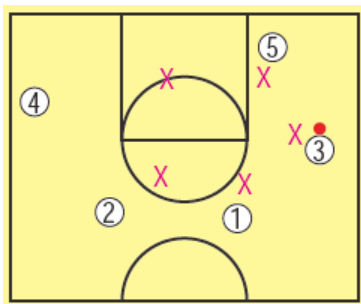
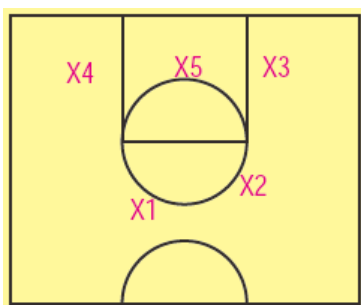


## 高中部體育常識測驗題庫

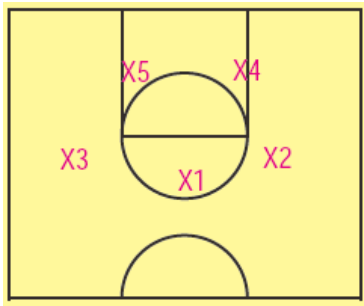
1. ( B ) 古代奧林匹克運動是由誰發起的？ (A)古雅典人 (B)古希臘人 (C)古中國人 (D)古羅馬人。
1. ( C ) 下列何者非本課文中提到的體育主要功能？ (A)教育的功能 (B)生理的功能 (C)政治的功能 (D)心理的功能。
2. ( B ) 「體育活動能促進個體的生長發育，提升運動系統的機能。」請問上述為何種體育目的？ (A)培養社會道德 (B)發展身體的機能 (C)健全心智發展 (D)訓練神經肌肉活動之技能。
3. ( C ) 「體育活動中不乏優勝劣敗、激烈競爭的情境，正是學習心理調適、壓力抒解與精神專注的最佳環境。」請問上述為何種體育目的？ (A)培養社會道德 (B)訓練神經肌肉活動之技能 (C)健全心智發展 (D)發展身體的機能。
4. ( C ) 運動時，人體會分泌什麼物質，對身體有安定及鎮靜作用？ (A)腎上腺素 (B)甲狀腺素 (C)腦內啡 (D)膽汁。
5. ( A ) 近代的奧林匹克運動會每幾年舉辦一次？ (A)4年 (B)3年 (C)2年 (D)1年。
6. ( A ) 我國歷史上最早於夏商周出現的運動項目為何？ (A)禮射 (B)劍道 (C)蹴鞠 (D)水嬉。  
解析 (A)夏商周為禮射(射箭)；(B)春秋戰國為劍道；(C)漢代隋唐為蹴鞠(類似現今足球)；(D)宋朝為水嬉(類似現今的水上活動)。
7. ( C ) 籃球賽中，每節的團隊犯規累積達幾次後，即進入加罰狀態？ (A)2次 (B)3次 (C)4次 (D)5次。
8. ( B ) 籃球賽中，為了預防進攻隊的掩護與過人技術，防守方較常部署何種防守陣式？ (A)盯人防守 (B)區域防守 (C)全場壓迫 (D)包夾防守。
9. ( D ) 下列何者不是籃球區域防守的優點？ (A)加強禁區的防守，增加內線得分的難度 (B)位置分布均衡，有利於掌握籃板發動快攻 (C)有效防守擅長單打的球隊頗為有效 (D)針對重點球員使其減少持球。
10. ( B ) 籃球賽中，盯人防守時的注意事項下列何者不正確？ (A)依對方離球的距離，調整防守位置 (B)積極的抄球 (C)適度向球邊及籃下縮防以利及時補位與鞏固內線籃板球 (D)對方出手投籃後，需要全體卡位搶籃板。



11. ( A ) 此圖為籃球比賽中的何種戰術？ (A)盯人防守 (B)區域防守 (C)混合防守 (D)以上皆是。



12. ( B ) 此圖為籃球比賽中的何種戰術？ (A)盯人防守 (B)區域防守 (C)混合防守 (D)以上皆是。



13. ( D ) 此圖為籃球比賽中的何種戰術？ (A)盯人防守 (B)二三防守 (C)混合防守 (D)三二防守。
14. ( D ) Men to men 為籃球比賽中的何種戰術之英文？ (A)傳切戰術 (B)區域防守 (C)混合防守 (D)盯人防守。
15. ( B ) Zone defense 為籃球比賽中的何種戰術之英文？ (A)傳切戰術 (B)區域防守 (C)混合防守 (D)盯人防守。
16. ( D ) Box and one 此籃球術語應如何解釋？ (A)一盯四區域防守 (B)二盯三區域防守 (C)三盯二區域防守 (D)四盯一區域防守。
17. ( C ) Passing game 為籃球比賽中的何種戰術之英文？ (A)1-3-1 進攻 (B)區域防守 (C)傳切戰術 (D)盯人防守。
18. ( A ) 籃球比賽中，傳切戰術持球的觀念以何者為優先？ (A)投籃 (B)傳球 (C)運球 (D)防守。
19. ( C ) 下列何者為籃球運動的常見錯誤？ (A)移動走位時未交代清楚 (B)過於急攻 (C)無球邊防守球員沒有向有球邊縮防 (D)未保持適當空間。
20. ( C ) 籃球比賽，在該區域內發生身體接觸，只有阻擋犯規，沒有帶球撞人的是？ (A)限制區域 (B)中立區 (C)合法衝撞免責區 (D)中圈。
21. ( D ) 下列對於籃球合乎規則的打法，何者敘述有誤？ (A)籃球是用手觸球來進行之比賽 (B)可朝任何方向傳、拋、拍撥、滾或運球 (C)帶球跑、故意用腿的任何部位踢球、擋球或以拳擊球均屬違例 (D)若腿部無意接觸到球或被球觸及，仍視同違例。
22. ( C ) 籃球規則中，對於阻擋犯規的成立，以下何者為非？ (A)妨礙持球或空手的對手前進時，發生不合法之身體接觸 (B)進攻球員從防守球員旁通過，接觸到防守者在其圓柱體外之手臂 (C)球員在場上伸展臂部或肘部，超過圓柱體外，以佔有位置，未與其他球員接觸 (D)一位移動中的球員，正試圖設立掩護時，與一位站定或向其後退的對手發生身體接觸。
23. ( D ) 下列何者為籃球運球行進間過人運球上籃之基本動作技巧？ (甲)胯下運球 (乙)變速運球 (丙)背後運球 (A)甲乙 (B)甲丙 (C)乙丙 (D)甲乙丙。
24. ( B ) 排球國際比賽中常運用的前排快攻掩護後排攻擊戰術，下列何者不正確？ (A)前排雙人同時快攻掩護 (B)後排球員跑至前排快攻掩護 (C)前排的時間差攻擊掩護 (D)前排的平行快攻掩護。
25. ( A ) 排球比賽時，教練可於何時請求比賽暫停或替補？ (A)比賽成死球後及裁判鳴笛指示發球前 (B)雙方要發球時 (C)非比賽球滾進場內時 (D)每局比賽快結束前。
26. ( A ) 排球比賽中，自由球員可以替換幾次？ (A)不限 (B)1次 (C)2次 (D)3次。
27. ( C ) 排球比賽有幾次暫停的機會？ (A)5次 (B)4次 (C)3次 (D)2次。
28. ( A ) 排球比賽時，當教練喊暫停時，可以休息多久？ (A)30秒 (B)1分鐘 (C)90秒 (D)2分鐘。
29. ( D ) 排球比賽當裁判鳴笛，需在幾秒內將球擊出？ (A)5秒 (B)6秒 (C)7秒 (D)8秒。
30. ( B ) 排球比賽得分後，該隊隊員應如何替換位置？ (A)逆時針 (B)順時針 (C)都可以

(D)亂換。

31. ( C ) 以下比數，何者為排球勝一局？ (A) 24 : 25 (B) 25 : 26 (C) 26 : 28 (D) 14 : 15。
32. ( B ) 排球比賽第五局決勝局，先獲得幾分者為勝隊？ (A) 11 (B) 15 (C) 21 (D) 25 分。
33. ( B ) 足球比賽發生越位時，裁判應判定越位，並由對隊發何種球？ (A)擲界外球 (B)在越位發生處，罰踢間接自由球 (C)在越位發生處，罰踢直接自由球 (D)罰踢球門球。
34. ( A ) 足球由守方踢出底線，應由攻方發何種球？ (A)角球 (B)自由球 (C)界外球 (D)球門球。
35. ( A ) 世界盃足球賽每幾年舉辦 1 次？ (A)四年 (B)五年 (C)六年 (D)七年。
36. ( C ) 目前 NBA 籃球季後賽，總冠軍隊伍最多要打幾場比賽？(A)16 場 (B)20 場 (C) 28 場 (D)32 場



37. ( B ) 此動作為足球哪一動作？ (A)足背高空傳球 (B)足背停球 (C)大腿停球 (D)胸部停球。



38. ( C ) 此動作為足球哪一動作？ (A)足背高空傳球 (B)足背停球 (C)大腿停球 (D)胸部停球。



39. ( D ) 此動作為足球哪一動作？ (A)足背高空傳球 (B)足背停球 (C)大腿停球 (D)胸部停球。



40. ( B ) 此動作為足球哪一動作？ (A)盤球 (B)頭頂球 (C)魚躍頂球 (D)滾地球接球法球。

41. ( D ) 足球賽中，準備踢罰角球時，無故再重新移動球的位置，此時，裁判給予罰踢者什麼顏

- 色牌警告？ (A)白色 (B)藍色 (C)紅色 (D)黃色。
42. ( C ) 2018 世界盃足球賽將在那一個國家舉辦？ (A)日本 (B) 哈薩克 (C) 俄羅斯 (D) 中國
43. ( C ) 高爾夫球比賽，標準是打幾個洞？ (A)14 (B)16 (C)18 (D)20。
44. ( C ) 高爾夫比賽，最多能帶幾支球桿下場？ (A)12 (B)13 (C)14 (D)15。
45. ( D ) 高爾夫球規則中何者情形發生需罰 1 桿？ (A)問同組球員應使用的球桿號碼 (B)超過梯臺標示開球 (C)弄錯推桿順序 (D)自己的桿弟誤撿自己的球。
46. ( B ) 高爾夫的上坡打法站姿為？ (A)封閉式 (B)開放式 (C)平行式 (D)馬步。
47. ( C ) 高爾夫的下坡打法站姿為？ (A)開放式 (B)平行式 (C)封閉式 (D)馬步。
48. ( C ) 下列各體適能測驗項目中，何者為正確測驗肌肉適能之項目？ (A)坐姿體前彎、立定跳遠 (B)立定跳遠、跑走測驗 (C)立定跳遠、屈膝仰臥起坐 (D)屈膝仰臥起坐、跑走測驗。
49. ( B ) 適當的重量訓練反覆次數應為？ (A)1~5 下 (B)8~12 下 (C)15~18 下 (D)20~25 下。
50. ( D ) 重量訓練應如何操作？ (A)重質不重量 (B)漸進式原則 (C)重量固定可調整次數不宜超負荷 (D)以上皆是。
51. ( A ) 重量訓練除了可以鍛鍊我們的肌力和耐力外，還有許多功能，下列何者錯誤？ (A)增加痠痛 (B)預防駝背 (C)預防骨質疏鬆症 (D)改善下背痛症狀。
52. ( D ) 老師建議經常處於壓力情緒下的小青多運動，這是什麼原因？ (A)使情緒緊繃 (B)提高罹患憂鬱症的機率 (C)降低自我價值感 (D)使緊張的肌肉放鬆。
53. ( B ) 中暑患者應立即將其體溫降至 (A)37°C 以下 (B)38°C 以下 (C)39°C 以下 (D)40°C 以下。
54. ( C ) 症狀為暈眩、皮膚溼冷、脈搏急速微弱，這是屬於哪一種熱傷害類型？ (A)熱暈厥 (B)熱痙攣 (C)熱衰竭 (D)中暑。
55. ( B ) 有關短距離跑的田徑比賽，每一賽次只允許起跑犯規幾次？ (A)0 次 (B)1 次 (C)2 次 (D)3 次。
56. ( A ) 比賽接力賽時，傳接棒須在多少公尺接力區內進行，如果在接力區外傳接棒將會被取消比賽資格？ (A)20 公尺 (B)30 公尺 (C)35 公尺 (D)40 公尺。
57. ( A ) 短距離跑在最後衝線時，須以身體哪一部位到達終點線內緣的垂直面？ (A)軀幹的任何部位 (B)胸部 (C)手 (D)以上皆是。
58. ( B ) 接力賽「掉棒」時應如何處理？ (A)退出賽道避免發生衝撞 (B)由持棒者撿回接力棒 (C)由預定接棒者撿回接力棒 (D)取消比賽資格。
59. ( A ) 現今拔河運動規則中，以幾人的體重總和來作分級與規範？ (A)8 人 (B)10 人 (C)12 人 (D)20 人。
60. ( C ) 下列何者為拔河的英文名稱？ (A)Tea of War (B)Tag of War (C)Tug of War (D)Pull of River。
61. ( D ) 拔河需將對方拉行幾公尺，並待裁判鳴哨，比賽才算結束？ (A)1 公尺 (B)2 公尺 (C)3 公尺 (D)4 公尺。
62. ( C ) 拔河比賽的時間是否有限制？ (A)有，約 30 秒 (B)有，約 1 分鐘 (C)沒有限制，待裁判鳴笛判定 (D)3 分鐘以內分出勝負。
63. ( A ) 拔河比賽的選手站位 (除了後位)，每位隊員間の間隔距離約為多長？ (A)一個手臂長 (B)半個手臂長 (C)一個肩寬 (D)半個肩寬。
64. ( A ) 2009 年高雄世界運動會我國女子拔河國家對獲得第幾名？ (A)第一名 (B)第二名 (C)第三名 (D)未得名。
65. ( D ) 下列何者是拔河比賽裡的正確動作？ (A)雙手、繩子及腰部三點不要分開 (B)挺胸、

- 縮小腹，身體呈直立狀態 (C)雙足應伸展於膝關節前方，使膝關節角度大於90度。(D)以上皆是。
66. (A)下列關於目前臺灣拔河現況，何者錯誤? (A)臺灣於西元1990年自美國引進八人制室內拔河運動 (B)軍、警、消皆將拔河列為戰技項目的種類 (C)我國基層拔河運動已蓬勃發展 (D)室外拔河曾在西元1900年的奧運列為比賽項目之一。
67. (B)當歹徒抓住你的衣領不願鬆手時，先用雙手用力向下敲擊對方的前臂後，可採取下列哪一個動作攻擊歹徒? (A)以手肘攻擊對方胸部 (B)以額頭撞擊對方鼻梁 (C)以牙齒咬對方手臂 (D)以膝部撞擊對方大腿。
68. (D)下列對於防身術技巧的敘述，哪一項是正確的? (A)由後被抱住身體時，可以膝撞擊其下腹 (B)被勒住脖子時，可以緊扣對方手肘，迅速向下扳離 (C)由後方被抓住手肘時，被抓住的手肘用力向後撞 (D)被抓住衣領時，可以雙手在面前交握，向前彎腰，用力向下敲對方的前臂。
69. (A)臺灣的棒球運動是在何時引進? (A)日本人治臺時期 (B)臺灣光復國民政府遷臺後 (C)荷蘭人治臺時期 (D)鄭成功治臺時期。
70. (B)民國五十年代我國與日本和歌山棒球隊比賽獲勝後，開啟我國棒球運動的熱潮與國際名聲是哪一個球隊? (A)嘉農棒球隊 (B)紅葉棒球隊 (C)金龍棒球隊 (D)高砂棒球隊。
71. (D)下列關於棒球規則，何者有誤? (A)正式比賽為九局，同分時得延長 (B)因雨或其他因素未完成五局以上之比賽為「無效比賽」(C)投手不得以任何方式汙損球體表面 (D)倘兩名跑壘員觸於同一個壘時，後位跑壘員有權占有該壘。
72. (D)我國棒球好手林子偉，目前在美國職棒那一支球隊? (A)洋基(B)金鶯(C)巨人(D)紅襪隊
73. (B)美國職棒一支球隊一個球季(年)要打幾場比賽?(A)160 (B) 162 (C) 161 (D) 163 場
74. (C)2018年中華職棒有幾支球隊? (A)5 (B)6 (C)4 (D)8支
75. (D)羽球比賽開始前，雙方先作擲錢人勝，勝方有優先選擇 (A)場地(B)球拍 (C)發球(D)以上皆可。
76. (A)羽球發球時，若接球方球員犯規，則 (A)發球方得分(B)重行發球(C)接球方得分(D)不理它。
77. (C)2018亞洲運動會將在那一個國家舉辦? (A)日本東京 (B)俄羅斯喀山 (C)印尼雅加達 (D)中國北京
78. (D)下列對於防身術技巧的敘述，哪一項是正確的? (A)由後被抱住身體時，可以膝撞擊其下腹 (B)被勒住脖子時，可以緊扣對方手肘，迅速向下扳離 (C)由後方被抓住手肘時，被抓住的手肘用力向後撞 (D)被抓住衣領時，可以雙手在面前交握，向前彎腰，用力向下敲對方的前臂。
79. (B)當歹徒抓住你的衣領不願鬆手時，先用雙手用力向下敲擊對方的前臂後，可採取下列哪一個動作攻擊歹徒? (A)以手肘攻擊對方胸部 (B)以額頭撞擊對方鼻梁 (C)以牙齒咬對方手臂 (D)以膝部撞擊對方大腿。