107學年第二學期天主教正心中學 國一體育科 題目卷(詳解) 年 班 座號： 姓名：

1. 單一選擇題
2. ( )游泳中以何種泳姿速度最快？

(Ａ)捷泳　(Ｂ)蛙泳　(Ｃ)蝶泳　(Ｄ)仰泳。

答案：(Ａ)

1. ( )下列何者不是運動傷害的常見原因？

(Ａ)沒做暖身運動，直接下水游泳　(Ｂ)戴安全帽騎自行車　(Ｃ)用自己發明的姿勢進行棒球打擊　(Ｄ)在有積水的球場打籃球。

答案：(Ｂ)

1. ( )關於踝關節受傷時所要採用的三角巾包紮法，下列敘述何者正確？

(Ａ)傷患要先脫鞋子　(Ｂ)三角巾摺成帶狀來使用　(Ｃ)在腳底打結做固定　(Ｄ)打成死結，較不會鬆脫。

答案：(Ｂ)

1. ( )有關運動傷害發生的原因，下列何者錯誤？

(Ａ)過度緊張或緊張度不足，都很容易引發運動傷害　(Ｂ)自信心非常強，才不容易引起運動傷害　(Ｃ)無心的犯規可能會造成運動員的傷害　(Ｄ)沒有穿戴適當的護具，容易引發運動傷害。

答案：(Ｂ)

1. ( )下列休閒活動何項危險性較高？

(Ａ)在學校操場慢跑　(Ｂ)在溜冰場溜冰　(Ｃ)在溪邊泛舟　(Ｄ)在農場露營。

答案：(Ｃ)

1. ( )安安在跳遠時，不小心扭傷腳踝，請問要他該採用什麼包紮法？

(Ａ)懸臂吊帶　(Ｂ)環狀包紮　(Ｃ)螺旋狀包紮　(Ｄ)繃帶　8　字型包紮。

答案：(Ｄ)

1. ( )為了做到綠色休閒，下列何者是正確的？

(Ａ)把野外綠色植物帶回家種　(Ｂ)使用免洗餐具，既環保又有效率　(Ｃ)到河床中撿拾奇石，可怡情養性　(Ｄ)在野外露營後，要將營火完全撲熄。

答案：(Ｄ)

1. ( )下列是一般運動傷害的緊急處理步驟，何者配對錯誤？

(Ａ)　P－保護　(Ｂ)　R－壓迫　(Ｃ)　I－冰敷　(Ｄ)　E－抬高。

答案：(Ｂ)

1. ( )從報紙的運動版新聞中，我們可以得到哪些訊息？(甲)運動比賽的時間和地點(乙)球隊的戰績(丙)疾病的防治(丁)旅遊的資訊(戊)運動常識。

(Ａ)甲乙丙　(Ｂ)甲乙丁　(Ｃ)丙丁戊　(Ｄ)甲乙戊。

答案：(Ｄ)

1. ( )游泳時要如何避免溺水事件的發生？

(Ａ)游泳前要做好暖身運動　(Ｂ)游泳時要獨自行動　(Ｃ)有人溺水時要立刻下水營救　(Ｄ)在身體勞累時，以游泳的方式來消除疲勞最好。

答案：(Ａ)

1. ( )對於運動傷害的認知，下列敘述何者錯誤？

(Ａ)暖身運動不足，容易造成肌肉拉傷　(Ｂ)應遵守運動規則，避免不當行為　(Ｃ)過度的運動是有益的，可磨練運動技巧與毅力　(Ｄ)錯誤的施力方式或姿勢，容易造成運動傷害。

答案：(Ｃ)

1. ( )大雄在下樓梯時不慎摔斷右腿，此時可以用扶持行走法將他送到保健室嗎？

(Ａ)可以，因為他還有意識　(Ｂ)可以，因為他另一隻腳還能動　(Ｃ)不可以，因為這樣太慢了　(Ｄ)不可以，因為他受傷嚴重，行走不便。

答案：(Ｄ)

1. ( )排球的起源是源自哪一國？

(Ａ)美國　(Ｂ)英國　(Ｃ)中國　(Ｄ)歐洲。

答案：(Ａ)

1. ( )排球運動中，低手傳球常常使用在下列何種情況？

(Ａ)發球時　(Ｂ)扣球時　(Ｃ)攻擊時　(Ｄ)接發球或扣球時。

答案：(Ｄ)

1. ( )從事登山活動時，下列行為哪一項不值得鼓勵？

(Ａ)需要有專業的人帶隊　(Ｂ)隨時注意氣象變化　(Ｃ)行進間不宜喝水，要等到口渴時再迅速大量補充水分　(Ｄ)行進間可多作休息，但休息時間不宜過長。

答案：(Ｃ)

1. ( )當隊友以過頂傳球的方式，將籃球傳越過對手上方時，我們通常會採取的接球投籃方式為下列何者？

(Ａ)轉身投籃　(Ｂ)著地跳投　(Ｃ)墊步投籃　(Ｄ)原地投籃。

答案：(Ｂ)

1. ( )以下對於投籃動作的敘述，何者有誤？

(Ａ)投球後，雙手手臂伸直且手腕下壓　(Ｂ)球在空中飛行時呈一直線　(Ｃ)手臂不能擋住眼睛瞄準籃框的視線　(Ｄ)男生較常使用單手投籃，女生較常使用雙手投籃，兩者之間並無對錯。

答案：(Ｂ)

1. ( )下列運動傷害的緊急處理步驟何者有誤？

(Ａ)休息　(Ｂ)抬高　(Ｃ)壓迫　(Ｄ)熱敷。

答案：(Ｄ)

1. ( )下列何者不是觀看電視轉播的優點？

(Ａ)感覺上比親臨球賽現場更真實　(Ｂ)球員的細微動作可以看得更清楚　(Ｃ)透過不同角度的分析，可以讓人看得更仔細　(Ｄ)經專業評論家的解說，可以更瞭解比賽狀況。

答案：(Ａ)

1. ( )下列哪一項不算是游泳的必備用具？

(Ａ)泳帽　(Ｂ)泳鏡　(Ｃ)游泳圈　(Ｄ)泳褲。

答案：(Ｃ)

1. ( )在游泳池游泳時，我們比較不需配戴什麼設備？

(Ａ)泳褲　(Ｂ)泳帽　(Ｃ)氧氣筒　(Ｄ)泳鏡。

答案：(Ｃ)

1. ( )以下有關於捷泳「S」型划水的敘述，何者有誤？

(Ａ)手臂自然擺向前方，保持掌心向外　(Ｂ)插入水中以後，掌心先向外抓水　5　公分　(Ｃ)掌心向後推水，一直推到大腿附近，再由掌心推出水面　(Ｄ)由肩部帶動手臂抬高出水面，並保持屈肘狀態。

答案：(Ｂ)

1. ( )「夾板固定」常用於何種傷害發生時的急救處理？

(Ａ)燙傷　(Ｂ)骨折　(Ｃ)扭傷　(Ｄ)痙攣。

答案：(Ｂ)

1. ( )為人熟知的　NBA　籃球比賽，是下列哪一個國家的競賽？

(Ａ)英國　(Ｂ)加拿大　(Ｃ)法國　(Ｄ)美國。

答案：(Ｄ)

1. ( )真正好的生活是下列哪一項定義？

(Ａ)不能工作，也不能休閒　(Ｂ)只有休閒，沒有工作　(Ｃ)既能工作，也能休閒　(Ｄ)只有工作，沒有休閒。

答案：(Ｃ)

1. ( )登山時我們要注意的事情很多，下列何者錯誤？

(Ａ)隨時和家人報告行蹤　(Ｂ)準備保暖衣物　(Ｃ)辦理入山證　(Ｄ)攜帶很多零食與朋友分享。

答案：(Ｄ)

1. ( )哪一種投籃技巧容易產生支點腳移動而被判違例的情形？

(Ａ)墊步投籃　(Ｂ)著地跳投　(Ｃ)原地投籃　(Ｄ)轉身投籃。

答案：(Ｄ)

1. ( )投籃動作中，哪項動作是不適當的？

(Ａ)預備時雙腿與膝蓋打直　(Ｂ)持球時手臂不能擋住眼睛　(Ｃ)出手後手腕要下壓　(Ｄ)持球時手肘對準籃框。

答案：(Ａ)

1. ( )(甲)推水(乙)抓水(丙)入水(丁)出水面。捷泳姿勢剛開始做划手的動作時，下列步驟何者正確？

(Ａ)丙乙甲丁　(Ｂ)甲乙丁丙　(Ｃ)乙丁丙甲　(Ｄ)丁丙甲乙。

答案：(Ａ)

1. ( )登山的過程中，應該注意哪些事情？

(Ａ)有了相當豐富的登山經驗以後，就不需要做任何的事前準備了　(Ｂ)從上山到下山，均需向領隊及家人報告行蹤　(Ｃ)進餐時，由於時間較匆促，應該一次多吃一些，這樣就可以減少下一餐的用餐時間　(Ｄ)衣物受潮沒有關係，這樣反而可以涼爽一點。

答案：(Ｂ)

1. ( )標準的籃球比賽中，進攻的球員可以在禁區中停留的時間是多久？

(Ａ)　3　秒鐘　(Ｂ)　5　秒鐘　(Ｃ)　8　秒鐘　(Ｄ)　10　秒鐘。

答案：(Ａ)

1. ( )打籃球手指「吃蘿蔔乾」時，該怎麼辦？

(Ａ)痛一陣子，等它自然復原就沒事了　(Ｂ)冰敷並送醫　(Ｃ)在傷處施壓　(Ｄ)熱敷推拿。

答案：(Ｂ)

1. ( )看完一場精采的足球大賽，下列何者不懂得欣賞運動之美？

(Ａ)曉婷：足球員的拼勁十足，令人忍不住為他們喝采　(Ｂ)彥廷：我覺得　13　號的腳上功夫最厲害，運球、停球、過人都很棒！　(Ｃ)昱靜：20　個人追一個球，真無趣！　(Ｄ)蕙萍：教練的調度也是勝利的關鍵。

答案：(Ｃ)

1. ( )心儀在運動時受傷使得小腿骨折，下列幫她固定傷肢的方法，何者錯誤？

(Ａ)將木板放在小腿的兩側　(Ｂ)木板的長度不可超過膝蓋和腳踝關節　(Ｃ)在木板和小腿之間放鬆軟的毛巾　(Ｄ)最後用三角巾折成帶狀固定住夾板。

答案：(Ｂ)

1. ( )下列哪一種患者，可以使用扶持行走法搬運？

(Ａ)骨折　(Ｂ)肌肉拉傷　(Ｃ)休克　(Ｄ)心臟病。

答案：(Ｂ)

1. ( )欣賞下圖中，王建民「投球動作展現的技能之美」，是哪個方面的運動之美？

(Ａ)人的方面　(Ｂ)物的方面　(Ｃ)事的方面　(Ｄ)地的方面。



答案：(Ｃ)

1. ( )沒有申請入山證而強行入山，你覺得這樣的行為是否正確？

(Ａ)對的，大自然可以陶冶身心　(Ｂ)不對的，會觸犯法律會被罰鍰　(Ｃ)對的，反正又沒有人管　(Ｄ)不對的，這樣會破壞山區的安寧。

答案：(Ｂ)

1. ( )(甲)　Compression　壓迫(乙)　Protection　保護(丙)　Rest　休息(丁)　Ice　冰敷(戊)　Elevation　抬高。運動傷害的正確處理步驟是下列何者？

(Ａ)甲乙丙丁戊　(Ｂ)乙丙丁戊甲　(Ｃ)丙乙戊丁甲　(Ｄ)乙丙丁甲戊。

答案：(Ｄ)

1. ( )觀光果園的設置在環境保護方面所造成的危害中，下列何者較小？

(Ａ)地層下陷　(Ｂ)垃圾汙染　(Ｃ)土石流　(Ｄ)土壤汙染。

答案：(Ａ)

1. ( )以下哪一種游泳的速度最快？

(Ａ)捷泳　(Ｂ)蛙泳　(Ｃ)仰泳　(Ｄ)蝶泳。

答案：(Ａ)

1. ( )當發生運動傷害時，下列哪一項處理方法是正確的？

(Ａ)將受傷部位低於心臟的高度，以避免因重力形成的腫脹　(Ｂ)不可對受傷部位施以壓迫　(Ｃ)運動傷害是無法事先防範的　(Ｄ)急性受傷後應完全的休息。

答案：(Ｄ)

1. ( )登山活動可以帶來許多樂趣，下列敘述何者錯誤？

(Ａ)觀賞美麗景色，陶冶性情　(Ｂ)增強體力和耐力　(Ｃ)攻頂時，帶來成就感　(Ｄ)可以和朋友高歌狂飲。

答案：(Ｄ)

1. ( )下列哪一項賽事不屬於網球四大滿貫？

(Ａ)美國公開賽　(Ｂ)法國公開賽　(Ｃ)澳洲公開賽　(Ｄ)澳門公開賽。

答案：(Ｄ)

1. ( )游泳時耳朵不小心進水，可能引發何種疾病？

(Ａ)外耳炎　(Ｂ)中耳炎　(Ｃ)內耳炎　(Ｄ)重聽。

答案：(Ｂ)

1. ( )去海水浴場前應先了解的事情，不包括下列哪項？

(Ａ)注意風浪級數　(Ｂ)注意漲潮、退潮　(Ｃ)注意場所開放時間　(Ｄ)注意離家遠近。

答案：(Ｄ)

1. ( )從事休閒活動時，應該以何種考量因素最重要？

(Ａ)有教育性最重要　(Ｂ)好玩最重要　(Ｃ)安全最重要　(Ｄ)地點的選擇最重要。

答案：(Ｃ)

1. ( )關於「夾板固定」，以下何者錯誤？

(Ａ)骨折時，避免骨折部位二度傷害所用的方法　(Ｂ)木板放在傷肢的兩側　(Ｃ)木板與傷肢之間要放置毛巾或鬆軟物品　(Ｄ)木板的長度，要與受傷部位一樣長。

答案：(Ｄ)

1. ( )目前的排球規則中，一隊上場比賽的球員有幾位？

(Ａ)四位　(Ｂ)五位　(Ｃ)六位　(Ｄ)七位。

答案：(Ｃ)

1. ( )棒球比賽中，觀賞觀眾帶動此起彼落的波浪舞來加油。這是欣賞哪個方面的運動之美？

(Ａ)人的方面　(Ｂ)物的方面　(Ｃ)事的方面　(Ｄ)地的方面。

答案：(Ｃ)

1. ( )關於捷泳的換氣動作，下列哪項敘述正確？

(Ａ)以軀幹及頭部轉向側邊　(Ｂ)頭部抬起換氣　(Ｃ)臉部朝下入水後須閉氣　(Ｄ)換氣時划手但不打水。

答案：(Ａ)