

1. 『安靜攝氧量』的倍數稱為 MET，1MET 等於？  
(A)1.75 (B)3.5 (C)6 (D)7 ml.kg-1.min-1 的氧消耗攝取量。
- 2.運動時的能量來源，以有氧能量系統來說，一分子的葡萄糖完全氧化可以產生多少 ATP？  
(A)2 (B)24 (C)38 (D)42。
- 3.在運動傷害急性期，該如何處理患處？  
(A)冰敷 (B)熱敷 (C)冰、熱敷交替 (D)以上皆非。
- 4.進食後，血糖的升高會引起何者分泌，進而引發低血糖症，妨礙運動表現？  
(A)腎上腺皮質激素 (B)生長激素 (C)促甲狀腺素 (D)胰島素
- 5.運動過程中所產生的乳酸，藉由血液運送至肝臟重新合成葡萄糖的過程稱之為？  
(A)克勞伯循環 (B)檸檬酸循環 (C)丙胺酸循環 (D)克立循環
- 6.進行漸增強度運動時，隨著運動強度的增加，骨骼肌纖維招募的順序應為？  
(A) Type IIa → Type IIb → Type I  
(B) Type IIb → Type IIa → Type I  
(C) Type I → Type IIb → Type IIa  
(D) Type I → Type IIa → Type IIb。
- 7.下列何者不是訓練『敏捷能力』必備的因子？  
(A) 起動 (B) 急停 (C)維持速度 (D)改變方向。
- 8.肌力訓練安排上應強調的是？  
(A)低負荷低頻率 (B)低負荷高頻率 (C)高負荷高頻率 (D)高負荷低頻率。
- 9.下列何者是解釋『意象訓練』促進運動學習或表現的理論？  
(A)腦啡假設 (B)符號學習理論 (C)分心假設 (D)挫折-攻擊理論

- 10.根據 Easterbrook 的信息利用理論，隨著覺醒水平的升高，人們的注意範圍隨之？  
(A)擴大 (B)縮小 (C)沒有改變 (D)以上都有可能
- 11.「運動改造大腦一書」中，透過許多研究實例說明運動的益處，下列何者並非其重點？  
(A)運動能使人情緒變好 (B)運動能增進學業學習效率  
(C)運動能降低壓力 (D)運動能提升民族自信心
- 12.下列何者不是運動學量測的參數：  
(A)壓力 (B) 速度 (C) 時間 (D) 位移。
- 13.有關力學的敘述，下列何者正確？  
(A)物體受兩方向相反、大小相等的力量作用時，呈現平衡狀態  
(B)提重物於同一高度地面行走，將會消耗功  
(C)若地面無摩擦，則人不能前進  
(D)運動中的物體必受外力作用。
- 14.有關力學的敘述，下列何者錯誤？  
(A)在同一作用時間，作用力愈大，則衝量愈大  
(B) 用 10 牛頓的力作用於物體 10 秒，則此物體受總力 100 牛頓  
(C) 若不計空氣阻力，在地表同一高度掉落的 10Kg 棉花與 10Kg 鐵塊將同時著地  
(D) 物體的質量愈大，動量就愈大。
- 15.在壘球擲遠的比賽中，會影響投擲距離的因素為？  
(A) 風向 (B) 投擲高度 (C) 球離手的速度 (D) 以上皆是。
- 16.下列何者並非理解式球類教學策略對球類運動的分類？  
(A)持拍類 (B)打擊-跑分類 (C)侵入式 (D)網/牆性

17. Mosston 教學光譜中，由學生兩兩一組，一人操作一人觀察動作並提供回饋的形式稱之為？

- (A)練習式 (B)互惠式 (C)包含式 (D)擴散式

18. 下列何者並非多元評量的主要精神？

- (A)重視評量的一致性與公平性  
(B)強調教學與評量結合  
(C)兼顧行為結果與行為歷程  
(D)著重真實情境中學生的整體表現

19. 透過建立遊戲情境與戰術知識的關係進行的體育教學取向為？

- (A)精熟取向 (B)教材取向 (C)建構取向 (D)個人取向 體育教學

20. 「雙手托天理三焦，左右開弓似射雕……」此為何項運動的口訣？

- (A)太極拳 (B)八段錦 (C)小勞術 (D)五禽戲

21. 下列哪一項不是周朝射禮的禮制？

- (A)大射 (B)賓射 (C)小射 (D)燕射

22. 周朝因場地不足，為求賓主共樂，並表射禮之意，於是應機而生之遊戲活動為？

- (A)弄丸 (B)投石 (C)投壺 (D)擊毬

23. 「乾隆御賞冰戲圖」顯示出在清代非常注重哪一項運動？

- (A)水泳 (B)划船 (C)潛水 (D)溜冰

24. 在循環賽制中，若 8 隊參加比賽，其週期數為？

- (A)四週期 (B)七週期 (C)八週期 (D)六週期。

25. 下列何者並非運動競賽規程之內容？

- (A)領隊會議時間 (B)抽籤時間 (C)報名時間 (D)選手之夜時間
- 26.下列何者為 2017 世界大學運動會的舉辦城市？
- (A)英國倫敦 (B)巴西里約熱內盧 (C)台灣台中 (D)台灣台北。
- 27.下列何者是教育部快活計畫的推展內容？
- (A)每週運動三天 (B)每次運動至少 30 分鐘
- (C)運動時心跳率達每分鐘 130 下 (D)每週累積運動達 210 分鐘
- 28.下列國內各項運動賽會的舉辦情形何者有誤？
- (A)大專運動會每運動會每年舉辦一次 (B)中等學校運動會每兩年舉辦一次
- (C)全國運動會每兩年舉辦一次 (D)全民運動會每兩年舉辦一次
- 29.我國女子網球選手在四大公開賽中歷年最佳成績為前 32 強，請問是由哪位選手所創？
- (A)王思婷 (B)謝淑薇 (C)詹詠然 (D)李慧芝。
- 30.下列並未在 2012 倫敦奧運會中傳遞聖火的各界代表是？
- (A)盧彥勳 (B)王力宏 (C)陳彥博 (D)周永明
- 31.田徑 100M 比賽時，當風速超過每秒順風多少公尺，則紀錄將不予承認？
- (A)1m (B)2m (C)3m (D)4m
- 32.田徑全能比賽中途，若有某一單項棄權，應如何判定？
- (A)不計總分不計名次 (B)計總分不計名次 (C)計總分也計名次 (D)以上皆非
- 33.三級跳遠第一步用左條腿來跳躍，最後一跳則用哪一條腿進行跳躍？
- (A)左腿 (B)右腿 (C)兩腿一起 (D)任一腿皆可
- 34.下列哪一項不是奧運會中的體操比賽項目：

(A)彈翻床 (B)有氧體操 (C)競技體操 (D)韻律體操

35.游泳混合四式接力賽，第三棒的泳姿為？

(A)蝶式 (B)仰式 (C)蛙式 (D)捷式

36.籃球比賽下列哪種球員的行為屬於違例？

(A)拉人 (B)帶球撞人 (C)推人 (D)兩次運球。

37.根據 2010 最新國際籃球規則，限制區為什麼形狀？

(A)長方形 (B)正方形 (C) 梯型 (D) 三角形。

38.排球比賽中，下列哪一個後排球員的動作違規？

(A)在後排扣球 (B)在界外擊球 (C)協助前排攔網 (D)在 3 公尺線前做低手傳球

39.排球發球員所擊出之球由標誌竿外進入對區時應判？

(A)界外球 (B)界內球 (C)重發 (D)以上皆非。

40.下列有關桌球規則敘述何者有誤？

(A)球拍大小、形狀沒有限制 (B)球拍兩面必須一面紅色一面黑色

(C)桌球檯必須以實木製成 (D)貼膠皮必須使用無機膠水

41.桌球雙打比賽決勝局時，要在怎樣的情況下才會交換場地、交換接發球？

(A)雙方比分相加為 6 的倍數 (B)雙方比分相加為 5 的倍數

(C)雙方球員各自發完兩球後 (D)一方得分先達到 5 分的時候。

42.國際足球總會規定正式比賽時間為：

(A)六十分鐘 (B)七十分鐘 (C)八十分鐘 (D)九十分鐘

43.足球比賽時，球由進攻者踢出端線，判為：

(A)界外球 (B)角球 (C)球門球 (D)自由球

44.羽球比賽雙方得分至幾分平手時為丟士(Deuce)?

(A)10：10 (B)14：14 (C)15：15 (D)20：20。

45.羽球比賽進行中，若球體破散分離此時應？

(A)重新發球 (B)擊破者失分 (C)繼續比賽 (D)猜拳決定。

46.我國已取得 2012 倫敦奧運會參賽資格的選手是？

(A)盧彥勳、王宇佐、謝淑薇 (B)盧彥勳、王宇佐、詹詠然

(C)盧彥勳、謝淑薇、莊佳容 (D)盧彥勳、謝淑薇、詹詠然

47.下列有關台球的比賽規則何者有誤？

(A)兩隊各有 4 男 4 女同場競技

(B)防守者不得投籃

(C)男隊員對位防守男隊員，女隊員對位防守女隊員 (D)無身體接觸才可從對手手中斷球

48.台灣原住民各族群中歌舞最豐富的是哪一個族群？

(A)泰雅族 (B)排灣族 (C)達悟族 (D)阿美族

49.下列關於『創造性舞蹈』之敘述何者不妥？

(A)非指形式化之各類舞蹈技巧訓練 (B)重視參與過程而非結果

(C)是一種『再製性動作』的呈現 (D)允許參與者呈現個別化與自發性的表現。

50. 下列何者為『太極拳』之典型動作名稱？

(A)彈腿 (B)攪雀尾 (C)麒麟步 (D)上拋拳