**正心中學113學年度第一學期 國三 體育科 題目卷(詳解) 年 班 座號： 姓名**：

1. 單一選擇題：每題2分，共100分
2. ( )「貝蒙障礙」是哪種運動裡的專有名詞？　(Ａ)跳高　(Ｂ)舉重　(Ｃ)　100m　短跑　(Ｄ)跳遠。

答案：(Ｄ)

1. ( )排球發球時，球觸及球網上緣後，落入對隊區之地面，此時　(Ａ)犯規，球不可觸網　(Ｂ)得分　(Ｃ)重新發球　(Ｄ)得分，但警告一次。

答案：(Ｂ)

1. ( )關於跳遠的規則，下列何者錯誤？　(Ａ)不可在起跳板兩端處以外起跳　(Ｂ)助跑時不得踩踏超越起跳板前緣線　(Ｃ)助跑或起跳時可使用滾翻動作　(Ｄ)跳躍成績是以身體任何部位所留下最靠近起跳板前緣線處來決定。

答案：(Ｃ)

1. ( )排球比賽中，發球時，球被允許拋起或離手幾次？　(Ａ)一次　(Ｂ)兩次　(Ｃ)三次　(Ｄ)沒有次數限制。

答案：(Ａ)

1. ( )下列哪一種情況不算是犯規？　(Ａ)搶籃板球時拉人或打手　(Ｂ)進攻球員在禁區停留超過三秒　(Ｃ)進攻球隊在　8　秒鐘的時間內進入前場　(Ｄ)跳球時，非跳球者跨進中圈的範圍內。

答案：(Ｃ)

1. ( )請問哪一種發球的飛行時間長，影響因素多，所以易造成對方失誤？　(Ａ)高手發球　(Ｂ)胸前發球　(Ｃ)低手發球　(Ｄ)跳躍發球。

答案：(Ｃ)

1. ( )跳遠時落地動作的主要目的為下列哪一項？　(Ａ)拉長空中停留時間　(Ｂ)控制身體的穩定性　(Ｃ)增加水平速度　(Ｄ)控制肌肉協調能力。

答案：(Ｂ)

1. ( )通常身材不特別高，但速度快，頭腦冷靜，可掌控全隊節奏者，適合打何種位置？　(Ａ)控球後衛　(Ｂ)小前鋒　(Ｃ)中鋒　(Ｄ)得分後衛。

答案：(Ａ)

1. ( )關於跳遠的敘述，下列何者錯誤？　(Ａ)沙坑應平整、鬆軟才安全　(Ｂ)是一項劇烈的運動　(Ｃ)跳躍後，從著地區直接折返回助跑道上　(Ｄ)平日多做下肢肌力的訓練有助於跳遠。

答案：(Ｃ)

1. ( )有關籃球投籃時力量的過程，下列何者正確？(甲)身體；(乙)雙腳；(丙)指尖；(丁)手腕；(戊)手臂。　(Ａ)戊甲乙丙丁戊　(Ｂ)乙甲戊丁丙　(Ｃ)乙甲丁戊丙　(Ｄ)甲乙戊丁丙。

答案：(Ｂ)

1. ( )請問哪一種發球方式適合初學者學習，但球速慢、攻擊性低？　(Ａ)高手發球　(Ｂ)胸前發球　(Ｃ)低手發球　(Ｄ)跳躍發球。

答案：(Ｃ)

1. ( )目前「立定跳遠」的世界紀錄為多少？　(Ａ)　2.71　公尺　(Ｂ)　3.71　公尺　(Ｃ)　4.71　公尺　(Ｄ)　6.71　公尺。

答案：(Ｂ)

1. ( )排球的高手發球動作，要注意下列哪一個事項？　(Ａ)拋球時球不可高過肩膀　(Ｂ)雙腳要左右開立　(Ｃ)彎曲手臂、用拳頭擊球　(Ｄ)擊球的中下部。

答案：(Ｄ)

1. ( )以下何者不是籃球場上的位置？　(Ａ)控球後衛　(Ｂ)中鋒　(Ｃ)得分後衛　(Ｄ)守門員。

答案：(Ｄ)

1. ( )藉由跳遠運動的練習，可以幫助我們提升速度、彈跳力、身體平衡與肌肉協調的能力，是改善體適能中何者適能的運動項目之一？　(Ａ)肌肉　(Ｂ)神經　(Ｃ)心臟系統　(Ｄ)呼吸系統。

答案：(Ａ)

1. ( )下列有關「低手發球」的敘述，何者錯誤？　(Ａ)較具威力，接球者反應時間較短，因此很容易導致對手失誤　(Ｂ)發球動作簡單，比較容易掌握，適合初學者學習　(Ｃ)預備姿勢為兩腳前後開立，左腳在前，兩膝微屈，上身稍前傾，重心偏後腳　(Ｄ)擊球時，藉右腳支撐力量，身體重心隨著右手向前擺動擊球。

答案：(Ａ)

1. ( )排球賽中，共有幾位選手上場比賽？　(Ａ)　3　人　(Ｂ)　4　人　(Ｃ)　5　人　(Ｄ)　6　人。

答案：(Ｄ)

1. ( )在正規的排球比賽中，一隊上場的球員應有幾人？　(Ａ)　5　人　(Ｂ)　6　人　(Ｃ)　10　人　(Ｄ)　8　人。

答案：(Ｂ)

1. ( )排球主要是以身體的哪一部位來進行比賽？　(Ａ)頭部　(Ｂ)胸部　(Ｃ)雙手　(Ｄ)腳。

答案：(Ｃ)

1. ( )發球時，以下何種狀況稱為界內球？　(Ａ)球體觸地的部分完全落在界線外　(Ｂ)球觸及場地以外的任何地方　(Ｃ)球體全部通過網上垂直面　(Ｄ)球觸及標誌竿、繩子、網柱等。

答案：(Ｃ)

1. ( )有關跳遠助跑的敘述，下列何者錯誤？　(Ａ)助跑動作佳可增強起跳動力　(Ｂ)左腳起跳者，7　步助跑第一步跨出應為右腳　(Ｃ)助跑動作需練習距離目標的控制　(Ｄ)正確踏點踏板也是助跑動作的練習之一。

答案：(Ｂ)

1. ( )有關跳遠的敘述，下列何者錯誤？　(Ａ)迄　2003　年止，女子跳遠世界紀錄為　7.52　公尺　(Ｂ)迄　2003　止，男子跳遠世界紀錄保持者為美　鮑威爾（M. Powell）　(Ｃ)跳遠成績是丈量著地時，腳留下最靠近起跳板前緣線的痕跡之直線距離　(Ｄ)跳遠助跑規定不可使用任何翻滾動作。

答案：(Ｃ)

解析：(Ｃ)丈量著地時，身體任何部位所留下最靠近起跳板前緣線的痕跡之直線距離。

1. ( )跳遠時助跑的主要目的在於下列哪一項？　(Ａ)控制身體的穩定性　(Ｂ)增加水平速度　(Ｃ)拉長空中停留時間　(Ｄ)控制肌肉協調能力。

答案：(Ｂ)

1. ( )關於跳遠中起跳動作的敘述，下列何者錯誤？　(Ａ)將水平速度轉為向上向前的速度　(Ｂ)是由踏板迅速躍起的動作　(Ｃ)身體的穩定很重要　(Ｄ)可藉由在沙坑兩側架竹竿設標誌物，練習身體水平向前的動作。

答案：(Ｄ)

解析：(Ｄ)練習身體垂直向上伸展動作。

1. ( )以下對「立定跳遠」的動作敘述，何者有誤？　(Ａ)起跳前，雙手加速後擺並降低上半身　(Ｂ)起跳瞬間盡量保持身體完全伸展　(Ｃ)起跳後保持平衡，並利用雙手上揚準備落地　(Ｄ)利用雙腳腳跟同時落地，並保持頭部在前。

答案：(Ｃ)

1. ( )以下對「搶籃板球」的述敘，何者有誤？　(Ａ)搶籃板球是比賽勝負的關鍵之一　(Ｂ)搶得防守籃板，可再一次增加投籃得分的機會　(Ｃ)搶籃板球必須判斷球的落點，搶占有利的位置　(Ｄ)防守隊爭搶投籃未投中的球稱為「搶防守籃板」。

答案：(Ｂ)

1. ( )阿誠參加跳遠比賽，他在距離起跳板前　20　公分就起跳，落地時從起跳板處丈量為　5.32　公尺，則這一次阿誠的跳遠成績應該記為多少才正確？　(Ａ)不算，應該重跳　(Ｂ)　5.12　公尺　(Ｃ)　5.32　公尺　(Ｄ)　5.52　公尺。

答案：(Ｃ)

1. ( )跳遠之場地以鋪設何物為宜？　(Ａ)塑膠　(Ｂ)海綿　(Ｃ)細沙　(Ｄ)紅土。

答案：(Ｃ)

1. ( )請問一般的排球比賽，每一隊應有幾人上場？　(Ａ)五人　(Ｂ)六人　(Ｃ)七人　(Ｄ)八人。

答案：(Ｂ)

1. ( )下列哪一項屬於排球規則的規定？　(Ａ)發球需發到對角區去　(Ｂ)接球時一定要用雙手接球　(Ｃ)發球時球體需拋離手才能擊球　(Ｄ)發球觸網只能重新再發球一次。

答案：(Ｃ)

1. ( )在排球比賽時，為了避免隊友在接球時互相碰撞應該用什麼方法來處理？　(Ａ)趕快走開避免撞傷　(Ｂ)出聲提醒隊友　(Ｃ)把他推開　(Ｄ)穿戴護肩勇敢救球。

答案：(Ｂ)

1. ( )下列有關「肩上發球」的敘述，何者錯誤？　(Ａ)預備姿勢為面對球網，兩腳自然開立，左腳在前，左手托球於身前　(Ｂ)此種發球方法威力較強，可是不容易控制方向，所以比較容易失誤　(Ｃ)拋球時，單手將球平穩的上拋於右肩的前上方　(Ｄ)擊球時，用全手掌擊球的中下部。

答案：(Ｂ)

1. ( )阿國參加跳遠，落地時腳跟丈量為　5.22m，但他落地時手指也同時落地，經丈量結果為　5.12m，則這次阿國的跳遠成績應記錄為何？　(Ａ)　5.12m　(Ｂ)　5.17m　(Ｃ)　5.22m　(Ｄ)不予計算。

答案：(Ａ)

1. ( )下列敘述何者正確？　(Ａ)跳遠時，助跑的目的在於增加垂直向上的速度　(Ｂ)起跳作用在於水平的速度　(Ｃ)空中動作為求最遠拋物線落地距離　(Ｄ)落地動作時重心儘量向後移。

答案：(Ｃ)

解析：(Ａ)水平速度；(Ｂ)垂直向上向前速度；(Ｄ)重心向前移。

1. ( )以下哪一個敘述正確？　(Ａ)　PG－中鋒　(Ｂ)　Power Forward－小前鋒　(Ｃ)大前鋒又稱為「強力前鋒」　(Ｄ)小前鋒是僅次於得分後衛的第二得分手。

答案：(Ｃ)

1. ( )籃球比賽時，哪些時候是用快攻？(甲)端線發球之後；(乙)抄截之後；(丙)第一次罰球之後；(丁)對方犯規；(戊)防守籃板之後。　(Ａ)甲乙丙　(Ｂ)乙丁戊　(Ｃ)甲乙戊　(Ｄ)乙丙丁。

答案：(Ｃ)

1. ( )排球的低手發球時球體飛行時間長，可讓對方有較多時間反應，但若球飛的高，會因為一些因素反而造成對方失誤，但不包括下列哪項因素？　(Ａ)重力加速度　(Ｂ)視覺暫留　(Ｃ)氣流影響　(Ｄ)攻擊性強。

答案：(Ｄ)

1. ( )排球比賽中，攔網是重要工作；請問誰可進行攔網？　(Ａ)前排球員　(Ｂ)隊長　(Ｃ)自由球員　(Ｄ)比賽球員皆可。

答案：(Ａ)

1. ( )下列哪一種發球方式較具侵略性、攻擊性的？　(Ａ)跳躍發球　(Ｂ)低手發球　(Ｃ)高手發球　(Ｄ)胸前發球。

答案：(Ａ)

1. ( )有關排球「高手發球」的優點，下列何者正確？　(Ａ)動作簡單，容易掌握　(Ｂ)容易控制方向、威力強且準確度高　(Ｃ)姿勢好看，適合初學者　(Ｄ)飛的高，具阻嚇作用。

答案：(Ｂ)

1. ( )「當接發球隊取得發球權時，該隊球員必須往　　　方向輪轉一個位置（即　2　號位置的球員輪轉到　1　號位置發球，1　號位置球員輪轉到

　6　號位置，依此類推）」，試問空格內該填入下列何者？　(Ａ)順時針　(Ｂ)逆時針　(Ｃ)依戰術安排　(Ｄ)依隊長指揮。

答案：(Ａ)

1. ( )一般來說急行跳遠的助跑長度約多少公尺？　(Ａ)　5～7　公尺　(Ｂ)　7～9　公尺　(Ｃ)　17～21　公尺　(Ｄ)　25～30　公尺。

答案：(Ｄ)

1. ( )古希臘人跳遠時都會手持啞鈴狀的重物來比賽，下列敘述何者錯誤？　(Ａ)可增加跳遠時的前衝力量　(Ｂ)若比賽中不拿此重物會被視為犯規　(Ｃ)裝飾用，拿愈重代表身份愈高　(Ｄ)可利用重物來保持落地時的身體平衡。

答案：(Ｃ)

1. ( )一般球員違例是指在有防守球員下，持球球員幾秒內未有傳、投等動作？　(Ａ)　5　秒　(Ｂ)　10　秒　(Ｃ)　15　秒　(Ｄ)　20　秒。

答案：(Ａ)

1. ( )(甲)空中動作(乙)踏板起跳(丙)助跑(丁)落地動作；請問正確的跳遠動作過程是下列哪一項？　(Ａ)丙乙甲丁　(Ｂ)乙丁丙甲　(Ｃ)丁甲丙乙　(Ｄ)甲乙丙丁。

答案：(Ａ)

1. ( )跳遠的目的是下列敘述中的哪一項？　(Ａ)速度快　(Ｂ)將身體移動到最高處　(Ｃ)空中動作的完美無缺　(Ｄ)身體重心移動到最遠。

答案：(Ｄ)

1. ( )在防守隊球員的防守下，進攻球員於　5　秒內未傳或投，被宣判違例失去控球權，則由防守隊在何處擲界外球？　(Ａ)最靠近違例處的邊線　(Ｂ)三分線　(Ｃ)中線　(Ｄ)任一邊線上皆可。

答案：(Ａ)

1. ( )請問哪一種發球的飛行時間短，使對方來不及反應而造成失誤？　(Ａ)高手發球　(Ｂ)胸前發球　(Ｃ)低手發球　(Ｄ)跳躍發球。

答案：(Ａ)

1. ( )藉由跳遠運動的練習，可以幫助提升下列哪幾項？(甲)速度(乙)肌力(丙)身體平衡(丁)肌肉協調(戊)彈跳力。　(Ａ)甲乙丙丁戊　(Ｂ)甲乙丙　(Ｃ)甲丙丁戊　(Ｄ)乙丙丁。

答案：(Ａ)

1. ( )我們可以透過檢視來判斷投籃動作是否正確，而下列哪一項錯誤？　(Ａ)單手投籃前以「端盤子」的方式持球　(Ｂ)投籃時手臂不能擋住眼睛瞄準籃框的視線　(Ｃ)投籃時，雙膝微彎至伸直的力氣，藉由手臂、手腕與指尖將球送出　(Ｄ)投球後，球飛行高度水平於籃框，且飛行路徑為一直線。

答案：(Ｄ)