

屏東縣 106 學年度國民中小學暨幼兒園教師 (含代理教師)聯合甄選試題

科目：體育專業知能測驗

說明：本試卷共 50 題，均為四選一之單選題。每題 2 分，共 100 分

01. 從動作的起止點來區分運動技能時，以下哪一個運動項目與跳遠最接近？
(A)長跑 (B)100 公尺跑 (C)擲標槍 (D)跨欄
02. 以下哪一種感覺與運動時的姿勢控制較無關聯？
(A)聽覺 (B)視覺 (C)觸覺 (D)本體覺
03. 以下關於運動能力(ability)與運動技能(skills)的敘述，何者有誤？
(A)能力是遺傳的，技能是透過練習而成的
(B)每種能力可構成許多技能
(C)能力是穩定且持久的，技能隨著練習而變化
(D)技能的數量有限，但能力是無窮盡的
04. 在指導學生立定跳遠時，以下何種注意力焦點的引導方式可能不利於動作協調？
(A)引導學生盡量往遠處目標跳
(B)引導學生盡量跳得比前一次的距離還遠
(C)引導學生注意正確的手臂擺動和屈膝的動作
(D)以上皆非
05. 在練習 100 公尺短跑時，以下哪一種練習對於起跑技術的幫助最為有限？
(A)適當起跑的動作 (B)降低簡單反應時間 (C)正確的注意力焦點 (D)以上皆非
06. 以下哪一個是反射動作的表現？
(A)踩到香蕉皮立刻穩住平衡 (B)籃球選手在任何情況都能投空心球
(C)跆拳道選手抓到機會立刻出腳 (D)以上皆是
07. 以下何者對於運動技能的描述不正確？
(A)需要經過學習 (B)以外顯表現來測量
(C)與認知學習不盡相同 (D)不是天生的運動能力
08. 以下何者最有可能是學習捷泳時技能出現轉移 (transition) 的徵兆？
(A)整體速度變快 (B)手腳的相對相位改變
(C)整體速度變慢 (D)換氣次數變少
09. 為了讓學生在比賽輸球後，能繼續有練習的動機，教練最好將輸球的原因歸咎於哪一個？
(A)對手今天運氣比較好 (B)對手能力超過自己
(C)自己今天防守做得不好 (D)自己可能比較適合田徑項目
10. 根據能力動機理論(competence motivation theory)，讓兒童願意繼續練習運動技能的因素不包含哪一個？
(A)知覺能力 (B)挑戰性 (C)自尊 (D)知覺控制
11. 在成就動機發展的階段，7 歲左右的兒童屬於哪一個階段？
(A)自發性階段 (B)社會比較階段 (C)整合階段 (D)認知聯結階段
12. 對於一名高特質焦慮的游泳選手，教練在賽前可以怎麼做以便能降低選手的壓力？
(A)強調比賽的重要性 (B)設定工作性目標
(C)提供比賽的可能結果 (D)以上皆是
13. 以下何者為低成就動機的學生比較不會出現的行為？
(A)集中焦點在成功的驕傲 (B)選擇比他強或比他差的人比賽
(C)把比賽失敗解釋為自己的能力不如他人 (D)採取結果目標
14. 對於增加學習運動的內在動機，以下何者效果不佳？
(A)進入流暢狀態 (B)以獎賞來肯定個人的能力
(C)安排適度的挑戰 (D)盡量安排簡單的技能

- 15.根據目前的研究，讓青少年不再想要繼續從事競技運動的原因中，以下何者最為關鍵？
 (A)無法學習新的技巧 (B)自覺勝任能力不足
 (C)沒有同伴 (D)升學
- 16.在成就動機目標理論中，採取工作取向的學生，在學習運動時比較不會出現以下哪一種的行為？
 (A)選擇適合的難度 (B)喜歡贏過別人
 (C)專注於自己是否有進步 (D)專注於精熟技能
- 17.根據 Norman Haan 所提出的道德發展階段，在足球比賽中「只要沒被抓到，踢人就沒關係」。這樣的行為是屬於哪一個階段？
 (A)外在控制 (B)以牙還牙 (C)利他觀點 (D)遵從外在規則
- 18.以下哪一項不是開立運動處方的原則？
 (A)運動環境 (B)運動頻率 (C)運動型式 (D)運動強度
- 19.仰賴“視力”的精準性運動項目，如射箭、射擊、撞球...等，更需要足夠補充下列那一種維生素，以維持較好的眼力，提升競賽成績？
 (A)維生素 A (B)維生素 D (C)維生素 E (D)維生素 K
- 20.當外力大於肌肉收縮所產生的力量，使得肌肉長度被拉長，此種收縮的形式稱之為
 (A)向心收縮 (B)離心收縮 (C)等長收縮 (D)被動收縮
- 21.想要增加脂肪代謝達到減脂塑身的效果，應該採用的運動策略是？
 (A)高強度、短時間 (B)中低強度、長時間
 (C)中高強度、短時間 (D)中低強度、短時間
- 22.下列何者不屬於運動訓練原則？
 (A)超載原則 (B)漸進原則 (C)時間原則 (D)個別化原則
- 23.下列何者可以作為運動強度的指標？
 (A)心跳率 (B)攝氧量 (C)血乳酸濃度 (D)以上皆是
- 24.運動時哪項生理現象是對的？
 (A)心跳降低 (B)血液 PH 值上升 (C)心輸出量不變 (D)交感神經興奮
- 25.第一屆「現代奧林匹克運動會」，於西元何年在希臘雅典舉行，此後每四年舉行一次
 (A)1896 年 (B)1898 年 (C)1902 年 (D)1906 年
- 26.下列何者不是急性運動傷害的處理方式
 (A)加壓 (B)抬高 (C)熱敷 (D)休息
- 27.最新的心肺復甦術(CPR)的處理程序，並配合 AED 的使用
 (A)叫叫 ABC (B)叫叫 BCA (C)叫叫 CAB (D)叫叫 CBA
- 28.下列何者不是運動健康體適能的四大要素
 (A)心肺耐力 (B)肌力、肌耐力 (C)柔軟度 (D)敏捷性
- 29.教育部體育署所推動之「SH150」方案中，「H」所指為何？
 (A)快樂 (B)興趣 (C)健康 (D)希望
- 30.2017 年世界大學運動會，經過民眾票選最能代表臺灣及符合 2017 世界大學運動會精神的吉祥物為何？
 (A)臺灣藍鵲 (B)臺灣黑熊 (C)101 寶寶 (D)臺北樹蛙
- 31.下列何者不屬於男子十項全能運動項目？
 (A)100 公尺 (B)200 公尺 (C)400 公尺 (D)1500 公尺
- 32.六隊參加比賽，若選擇單組循環賽制，比賽場次將會有幾場？
 (A)18 場 (B)16 場 (C)15 場 (D)12 場
- 33.目前桌球運動所使用的桌球大小為
 (A)30 公厘 (B)35 公厘 (C)40 公厘 (D)45 公厘
- 34.游泳比賽，團體混合式接力的順序為？
 (A)蝶式→仰式→蛙式→自由式 (B)仰式→蛙式→蝶式→自由式
 (C)蛙式→仰式→蝶式→自由式 (D)自由式→仰式→蝶式→蛙式
- 35.目前青少年肥胖的比率愈來愈高，而且被認為與何種疾病日益增加的發生率有較密切的關連？
 (A)氣喘 (B)第二類型糖尿病 (C)骨質疏鬆症 (D)地中海型貧血
- 36.不同年齡層的最高心跳率，可以用下列公式
 (A) 230-年齡 (B) 220-年齡 (C) 210-年齡 (D) 200-年齡

37. 有氧醣酵解時，終產物是
 (A) 肝醣 (B) 酵素 (C) 氨基酸 (D) 丙酮酸
 無氧醣酵解終產物則是乳酸。
38. 體育課基本規則，是著重積極
 (A) 高強學習能力 (B) 樂趣化教學
 (C) 盡力完成 (D) 安全學習經驗的體育環境中，被廣為接受的。
39. 運動中，若作用物的質量增加 3 倍，轉動半徑增加 2 倍，請問其轉動慣量可增加多少倍
 (A) 6 倍 (B) 8 倍 (C) 12 倍 (D) 18 倍
40. 又被稱為速度槓桿是為
 (A) 第一類槓桿 (B) 第二類槓桿 (C) 第三類槓桿 (D) 以上皆是
41. 打擊者要增加棒球被擊出的速度，可藉由
 (A) 增加球棒質量 (B) 增加球的質量 (C) 增加球的出射角 (D) 增加球棒的末速度
42. 運動活動企劃的執行，應進行所謂的內外部的 SWOT 情境分析，其中“S”代表何意？
 (A) 優勢 (B) 機會 (C) 威脅 (D) 指導
43. 下列課程模式何者最強調課程經驗有計畫挑戰個體，且對自我產生新瞭解，以實現自我理想
 (A) 運動教育模式 (B) 體適能模式 (C) 發展模式 (D) 動作分析模式
44. 桌球的個人賽球員可請求幾次暫停，其暫停的時間是多久？
 (A) 2 次；30 秒 (B) 1 次；1 分鐘 (C) 2 次；1 分 30 秒 (D) 1 次；2 分鐘
45. 某籃球隊團體或團隊內的選手，由於動機流失而沒有付出 100% 的努力之現象稱之為
 (A) 社會懈怠 (B) Steiner 模式 (C) Ringlenman 效應 (D) 協調流失。
46. (A) 本質論 (B) 成就目標理論 (C) 歸因理論 (D) 能力動機理論
 堅決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。
47. 檔案評量可以
 (A) 評價學生的表現 (B) 提高學生投入評鑑的程度
 (C) 無法滿足學校改革的責任需求 (D) 以上皆是
48. 肌纖維負責儲存鈣離子是
 (A) 衛星細胞 (B) 肌漿網 (C) T 小管 (D) 肌膜
49. 「了解運動參與在個人、社會層面的意義。」的對應能力是屬於九年一貫課程綱要的那一項的基本能力。
 (A) 生涯規劃與終生學習 (B) 表達溝通與分享
 (C) 尊重、關懷與團隊合作 (D) 規劃、組織與實踐
50. 訓練要素的順位，依序是
 (A) 體能、技術、戰術、心理 (B) 技術、體能、戰術、心理
 (C) 心理、體能、技術、戰術 (D) 技術、體能、心理、戰術