

國立瑞芳高工 101 學年度（學科筆試）  
第一次專任教師甄試 體育 試題卷

一、選擇題(每題 2 分，共 20 分)

- ( ) 1.經過一段時間的高強度阻力訓練之後，身體產生的主要適應現象可能為何？(A)增加肌肉收縮蛋白質量 (B) 增加肌肉微血管密度 (C) 增加肌肉粒線體的數量 (D) 增加檸檬酸合成酶的活性。
- ( ) 2.下列敘述何者正確：(A) 若不計空氣阻力，在地表同一高度掉落的 10Kg 鐵塊會比 10Kg 棉花較早著地 (B) 腳與地面的摩擦作用可提供人在步行中的推進與煞車的力量 (C) 在空間中以等加速度運動的剛體，不受外力作用 (D) 手提 1 公斤重的物品於平地行走 10 公尺，需做功 100 焦耳。
- ( ) 3.有關足球比賽敘述，下列何者有誤？(A) 當整個足球的球體越過邊線時，判為界外球 (B) 球由防守者踢出端線，判為角球 (C)當攻擊方踢出的球碰角旗後彈回場內時，判為角球 (D)球由進攻者踢出端線，判為球門球。
- ( ) 4.六人制排球比賽中，當對手發球至我方網上可以：(A) 攔網 (B) 扣球 (C) 高手傳球回擊 (D)以上皆可。
- ( ) 5.在籃球比賽中，下列哪一種行為是屬於「技術犯規」？ (A) 非法侵入對手圓柱體 (B) 摔倒以騙取犯規 (C) 犯規時動作行為不針對球 (D) 掩護時移動身體。
- ( ) 6.現代奧林匹克運動會第一次有女子運動員參加是哪一年？(A)1896 年(B)1900 年(C)1908 年(D)1912 年
- ( ) 7.正式游泳比賽的混合四式接力，第二棒的泳姿應為 (A)仰式(B)自由式(C)蛙式(D)蝶式
- ( ) 8.田徑運動的男子十項運動需要幾天舉行完畢？(A)二天(B)三天(C)四天 (D)沒有限制
- ( ) 9 運動生物力學之積極目的為提昇運動表現，消極之目的為何？(A)正確移動身體(B)預防運動傷害 (C)有效率表現動作 (D)建立技術觀念
- ( ) 10.測驗結果從原始分數就能看出測驗分數的意義，是採用何種參照測驗？(A)常模參照 (B)百分等級參照 (C)效標參照 (D)標準參照

二、填充題(每格1分，共20分)

1. 運動技能學習分 1、2、3 三階段。
2. 擬定運動處方的 FIT 原則，各指何種條件？F：4、I：5、T：6。
3. 熱天下運動常見的熱病7、8、9。
4. 估計身體活動時的運動強度可以簡單的用等代謝量(metabolic equivalent, MET)之倍數來表示，1MET代表安靜時每分鐘每公斤體重消耗10毫升的氧。
5. 一般人突然從事不熟悉的身體活動後，造成接續2~4天中骨骼肌產生酸痛不適，此種現象稱之為11。
6. 古代希臘以五項運動，作為體操的標準，此五項運動為12、擲餅、擲槍、跳躍、13。
7. 正式羽球比賽中，每局均採14分的賽制。
8. 游泳規則規定，捷式、仰泳及蝶式出發後，頭部應在15公尺內露出水面。
9. 影響動作技能學習成效的兩大因素為16、17。
10. 「增強式訓練」主要是用以訓練18。
11. 魯道夫拉邦（Rudolf Laban）所提出的動作分析，經羅梭（Russell）和包爾曼（Boorman）簡化演變後，成為創造性舞蹈教學，其動作探索的五大要素為 19、時間、空間、勁力與20。

### 三、問答題(每題 10 分，共 60 分)

- 1、何謂乳酸閾值？造成乳酸閾值的原因可能有哪些？
- 2、由簡而繁由易而難的學習進程設計是體育教師教學專業能力的展現，請指出四項可用以調整學習複雜性與難易度的因素並舉例說明之。
- 3、試就服務對象、研究內容說明運動心理學的兩大研究領域。
- 4、請說明教育部體適能檢測項目與目的。
- 5、請說明奧林匹克的宗旨和奧林匹克五環（或稱奧林匹克運動會會徽）的象徵意義。
- 6、請畫出一個十二隊的雙敗淘汰賽程表。