

107 學年度第 2 學期嘉義市私立興華中學綜合體育常識測驗題庫

選擇題：

- (3) 1、 羽球單、雙打比賽，每局以先獲幾分者為勝(1)15 分(2)20 分(3)21 分(4)25 分。
- (2) 2、 羽球比賽發球之規定，下列何者正確(1)球可以拋起在頭頂上發球(2)擊球點需要在腰部以下(3)一隻腳必須靜止在地面上(4)發球時雙腳可以離地。
- (2) 3、 現在羽球最先起源於(1)英國(2)印度波那(3)瑞士。
- (3) 4、 羽球網支柱處高度為(1)1.57 公尺(2)1.53 公尺(3)1.55 公尺。
- (1) 5、 羽球網中央處高度為(1)1.524 公尺(2)1.512 公尺(3)1.546 公尺。
- (3) 6、 羽球比賽，每局以(1)十一分(2)十五分(3)二十一分決勝負，且要差二分以上。
- (3) 7、 羽球比賽，每局最多打到幾分，(1)二十一分(2)二十三分(3)三十分。
- (3) 8、 羽球發球時，球拍框上緣不得高於發球者持拍手的(1)肘部(2)肩部(3)手部。
- (3) 9、 羽球比賽中，球觸網而進入對方有效區，該球應判(1)失誤(2)重發球比賽(3)繼續比賽。
- (2) 10、 羽球單打比賽發球者的得分為偶數時，應站於(1)左邊(2)右邊(3)中間發球。
- (1) 11、 羽球單打比賽發球者的得分為奇數時，應站於(1)左邊(2)右邊(3)中間發球。
- (3) 12、 桌球起源於(1)美國(2)中國(3)英國。
- (2) 13、 桌球網高(1)15.20(2)15.25(3)15.30 公分。
- (3) 14、 桌球比賽每局先得(1)15 分(2)20 分(3)11 分為勝。
- (1) 15、 桌球合法有效之發球應將球拋高(1)16 公分(2)20 公分(3)30 公分以上。
- (2) 16、 世界盃桌球賽每(1)一年(2)二年(3)四年舉辦乙次。
- (1) 17、 桌球發球觸網而求進入對方檯面(1)不算重發(2)得分(3)失分。
- (2) 18、 排球運動於(1)1894(2)1895(3)1896 年由美國威廉摩根先生所創。
- (3) 19、 排球當裁判鳴笛後，發球員需於(1)5 秒(2)7 秒(3)8 秒內將球發出。
- (2) 20、 排球每一暫停時間為(1)20 秒(2)30 秒(3)1 分鐘。
- (1) 21、 排球這項運動起源於(1)美國(2)英國(3)中國。
- (2) 22、 排球場的場地為(1)長 18 公尺，寬 8 公尺(2)長 18 公尺，寬 9 公尺(3)長 21 公尺，寬 10 公尺。
- (1) 23、 排球比賽，獲發球權之一方應(1)順時針(2)逆時針(3)不一定方向輪轉一位。
- (3) 24、 排球在不封網的情況下，每隊可擊球幾次後過網?(1)5 次(2)4 次(3)3 次。
- (3) 25、 成人排球賽男子網高為(1)2.34 公尺(2)2.50 公尺(3)2.43 公尺。
- (1) 26、 成人排球賽女子網高為(1)2.24 公尺(2)2.50 公尺(3)2.43 公尺。
- (1) 27、 排球決勝局某隊先獲得(1)8 分(2)9 分(3)10 分時應交換場地。
- (1) 28、 近代游泳比賽起源於(1)英國(2)美國(3)法國。
- (1) 29、 游泳比賽中的混合式接力依序為 (1)仰、蛙、蝶、捷(2)蝶、仰、蛙、捷(3)捷蝶、仰、蛙。
- (2) 30、 籃球在後場獲得控球權的球隊，必須在(1)5 秒(2)8 秒(3)15 秒內將球傳入前場。
- (1) 31、 籃球擲界外球，不得超過(1)5 秒(2)7 秒(3)10 秒。
- (1) 32、 籃球當一球員被對方球員緊迫防守而不拍、傳、投球達(1)5 秒(2)10 秒(3)3 秒則判違例，由對隊發界外球。
- (2) 33、 標準國際比賽球場為(1)長 27 公尺，寬 14 公尺(2)長 28 公尺，寬 15 公尺(3)長 26 公尺，寬 14 公尺。

- (1) 34、籃圈之高度為(1)3.05m(2)3.10m(3)3.0m。
- (3) 35、籃球是哪一國發明的?(1)德國(2)英國(3)美國。
- (2) 36、運球上籃最多可跨(1)3步(2)2步(3)1步。
- (1) 37、跑動接球後，通常以哪一隻腳做旋轉中樞?(1)先落地之軸心腳(2)後落地之一腳(3)個人的習慣腳。
- (3) 38、甲隊投籃後，球碰到籃板後方之障礙物又彈回場內(1)繼續比賽(2)雙方跳球(3)甲隊違例乙隊發邊線球。
- (3) 39、欲提高心肺功能，下列何項運動較易獲得效果?(1)排球(2)舉重(3)慢跑。
- (3) 40、下列何者屬於無氧性運動?(1)持續性慢跑(2)長時間游泳(3)100m 賽跑。
- (3) 41、熱身運動最大的功用是(1)促進心肺功能(2)增加爆發力(3)增加柔軟度，避免運動傷害。
- (3) 42、下列何者為最佳之全身性運動?(1)仰臥起坐(2)踢毽子(3)游泳。
- (1) 43、「更高、更快、更強」是什麼運動的格言?(1)近代奧林匹克運動會(2)亞洲運動會(3)世界大學運動會。
- (2) 44、運動時若發生急性扭傷，應立刻停止運動並立即於受傷部位(1)熱敷(2)冷敷(3)按摩。
- (1) 45、處理急性運動傷害之原則為「R.I.C.E」即休息、冰敷、壓迫即(1)抬高(2)按摩(3)繼續輕微運動。
- (2) 46、下列何種環境下從事運動最易中暑?(1)高溫乾燥(2)高溫潮濕(3)低溫乾燥。
- (2) 47、扭傷之後應馬上冰敷，一般而言幾天後才能熱敷?(1)1天(2)3天(3)5天。
- (4) 48、欲消除腹部多餘的脂肪，最佳的運動方法為(1)徒手體操(2)仰臥起坐(3)伏地挺身(4)較長時間持續性的快走或慢跑。
- (4) 49、為有效達到減肥效果，下列何項敘述正確?(1)只要多運動，不必飲食控制(2)多做流汗的運動可減肥(如三溫暖、蒸氣浴)(3)做局部運動，可重點減肥(如增加腿部運動，可消除腿部脂肪)(4)理想的減肥方法應規律運動、飲食控制與行為改變同時進行。
- (3) 50、如欲增強心肺功能，你認為運動時的心跳數最好能增至最大心跳數的百分之多少最恰當?(1)10-20%(2)20-30%(3)55-90%。