

一、單一選擇題

- (B) 1. 運動可預防青春期脂肪細胞數量的 (A) 減少 (B) 增加 (C) 萎縮。
- (C) 2. 有效率的有氧運動必須具備 (A) 大肌肉的全身運動 (B) 持續性的運動 (C) 以上皆是。
- (A) 3. 增進肌肉適能的身體效益有 (A) 提昇身體的運作效率 (B) 增加運動傷害的發生率 (C) 減弱運動表現。
- (C) 4. 蛙泳出發及轉身後，游泳者在出水面之前可以在水中做 (A) 一次長划臂 (B) 一次蹬夾腿 (C) 一次長划臂及一次蹬夾腿 (D) 二次蹬夾腿
- (D) 5. 下述關於蛙泳之規則何者正確？ (A) 身體必須成俯臥姿勢 (B) 轉身及完成比賽時，雙手應同時觸壁 (C) 蛙腿蹬夾動作中，雙腳不得有輪換動作 (D) 以上皆是
- (D) 6. 仰泳出發入水前的預備動作，何者為犯規？ (A) 腳尖露出水面 (B) 雙腳踩立在出發臺上 (C) 雙腳踩立在池底 (D) 以上皆是
- (C) 7. 游泳過程中拉分道線，將被判 (A) 違例 (B) 加時 (C) 犯規 (D) 警告
- (B) 8. 何者為比賽中可使用之裝備？ (A) 手蹼 (B) 泳鏡 (C) 腳蹼 (D) 浮板
- (C) 9. 比賽時，選手越過水道或妨礙他人時，應 (A) 繼續比賽 (B) 給予警告 (C) 取消資格 (D) 加時
- (C) 10. 游泳自由泳、仰泳及蝶泳比賽時，出發及轉身後可在水中潛泳，惟到達幾公尺時頭部必須露出水面？ (A) 5公尺 (B) 10公尺 (C) 15公尺 (D) 18公尺
- (C) 11. 蛙泳比賽時，下列哪一個動作須雙手同時觸壁？ (A) 轉身動作 (B) 抵達終點 (C) 以上皆是 (D) 以上皆非
- (C) 12. 游泳比賽哪一項泳姿在跳水或轉身後，不能作海豚式踢腿動作？ (A) 蝶泳 (B) 仰泳 (C) 蛙泳 (D) 自由泳
- (C) 13. 棒壘球擊出之球若碰觸三壘上之跑者，而碰觸點在界內時，應判 (A) 一好球 (B) 打者出局 (C) 跑者出局 (D) 繼續比賽
- (A) 14. 棒球比賽，進攻隊打擊者安全回本壘，得 (A) 1分 (B) 2分 (C) 3分 (D) 4分
- (B) 15. 棒球球棒最粗的部位，直徑不得大於 (A) 8公分 (B) 7公分 (C) 9公分 (D) 10公分
- (C) 16. 棒球投手若向沒人在壘的壘做傳球動作，則 (A) 判失一分 (B) 打擊者保送一壘 (C) 壘上跑者前進一壘 (D) 警告一次
- (A) 17. 棒球二好球後，打擊者用觸擊方式觸擊成界外球，此時應判 (A) 打者出局 (B) 界外球 (C) 不記好球數 (D) 警告一次
- (A) 18. 棒壘球採用打跑戰術時，若打者打成高飛球，此時跑者應 (A) 原地不動 (B) 往前跑壘 (C) 盡速回壘 (D) 出局
- (B) 19. 排球後排球員攻擊起跳時，單足(雙足)踏在攻擊線時應算 (A) 不犯規 (B) 犯規 (C) 二者皆是 (D) 警告
- (C) 20. 排球比賽，當比數 24：24 時，或決勝局 14：14 時，須連續領先對隊 (A) 4分 (B) 3分 (C) 2分 (D) 1分為勝
- (A) 21. 排球的接發球基本隊型近似英文_____字母 (A) W (B) V (C) T (D) X
- (B) 22. 排球比賽中，球員發球順序應以 (A) 逆時針輪轉 (B) 順時針輪轉 (C) 按球衣號碼進行輪轉 (D) 任意進行輪轉
- (A) 23. 排球比賽一局為 25 分，當局數 2：2 時，決勝局中先獲得_____分者為勝 (A) 15

- (B) 20 (C) 25 (D) 30
- (D) 24. 排球比賽時，第一裁判鳴笛指示發球後，發球員必須在 秒鐘內將球擊出 (A) 2
(B) 5 (C) 3 (D) 8
- (D) 25. 排球比賽，自由球員上場次數為_____次 (A) 2 (B) 1 (C) 3 (D) 無限
- (C) 26. 排球比賽規則下列何者為非？ (A) 擊球三次內要過網 (B) 個人不可連續擊球
二次 (C) 接球時，球可在手上停留 2 秒之後將球擊出 (D) 球員以順時針順
序輪轉
- (C) 27. 排球擊球時，球擊中球柱落入對方場內，應判 (A) 己方得分 (B) 不算，重來
(C) 對方得分 (D) 警告
- (B) 28. 排球自由球員的替補，只能替補 (A) 其他自由球員 (B) 任一位後排球員
(C) 輪到發球的球員 (D) 任一位前排球員
- (B) 29. 籃球球員用腳故意踢球，應判 (A) 犯規 (B) 違例 (C) 暫停 (D) 扣分
- (A) 30. 下列對籃球比賽中撞人犯規的敘述何者正確？ (A) 不論持球或空手球員，強力通
行而在路徑中與對手發生身體接觸 (B) 將球丟出界線外 (C) 以手推擠對方
(D) 用腳踢球
- (C) 31. 國際籃球規則，一次暫停時間為多久？ (A) 20 秒 (B) 40 秒 (C) 1 分鐘
(D) 2 分鐘
- (D) 32. 國際籃球規則，一場比賽最多可以登錄幾名球員參賽？ (A) 5 個 (B) 6 個
(C) 9 個 (D) 12 個
- (A) 33. 籃球比賽時，意圖阻止或非法延遲對隊未持球球員行進稱為 (A) 非法掩護 (B)
合法掩護 (C) 拉人 (D) 阻擋
- (B) 34. 2010 最新國際籃球規則將三分線修改為 (A) 6.25 公尺 (B) 6.75 公尺 (C)
7.25 公尺 (D) 以上皆非
- (B) 35. 籃球比賽終了，因場內噪音太大，導致裁判未能聽見計時器聲響而無鳴哨，結果攻
方得分，裁判會如何判決？ (A) 得分算 (B) 得分不算 (C) 重新發球
(D) 重調時間
- (B) 36. 籃球比賽，得分後發端線球的發球規則何者正確？ (A) 雙腳站定不動 (B) 可
以自由走動 (C) 8 秒內發球進場 (D) 可以碰到籃板
- (D) 37. 籃球運球結束後，在下列何種情況，才可再進行運球？ (A) 投籃 (B) 被對方
球員撥落 (C) 傳球或球員意外將球滑落，球觸及其他球員或被其他球員觸及
(D) 以上皆是
- (B) 38. 國際籃球規則，一場球賽正規時間內每隊有幾次暫停？ (A) 4 次 (B) 5 次
(C) 6 次 (D) 7 次
- (B) 39. 國際籃球規則，延長賽的團隊犯規如何登記？ (A) 重新計算 (B) 與第四節合
併 (C) 登記在教練 (D) 以上皆非
- (B) 40. 籃球運動中，球員強迫推開持球的對手，造成身體任何部位的接觸，稱 (A) 拉人
(B) 推人 (C) 帶球撞人 (D) 非法掩護
- (C) 41. 徑賽長距離起跑時，選手都會採用 (A) 蹲踞式 (B) 三點蹲伏式 (C) 站立
式 (D) 自由式
- (C) 42. 短距離跑衝線時，須以身體何部位抵達終點線內緣之垂直面？ (A) 手 (B) 頭
(C) 軀幹 (D) 腳
- (B) 43. 下列何者為徑賽項目？ (A) 跳遠 (B) 200 公尺 (C) 標槍 (D) 跳高
- (C) 44. 正式國際比賽，跑道應有幾道次？ (A) 6 個 (B) 7 個 (C) 8 個 (D) 9
個
- (A) 45. 跳遠試跳時間為 (A) 1 分鐘 (B) 2 分鐘 (C) 3 分鐘 (D) 5 分鐘

- (B) 46. 比賽鐵餅時，投擲者超過 8 人，依規定每人至少可投擲 (A) 2 次 (B) 3 次 (C) 4 次 (D) 5 次
- (A) 47. 鐵餅投擲圈的直徑為 (A) 2.50 公尺 (B) 2 公尺 (C) 1.50 公尺 (D) 1.25 公尺
- (B) 48. 運動可預防青春期脂肪細胞數量的 (A) 減少 (B) 增加 (C) 萎縮。
- (C) 49. 有效率的有氧運動必須具備 (A) 大肌肉的全身運動 (B) 持續性的運動 (C) 以上皆是。
- (A) 50. 增進肌肉適能的身體效益有 (A) 提昇身體的運作效率 (B) 增加運動傷害的發生率 (C) 減弱運動表現。