

中正國防幹部預備學校
109 年教師甄選測驗試題

體育考科

—作答注意事項—

考試時間：100 分鐘

題型題數：總共 80 題

- 第壹部分 單選題共 57 題，每題 1 分
- 第貳部分 多選題共 12 題，每題 2.5 分
- 第參部分 配合題共 11 題，共 13 分

作答方式：

1. 選擇題用 2B 鉛筆在「答案卡」上作答；更正時，應以橡皮擦擦拭，切勿使用修正液（帶）
2. 未依規定劃記答案卡，致機器掃描無法辨識答案，其後果由考生自行負擔
3. 答案卡每人一張，不得要求增補
4. 作答結束後，試卷與答案卡一併繳回

第壹部分：單選題（每題 1 分）

說明：第 1 題至第 57 題，每題有 4 個選項，其中只有一個是正確或最適當的選項，請劃記在「答案卡」上。各題答對者，得 1 分；答錯、未作答或劃記多於一個選項者，該題以 0 分計算。

1. 在學校或是體育教學過程當中，有一些未經計劃或事先設計的課程，卻在無意中潛移默化的影響學生學習目標，這樣的經驗稱為「潛在課程」，體育課程中亦是如此。請問，Martin (1976) 提到教學者發現潛在課程來源與其影響時，有四種可能的做法與態度，以下何者為非？
(A) 接受 (B) 無為 (C) 面對 (D) 改變
2. Mosston & Ashworth (1994) 建立教學光譜理論，重視直接與間接教學的轉移，以決定權轉移劃分各項教學方法，以下何者非光譜教學理論中的教學法？
(A) Learner's Initiated Style (B) Analysis Style
(C) Inclusion Style (D) Guided Discovery Style
3. 體育教學當中，教師透過示範及說明，透過各種教學法啟發學生無限可能，「合作學習法」在體育教學法中經常運用，請問合作學習細分以下何者為非？
(A) 團隊合作法 (Cooperation) (B) 協同合作法 (Co-op)
(C) 拼圖式教學法 (Jigsaw) (D) 配對檢查 (Pairs Check)
4. Sage (1977) 將動機 (Motivation) 定義為，一個人努力的方向和強度，回顧動機取向中，因教師教學風格或教材吸引力，這種動機取向屬於以下何者？
(A) 交互作用觀 (B) 特質中心觀 (C) 情境中心觀 (D) 需求成就觀

5. 身體關節大量支配人類活動行為能力，請問二頭肌啞鈴彎舉動作，肱骨與橈骨屬於下列何者關節連接？
(A) 鞍狀關節 (B) 滑動關節 (C) 凸狀關節 (D) 鉸鏈關節
6. 人體動作分析時，會測量身體活動角度，生物力學中一般常見角度單位為度，旋轉一整圈圓弧 360 度，而弧度(Radian)定義是與半徑等長的弧在圓心上所對的角度，使用於角-線運動量轉換單位。請問 1 弧度相當於幾度？
(A) 53.7 度 (B) 64.5 度 (C) 58.4 度 (D) 57.3 度
7. 運動結束後補充含電解質飲料，來平衡人體體內電解質，運動飲料添加電解質中，主要含鈉、鉀、鈣及氫離子。其中鉀離子主要功能在維持細胞膜電位、細胞內、外新陳代謝與酸鹼之平衡。但過度補充鉀離子會造成高鉀血症 (hyperkalemia)，可能引發心臟功能病變，如心律不整等。請問當血液中鉀離子濃度超過多少 mmol/L 時，會造成高鉀血症？
(A) 5 (B) 7 (C) 10 (D) 15
8. 運動過程前、中、後，水分補充有利於體內生化反應向產能方向進行，也有利於運動時營養物及廢物的運送。水分補充對運動是必須的，請問運動前 2 小時建議攝取多少水量？
(A) 200 cc -300 cc (B) 700 cc -800 cc
(C) 900 cc -1000 cc (D) 500 cc -600 cc
9. 奧運射箭項目，比賽勝負是以參賽者射中箭靶目標的環數計算。目前比賽都採用五色靶面，每種顏色有兩環，請問依中心向外靶面顏色分別為何？

(A) 黃→紅→藍→黑→白 (B) 紅→黃→藍→黑→白 (C) 紅→黃→黑→藍→白 (D) 黃→紅→黑→藍→白

10. 壁球運動深受許多族群熱愛，根據國際壁球規則，自 2009 年 4 月 1 日起，每局先取得幾分者獲勝？

(A) 21 (B) 15 (C) 11 (D) 25

11. 關於國際游泳規則，水道標線應使用深色且鮮明的顏色，標示在游泳池地面每水道的中間位置，下列敘述何者正確？

(A) 寬度：0.2-0.3 公尺 (B) 長度：50 公尺游泳池為 45 公尺 (C) 寬度：0.4-0.5 公尺 (D) 長度：25 公尺游泳池為 20 公尺

12. 請問 2020 年全民運動會舉辦城市為？

(A) 台北 (B) 宜蘭 (C) 台東 (D) 花蓮

13. 我國羽球名將戴資穎，曾拿下多數國際大賽冠軍金盃，且連續數週榮登世界排名第一，而積分更是拿下史上最高分紀錄。請問此最高分紀錄積分為何？

(A) 101,227 (B) 101,667 (C) 110,677 (D) 102,722

14. 丁華恬為臺灣體操史上睽違 51 年再次重返奧運女子體操項目，她的名字「TING Hua-Tien」更獲得國際體操總會申請認證作為動作名稱，成為台灣首位將名字命名為正式動作項目，請問這套動作原本名稱及難度為？

(A) 跨跳結環 180，難度 D (B) 接環跳 180，難度 D

(C) 接環跳 180，難度 C (D) 跨跳結環 180，難度 C

15. 請問下列哪支隊伍未在 SBL，2019-2020 賽季中出賽？
(A) 高雄九太 (B) 台灣啤酒 (C) 台北達欣 (D) 桃園璞園
16. 空氣品質指標 (AQI) 共分為幾級？
(A) 4 (B) 5 (C) 6 (D) 7
17. 下列何者選項不在「The Female Athlete Triad」中？
(A) Depression (B) Osteoporosis
(C) Eating Disorders (D) Menstrual Dysfunction
18. 下列何者非最大攝氧量之決定因素？
(A) HRmax (B) SVmax (C) $a-v \text{ } O_2 \text{ difference}$ (D) FFAMax
19. 下列何者非降低身體焦慮之技巧？
(A) 呼吸控制法 (B) 生物回饋法 (C) 自生訓練法 (D) 漸進放鬆法
20. 下列何者組合符合流暢狀態之必要元素？
(甲) 完全專注 (乙) 控制感 (丙) 行動與覺察融為一體 (丁) 自我意識清楚 (戊) 毫不費力般的動作。
(A) 甲乙丙 (B) 乙丙丁 (C) 甲丁戊 (D) 丙丁戊
21. 請問「標靶策略」Epstein (1989) 中【G】代表什麼意思？
(A) 時間 (B) 評量 (C) 成長 (D) 組隊
22. Weiss and Chaumeton (1992) 提出一種成就動機理論，主張運動員的控制知覺，和自尊及能力評價一起影響他們的動機，此一成就動機理論為下列何者？
(A) 成就目標理論 (achievement goal theory)
(B) 歸因理論 (attribution theory)

(C) 能力動機理論 (competence motivation theory)

(D) 需求成就動機理論 (need achievement theory)

23. 循環訓練是一種科學化的訓練方法，其需預先選定一組運動，並在短時間內完成訓練負荷，兼顧漸進、超載與個別差異原則的一種體能訓練法，請問循環訓練編排，以下何者有誤？

(A) 項目的選擇 (B) 測驗二循環所需時間

(C) 決定運動順序 (D) 決定目標時間

24. 健身運動普為盛行，當中「皮拉提斯」也是最熱門塑身與康復運動，有別於瑜珈運動，皮拉提斯更強調腹部控制的力量，以下何者為皮拉提斯六大原則？

(A) 呼吸、核心、控制、放鬆、漸進、精確

(B) 評估、控制、漸進、核心、呼吸、精準

(C) 評估、特殊、精確、呼吸、核心、控制

(D) 呼吸、核心、控制、專注、流暢、精確

25. 田徑競賽當中「撐竿跳高」個人項目，若剩最後一名選手，則這位選手每次試跳的時間有？

(A) 2分鐘 (B) 3分鐘 (C) 4分鐘 (D) 5分鐘

26. 請問 108 學年度國中排球甲級聯賽男子組與女子組冠軍分別為哪所學校？

(A) 明正國中、鶯歌國中 (B) 礁溪國中、新園國中

(C) 積穗國中、新園國中 (D) 積穗國中、鶯歌國中

27. 請問根據教育部「女性參與運動白皮書」摘要中提到四項主軸議題，以下何者為非？
- (A) 促進女性運動與休閒活動參與
 - (B) 增建女性運動空間與場域
 - (C) 培力女性與運動參與
 - (D) 擴大女性運動能見度
28. 請問世界中學生運動會 1974 年首屆舉辦城市為？
- (A) 英國-巴斯 (B) 美國-洛杉磯
 - (C) 法國-巴黎 (D) 德國-威斯巴登
29. 2019 年桌球 T2 鑽石賽，因紀錄奧運積分，賽況更加激烈，在 2019 加入新規則「Fast 5」第五局搶五分制，增加比賽刺激與可看性，請問「Fast 5」搶五分制，在前四局打滿幾分鐘後，才使用此計分制？
- (A) 13 (B) 16 (C) 24 (D) 20
30. 健康體適能改善「心肺適能」運動處方當中，提到如何決定運動強度，目前美國運動醫學學會建議以% HRR（保留心跳率%）作為運動強度參考，請問時忠同學最大心跳率每分鐘 205 下，安靜心跳率每分鐘 75 下，運動強度設定在 60% HRR，則時忠同學他的保留心跳率為多少？
- (A) 153 (B) 164 (C) 126 (D) 135
31. 「Double product」是預估心臟所做的功，何謂 Double product？
- (A) 心跳率×心搏量 (B) 心跳速率×心縮壓
 - (C) 心輸出量×血管阻力 (D) 血管阻力×舒張壓
32. 請問羽球場地，整個場（含單打及雙打場）對角線總長多少公尺？
- (A) 14.273 (B) 14.372 (C) 14.723 (D) 14.724

- 33.本校國中部二年級有八個班級，若您是體育組長擬辦班際飛盤爭奪賽，首輪預賽以兩組分別進行單循環賽，各組取前三名進行決賽，決賽將進行單敗淘汰賽，本次競賽須取前六名作為頒獎。請問總場數為幾場？
(A) 16 (B) 17 (C) 18 (D) 19
- 34.請問鐵人三項競賽中「自行車」，競賽時嚴禁選手平行、輪車或跟車行進，應保持寬幾公尺？長幾公尺？的合法安全區域，若要超車，需在幾秒內快速超越此區域？
(A) 寬 3 公尺、長 6 公尺、15 秒內
(B) 寬 4 公尺、長 6 公尺、20 秒內
(C) 寬 3 公尺、長 7 公尺、15 秒內
(D) 寬 4 公尺、長 7 公尺、20 秒內
- 35.請問保齡球助走道由犯規線往回測量，不包括犯規線，長度至少為？
(A) 4.572 公尺 (B) 4.752 公尺 (C) 4.275 公尺 (D) 4.725 公尺
- 36.我國體操選手李智凱，以拚戰奧運精神打動無數國人，最著名的就是在鞍馬上完成超高難度「湯瑪士迴旋」。請問 2019 年拿坡里世大運，李智凱在個人鞍馬項目中以高水準演出拿下高分，請問他以幾分拿下金牌？
(A) 15.350 分 (B) 15.400 分 (C) 15.430 分 (D) 15.510 分
- 37.棒球轉播時，常聽主播說：「6-4-3 double play」，請問指的是什麼？
(A) 游擊手接到滾地球傳向二壘手再傳一壘手
(B) 三壘手接到滾地球傳向二壘手再傳一壘手
(C) 一壘手接到滾地球自踩壘包後傳向二壘手
(D) 二壘手接到滾地球傳向游擊手踩壘後傳向一壘手

38.下列各項體育競賽中，所規定的時間最短的為何？

- (A) 排球發球時間
- (B) 籃球運球從後場至前場的時間
- (C) 足球守門員手控球時間
- (D) 棒球投手投球時間

39.排球比賽中，接發球方要觀察發球者來球的位置及速度，才能在短時間內將球接到位，請問接發球球員主要採取哪一種注意力型態較適當？

- (A) 外在一狹窄 (B) 外在一寬廣
- (C) 內在一寬廣 (D) 內在一狹窄

40.運動產業指提供民眾從事運動或運動觀賞所需產品或服務，或者促進運動推展之支援性服務，而具有增進國民身心健康、提升體能及生活品質，請問不包含以下哪一項產業？

- (A) 運動旅遊業 (B) 運動健身產業
- (C) 電子競技業 (D) 運動博弈業

41.十二年國教核心素養，希望學生能夠依三面九項所欲培養素養，以解決生活情境中所面臨的問題，其中培養學生「具備善用體育與健康相關的科技、資訊及媒體，以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係」，請問屬於哪一面向？

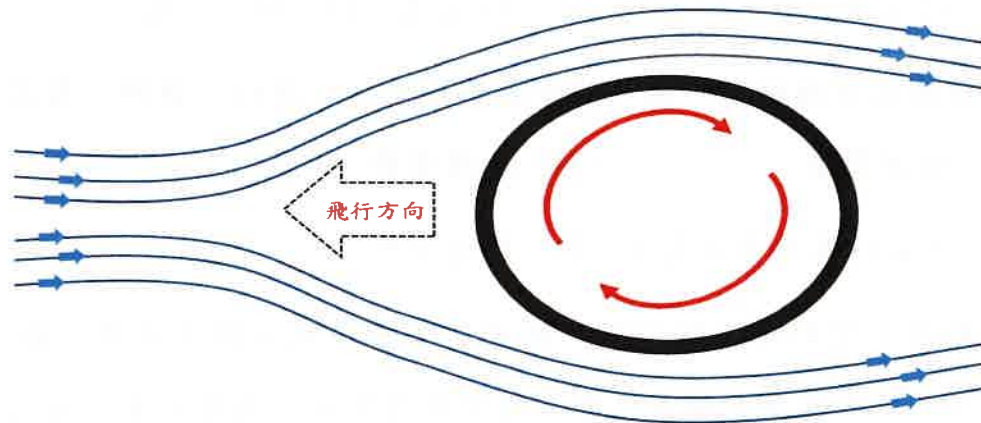
- (A) 溝通互動 (B) 社會參與 (C) 生活情境 (D) 自主互動

42.抗體，又稱為免疫球蛋白 (immunoglobulins, Ig)，可溶於血清中，其中某一抗體與過敏反應有關，請問為何？

- (A) IgG (B) IgM (C) IgA (D) IgE

- 43.法式滾球運動在臺灣逐漸普及化，請問JACK的重量以下何者不符合？
(A) 15 公克 (B) 17 公克 (C) 19 公克 (D) 10 公克
- 44.請問排球比賽過程中，裁判裁示兩手各出示一張紅、黃牌，意思是？
(A) 延誤警告 (B) 取消資格
(C) 不當行為警告或處罰 (D) 驅逐出局
- 45.當運動選手受到壓力的困擾，輕者能激發潛能並提升表現，嚴重者可能造成表現下滑甚至放棄比賽。請問壓力歷程四階段，第二階段為？
(A) 對環境要求的知覺 (B) 壓力反應 (C) 行為後果 (D) 環境要求
- 46.根據 Pavio (1985) 區分意象兩種功能 (動機性與認知性)，請問「假如想像自己贏得比賽並獲得獎牌」，請問是屬於以下何者向度？
(A) 認知性—一般的 (B) 認知性—特定的
(C) 動機性—一般的 (D) 動機性—特定的
- 47.請問田徑鉛球場地「限制線」的長度及寬度最少為？
(A) 長：65 公分、寬：4 公分
(B) 長：70 公分、寬：5 公分
(C) 長：75 公分、寬：5 公分
(D) 長：70 公分、寬：4 公分

48. 請問下圖流體力學適用於以下哪種狀態？



- (A) 桌球發下旋球 (B) 網球正手抽球
(C) 排球扣球攻擊 (D) 棒球指叉球

49. 國際奧會婦女與運動獎座係為了促進性別平等在體育界的提升發展而每年頒發的獎座，國際奧會於2019年3月19日假聯合國紐約總會，與聯合國婦女權能署合作，在聯合國婦女地位委員會第63次會議中進行「2019年國際婦女與運動獎座」頒獎典禮中頒給我國何人？

- (A) 雷千瑩 (B) 吳佳穎 (C) 鄭怡靜 (D) 劉柏君

50. 亞洲奧林匹克委員理事會於4月23日簽屬「2021年第6屆亞洲室內暨武藝運動會」預計於2021年上半年於何城市舉辦？

- (A) 香港和澳門 (B) 芭達雅和曼谷
(C) 首爾和釜山 (D) 胡志明和河內

51. 聯合國大會將每年的什麼時候，訂定為「國際運動促進發展與和平日」？

- (A) 9月9日 (B) 4月6日 (C) 8月25日 (D) 6月7日

52.由於全球疫情的影響，許多運動賽事接連停辦，將於今年舉辦的「湯優盃」宣布延期至何時繼續舉辦？

(A) 10月3日-10月11日

(B) 8月18日-8月26日

(C) 9月15日-9月23日

(D) 11月22日-11月30日

53.在今年4月14日亞洲奧林匹克理事會表示第六屆「亞洲沙灘運動會」將於2020年11月28日-12月6日舉行，請問其主辦城市為何？

(A) 三亞 (B) 清邁 (C) 阿什哈巴德 (D) 河內

54.國際奧會、國際帕拉林匹克委員會、東京奧運籌備會、東京都政府與日本政府於3月30日共同宣布，東京奧運舉辦日期更新為2021年7月23日至8月8日，而隨之舉辦的帕拉林匹克運動會將於2021何時舉辦？

(A) 8月23日-9月4日 (B) 8月24日-9月5日

(C) 8月25日-9月6日 (D) 8月26日-9月7日

55.2023年夏季世界大學運動會於何地舉辦？2021年世界武搏運動會於何地舉辦？

(A) 凱薩琳堡、曼谷 (B) 凱薩琳堡、成都

(C) 凱薩琳堡、札幌 (D) 凱薩琳堡、哈薩克

56.2024年巴黎奧運籌備會於2月份向國際奧會申請四種運動項目納入，請問下列何者為非？

(A) 運動攀登 (B) 風帆 (C) 街舞 (D) 衝浪

57.下列有關按摩效應的敘述何者正確?

- (A) 西方瑞典式按摩手法的推撫法可以將新生成的膠原纖維重新排列，預防與其他組織沾黏
- (B) 按摩不能改變脊髓的運動神經元興奮情形
- (C) 按摩對於疼痛改善是應用疼痛門閥控制理論
- (D) 按摩對人體生理層面的影響最主要有焦慮及壓力釋放

第貳部分：多選題（每題 2.5 分）

說明：第 58 題至第 69 題，每題有 4 個選項，其中至少有一個是正確的選項，請將正確選項劃記在「答案卡」上。各題之選項獨立判定，所有選項均答對者，得 2.5 分；答錯 1 個選項者，得 1 分；答錯 2 個以上（含 2 個）選項者，該題以 0 分計算。

58. 「自信心」可幫助個人激起正面情緒、促進專注、設定目標、增加努力、聚焦與比賽策略，然而，過度自信也會造成反效果。Vealey (2001) 提到運動自信心模式，自信心造成的後果表現，分別有以下哪些？
- (A) 行為 (B) 認知 (C) 技能 (D) 情感
59. 根據 FIVB 國際沙灘排球規則，以下何者敘述錯誤？
- (A) 比賽場地為一長寬 16 x 8 公尺的矩形
(B) 沙子深度必須至少 30 公分，且為鬆軟的細沙
(C) 所有界線的寬度皆為 3-4 公分
(D) 每一隊可於每一局中請求一次暫停，時間 30 秒
60. 近年來在臺灣飛鏢已成為時下流行的運動項目，每年國內、外都會舉辦軟式飛鏢錦標系列賽。關於軟式飛鏢比賽規則，以下何者敘述錯誤？
- (A) 飛鏢機標靶中心高度須距離地板 175 公分
(B) 飛鏢全長不得超過 30 公分
(C) 「01GAME」是指「301」、「501」、「901」、「1101」及「1201」
(D) 各回合中一位選手最多可投三鏢，根據比賽狀況亦可不投滿三鏢

61.根據【國際拔河比賽規則】，以下何者正確？

- (A) 裁判吹哨並雙手向下在體前交叉指的是換邊
- (B) 室外拔河比賽鞋鞋跟允許有厚度小於 6.5mm 之金屬片
- (C) 後位的防護衣厚度不可超過 4 公分
- (D) 裁判開始程序為 Pick up the rope→Take the strain→Steady→Pull

62.英國運動醫學雜誌 (British Journal of Sports Medicine) 針對肌肉、肌腱、韌帶等軟組織受傷最新處理原則，下列敘述何者錯誤？

- (A) 分為急性期處理 (PRICE) 及亞急性期處理 (LOVE)
- (B) 建議捨棄掉原先冰敷的建議
- (C) 急性期為 24-36 小時內；亞急性期為 36 小時後
- (D) L 指的是在疼痛下適當的負重，增加組織再生與重塑

63.現行科技日趨進步，國際排球賽經常可看到電視輔助判決，來增加比賽公平性與可看性。今年 2020 大專排球聯賽，首次納入電視輔助判決，不過仍有限制挑戰範圍，請問是下列哪幾項？

- (A) 後排攻擊踩線
- (B) 攔網一擊 (no in 或 touch out)
- (C) 發球踩線
- (D) 越網擊球

64.下列有關各項國際運動協會名稱及起源地敘述何者正確？

- (A) 籃球／FIBA／美國

(B) 游泳／FIMA／英國

(C) 排球／FIVA／美國

(D) 足球／FIFA／英國

65. 下列有關田徑比賽之投擲項目比賽規則中，何者錯誤？

(A) 成年男子鉛球 7.26 公斤

(B) 青少年男子鏈球 6.00 公斤

(C) 青少年鐵餅 1.00 公斤

(D) 青少年男子標槍 800 公克

66. 心臟突然停止發生時，緊急救護黃金時間需在五分鐘內，盡早急救存活率高。國內民眾對心肺復甦術認知提升，以下關於自動體外心臟去顫器敘述內容何者有誤？

(A) 每延後一分鐘實施，救命機率降低 7-10%

(B) 若有胸毛無須剃除

(C) 成人貼片，適用於 6 歲或 20 公斤以上患者

(D) 貼片貼於右側乳頭側邊、左鎖骨正下方

67. 下列有關現代夏季奧運史敘述何者正確？

(A) 1896 年希臘雅典奧運是唯一無女性運動員

(B) 1960 年義大利羅馬奧運楊傳廣獲得男子十項全能銅牌

(C) 1992 年巴塞隆納奧運加入籃球項目，並有 NBA 球員參與奧運

(D) 1904 年聖路易斯奧運首次採用純金獎牌

68.人體淋巴系統與心血管系統和免疫系統相聯繫，請問「淋巴管」廣泛網路功能，以下何者正確？

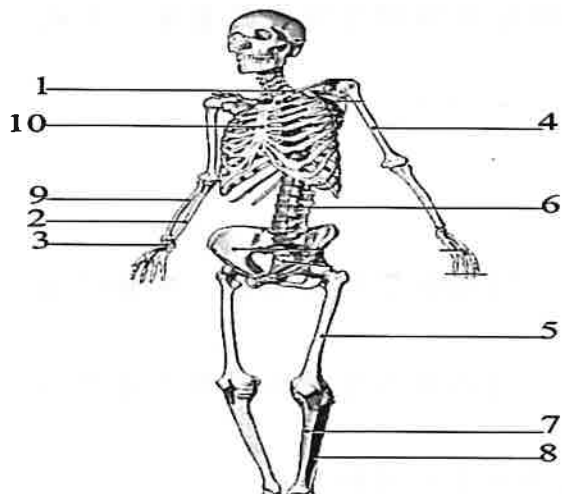
- (A) 通過淋巴結濾過淋巴
- (B) 偵測和抵抗感染
- (C) 收集體內細胞間隙的淋巴
- (D) 淋巴回流到血液

69.依據「中等以上學校運動成績優良學生升學輔導辦法」相關規定說明，下列何者敘述有誤？

- (A) 運動成績等級加分，第二級為百分之四十
- (B) 獲得世界中學生運動會前六名，得以申請甄審
- (C) 獲得全國中等運動會前六名，得以申請甄試
- (D) 申請甄審者，應檢附最近三年內的運動成績證明

第參部分：配合題（共 13 分）

說明：第 70 題至第 79 題，請配合下圖填入正確的代號；第 80 題為題組，全對才給分。



圖片來源：Primal Pictures

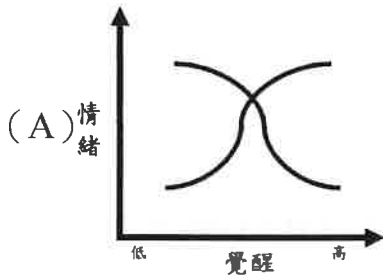
代號 ↓：

- (A) Fibula (B) Femur
- (C) Clavicle (D) Humerus
- (E) Lumbar Vertebra
- (F) Carpals (G) Sternum
- (H) Radius (I) Ulna
- (J) Tibia

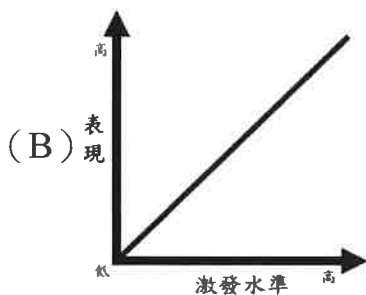
- 70. 根據上圖，【1】的解剖部位名稱為何？
- 71. 根據上圖，【2】的解剖部位名稱為何？
- 72. 根據上圖，【3】的解剖部位名稱為何？
- 73. 根據上圖，【4】的解剖部位名稱為何？
- 74. 根據上圖，【5】的解剖部位名稱為何？
- 75. 根據上圖，【6】的解剖部位名稱為何？
- 76. 根據上圖，【7】的解剖部位名稱為何？
- 77. 根據上圖，【8】的解剖部位名稱為何？
- 78. 根據上圖，【9】的解剖部位名稱為何？
- 79. 根據上圖，【10】的解剖部位名稱為何？

80.本題為 3 分，全對給分。

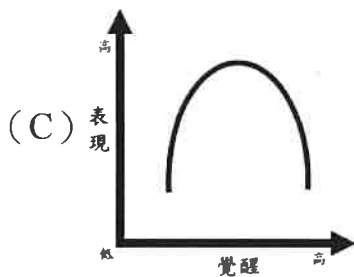
請參考以下四張圖，並從圖右框格文字敘述配對，選擇出正確答案。



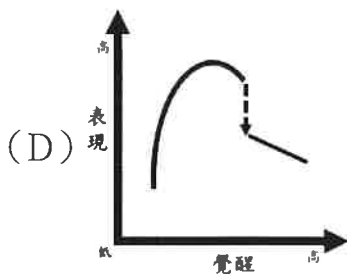
選手的覺醒程度與表現，依造自己個人解釋自己的覺醒，且必須將覺醒解釋為愉快興奮感，才能有最佳表現。



競技運動比賽中，現場觀眾的加油聲，有助於激發選手表現上升，進而損害生疏且複雜的運動表現，但有利於已臻熟練的運動表現。



在低覺醒狀態時，表現會在平常水準之下，因為運動者的心理不夠興奮。隨著覺醒程度的提升，表現會逐漸改善，當覺醒升到最適當的一點時，將會產生最佳表現。然而，覺醒水準若持續提昇，則表現又再隨之衰退。



表現的好壞受到生理覺醒和認知焦慮兩者複雜的交互作用有所影響；選手只有在不擔憂或低認知焦慮時，生理覺醒和運動表現才會呈現倒U字型的關係。在高認知焦慮時，生理覺醒超過某個閾值表現將急速下降。

試 題 結 束