

109學年度中區縣市政府教師甄選策略聯盟

【科目名稱：國小體育概論】

選擇題【共50題，每題2分，共100分】請以2B鉛筆於答案卡上作答，單選題；答錯不倒扣

- 發展協調障礙(Developmental Coordination Disorder, DCD)的敘述何者正確？
(A)此障礙乃因生理疾病如肌肉病變而引起 (B)主要是脂肪攝取過多、BMI指數過大
(C)會隨著年齡增長而消失 (D)運動協調的表現顯著低於同儕
- 西方運動哲學發展歷史脈絡的原初期(~1960)，寫出「人類—遊戲者」的作者是誰？
(A)席格勒(E.F. Zeigler) (B)格瑞扶司(H. Graves)
(C)懷金格(J. Huizinga) (D)桑塔雅那(G. Santayana)
- 小明於排球班際比賽時，將隊友接的第1顆球快落地前，用腳踢起來，裁判如何吹判？
(A)失分 (B)擊球犯規
(C)合法擊球繼續比賽 (D)技術高超直接得分
- 以學生為主體強調個人成長與自主性的體育價值取向是哪一個？
(A)自我實現 (B)學習歷程 (C)生態整合 (D)社會責任
- 關於教育部推動的SH150方案，何者為非？
(A)學生每週在校運動150分鐘方案 (B)依據國民體育法第6條之規定
(C)每週參與體育活動時間含體育課時數達150分鐘以上 (D) S代表Sports，H代表Health
- 理解式球類教學具有何種哲學觀的基礎？
(A)結構主義 (B)解構主義 (C)建構主義 (D)虛構主義
- Erisson, Krampe & Tesch-Romer (1993)認為專家教練至少要花多久的實踐才能達到？
(A) 100小時 (B) 1,000小時 (C) 10,000小時 (D) 100,000小時
- 足球進攻球員射門後被守門員拍出端線，此時應該要判定發何種球？
(A)球門球 (B)角球 (C)邊線球 (D)踢12碼球
- 扯鈴運鈴後左棍舉高使線成垂直，右棍在鈴之右下方輕壓，使鈴緩緩上升，鬆緊線可使鈴緩緩上下自如，可連續3~4次，這動作稱為
(A)大鵬展翅 (B)雲霄飛車 (C)螞蟻上樹 (D)金雞獨立
- 運動彩券發行之規劃、執行及輔導是由哪一個單位的業務？
(A)體育署全民運動組 (B)體育署綜合規劃組
(C)體育署運動設施組 (D)財政部國稅局
- 關於Brockport 體能檢測手冊(Brockport Physical Fitness Test Manual)身心障礙調整版的敘述，何者為非？
(A)這是參考美國發展而來 (B)可協助體育及特教老師測量特殊生體能
(C)部分失能學童仍不適用 (D)目標有氧運動檢測(TAMT)測其肌力與肌耐力
- 我國運動用品或器材製造、批發及零售業的中央主管機關是哪個單位？
(A)教育部 (B)經濟部 (C)衛服部 (D)財政部
- 奧林匹克主義(Olympism)一詞最早是由誰提出的？
(A)杜威John Dewey (B)迪姆Carl Diem
(C)顧茲姆斯Johann Gutsmuth (D)古柏坦Pierre de Coubertin
- 英國政府建議體育教師與教練發展個人化學習的五要素，何者為非？
(A)工會權益 (B)學習評量 (C)課程授權與選擇 (D)延伸服務的提供
- 競技體適能(sport-related fitness)不包括哪一項？
(A)平衡性、協調性 (B)反應時間 (C)意志力 (D)速度、爆發力
- 何者被尊稱為近代學校體育之父？
(A)顧炎武 (B)顧茲姆斯 (C)亞里斯多德 (D)柏拉圖
- 聯合國教科文組織(UNESCO)修訂通過的「國際體育教育，體育活動與體育運動憲章」是在哪一年的大會？
(A) 2015 (B) 2016 (C) 2017 (D) 2018

18. 國際排球總會世界性及其所認可的比賽，其暫停採用第一局至第四局每局各幾次技術暫停，暫停時間為多久？
(A) 1次, 30秒 (B) 1次, 60秒 (C) 2次, 60秒 (D) 2次, 30秒
19. 根據流暢狀態模式圖，當活動參與者技能高且遇到高水準的挑戰時，會
(A)提高進入流暢狀態的機率 (B)容易產生焦慮感
(C)感到無聊 (D)以上皆非
20. 人體在刺激輸入和動作輸出之間的三個訊息處理階段：①反應程式 ②反應選擇 ③刺激確認，正確的執行順序為
(A) ①②③ (B) ③①② (C) ③②① (D) ②①③
21. 運動造成髻脛束緊繃的原因敘述何者為非？
(A)臀大肌、臀中肌、擴筋膜張肌等肌肉過度緊繃拉扯
(B)其他骨關節的結構異常，如長短腳、扁平足等
(C)擺臂姿勢與角度過小
(D)部分大腿肌肉（如股四頭肌）較軟弱而無法與髻脛束抗衡
22. 伏地挺身動作，手臂伸直時為預備位置，進行一次動作時，肱三頭肌的肌肉長度會如何？
(A)縮短 (B)增長 (C)先縮短後增長 (D)先增長後縮短
23. 一位50歲的成年人，要設計他以60-70%的最大心跳率進行運動，每分鐘心跳率應該介於？
(A) 132-154 (B) 120-140 (C) 102-119 (D) 90-112
24. 以下2020東京奧運新增項目中，何者只在本屆出現，下屆奧運將會被取消？
(A)空手道 (B)滑板 (C)運動攀登 (D)衝浪
25. 體育署頒布的國民體適能檢測實施辦法中，下列何者非檢測「心肺耐力」之方法？
(A) 800/1600公尺跑走 (B)登階測驗
(C)原地抬膝踏步 (D)漸進式來回穿梭跑
26. 高強度間歇訓練（簡稱HIIT）近年於全球各地掀起熱潮，下列何者為非？
(A) H是High (B)第一個I是Index
(C)第二個I是Interval (D) T是Training
27. 下列何者非決定最大攝氧量的生理因素？
(A)心臟大小 (B)肺換氣量 (C)動靜脈含氧差 (D)最大心輸出量
28. 髻關節應屬於何種關節？
(A)屈戌關節 (B)球窩關節 (C)滑動關節 (D)樞軸關節
29. 人類一般骨質密度最高峰約幾歲？
(A) 20歲 (B) 35歲 (C) 45歲 (D) 55歲
30. 持續四十秒的高強度運動需動用哪一種能量系統？
(A)ATP-PC (B)乳酸系統 (C)有氧系統 (D)脂肪燃燒
31. 哪一種類型的運動訓練，需要補充最多的蛋白質？
(A)走路 (B)馬拉松 (C)舉重 (D)游泳
32. 下列哪一項不是紅肌的特性？
(A)收縮速度較慢 (B)容易疲勞 (C)有氧能力高 (D)適合長時間運動
33. 深蹲訓練的主要肌群為何？
(A)比目魚肌 (B)腹直肌 (C)三角肌 (D)股四頭肌
34. 排球比賽中，第一裁判鳴笛指示發球後，發球員必須在幾秒內將球擊出？
(A) 5秒 (B) 6秒 (C) 7秒 (D) 8秒
35. 小明上籃球課時，皮膚乾躁發紅、心跳過快、呼吸過快、身體體溫上升很高，無法流汗，是何種症狀？
(A)熱衰竭 (B)中暑 (C)熱痙攣 (D)熱暈厥
36. 體適能測驗項目中，下列哪一項是測驗肌耐力？
(A) 800/1600公尺 (B)坐姿前彎 (C)立定跳 (D)一分鐘仰臥起坐
37. 帕拉林匹克運動會(Paralympic Games)幾年一次？
(A)一年 (B)二年 (C)三年 (D)四年
38. 肩關節水平內收的主要肌群為何？
(A)胸大肌 (B)三角肌 (C)斜方肌 (D)肱二頭肌

39. 根據運動的歸因理論(Weiner)，哪一項是屬於內在、不穩定、能控制的歸因？
(A)能力 (B)努力 (C)運氣 (D)工作任務
40. 骨骼肌肉系統應用之槓桿原理中，下列何者屬於費力槓桿，但能提供較大的關節活動範圍及速度？
(A)第一種槓桿 (B)第二種槓桿 (C)第三種槓桿 (D)第四種槓桿
41. 下列哪一項不是籃球比賽中的違例行為？
(A)兩次運球 (B)帶球走步 (C)球回後場 (D)防守阻擋
42. 骨骼系統的任務，下列何者有誤？
(A)身體的架構 (B)槓桿作用產生動作
(C)生產白血球 (D)貯存礦物質
43. 呼吸循環訓練的效果為何？
(A)安靜時心跳數增加 (B)安靜時心輸出量無變化
(C)運動時心輸出量降低 (D)最大氧氣攝取量降低
44. 下列何者非為影響團隊凝聚力發展的主要因素？
(A)環境因素 (B)風險因素 (C)領導因素 (D)個人因素
45. 下列何者非為牛頓三大運動定律之內容？
(A)慣性定律 (B)質量守恆定律
(C)外力總合等於質量乘加速度 (D)作用力與反作用力定律
46. 針對智能障礙的學生，進行適應體育教學時之注意事項，下列何者正確？
(A)智能障礙學生無法持久集中注意力，教學時間宜簡短
(B)智能障礙學生容易理解抽象化的事宜
(C)唐氏症學生因頸部之構造不同，活動中應多做翻滾動作，以訓練頸部肌肉
(D)應多設計團體類型的活動，讓極重度智能障礙學生學習群體生活
47. 夏季奧林匹克運動會曾經三度因故停辦，請問下列何屆未停辦？
(A) 1916德國柏林 (B) 1928荷蘭阿姆斯特丹
(C) 1940日本東京 (D) 1944英國倫敦
48. 木球類似下列何種球類運動，由臺灣人自行研發，並推廣到國際，目前已為亞運認可之競賽項目？
(A)排球 (B)桌球 (C)羽球 (D)高爾夫球
49. 下列何者非屬運動家精神之四個組成要素？
(A)公平 (B)求勝的意志 (C)好的榜樣 (D)和諧
50. 十二年國民基本教育健康與體育領域課程綱要中，國民小學階段健康教育與體育的時間分配比例原則為何？
(A) 1：1 (B) 1：2 (C) 1：3 (D) 1：4