

## 108 學年度第一學期九年級體育科試卷題庫

1.( )進行籃球防守時，如果單獨面對到基本運球動作比較好的對手，可以怎麼做？ (A)採取正面防守 (B)同時兼顧左右兩側 (C)採取區域聯防 (D)採取半邊防守。

答案：(D)

2.( )籃球進攻跑位時，因速度及方向改變不定且變化大，所以容易造成何處受傷？ (A)頸椎 (B)肘關節 (C)腕關節 (D)踝關節。

答案：(D)

3.( )有關籃球防守的基本動作，下列何者錯誤？ (A)雙腳張開微蹲 (B)重心要高 (C)一手在上、一手在側 (D)側移並快速跟上對方。

答案：(B)

4.( )2020 年奧運在那一國主辦？ (A)東京 (B).雅典 (C)日本(D)美國。

答案：(A)

5.( )有關籃球防守的觀念，下列敘述何者錯誤？ (A)防守最重要的就是阻擋對手順利進攻而得分 (B)面對不同的進攻陣仗，會有不同的防守方法 (C)防守有固定不變的姿勢 (D)防守要跟隨著進攻球員的位置或球的位置。

答案：(C)

6.( )下列何者並非籃球比賽中「區域聯防」的戰術方式？ (A)二三 (B)三二 (C)一二二 (D)二一二。

答案：(C)

7.( )下列何者不是防守犯規動作？ (A)帶球撞人 (B)背後非法防衛 (C)拉人 (D)打手。

答案：(A)

8.( )2019 年第二屆世界棒球錦標賽，台灣獲得名次？？ (A)第三名 (B)第四名(C)第五名(D)第六名。

答案：(C)

9.( )請問下列何者為非法的籃球防守方式？ (A)橫向掩護 (B)拉人 (C)帶球撞人 (D)向下掩護。

答案：(B)

10.( )防守球員與對手發生身體接觸，因而妨礙對手行動的自由，指的是下列哪一項？ (A)阻擋犯規 (B)運球過人 (C)拉人 (D)帶球撞人。

答案：(C)

11.( )排球運動中，下列何者不算違規？ (A)攔網時，身體碰到網 (B)攔網時，碰觸到對方的身體 (C)攔網時，碰觸隊友的身體 (D)攔網落地後，雙腳越過中線。

答案：(C)

12.( )攔網成功落地後，哪個狀況是屬於違規動作？ (A)單腳的整個腳掌超過中線 (B)雙腳的腳掌前方踩在中線上 (C)只有雙膝超過中線 (D)單腳的腳掌前方踩在中線上。

答案：(B)

13.( )關於網球攔網動作的步驟，下列何者正確？(甲)移動起跳(乙)落地動作(丙)預備動作(丁)空中截球。 (A)甲丁丙乙 (B)丁甲乙丙 (C)丙甲丁乙 (D)丙丁甲乙。

答案：(C)

14.( )東京奧林匹克運動會，總共有幾個運動項目？ (A)31 個 (B)28 個 (C)25 個 (D)33 個。

答案：(C)

15.( )以下何種情況屬於「攔網犯規」？ (A)球員在標竿的外側，越過球往觸球 (B)球因攔網而出界 (C)攔截對方球員的發球 (D)以上皆是。

答案：(D)

16.( )對於桌球規則的認識，哪一個敘述是錯誤的？ (A)回擊對方來球時，需碰觸己方桌面一次 (B)發球時，球須碰觸己方球桌一次，再碰觸對方球桌 (C)回擊時，對方來球須碰觸己方球桌一次後，才能擊回對方桌面 (D)回擊對方來球時，不可再碰觸己方桌面。

答案：(B)

17.( )桌球步法中，何者適合用於離身體較遠的來球？ (A)單步 (B)併步 (C)跨步 (D)交叉步。

答案：(C)

18.( )有關「搓球」這個羽球技術的敘述，下列何者錯誤？ (A)球拍頭要盡量上抬與球網同高 (B)力量是由後向前的方向 (C)羽球拍面摩擦球的羽毛部分，使之過網 (D)若球拍過低，力量由下往上，會變成「挑球」的動作。

答案：(C)

19.( )關於羽球比賽的規則，下列何者正確？ (A)第一局和第二局換場，休息不超過 60 秒 (B)第二局和決勝局之間的休息時間不超過十分鐘 (C)兩個規定的休息時間，教練可以進場指導選手 (D)換球需經雙方教練同意才能更換。

答案：(C)

20.( )在運用羽球的切球技術時，球速的控制主要是運用下列何處？ (A)手指 (B)手腕 (C)手肘 (D)手臂。

答案：(B)

21.( )關於羽球場上常見的球場禮儀，下列何者敘述錯誤？ (A)比賽前後，為了表示禮貌，雙方選手應該互相握手 (B)比賽進行中不得請教練在場外做指導 (C)換場地或撿球時，為了方便可以從球網下方穿過 (D)換球時需經對手、裁判的同意才能更換。

答案：(C)

22.( )羽球運動中，常有急停和瞬間變換方位的動作，因而在選擇球鞋時，要注意的事項不包括下列哪一項？ (A)高筒運動鞋可以保護腳踝 (B)舒適感 (C)鞋底要平 (D)抓地力要好。

答案：(A)

23.( )下列對於羽球運動的禮儀敘述，何種正確？ (A)比賽前禮貌性握手，比賽後直接離場 (B)交換場地或撿球時，不可從球往下方穿越 (C)對手發生失誤時，即使球落在腳邊，也不需要幫忙撿球 (D)比賽中若發現球體耗損，可任意進行更換。

答案：(B)

24.( )有關羽球切球的敘述，何者錯誤？ (A)球速可自由控制，可快可慢 (B)切球較常使用的為上切，就是球拍擊到羽毛部分 (C)來球至身體前上方約 15 度最高點時擊球 (D)手腕的瞬間變化，使切球的軌跡讓對手難以猜測。

答案：(B)

25.( )東京奧林匹克運動會，總共有幾個運動項目？ (A)31 個 (B).28 個 (C).25 個 (D)33 個。

答案：(D)

26.( )在羽球比賽中，下列何種行為「不」會被視為犯規？ (A)吼叫 (B)比出不雅手勢 (C)球拍過網擊球 (D)假動作。

答案：(D)

27.( )20 歲的柏延想透過慢跑達到運動的效果，請問他慢跑後的心跳達多少才是好的？ (A) 72 下／分 (B) 140 下／分 (C) 180 下／分 (D) 200 下／分。

答案：(B)

28.( )基本上，我們慢跑時心跳要達到最大心跳率的多少才算適當？ (A) 20 %~40% (B) 40%~60% (C) 60%~80% (D) 80%~90%。

答案：(C)

29.( )從事跑步時，跑者在踏每一步時，必須承受身體重量的幾倍？ (A) 2 ~3 倍 (B) 5~8 倍 (C) 8~10 倍 (D) 10~15 倍。

答案：(A)

30.( )「預估最大心跳率」的估計公式為何？ (A) 220- 體重 (B) 220- 年齡 (C) 230- 體重 (D) 230- 年齡。

答案：(B)

31.( )有關慢跑的呼吸和速度，下列敘述何者錯誤？ (A) 應用鼻子吸氣，嘴巴呼氣 (B) 慢跑時，如果感覺到說話吃力，代表速度剛好 (C) 慢跑時的呼吸，應一呼一吸或一呼二吸 (D) 慢跑時出現如果側腹痛，應降低跑速或停止運動。

答案：(B)

32.( )有關慢跑的姿勢，下列何者錯誤？ (A) 上身背脊伸直、肩頸放鬆 (B) 雙手握空拳於身體兩側 (C) 雙手屈肘約 90 度 (D) 先以腳尖接觸地面，然後整個腳底著地。

答案：(D)

33.( )慢跑時的穿著及運動環境，下列何者不適當？ (A) 穿舒適且能吸收震盪的慢跑鞋 (B) 選擇輕便易吸汗及散熱的服裝 (C) 選擇底部較薄的運動襪，以便排汗 (D) 選擇平坦、軟硬適中而沒有阻礙的地面。

答案：(C)

34.( )慢跑時由於可以使腦中產生何種激素，因此可以達到放鬆舒暢的感覺？ (A) 肽氨酸 (B) 腦內嗎啡 (C) 腦下垂體激素 (D) 抗利尿激素。

答案：(B)

35.( )2020 東京奧運為第幾屆？ (A) 第 30 屆 (B) 第 32 屆 (C) 第 34 屆 (D) 第 36 屆。

答案：(B)

36.( )下列哪一個不是「健康體適能」活動的關鍵項目？ (A) 心肺適能 (B) 敏捷性 (C) 身體組成 (D) 肌耐力。

答案：(B)

37.( )關於身體質量指數的敘述，下列何者錯誤？ (A) 是體適能檢測的項目之一 (B) 簡稱 BIM (C) 以身高與體重來計算 (D) 為評估個人之身體組成的簡易方法。

答案：(B)

38.( )下列哪一種人較不易罹患心血管疾病？ (A) 經常做有氧運動者 (B) 高膽固醇者 (C) 吸菸者 (D) 高血壓者。

答案：(A)

39.( )第一屆奧林匹克運動會源於西元幾年？ (A) 1896 年 (B) 1892 年 (

C )1900年 ( D )1888年。

答案：(A)

40.( )下列哪一項是體適能訓練後可達成的功用？ (A)提升柔軟度可有較大的關節活動範圍 (B)提升心肺耐力可強化神經系統的敏銳度 (C)增加協調性可避免得到慢性病 (D)提升瞬發力可延長從事運動的持續時間。

答案：(A)

41.( )下列哪一個方法無法增進接力賽跑的成績？ (A)訓練跑者的速度 (B)隊員間隨時練習及討論 (C)練習傳接棒動作 (D)練習時採個別訓練的方式。

答案：(D)

42.( )對於蹲踞式起跑的敘述，下列何者觀念錯誤？ (A)蹲踞式起跑適用於短距離競賽 (B)蹲踞式起跑較容易利用雙腿的力量，將身體快速地往前推 (C)使用蹲踞式起跑要配合腳的推蹬 (D)蹲踞式起跑不需要手部的配合。

答案：(D)

43.( )關於接力賽跑的規則，下列何者正確？ (A)在接力區域前就可先接棒 (B)傳棒者未將棒子順利交出而掉棒時，視為犯規 (C)掉棒時不可由傳棒者去撿棒子，接棒者才可撿 (D)第一棒選手握接力棒；準備起跑時，棒子超出起跑線的部分不可觸及地面。

答案：(D)

44.( )下列何者為台灣的國球？ (A)籃球 (B)羽球 (C)足球 (D)棒球。

答案：(D)

45.( )患有下列哪些疾病時最好不要游泳？(甲)香港腳(乙)高血壓(丙)急性結膜炎(丁)心臟病(戊)中耳炎。

(A)甲乙丙丁 (B)甲丙戊 (C)乙丙戊 (D)甲乙丙丁戊。

答案：(B)

46.( )捷泳姿勢的腳部打水動作可以達到哪種功用？

(A)修正腿部的下沉傾斜 (B)主要為了增加上半身浮力 (C)增加身體在水中的阻力 (D)以打水來帶動划手。

答案：(A)

47.( )(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)

48.( )第一屆奧林匹克運動會於哪個國家城市主辦？

(A)日本東京 (B)中國北京 (C)希臘雅典 (D)韓國漢城。

答案：(C)

49.( )游泳時會發生肌肉抽筋，下列哪一個不是發生原因？

(A)未做暖身運動 (B)激烈運動後下水 (C)水溫較平時高 (D)下水前過多飲食。

答案：(C)

50.( )捷泳的完整動作中，何時是划水加換氣的最佳時機？

(A)手要往前抓水時 (B)手要往後推水時 (C)手正要出水面時 (D)憋不住氣時。

答案：(C)