**一、是非：(每個題目 1 分，共 40 分)(A是O，B是Ｘ)**

1. (　A　)排球扣球擊球的最佳效果是打在球的上半部，並且在跳到最高點時進行扣球。
2. (　B　)排球比賽時，任何一方攔網或攻擊，除了衣服，其他任何一處觸網都算犯規。
3. (　A　)排球攻擊時，扣球手腕與手臂要做出有力且快速的瞬間扣擊動作，手腕與手臂的肌群熱身能避免受傷。
4. (　B　)患有心血管疾病的同學應多多參加拔河活動。
5. (　B　)拔河為奧運項目，最高層級賽事是四年一次的奧林匹克運動會。臺灣選手在室外拔河賽中成績亮眼，奪得亞洲第一面500公斤量級

金牌，並在此量級連續五屆蟬聯冠軍。

1. (　B　)拔河屬激烈性運動，比賽或練習前須確實做好熱身運動，且要閉氣用力拔才不會受傷。
2. (　A　)在正式游泳蛙式項目比賽中，划一次蛙手，只能踢一次蛙腳。
3. (　B　)奧運會游泳蛙式比賽，不論男、女生皆有50公尺、100公尺和200公尺三個項目。
4. (　B　)游泳蛙式比賽規則，轉身踢牆後可容許腿部做一次捷泳打水以及手部划水動作。
5. (　A　)蛙式是游泳四種姿勢中，最節省體力的姿勢。
6. (　B　)進行游泳蛙式比賽時，轉身與最後到達終點時的觸牆，是以一手觸牆來判定抵達的標準。
7. (　A　)游泳蛙式練習順序為先練習踢腿，再練習划手，最後手腳配合換氣一起完成。
8. (　B　)游泳蛙式腿部踢水動作與捷泳和蝶式相同，因此，腿部學習是游泳初學者必先學好的動作。
9. (　A　)羽球對牆擊球要能連續擊球，使球不落地，需具備高度的專注與控球能力。
10. (　A　)羽球組合練習講求動作與球路的連貫性，透過反覆且固定的球路結合，提升控球的穩定度。
11. (　A　)羽球殺球的擊球動作應盡可能與高遠球一致，使對手較難預測來球球路，產生防守上的困難。
12. (　B　)羽球網前短球屬防守性球路，站位與來球呈一枝球拍的距離。
13. (　A　)每兩年舉行一次的世界大學運動會，有「小奧運」之稱。
14. (　B　)西元2019年，美國媒體評論NBA歷年個人進攻技術最出色的球員是柯比布萊恩(Kobe Bryant)。
15. (　B　)籃球做後側步時，雙腳不能有交叉的動作。
16. (　A　)籃球擺脫動作為進攻時，接應隊友傳球前必備的基本技術。
17. (　B　)籃球為個人運動，只有攻防策略須場上五人天衣無縫的配合，才能發揮整體的效益。
18. (　A　)籃球運動時，在進行各種防守腳步的轉換時，應隨時放低重心，才不會扭到或跌倒。
19. (　B　)籃球運動之防守球員在1公尺內積極防守，進攻者在5秒鐘內無法傳球或投籃，即為犯規。
20. (　A　)籃球做持球準備突破過人時，須注意不可移動軸心腳，否則就是「帶球走」。
21. (　A　)籃球在防守時，要隨時保持低重心，才能即時變化，且穩定的移動防守腳步。
22. (　A　)籃球比賽時，做出V-Cut擺脫動作的重點是在能製造出速度節奏的反差。
23. (　B　)NBA球員魯迪戈貝爾是一位美國籍籃球選手。
24. (　A　)棒球好球帶會因為主審對好球帶的主觀認定而有所改變。
25. (　B　)無論棒球或壘球，其球的大小、顏色和縫線都是一致的規格。
26. (　B　)壘球比棒球大，所以球速一定比棒球慢。
27. (　A　)壘球從棒球演變而來，雖然性質相似，但兩者的場地、規則及器材皆有不同之處。
28. (　A　)慢速或快速壘球比賽，沒有投手丘的設計。
29. (　A　)棒球運動的術語「暴投」，是指投手投出的球太差，導致捕手根本接不到。
30. (　B　)合球比賽當執行自由球時，持球者須在鳴笛後8秒內傳球，且須經過一次以上的傳球才可投球得分。
31. (　B　)因合球框較高，因此上籃時應用力向前拋才容易進球。
32. (　A　)合球運動是目前世界上唯一男、女混合之團隊球類運動。
33. (　A　)合球是目前唯一男女混合且不得運球行進的團隊球類運動。
34. (　A　)合球比賽時，當防守方嚴重犯規，但不直接影響進攻方得分利益時，則判發自由傳球(簡稱自由球)。
35. (　A　)合球比賽時，異性不得互相防守。

**二、選擇：(每個題目 1 分，共 60 分)**

1. (　B　)下列何種步法在籃球比賽中常使用於進攻者迅速往防守者身體反邊切入時？

(A)滑步　(B)後側步　(C)趨前步　(D)交叉步。

1. (　B　)籃球比賽中，將防守者往禁區方向帶，再迅速往外切出接應球的擺脫動作為何？

(A)V-Cut　(B)L-Cut　(C)Backdoor-Cut　(D)Outdoor-Cut。

1. (　D　)下列何種步法在籃球比賽中常使用於進攻者切入後，又突然往後運球時，往前壓迫進攻者？

(A)滑步　(B)交叉步　(C)後側步　(D)趨前步。

1. (　B　)籃球比賽中，防守者遇到進攻者迅速往防守者反邊切入時，該使用下列何種防守腳步才能跟守？

(A)滑步　(B)後側步　(C)趨前步　(D)交叉步

1. (　D　)下列何種步法在籃球比賽中常使用於追逐遠距離進攻者時，動作如同跑步？

(A)滑步　(B)後側步　(C)趨前步　(D)交叉步。

1. (　C　)籃球比賽時，進攻方球員運球收球後，如有防守方球員在1公尺內積極防守，進攻者在幾秒內無法傳球或投籃即違例？

(A)3秒鐘　(B)4秒鐘　(C)5秒鐘　(D)6秒鐘。

1. (　D　)籃球比賽中，進攻球員投籃後，防守球員將滯空的球拍打下來的動作稱之為何？

(A)灌籃　(B)射籃　(C)挑籃　(D)蓋火鍋。

1. (　C　)籃球比賽中，將防守者往三分線方向帶，再迅速往禁區切出接應球的擺脫動作為何？

(A)V-Cut　(B)L-Cut　(C)Backdoor-Cut　(D)Outdoor-Cut。

1. (　A　)合球比賽時，助攻者於助攻位置持球，防守小強的對手專心一對一防守時，小強可以何種移位方式，以取得較佳的投球出手機會？

(A)主軸線　(B)原地不動　(C)水平軸線　(D)一直向前跑

1. (　B　)合球運動上場比賽人數為何？

(A)3男3女　(B)4男4女　(C)4男2女　(D)2男4女。

1. (　D　)合球比賽中，很少看到進攻者以繞圈方式跑位，原因為何？

(A)繞圈跑無法接到球　 (B)繞圈跑會與防守者相撞

(C)球柱180度的範圍均可活動，無須繞圈跑位　(D)進攻者處於外圈而防守者處於內圈，若繞圈跑位進攻會較為費力

1. (　D　)有關合球比賽時的規則敘述，下列何者正確？

(A)可防守異性　 (B)進攻方可在防守位置下投球

(C)可直接從對方手中將球搶下　(D)每一次發球，都必須在裁判鳴笛後，才可將球傳出。

1. (　B　)小楷於合球比賽中執行自由傳球，他應於鳴笛後多少時間內將球傳出？

(A)3秒　(B)4秒　(C)5秒　(D)6秒

1. (　B　)合球比賽時，若助攻者每一次傳球給上籃者時，上籃者總是已在球柱下方或是超過球柱，助攻者該如何修正傳球的時機？

(A)無須修正　(B)將球早點傳出　(C)將球再慢一點傳出　(D)告知上籃者自行想辦法

1. (　C　)合球運動起源於哪個國家？

(A)美國　(B)日本　(C)荷蘭　(D)比利時

1. (　C　)有「合球的故鄉」之稱的是哪一個國家？

(A)瑞典　(B)挪威　(C)荷蘭　(D)美國。

1. (　D　)合球比賽中防守位置的成立，須符合下列哪一項條件？

(A)防守者背向進攻者　 (B)防守者與進攻者有一個手臂的距離，面向其他球員

(C)防守者與進攻者有一個手臂的距離(以進攻者臂長為依據)　(D)防守者與進攻者有一個手臂的距離(以防守者臂長為依據)

1. (　C　)有關室內拔河比賽之起步動作的敘述，何者正確？

(A)單腳用力伸直 (B)雙腳保持彎曲微蹲　(C)臀部往下並推蹬雙腳　(D)雙腳一前一後側身站立。

1. (　A　)在拔河比賽中，裁判雙手上舉、掌心向外的動作，代表何種意義？

(A)預備　(B)舉繩　(C)換邊　(D)調整中心線

1. (　C　)室外拔河比賽是在何種場地上進行？

(A)日式河道　(B)PU場地　(C)歐式河道　(D)平坦草地

1. (　C　)拔河比賽中後退步進攻方式有何優點？

(A)體力消耗快 (B)瞬間力量大 (C)力量較平均 (D)可短時間決勝負

1. (　A　)拔河比賽時，裁判雙手上舉，掌心向外代表何意思？ (A)預備　(B)舉繩　(C)拉緊　(D)開始。
2. (　B　)以下對八人制拔河的敘述，何者正確？
 (甲)具公平性　(乙)規則明確 (丙)無體重分級　(丁)分為室內拔河與室外拔河
 (A)甲乙丙　(B)甲乙丁　(C)甲丙丁　(D)乙丙丁
3. (　B　)新式拔河規則限定每隊幾人參賽？

 (A)7　(B)8 (C)9　(D)10。

1. (　C　)拔河比賽時，裁判雙手向前做水平伸展動作代表何意思？

(A)拉緊　(B)換邊　(C)舉繩　(D)預備。

1. (　A　)拔河比賽的選手站位順序，應以下列何種條件為考量？

(A)身高　(B)年齡　(C)視力　(D)手臂長度

1. (　D　)室內拔河道上的兩條標誌線與中心線的距離應為下列何者？

(A)1.5公尺　(B)2公尺　(C)3公尺　(D)4公尺

1. (　B　)從事拔河運動時，應注意哪些事項？
 (甲)充分熱身　(乙)檢查器材是否安全 (丙)一定要瞬間使力，速戰速決　(丁)不可將繩子纏繞於身體或手臂上
 (A)甲乙丙　(B)甲乙丁　(C)甲丙丁　(D)乙丙丁
2. (　A　)下列哪種羽球技術屬於進攻性球路？

(A)殺球　(B)高遠球　(C)正手挑球　(D)反手挑球

1. (　D　)「一腳向前方跨步，膝關節微彎，呈弓箭步。」是指羽球哪個動作技術之步法？

(A)發球　(B)殺球　(C)高遠球　(D)網前短球。

1. (　A　)「擊球位置於額頭前上方約一點鐘方向，手臂近於伸直，至最高點擊球。」此段動作敘述是指羽球哪個動作技術？

(A)殺球　(B)發球　(C)挑球　(D)網前短球。

1. (　D　)下列有關羽球正、反手網前短球之敘述，何者正確？

(A)站位不須與來球保持適當距離 (B)對方回擊短球時，將球輕擊回至對方後場

(C)擊球高度愈低於網高，愈容易將球擊過網 (D)運用手腕與手指發力控制拍面角度，將球輕擊過網

1. (　A　)下列何種羽球技術最具攻擊性，亦是速度、力量的展現？
2. 殺球　(B)扣球　(C)高遠球　(D)網前短球
3. (　B　)棒壘球運動中，兩好球之後，再擊出擦棒界外球即判出局的是下列何者？

(A)棒球　(B)慢速壘球　(C)快速壘球　(D)無此規定。

1. (　B　)下列何者是揮棒打擊的動作要領？

(A)兩腳併攏立正站好 (B)膝蓋應伸直站立，身體重心向前

(C)擊中球後，球棒停在擊球點不動 (D)揮棒時以髖部為中心，身體跟著球棒一起轉動

1. (　D　)臺灣曾經旅美的棒球員中，下列哪位號稱滾地球王子？

(A)陳偉殷　(B)陳金鋒　(C)王建民　(D)郭泓志。

1. (　C　)關於棒球與壘球的差異，下列敘述何者正確？

(A)比賽皆為9局　(B)每隊皆9人上場比賽　(C)比賽用球皆為白色　(D)棒球無一壘安全壘包

1. (　D　)臺灣旅美好手王建民被稱為「滾地球王子」，是因為他拿手的伸卡球有什麼特性？

(A)容易投成滾地球 (B)容易讓打者擊出滾地球 (C)投球以前會先在地上滾 (D)投出的球，看起來像在地上滾

1. (　B　)有關棒壘球打擊力量的來源，下列何者的力量動作順序正確？

(A)腰、肩、手、腳　(B)腰、肩、腳、手　(C)腳、肩、腰、手　(D)腳、腰、肩、手。

1. (　D　)下列有關棒球肩上投球動作的描述，何者正確？

(A)揮臂在耳朵處出手　(B)後腳向前跨一大步　(C)身體正面向打者，雙手合起至胸前　(D)重心在後腳，前腳抬起與軀幹約呈90度。

1. (　D　)棒壘球運動中，下列何者有一壘安全壘包的設計？

(A)棒球　(B)慢速壘球　(C)快速壘球　(D)慢速壘球與快速壘球。

1. (　D　)下列蛙式踢腿動作，何者正確？
 (甲)小腿向臀部收腿　(乙)踢腿時雙腳掌呈內八字狀 (丙)夾水動作後雙腳併攏、腳尖下壓
 (A)甲乙　(B)甲丙　(C)乙丙　(D)甲乙丙
2. (　A　)蛙式划手動作依序為下列何者？

(A)撥水、抓水、抱水　(B)抱水、推水、抓水 (C)推水、抓水、抱水　(D)抓水、抱水、推水

1. (　D　)有關蛙泳比賽規則的描述，下列何者正確？

(A)必須單手觸牆 (B)身體必須保持仰躺姿勢　(C)每一次踢水，一定要有頭部出水動作　(D)每一次划手，一定要有頭部出水動作。

1. (　C　)學習蛙式動作，應從哪部分動作開始？

(A)抱水動作　(B)大蛙動作　(C)踢腿動作　(D)換氣動作

1. (　C　)游泳比賽項目中，哪一項目的比賽規定不論是轉身或抵達終點，都必須雙手同時觸牆的是何者？

(A)蝶式　(B)自由式　(C)蛙式　(D)仰式。

1. (　C　)下列哪一層級的游泳比賽沒有50公尺蛙式項目？

(A)世界盃　(B)亞洲運動會　(C)奧林匹克運動會 (D)臺灣全國運動會。

1. (　C　)游泳比賽規則中，何種泳姿規定每次划手都要有頭部出水動作？

(A)蝶式　(B)仰式　(C)蛙式　(D)捷泳

1. (　C　)下列哪一項賽事沒有50公尺蛙式項目？

(A)世界錦標賽　(B)亞洲運動會　(C)奧林匹克運動會　(D)臺灣全國運動會

1. (　A　)蛙泳比賽時，出發與轉身後潛泳距離的限制何者正確？

(A)沒限制 (B)不得超過5公尺　(C)不得超過10公尺　(D)不得超過15公尺。

1. (　D　)下列哪一項蛙式規則正確？

 (A)可以單手觸牆轉身 (B)抵達終點時可以單手觸牆

(C)每一次踢腿都可以加一次蝶腳 (D)除了出發與轉身後的水中大蛙，雙手皆不能超越臀部

1. (　A　)排球攻擊手起跳扣球時，打在球的哪個部位較理想？

(A)上半部　(B)下半部　(C)右下方　(D)斜後方

1. (　A　)有關排球攻擊空中及扣球的動作，下列何者敘述正確？

(A)雙腳在空中微微後勾　(B)在空中時慣用手放至胸部一帶　(C)手臂向上揮擊伸直　(D)手腕輕輕下扣。

1. (　D　)下列何者為國內最高水準的排球比賽？

(A)永信杯　(B)中華盃　(C)大專排球聯賽　(D)企業甲級排球聯賽。

1. (　B　)排球在國內有號稱排球甲子園大賽的為何？

(A)中華盃　(B)永信杯　(C)媽祖盃　(D)菁英盃。

1. (　A　)排球發球時拋球要領為拋球時手須伸直並平行持球，球拋起的高度大約為下列何者？

(A)一公尺　(B)兩公尺　(C)三公尺　(D)五公尺

1. (　A　)有關排球扣球助跑動作，下列何者敘述正確？

(A)依照球托出時間進行助跑　 (B)右手攻擊者，起跳前右腳大跨步

(C)左手攻擊者，起跳前左腳大跨步　(D)要跳起時，雙手先提高至頭上方。

1. (　D　)下列哪些訓練方法適合訓練扣球動作？
 (甲)一人拋一人扣　(乙)助跑起跳扣球　(丙)隔網助跑扣球
 (A)甲乙　(B)甲丙　(C)乙丙　(D)甲乙丙
2. (　C　)排球裁判在自己身體腹部位置做單手畫圈動作，表示下列何種犯規？

(A)延誤發球　(B)球隊替補換人　(C)位置或輪轉錯誤　(D)後排球員攻擊踩線。

1. (　A　)下列哪些部位是跳起扣球時會運用到的身體部位？
 (甲)肩膀　(乙)手腕　(丙)手臂　(丁)頭部
 (A)甲乙丙 (B)甲乙丁 (C)甲丙丁 (D)乙丙丁