

科目範圍： 國中體育
考生學號：

命題教師： 蔡奕亭
考生姓名：

考試時間：
得 分：

第一部份 選擇題 每題 5 分

- (C) 1. 臺灣 2025 年全國運動會在哪个縣市舉辦 (A) 高雄 (B) 嘉義 (C) 雲林 (D) 臺中
- (D) 2. 2025 年 5 月 17 日至 30 日在臺灣雙北舉辦國際最大的綜合性運動賽事是 (A) 奧林匹克運動會 (B) 世界運動會 (C) 世界青年運動會 (D) 世界壯年運動會
- (B) 3. 臺灣 2026 年全國中等學校運動會在哪个縣市舉辦 (A) 高雄 (B) 嘉義 (C) 雲林 (D) 臺中
- (D) 4. 三對三籃球比賽中，團隊犯規累計達幾次則全隊進入加罰狀態？
(A) 4 次 (B) 5 次 (C) 6 次 (D) 7 次。
- (D) 5. 三對三籃球除了個人技巧展現之外，還有以下那些要素？
(A) 對場上的觀察 (B) 基本的籃球意識 (C) 與隊友配合 (D) 以上皆是。
- (B) 6. 三對三籃球運動，每隊由幾人組成？
(A) 三人 (B) 四人 (C) 五人 (D) 六人。
- (C) 7. 跆拳道是起源於哪一國家古代強身健國的武術，採手腳並用進行攻擊和防禦的競技運動？
(A) 土耳其 (B) 中國 (C) 韓國 (D) 日本。
- (C) 8. 排球攔網預備起跳或移動時，與網保持多少距離最適當？
(A) 5~10 公分 (B) 20~30 公分 (C) 50~100 公分 (D) 2~3 公尺。
- (C) 9. 小春在排球比賽中利用攔網技能攔截對方扣殺球，攔網觸球後，球彈至己隊上方空間。請問此時小春的隊伍有幾次擊球機會將球擊入對方場區？
(A) 1 次 (B) 2 次 (C) 3 次 (D) 4 次。
- (A) 10. 跆拳道運動中，有效的手部攻擊技巧應為下列何者？
(A) 正拳 (B) 負拳 (C) 花拳 (D) 以上皆是。
- (A) 11. 跆拳道運動在練習與比賽前後，要向對方敬禮的主要用意為何？
(A) 以禮始，以禮終的運動禮儀 (B) 規則規定 (C) 做給觀眾看 (D) 礙於裁判要求，做個表面功夫。
- (D) 12. (甲)運動設施破損、(乙)運動傷害、(丙)天然災害、(丁)人為不力因素。以上何者是造成運動風險的危害？
(A) 甲乙 (B) 乙丙 (C) 甲乙丁 (D) 甲乙丙丁。
- (D) 13. 下列何項運動，可展現力與美，也具備防身的技巧？
(A) 體操 (B) 百米衝刺 (C) 潛水 (D) 跆拳道。
- (B) 14. 小琳正在觀看小翰的 5000 公尺賽事，下列何者選項有可能是她看到選手在起跑時的身體體角姿勢？
(A) 身體垂直站立 (B) 身體前傾 (C) 身體後仰 (D) 身體抬頭挺胸。
- (A) 15. 籃球比賽中有進攻者持球的那邊稱為？
(A) 有球邊 (B) 防守邊 (C) 無球邊 (D) 犯規邊。
- (D) 16. 下列何者為跆拳道的主要技法？
(A) 手法 (B) 步法 (C) 腳法 (D) 以上皆是。
- (A) 17. 小明與小強利用晚上十點人比較少的時候，到家裡附近河堤燈光微弱的空地傳接棒球，請問他們可能犯了下列那些運動風險？(甲)時間安全、(乙)場地安全、(丙)視線安全。
(A) 甲丙 (B) 乙丙 (C) 甲乙 (D) 以上皆是。
- (C) 18. (籃球) 甲、花式動作，乙、大量跑動，丙、傳球，丁、二分線外遠距離投籃。上述何者為三對三籃球賽的重要元素？
(A) 甲丁 (B) 甲乙 (C) 乙丙 (D) 丙丁。
- (D) 19. (籃球) 在臺灣原本稱為鬥牛的 3x3 籃球賽，已經成為何種運動賽會的正式項目？
(A) 青年奧運 (B) 東亞運動會 (C) 世界運動會 (D) 東京奧林匹克運動會。
- (D) 20. (籃球) 三對三籃球運動中，小明快速且突然的往球的方向移動，並接住大劉傳的球，請問小明應用的是下列何種技巧？
(A) V 字切 V-cut (B) 開後門切 Back door cut (C) L 字切 L-cut (D) 閃切 Flash cut。
- (C) 21. (籃球) 三對三籃球運動的合作性相當重要，隊友之間的高度默契往往有較順暢的得分效率，下列何者為默契養成的不二法門？甲、與隊友培養共同的喜好，乙、手勢指揮，丙、優異的個人進攻技巧，丁、適當的對話。
(A) 甲乙 (B) 乙丙 (C) 乙丁 (D) 甲丁。
- (B) 22. (排球) 排球攔網觸球後最佳目標為下列何者？
(A) 促使來球往己方地面掉落 (B) 促使來球往對方地面掉落 (C) 促使來球往界外掉落 (D) 只要能碰觸到球就好。
- (C) 23. 小文參加跆拳道社團，學到各種防身技巧，增加自我防衛能力，開展運動潛能。請問小文得到的為跆拳道運動的何種價值？
(A) 健身價值 (B) 修身價值 (C) 防身價值 (D) 以上皆非。
- (B) 24. (籃球) 三對三籃球比賽中，球員犯規滿幾次即被罰出場？

- (A) 3次 (B) 4次 (C) 5次 (D) 6次。
- (B) 25. (籃球) 三對三籃球比賽中，先把防守者帶到高位，然後當防守者過度守在你與傳球者之間，可以應用何種技巧幫助直接上籃得分？
(A) V字切 V-cut (B) 開後門切 Back door cut (C) L字切 L-cut (D) 閃切 Flash cut。
- (A) 26. 從事運動前，確認自己是否可行，並進行足夠的暖身運動。上述為「BREAKS」六項運動風險評估的哪一項指標？
(A) B—身體狀況 (B) R—各項運動規則 (C) E—器材安全 (D) A—自身運動能力。
- (A) 27. 下列何者運動傷害不適用 PRICE？
(A) 嚴重骨折 (B) 輕微脫臼 (C) 肌肉損傷 (D) 韌帶扭傷。
- (A) 28. (籃球) 小龍隊上有一位高大球員大強，大強的籃下單打能力也很強。所以當他們與別人進行三對三籃球比賽時，建議採取哪一種空間站位做為戰術陣行？
(A) 低位三角形站位 (B) 高位三角形站位 (C) 低位四邊形站位 (D) 高位四邊形站位。
- (B) 29. (排球) 排球攔網的動作中，基本移動的步法，包括下列何者？甲、左右跨步，乙、前後移位，丙、平行移動，丁、米字步法
(A) 甲乙 (B) 甲丙 (C) 乙丙 (D) 乙丁。
- (C) 30. 下列哪一種受傷狀況適合進行 PRICE 的急救步驟？
(A) 運動時因滑倒，撞到頭部而昏倒 (B) 打籃球時因跌倒，膝蓋處輕微擦傷 (C) 跑步時因地面不平，造成足踝輕微扭傷 (D) 在教室被美工刀割傷手掌，血流不止。
- (C) 31. 棒球運動中的捕手，一定要穿戴好相關護具，降低外力傷害造成的運動風險。上述為「BREAKS」六項運動風險評估的哪一項指標？
(A) Equipment (B) Ability (C) Kit (D) Surface。
- (D) 32. (籃球) 下列何者為三對三籃球中常見的陣型？
(A) S型站位 (B) 矩形站位 (C) 圓形站位 (D) 三角形站位。
- (D) 33. 下列哪一項有關 PRICE 原則的描述錯誤？
(A) 利用乾淨的彈性繃帶包紮和壓迫傷處，可以消除腫脹 (B) 急性傷害發生時，要保護受傷部位，是要避免受到二次傷害 (C) 受傷時，先暫停傷處部位的運動，可以預防傷勢惡化 (D) 腳踝扭傷時，先熱敷可以消炎和減輕疼痛。
- (B) 34. 從事運動中，遵守運動規則與場地使用規定，降低運動風險。上述為「BREAKS」六項運動風險評估的哪一項指標？
(A) B—身體狀況 (B) R—各項運動規則 (C) E—器材安全 (D) A—自身運動能力。
- (D) 35. 小明打籃球不慎腳踝輕微扭傷，此時我們可以依下列哪一個運動傷害處理原則進行初步處理？
(A) PECIR (B) ICEPR (C) RICEP (D) PRICE。
- (A) 36. 下列哪一種腳法是以腳背來進行踢擊？
(A) 旋踢 (B) 側踢 (C) 下壓 (D) 前踢。
- (C) 37. 下列哪一種作法不是降低學校運動風險的主要作法？
(A) 禁止師生進行高危險性的運動 (B) 定期維修學校運動場地、設備和器材 (C) 添購市面上昂貴的運動器材 (D) 明確標示各個運動場地的使用規則和方法。
- (D) 38. 「運動傷害受傷 24 小時內，盡量讓傷口高於心臟，協助傷口止血」，請就以上敘述，判斷為簡易運動傷害處理的哪一原則？
(A) Rest—休息 (B) Protection—保護 (C) Compression—壓迫 (D) Elevation—抬高。
- (C) 39. 小琳正在觀看小翰的 5000 公尺賽事，她看到選手在跑步中的跑步姿勢，下列敘述何者正確？
(A) 為了速度加快，頭部必須後仰 (B) 為了速度加快，頭部必須前傾 (C) 為了有效率的跑，手部擺臂宜拳頭上擺置胸口，下擺至腰際即可 (D) 為了有效率的跑，手部擺臂宜愈大愈好。
- (A) 40. (排球) 準確的判斷能力是排球場上攔網的主要關鍵，以下哪個面向可以提供攔網者的判斷？甲、對方進攻的打法，乙、對方傳球和舉球情形，丙、扣球者空中揮臂情形，丁、扣球者跑動及起跳情況
(A) 甲乙丙丁 (B) 乙丙丁 (C) 丙丁 (D) 丁。
- (A) 41. 阿忠喜愛跆拳道運動，常在課後利用安全的器具進行自主練習，加強他踢腿的速度與力量，提高攻擊能力。請問阿忠展現跆拳道運動的何種價值？
(A) 健身價值 (B) 修身價值 (C) 防身價值 (D) 以上皆非。
- (D) 42. 「此步驟處理的功可以止血及消除腫脹和固定，但要注意施壓平均」，請就以上敘述，判斷為簡易運動傷害處理的哪一原則？
(A) Protection—保護 (B) Rest—休息 (C) Ice—冰敷 (D) Compression—壓迫。
- (B) 43. 在下列哪一種情境中運動，受傷的風險較低？
(A) 在人多的社區公園裡打棒球 (B) 晴天在操場跑道上慢跑 (C) 晚上到河濱車道騎腳踏車 (D) 雨天過後到籃球場打籃球。
- (C) 44. (排球) 排球運動中，阻擋和削弱對方進攻最積極、最有效的方法為下列何者？
(A) 跳躍發球 (B) 攔網 (C) 強力扣殺 (D) 以上皆非。
- (B) 45. 確認自己的運動能力，進行適當強度的運動，降低超負荷形成的運動風險。上述為「BREAKS」六項運動風險評估的哪一項指標？
(A) Body (B) Rules (C) Equipment (D) Ability。

- (D) 46. (排球) 以下何者為排球攔網下肢起跳的動作模式？甲、跨步起跳，乙、雙腳起跳，丙、單腳起跳，丁、助跑起跳。
(A)甲乙丁 (B)乙丙丁 (C)甲丙丁 (D)甲乙丙。
- (C) 47. (排球) 排球比賽中，對方準備從斜線扣球過來，攔網者可以採取甚麼策略，增加攔截的成功率？
(A)等到扣球者即將揮臂扣球時起跳，增加攔網面積 (B)配合來球方向轉動軀幹 (C)側向伸臂，以轉動手腕的動作包抄 (D)以上皆是。
- (B) 48. 學務處體育組針對校園的運動場地、設施和器材訂定使用規定。就以上敘述可以判斷，是針對哪一個類別的學校運動風險進行管理？
(A)運動性質 (B)場地設備 (C)器材 (D)運動參與者。
- (A) 49. 有鑑於校園運動風險的管理，學務處禁止師生進行高危險性的運動，如：跑酷、滑板等、走廊奔跑等。就以上敘述可以理解，學校是針對哪一個類別的學校運動風險進行管理？
(A)運動性質 (B)場地設備 (C)器材 (D)運動參與者。
- (D) 50. 健康中心調查全校師生身體健康狀況、體育組宣導與訂定體育活動安全守則、定期進行校園危機事件處理演練、設置基本醫療資源，就以上校園各項的工作敘述，是屬於哪一個類別的學校運動風險進行管理？
(A)運動性質 (B)場地設備 (C)器材 (D)運動參與者。