

一、選擇題(每題 5 分)

1. ()學期初，施測體適能測驗項目中，「坐姿體前彎」主要是在測驗何種身體適能？
(A)柔軟度 (B)心肺耐力 (C)肌耐力 (D)瞬發力。
2. ()大道國中校慶運動會大隊接力賽的接力區範圍為多少距離？
(A) 10M (B) 15 M (C) 20 M (D) 25 M。
3. ()下列有關大道國中114學年度校慶運動會八年級混和組大隊接力的比賽規定，下列何者錯誤？ (A)大隊接力第一棒起跑方式為蹲踞式起跑 (B)參與大隊接力的人員共有15人，女生7人、男生8人 (C)大隊接力的接力區共分三個接力區 (D)接力區的距離為10公尺。
4. ()體適能測驗項目中，「立定跳遠」主要是在測驗何種身體能力？
(A)耐力 (B)瞬發力(肌力) (C)心肺耐力 (D)柔軟度。
5. ()棒球好手小小郭因長期投球，在手臂累積不少小傷害，進而產生肩膀構造損傷，這個現象稱之為何？ (A)慢性運動傷害 (B)慢性手臂韌帶發炎 (C)急性運動傷害 (D)急性膝蓋韌帶發炎。
6. ()籃球快攻的得分手段，除了需要良好的默契，還須具備哪一項必要元素？
(A)中場的遠投力 (B)強勁的灌籃力 (C)果決的行動力 (D)薄弱的單打力。
7. ()桌球球體表面無光澤，顏色有白色和橘色，圓球體的直徑為幾公分？
(A)4.5公分 (B)4公分 (C)3.5公分 (D)3公分。
8. ()貼紮用品種類中，不具任何彈性，常用來固定關節的是哪一種貼布？
(A)運動貼布(白貼) (B)無彈性繃帶 (C)肌內效貼布 (D)機能貼布。
9. ()有關桌球發球規則，下列敘述何者錯誤？ (A)拋球時，手指不能將球包覆住 (B)拋球高度至少離手16公分高 (C)拋球路徑弧度沒有任何限制 (D)持球的手不能低於桌面。
10. ()籃球比賽時不慎受傷，防護員應利用下列最新的受傷處理原則，來協助運動員？ (A)PRICE (B)PEACE (C)LOVE (D)RICE。
11. ()桌球擊球時想要改變球的左右方向，該調整哪一項動作？ (A)擊球時間點 (B)球拍握法 (C)擊球力道 (D)擊球時拍面的角度及方向。
12. ()打桌球時，為了能快速轉換拍面擊球，應採用哪一種握拍法？ (A)橫拍 (B)直拍 (C)立拍。
13. ()關於冰敷袋的使用時機，下列敘述何者錯誤？
(A)發生急性運動傷害時，且沒有外傷 (B)肌肉發炎腫脹期，能降低疼痛 (C)常用於抑制慢性運動傷害的神經痛 (D)發生肌肉碰撞後，可消炎消腫。
14. ()籃球比賽中，球員為了有更好的得分機會，在沒持球的狀況下仍不斷移動跑位，這個動作我們稱之為何？ (A)切入 (B)空切 (C)空擋 (D)飄移。
15. ()關於桌球運動，下列敘述何者錯誤？ (A)相較其他運動，比較不易累積運動傷害 (B)屬於室內運動，不受天候限制 (C)規則簡單易上手，且充滿樂趣 (D)桌球球體小，屬於慢速運動。
16. ()下列有關大道國中114學年度校慶運動會的敘述，下列何者錯誤？ (A)參加100公尺者亦可以參加四百公尺接力 (B)200公尺比賽不可以跑到他人的跑道 (C)參加大隊接力者可以參加100公尺 (D)跑大隊接力者要從外側超越他人不可從內側。
17. ()利用身體作為屏障，讓隊友能迅速跑出空檔傳接球的戰術，我們稱之為何？
(A)切入 (B)人牆 (C)擋人 (D)掩護。
18. ()徑賽項目100M，其起跑發令的順序為何？ (A)預備、各就位、鳴槍 (B)各就位、預備、鳴槍 (C)預備、鳴槍 (D)各就位、鳴槍。
19. ()阿億是一位具備良好籃球運球能力的球員，如果他要創造更好的得分位置，還須具備哪些能力？
(甲)跑動能力 (乙)預測能力 (丙)起跑能力 (丁)防守能力
(A)甲乙 (B)甲丙 (C)乙丁 (D)丙丁。
20. ()判斷籃球合法的掩護動作，不包含下列哪一項要領？
(A)腳步與肩同寬 (B)雙手用力向前推出 (C)與人接觸前，自身建立一個完整的圓柱體 (D)腳步不得移位。

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
A	C	D	B	A	C	B	A	C	B
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
D	A	C	B	D	A	D	B	A	B