換場地（B）羽球第二局發球方為第一局的接發球方（C）排球決勝局某隊得第 8 分時需交換場地（D）排球第一局得分達 21 分時始得勝。
8. 以下敘述何者正確？（A）排球局與局之間休息 2 分鐘（B）桌球暫停時間不超過 90 秒（C）羽球當某方達 11 分時可休息 30 秒（D）網球球員遭受可治療的傷害時，可給予一次 3 分鐘的傷停時間來處理該傷害。
9. 何謂逆轉理論？（A）覺醒會如何影響表現要看個人如何解釋自己的覺醒（B）狀態焦慮水準處於個人最適當的區域範圍內時會有最佳表現（C）隨覺醒程度的提升，個人的運動表現會逐漸改善，當覺醒程度超過最適當的一點時，表現便隨之衰退（D）認知狀態焦慮與表現呈負相關；身體性狀態焦慮與表現呈倒 U 字型關係。
10. 一般神經元的靜止膜電位大約是多少毫伏特？（A）+30（B）+130（C）-70（D）-130。
11. 桌球規則中規定發球必須拋高幾公分？（A）15 公分（B）16 公分（C）17 公分（D）18 公分。
12. 以下何者不是運動傷害處理的 3C 原則？（A）Check（B）Circulation

- (C) Call (D) Care。
13. 下列何者不是急行跳遠技術的空中動作？(A) 走步式 (B) 擺動式
(C) 挺身式 (D) 蹲踞式。
14. 11 人制的足球賽中，上下半場的法定時間各為？(A) 50 分鐘 (B) 20
分鐘 (C) 45 分鐘 (D) 40 分鐘。
15. 排球比賽經裁判鳴笛指示發球後，須於幾秒內將球擊出？(A) 12 秒 (B)
10 秒 (C) 8 秒 (D) 15 秒。
16. 籃球比賽出場時，若某隊未達出場人數，應判為棄權，比數記為 (A) 30：
0 秒 (B) 1：0 (C) 2：0 (D) 20：0。
17. 排球決勝局比賽中先得分 (A) 21 分 (B) 15 分 (C) 11 分 (D) 25 分者獲勝。
18. 跳高中，何種姿勢可以最少重心騰空高度越過同一高度橫桿？(A) 腹滾式 (B)
背向式 (C) 剪式 (D) 跨越式
19. 田徑起跑個人犯規次數幾次即取消比賽資格 (A) 1 次 (B) 2 次 (C) 3 次 (D)
4 次。
20. 以下何者正確 (A) 田徑 800M 比賽採用蹲踞式起跑 (B) 排球比賽中，在裁
判鳴笛後須於 6 秒內將球發出 (C) 網球比賽中，Deuce 是指每局中的平手
(D) 桌球比賽每局得分達 15 分者獲勝。

二、填充題 20%（每格一分，請將題號註記於試卷上）

1. 高爾夫握桿基本動作中，像握球棒的方式雙手分開來握，可以獲得更多的槓桿作用在右手握桿上，通常這種握法較有距離但控制能力差，比較推薦給手較小的女士或小學生的握法為_____。
2. 棒壘球比賽場地，界內區是以 _____ 為基準點，左右兩線延伸至全壘打牆。
3. 肌肉收縮產生力量的方式，包括靜態(static)的等長性收縮(isometric contraction)、動態的向心收縮(concentric contraction)、以及動態的離心收縮(eccentric contraction) 等，而且動態的向心與離心收縮方式，還包括_____、_____ 兩類。
4. 排球戰術上的應用，其目的在騙過攔網者進而攻擊成功，通常是一個快攻配合中間攻擊。使得攔網者不知要攔快攻或是第二攻擊。此種攻擊戰術稱之為-_____。
5. 攝氧量=_____ × _____ × _____。(此為一格)
6. 籃球籃框圓心距離端線_____公尺。
7. 日前台灣在巴黎拿下第一座世界盃桌球男子雙打冠軍的選手為_____、_____。
(此為一格)

- 8.羽球在西元_____年時將賽制改成落地得分制。
- 9.運動之風險管理中，若某傷害發生率高，但傷害嚴重程度不高，應採_____策略。
- 10.一場桌球比賽是由_____數的局數所組成。
- 11.最新國際籃球比賽規則中，有關 24 秒規定是指_____、8 秒規定是指_____、3 秒規定是指_____。
12. ATP 網球四大公開賽中紅土賽事是指_____、草地賽事是指_____。
13. 網球比賽每盤進入 tie-break 時，球員進行至幾分時球員需要換邊:_____。
14. 10000M 跑步是屬於何種能量代謝系統:_____。
- 15.羽球比賽 Deuce 比數為 20 比 20，一方多對方 2 分始勝一局，直到_____分為極限。
- 16.桌球比賽中，進行_____分鐘後，比數未達 9 比 9 以上，則採用促進比賽。

三、簡答題 30%（每題 5 分）

1. 請簡述何謂 PNF（Proprioceptive Neuromuscular Facilitation）。
2. 請簡述何謂大災難模式。
3. 何謂「努責現象」？請說明發生之原因。
4. 在體育教學場域中常見學生產生 DOMS 現象，請問何謂 DOMS?並說明其發生模式?
5. 教育部為鼓勵國人多增加運動，所提出「運動 333」的建議，分為哪三部分來評量運動參與？
6. 列舉舉辦學校運動賽會的工作分組為何？

四、申論題 30%（每題 10 分）

1. 何謂 Anaerobic Threshold？其測驗方法？
2. 請詳細描述最大肌力、肌耐力、肌肉爆發力、健美與健康體能的運動處方。
3. 試說明若聘任你/妳為鳳新高中體育教師的 SWOT 分析，並說明如何在學校展現 SO 及控制和加強 WT。