

一、單一選擇題

1. (D)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
2. (C)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。
3. (B)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。
4. (C)籃球違例的判決會發生在下列哪一種情形時？ (A)進攻球員連續運球十秒時 (B)進攻球員連續傳球十三秒時 (C)進攻球員持球六秒卻沒有投球時 (D)罰球員得球三秒後仍未投籃。
5. (C)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。
6. (C)當你投籃時，若發現球連籃框都碰不著稱為什麼球？ (A)空心球 (B)籃板球 (C)籃外空心球 (D)三分球。
7. (D)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。
8. (C)下列哪一種情況不算是犯規或違例？ (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)防守者拉扯對方控球員的衣服。
9. (C)搶籃板球是籃球比賽中勝負的關鍵之一，請問下列哪一項敘述可能「無法」搶到籃板球？ (A)隨時紧盯籃球反彈位置 (B)觀察籃球出手點的距離 (C)取得外側的位置，並把對手擋在內側 (D)注意投籃角度。
10. (C)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
11. (A)「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。
12. (A)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。
13. (A)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。
14. (B)籃球場上有所謂的先發五虎，各位置分別有不同的職責畫分，同時也依據不同球員的能力進行調配，請問下列對於各個位置的敘述，何者正確？ (A)SG：具備穩定的控球且為進攻的總指揮 (B)SF：主要職責是突破防守並積極投籃 (C)PG：負責搶籃板、防守等 (D)PF：外線投籃快又準，屬於第二得分手。
15. (C)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。
16. (B)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
17. (C)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。
18. (B)在正規的排球比賽中，場上的球員應有幾人？ (A)10人 (B)12人 (C)14人 (D)8人。
19. (B)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。
20. (B)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。
21. (D)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。
22. (C)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。
23. (A)下列哪一種排球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。
24. (A)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。
25. (A)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

26. (C)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
27. (C)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。
28. (C)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
29. (D)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。
30. (B)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。
31. (D)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。
32. (A)一般球員違例是指在有防守球員下，持球員幾秒內未有傳、投等動作？(A)5 秒(B)10 秒 (C)15 秒 (D)20 秒
33. (A)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。
34. (D)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。
35. (B)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。
36. (A)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。
37. (C)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。
38. (C)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
39. (D)「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。
40. (D)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。
41. (B)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。
42. (C)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。
43. (B)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。
44. (B)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」
45. (A)(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。
46. (B)哪一種投籃方式可用於任何距離，且在遠距離時命中率較高？(A)單手投籃(B)雙手投籃(C)三步上籃 (D)三分射籃
47. (C)跳遠之場地以鋪設何物為宜？ (A)塑膠 (B)海綿 (C)細沙 (D)紅土。
48. (C)籃球賽中，每一隊共有幾位選手上場比賽？ (A)3 人 (B)4 人 (C)5 人 (D)6 人。
49. (C)想要打好籃球除了具備良好的動作技巧外，更需要對籃球場地有完整的認識，下列是二年五班同學對於籃球場認識的介紹，請問哪一位同學所說的並「不」正確？(A)玲玲：禁區是長方形區域，而且不能停留超過 3 秒鐘(B)小帥：標準的籃框幾乎可以同時投入 2 顆籃球(C)威哥：站在罰球線上投進的球算 3 分 (D)心潔：合理衝撞區裡只會出現阻擋犯規
50. (A)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