|  |
| --- |
| **平鎮高中 109學年度第一學期 普高體育科 命題教師：****\_\_\_\_\_年 \_\_\_\_\_班 座號：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_** |

**一、是非題：**

（○） 1.在羽球比賽中，回擊球的最佳方式是將來球打向對方的最遠端，逼迫對方必須跑動較長遠的距離，以爭取下一球準備回擊的時間。

解析：P105

（╳） 2.自由式比賽時，身體可以持續潛入水中游泳。

解析：自由式比賽過程中，選手必須有身體的任一部分露在水面上。P28

（○） 3.桌球以右手持橫拍，正手發側下旋球，當球下降時，前臂和手腕揮動從右上方向前下揮動，球拍從球的後側，由右上往左下切過。

解析：P89

（○） 4.應該盡量用墊步的方式接球或運球停球。

（○） 5.發球時，持球手手掌必須水平伸開，將球靜止放在掌心上。

（╳） 6.田徑100公尺使用起跑架起跑，一般會將非慣用腳置於後方，慣用腳則置於較接近起跑線處。

解析：一般會將慣用腳置於後方，非慣用腳則置於較接近起跑線處。P6

（○） 7.捷泳滾翻轉身，常犯的錯誤動作是滾翻時未縮下巴，會導致軀幹無法順暢滾動。

解析：P27

（○） 8.籃球對持球者擋人的進攻組合，又稱為Pick and roll，是一種得分效率極高的兩人小組進攻搭配。

解析：P52

（○） 9.在田徑分道跑的比賽，運動員應自始至終在各自的分道內比賽。

（╳）10.於個人混合式游泳比賽時，自由式項目可以以仰式、蛙式或蝶式任一泳姿代替。

解析：於個人混合式游泳比賽時，自由式項目是指仰式、蛙式、蝶式以外的泳姿。P28

（○）11.於游泳池游泳時，須依循指示方向（通常同一水道中，右去左回，即靠右側游），以避免撞擊等危險事件發生。

解析：P26

（╳）12.捷泳划手換氣，常犯的錯誤動作是，換氣時先划手，再轉頭，會容易產生換氣時間不足與嗆水現象。

解析：換氣時先轉頭，再划手，會產生換氣時間不足與嗆水現象。P26

（○）13.羽球正手接殺球，接擊球時，以手肘帶動手腕向前方擺動前臂，揮擊來球正下方，是把球直線挑高的動作要領。

解析：P103

（○）14.籃球小組戰術，擋人者確實擋完人後，要積極對球展開跟進與卡位要球。

解析：P63

（○）15.在桌球比賽中，發球是第一次擊球，由發球者完全主導擊球；善於發球者可運用多種不同的發球變化，來控制、破壞對方擊球的節奏，進而贏得比賽勝利。

解析：P88

（○）16.捷泳為正式游泳比賽最快速的泳姿。

（○）17.室內六人制排球運動是於1895年由美國人威廉．摩根所發明出來的運動。

（╳）18.籃球運動，擋人者尚未就定位，持球者卻過早運球切入，造成擋人者移動身體去阻擋防守者所造成犯規，稱為推人犯規。

解析：阻擋犯規。P64

（○）19.游泳正確的換氣方式，當口鼻部位離開水面後，以嘴巴張大吸氣，頭入水中則持續以鼻子吐氣。

解析：P22

（╳）20.籃球執行小組攻防戰術，擋人掩護時，擋人者應重心放低，雙手保護身體，避免被衝撞受傷，掩護時須隨時根據對手行進路線，再跟進移動。

解析：掩護站定位後不可移動，以免被判阻擋犯規。P57

（╳）21.參加田徑100公尺比賽，聽到發令裁判「各就位」的口令時，應立即抬高臀部，使臀部微高於肩，身體前傾，身體重心落於雙手手掌上，做好最後起跑準備姿勢。

解析：以上是發令裁判發出「預備」號令後，選手的準備動作。P7

（╳）22.羽球接殺球，擊球時主要以肩關節為支點，依靠大臂、前臂、手腕和食指發力、借力使力將球回擋。

解析：以肘關節為支點，依靠前臂、手腕和食指發力、借力使力將球回擋。P101

（╳）23.短距離田徑賽跑，使用起跑架起跑姿勢，選手的身材愈高大者，其兩腳的踏板位置間距則要愈小。

解析：身材愈高大者適合長式起跑，兩腳間距較大。P6

（○）24.排球比賽時，在裁判鳴笛前，就將球發出，視同發球無效，應重新發球。

解析：P81

（○）25.排球比賽用球的顏色為色彩球，比賽得分方式為「得球得分制」。

解析：P80

（○）26.籃球運動執行小組攻防戰術，進攻方球員傳球後，積極移位能夠造成防守方莫大的困擾。

解析：P51

（╳）27.擋人時的站位可以視防守者的位置移動。

解析：擋人時確實站位不可移動，否則容易被裁判判決「進攻阻擋犯規」。P63

（╳）28.游泳時，人體所感到最明顯的就是游動過程中被排開的水對身體造成的壓力，此壓力即稱之為摩擦阻力。

解析：形狀阻力。P29

（╳）29.排球比賽時，第一裁判鳴笛指示發球後，發球員必須在5秒鐘內將球擊出。

解析：第一裁判鳴笛指示發球後，發球員必須在8秒鐘內將球擊出。P81

（╳）30.短距離田徑賽跑，聽到槍響起跑出發的第一步，膝關節應盡量抬高，步幅加大以利身體加速度前進。

解析：起跑後第一步的步幅不可太大（約4個腳掌長度），膝關節不宜抬太高，以縮短從起跑到著地之距離。P7

（○）31.排球正面低手傳球，傳球瞬間，兩眼盯住來球，縮下顎，腰部放低，兩手臂伸直靠緊併齊，保持接球面平整，兩手掌的手指互握，腕關節向下壓，身體盡可能以正面面對來球的方向。

解析：P71

（╳）32.100公尺短跑起跑時，可自由選擇要不要使用起跑架。

（╳）33.桌球發長球時，發球第一落點必須靠近球網，將球快速往前衝擊，讓球落在對手球桌端緣。

解析：第一落點必須靠近自己球桌邊緣。P94

（○）34.排球肩上發球動作，單手將球在胸前上方拋起，同時，另一手則隨拋球動作往上擺起微後拉，身體的重心由後足移往前足的同時，以全手掌或掌根快速打擊球的中下緣位置，讓球飛越球網進入對方場區。

解析：P72

（╳）35.自由式比賽的出發與轉身，頭部位置可於水中潛泳超過15公尺。

解析：自由式比賽出發與轉身時，允許身體完全潛入水中，且於水中進行15公尺潛泳，但頭部位置須於15公尺處之前露出水面。P28

（○）36.羽球接殺球的技術若運用巧妙，就能化險為夷，甚至是轉守為攻、反敗為勝；如果還能夠造成對手必須左右與前後調動，那麼將能扭轉局勢，且使球賽更具可看性。

解析：P102

（╳）37.桌球雙打發球，每人輪流連發兩球，第一球，球必須先後觸及發球方和接發球方的右半區；第二球，球則應先後觸及發球方和接發球方的左半區。

解析：每一次發球，球都是先後觸及發球方和接發球方的右半區。P95

（○）38.籃球做空手切入時，若往無球邊移動，要先將防守者的身體重心往球的反方向帶，再改變節奏加速往有球邊與籃框的方向做切入。

解析：P51

（╳）39.無持球時，要站在原地等待隊友傳球過來。

（╳）40.桌球發球時，若球觸碰到球網裝置後，落入對方桌面，為發球有效球，比賽繼續。

解析：必須重新發球。P95

（○）41.正手接殺球時，食指為主要力量來源。

（╳）42.羽球接殺球，雙腳的預備姿勢，應與肩同寬屈膝微蹲，將重心平均置於雙腳，重心盡量放低，並讓膝蓋超過腳尖前面。

解析：膝蓋不超過腳尖。P101

（○）43.桌球發球時，若球觸碰到球網裝置後，落入對方桌面，必須重新發球；若球觸碰到球網裝置後出界或是落在發球方桌面，則是判發球員失分。

解析：P95

（○）44.排球比賽，球員彼此間的前、後排和左、右側位置關係，在發球員發球的瞬間，必須符合位置規定，球一旦發出，球員就可在他們的場區內、外任意移動。

解析：P80、P81

（╳）45.自由式比賽時，只可以使用捷泳來比賽。

解析：自由式是指比賽選手可採用任何姿勢進行比賽。P28

（╳）46.自由式游泳比賽出發與轉身時，允許身體完全潛入水中，且於水中進行10公尺潛泳，但頭部位置須於10公尺處之前露出水面。

解析：自由式比賽出發與轉身時，允許身體完全潛入水中進行15公尺潛泳，但頭部位置須於15公尺處之前露出水面。P28

（○）47.游泳的摩擦阻力是指當人體在水中向前游動時，人體周圍的水貼著身體表面向運動相反的方向流動時所產生的一種阻力。

解析：P29

（╳）48.桌球正手發側下旋球，擊球後，身體順勢轉成面對球桌，重心落於前腳，從發球姿勢轉成預備接球姿勢。

解析：重心落於雙腳。P89

（╳）49.排球運動比賽中，若對裁判的判決有異議時，只有教練才可以向裁判提出請求解釋，其他的成員一律不可以，如果違反規則規定一律判失1分。

解析：如果對裁判員的判決有疑問時，只能由場內比賽的隊長，向裁判提出要求，請求解釋。P81

（╳）50.籃球運動，三人小組進攻組合僅能運用在盯人防守，不適合於區域防守。

解析：在盯人防守或區域防守時均可應用。P66

（╳）51.排球正面高手傳球，傳球力量得全靠手指的指腹力去推彈球，將球傳送出。

解析：手指的指腹去推彈球，加上雙足的蹬力，以及肘關節和髖關節的同時伸展。P71

（○）52.捷泳滾翻轉身動作鼻子容易嗆水，避免嗆水的方法是滾翻轉身的過程中，鼻子要持續的吐氣。

解析：P25

（○）53.桌球發球動作，不得以服裝或身體任意部位做出遮擋行為，使接發球員看不見完整的發球過程，若有則判為犯規。

解析：P95

（○）54.桌球發球時，拋球後，從球離開手掌到被擊出前不能碰觸任何物體。

（╳）55.自由式游泳比賽的每一個轉身與抵達終點時，必須以雙手碰觸池端。

解析：自由式的轉身與抵達終點，以身體任一部位碰觸池端。P28

（╳）56.羽球比賽時，只要球未落地，同一球員可以連續擊球2次以上。

解析：同一球員連續擊球2次以上，為違規狀況。P109

（○）57.排球正面低手傳球，傳球時，視來球情況，兩足前、後開立大於肩寬，上身微前傾，全身重心落於兩足的拇指跟處，需保有移動的彈力。

解析：P71

（╳）58.中等身材及初學者，適合使用短式起跑姿勢。

解析：短式起跑，適合身材較矮小者採用；中式起跑，適合中等身材及初學者使用。P6

（╳）59.排球正面高手傳球，手部的預備動作，兩手的肘關節要高過肩關節、五指自然張開、兩食指指尖靠近，與雙手食指合起來成「W」字形。

解析：食指成「八」字形、拇指成「一」字形，合起來成為一個正三角形。P71

（╳）60.短距離田徑賽跑，選手做好最後起跑姿勢後，在接收到發令前，不可以開始起跑動作，如選手提前起跑（單腳或雙腳離開起跑器踏板，或單手或雙手離開地面），將被視為起跑犯規，第一次違反處不當行為警告，當同一比賽期間，第二次違反時，將取消比賽資格。

解析：如選手提前起跑，將被視為起跑犯規，起跑犯規者沒有第一次接受警告處分，而是直接被取消比賽資格。P16

（○）61.羽球接殺球，雙手的預備姿勢，應置於胸前，向來球方向伸出，持拍手曲肘時，手肘不超過身體。

解析：P101

（╳）62.籃球做空手切入，身體應側轉身面對球，並將較遠於籃框的手舉起，引導持球者往前傳球。

解析：將較接近籃框的手舉起，引導持球者往前傳球。P51

（○）63.籃球執行Pick and roll戰術，持球者利用隊友的擋人與「擦肩而過」切入，接近籃框尋找出手投籃的機會，擋人時，兩者之間不可有空隙，以免防守者從中阻斷進攻路線。

解析：P54

（○）64.籃球運動執行三人小組戰術，須注意所有過程不可背對球，眼睛須全程注視持球隊友。

解析：P52

（╳）65.西元1990年排球運動傳入亞洲各國時，是採用6人制的比賽方式。

（○）66.羽球是速度最快的球類運動，殺球的球速可以達到400多公里。

解析：P105、P108

（╳）67.田徑短跑運動，在維持高速跑時，手臂動作主要在協調、平衡下肢的擺動。手臂前擺時，肘關節約呈60 度，手指高度要高於前額。後擺時，上臂盡量抬至肩膀高度。

解析：手臂前擺時，肘關節約呈90度，手指高度不高於下顎。P9

（╳）68.籃球運動小組戰術，擋人掩護時，雙腳打開正對於防守者身體正面，站定位不可移動。

解析：擋人掩護時，雙腳打開垂直於防守者身體側面。P54

（○）69.桌球發短球時，發球第一落點約靠近球網處，其力道恰使球彈過網的高度，落於對方球桌網前，並能在對方球桌彈2 次。

解析：P94

（○）70.籃球運動，強調個人基本動作與團隊配合，三人小組進攻組合，不論是在面對盯人防守或區域防守時，均可應用。

解析：P66

（╳）71.排球的傳球，通常以傳球者的頭部作為分水嶺。當判斷來球的高度在頭部之上時，就採取正面高手傳球；而來球的高度在頭部之下時，就使用正面低手傳球。

解析：以傳球者的胸部作為分水嶺。P70

（○）72.途中跑是田徑短跑運動最主要的部分，此階段應保持起跑加速所獲得之高速度，並維持至終點。

解析：P8

（╳）73.排球運動比賽可以使用腳來踢球，進行發球動作。

解析：排球比賽進行中，可用身體任何部位觸球，但發球時，不可使用腳來發球。P81

（╳）74.在排球比賽中，球員必須服從裁判員的判決，如果對裁判員的判決有疑問時，必須由場內比賽的選手，向裁判提出要求，請求解釋。

解析：只能由場內比賽的隊長，向裁判提出要求，請求解釋。P81

（╳）75.羽球比賽時，球員的衣物不慎觸網，只要裁判認為不影響比賽進行，即不算違規。

解析：身體或服裝觸及球網，為違規狀況。P109

（○）76.短距離田徑賽跑，聽到槍響起跑出發後，加速期間身體不可以太早挺直，以避免分散往前的衝力。

解析：P8

（○）77.桌球比賽時必須使用貼有膠皮的拍面打球。

（○）78.短距離田徑賽跑，當裁判發出「各就位」號令之後，運動員必須在自己的跑道之內和起跑線之後，盡快做好準備姿勢，此時兩手和一腳之膝蓋必須與地面接觸，而兩腳必須接觸起跑架。

解析：P16

（╳）79.參加田徑100公尺比賽，可以採用站立式的起跑方式起跑。

解析：必須採用「蹲踞式起跑」。P6

（╳）80.桌球直拍握拍的方法為，用中指、無名指、小指握著拍柄，虎口對準拍框，拇指稍微彎曲後扣住球拍面，食指在球拍背面斜伸。

解析：橫拍握拍的方法為，用中指、無名指、小指握著拍柄，虎口對準拍框，拇指稍微彎曲後扣住球拍面，食指在球拍背面斜伸。P88

（╳）81.一般而言，我們會以慣用手稱為「反手」，非慣用手稱為「正手」；所以慣用手邊的區域，就是「反手運動區域」，而非慣用手邊的區域，就是「正手運動區域」。

（╳）82.羽球正手接殺球，要接擊回直線短球，接擊球時以拇指輕擋為主，在來球側下方切擊球頭底部。

解析：以食指輕擋。P103

（○）83.自由式項目游泳比賽，是指參賽選手可採用任何姿勢進行比賽。

解析：P28

（╳）84.籃球執行Pick and roll戰術，對進攻方有相當大的威脅。

解析：Pick and roll是兩人小組進攻搭配，對防守方有相當大的威脅。P52

（○）85.籃球運動小組戰術，傳球後，利用空手切入與進攻輪轉能夠製造許多空檔投籃的機會。

解析：P51

（╳）86.在所有國際性的田徑比賽中，1500公尺以下（包括400公尺、4×400公尺接力的第一棒），運動員必須使用起跑架，並以蹲踞式起跑。

解析：400公尺以下(包括400公尺、4×400公尺接力的第一棒)，運動員必須使用起跑架，並以蹲踞式起跑。P16

（○）87.桌球發球時，從拋球開始到球被擊中，球必須在桌面以上，並且在球桌的端線以外，不得在桌內發球。

解析：P95

（○）88.桌球比賽時，比賽由發球開始。

（╳）89.田徑100公尺比賽使用起跑架起跑，若身材較為高大者，應該採用短式起跑（bunch start）方式較為適合。

解析：身材較為高大者，應該採用長式起跑。P6

（╳）90.羽球發球時，擊球點必須高於115 公分。

解析：低於115公分。P109

（╳）91.於混合式接力項目游泳比賽時，自由式項目可以以仰式、蛙式或蝶式任一泳姿代替。

解析：於混合式接力項目游泳比賽時，自由式項目是指仰式、蛙式、蝶式以外的泳姿。P28

（○）92.游泳的波浪阻力是指當一種物體通過水面，或者在水下接近水面的位置，沿著水平面以較快的速度移動時所產生的阻力。

解析：P29

（╳）93.桌球發球，拋球動作必須將球垂直地向上拋起，拋起之球只要超過規定高度，在空中旋轉是被允許的。

解析：球不得旋轉。P95

（╳）94.高中以上男子的排球網高度為2.24 公尺。

解析：高中以上男子的排球網高度為2.43公尺。

（○）95.短距離田徑賽跑，聽到發令裁判發出「預備」號令後，應立即抬高臀部，使臀部微高於肩，身體前傾，身體重心落於雙手手掌上，做好最後起跑準備姿勢。

解析：P7

（╳）96.羽球的擊球動作，將球擊出前，球在拍上有停滯，或有拖帶動作，並無違規。

解析：球擊出前，球在拍上有停滯，或有拖帶動作，為違規狀況。P109

（○）97.捷泳滾翻轉身，當要滾翻轉身前，先收腹收腿，低頭，使頭部埋入水中之同時，縮下巴。如此，才能使身體順利滾翻轉身。

解析：P27

（╳）98.排球球員彼此間的前、後排和左、右側位置關係，是以他們身體軀幹垂直面來判定。

解析：位置關係，是以他們足步接觸地面的位置來判定。P80

（╳）99.籃球三人小組戰術，對無持球者的擋人是一種主動積極的防守組合，通常用在阻擋主力球員接球機會。

解析：對無持球者的擋人是一種主動積極的進攻組合，通常用在為主力球員製造接球機會，而擋人者也可在擋完人後，伺機尋找空檔接球進攻。P56

（○）100.無論採用哪項技術回擊對方殺球，都必須及時因應對方下一拍擊球的可能，準確且及時的做出反應。

（○）101.羽球比賽時，擊出的球落在有效區域以外，沒有過網或穿過球網或在網下進入對方場區，為羽球中的違規，判非違規方得分。

解析：P109

（╳）102.羽球發球時擊球點應高於115 公分。

（╳）103.羽球反手接殺球，擊球時主要以肘關節為支點，依靠前臂、手腕和食指發力、借力使力將球回擋。

解析：是拇指非食指。P102

（╳）104.桌球比賽球可以是任何顏色。

（○）105.在三分線頂端的隊友離開時，空手的球員應該儘速補位到三分線頂端。

（○）106.若運動員在直道上跑出了自己的分道，或在彎道上跑出了自己分道外側的分道線，但卻沒有從中獲得實際利益，也未有阻礙其他運動員，則不應被取消比賽資格。

（○）107.空手切入時，要舉起手示意隊友傳球方向。

（○）108.發球須先碰己方桌面一次，再碰對方桌面。

（○）109.短距離田徑賽跑，聽到發令者「各就位」的口令，雙腳應依序放在起跑架上，後腳膝蓋觸地。雙手手掌的虎口張開，四指自然張開與拇指成八字狀，虎口向前且貼地置於起跑線後，眼睛自然前視。

解析：P7

（○）110.田徑短跑賽跑，終點前壓線的要領是，維持最高速度跑，到達終點前二步，上半身迅速前傾，雙手後擺，以胸部或肩部壓線，壓線完後仍繼續往前跑，讓速度自然遞減。

解析：P9

（╳）111.排球比賽發球時，可用身體任何部位觸球，將球擊出。

解析：應以單手或單臂的任何部位將球擊出。P81

（○）112.反手接殺球時，拇指為主要力量來源。

（○）113.自由式游泳比賽過程中，選手必須有身體的任何一部分露在水面上。

解析：P28

（○）114.羽球正手接殺球，接擊球時，以手腕帶動手指向左斜前方推擋，擊出的是斜線方向的回擊球。

解析：P102

（○）115.桌球發球時採取側下旋短球，目標到對手的右方靠近球網處，使發出的球在對手的球臺上兩跳不出球桌面，迫使對手無法搶攻，可為自己創造正手搶攻的機會。

解析：P88

（╳）116.桌球發球拋球，球離手後在上升階段，只要球高於拋球手掌16公分以上即可擊球。

解析：球從拋起的最高點下降時，發球員才可擊球。P95

（○）117.排球運動技術的正面低手傳球的擊球位置，約在腕關節以上10公分的部位。

（○）118.西元1957年，排球低手傳球的創先使用，是因為其能有效的防止接球的連擊或持球等犯規動作。

解析：P71

（○）119.400公尺以下（包含400公尺）的各項徑賽均採分道跑。

（○）120.自由式比賽時，捷泳為最多數選手使用的泳姿。

**二、選擇題：**

（Ｄ） 1.排球比賽發球時，可用以將球擊出的身體部位是？　（Ａ）足部　（Ｂ）身體任何部位　（Ｃ）雙手同時　（Ｄ）單手或單臂的任何部位。
解析：P81

（A） 2.籃球運動，做擋人掩護，易遭裁判判決進攻阻擋犯規的原因是？　(A)擋人者尚未就定位，持球者卻過早運球切入　(B)隊友欲前來做持球擋人，持球者卻將球傳給隊友　(C)擋人者未對球展開跟進及卡位要球　(D)跑動時沒有注意球的位置。
解析：P54

（C） 3.以「蹲踞式起跑」預備時，兩腳之間的距離，後腳之膝蓋約在前腳足弓旁邊是哪一種起跑方式？　(A)短式起跑　(B)中式起跑　(C)長式起跑　(D)三點式。
解析：P6

（C） 4.桌球橫拍握拍的方法，握著拍柄的手指是？　(A)拇指、食指、中指、無名指、小指　(B)拇指、食指　(C)中指、無名指、小指　(D)拇指、中指、無名指、小指。
解析：P88

（C） 5.羽球正手接殺球，擊球施力時以身體何處為支點？　(A)腰部　(B)肩關節　(C)肘關節　(D)手腕。
解析：P101

（Ｄ） 6.桌球比賽發球時，若球觸碰到球網裝置後，越網落入對方桌面，必須重新發球，不會失分，可以有連續幾次的機會？ 　（Ａ）1次　（Ｂ）2次　（Ｃ）3次　（Ｄ）無限制。
解析：P95

（A） 7.以「蹲踞式起跑」預備時，兩腳之間的距離，為後腳足尖約在前腳足弓的中央，是哪一種起跑方式？　(A)短式起跑　(B)中式起跑　(C)長式起跑　(D)三點式。
解析：P6

（A） 8.籃球比賽，一節內一隊球員犯規總合達幾次時，球隊進入犯規罰則階段？　(A)4次　(B)5次　(C)6次　(D)7次。

（A） 9.籃球運動，進攻時之擋人配合，擋人較容易發生之犯規為何？ 　(A)進攻阻擋犯規　(B)推人犯規　(C)非法掩護　(D)違反運動道德。
解析：P64

（D）10.室內6人制國際排球運動比賽的網高，女子組是幾公分？　(A)243公分　(B)240公分　(C)235公分　(D)224公分。

（Ｄ）11.關於游泳方面的安全注意事項，下列何者**為非**？　（Ａ）充分瞭解自己的游泳能力，並選擇合適的區域練習，如：快速水道、慢速水道等　（Ｂ）避免單獨從事游泳及其他水上活動　（Ｃ）下水前確實做好暖身運動，再行入池　（Ｄ）換裝後直接入池，不需先沖洗身體。
解析：P26

（Ｄ）12.桌球比賽促進制度啟用條件，以下敘述何者**有誤**？　（Ａ）任何時間雙方都同意或要求採用促進規則　（Ｂ）一局比賽進行到10 分鐘仍未結束　（Ｃ）促進制度一經實施，應繼續實施至該場各局的比賽結束　（Ｄ）雙方選手得分達（9：9）以上時。
解析：促進制度啟用，在雙方都已獲得9分之情況除外。P96

（Ｂ）13.短距離田徑賽起跑，當聽到槍響，身體的動作反應，以下敘述何者**為非**？　（Ａ）兩手迅速推離地面　（Ｂ）後腳用力蹬伸，將身體推向前方，前腳快速上抬膝跨步　（Ｃ）兩手臂用力交替向後擺動及屈肘前擺　（Ｄ）起跑後第一步的步幅不可太大，膝關節不宜抬太高。
解析：前腳用力蹬伸，將身體推向前方，後腳快速上抬膝跨步。P7

（C）14.執行換氣動作時，何者正確？　(A)吸氣時臉頰用力繃緊　(B)鼻子吸氣　(C)嘴巴吸氣　(D)主要以嘴巴吐氣。

（Ｂ）15.有關游泳安全注意事項敘述，以下何者**有誤**？ 　（Ａ）下水前確實做好暖身運動，以避免肌肉抽筋　（Ｂ）游泳池中及池邊可以玩水、嬉戲打鬧　（Ｃ）下水前熟悉泳池安全規範，並遵守救生員的安全宣導　（Ｄ）練習跳水或轉身時，須注意該區域是否有人，避免碰撞產生傷害。
解析：P26

（Ｂ）16.速度最快的球類運動是？　（Ａ）網球-發球　（Ｂ）羽球-殺球　（Ｃ）高爾夫-開球　（Ｄ）棒球-快速直球。
解析：P108

（Ｄ）17.籃球比賽，無持球擋人掩護時，擋人時要確實站位不可移動，否則容易被裁判判決？　（Ａ）走步　（Ｂ）非法掩護　（Ｃ）推人　（Ｄ）進攻阻擋犯規。
解析：P57

（C）18.當一種物體通過水面，或者在水下接近水面的位置，沿著水平面以較快的速度移動時所產生的阻力，此阻力稱為？　(A)摩擦阻力　(B)形狀阻力　(C)波浪阻力　(D)液面阻力。
解析：P29

（Ｄ）19.捷泳滾翻轉身，縮下巴前的動作，以下何者**為誤**？　（Ａ）收腹　（Ｂ）低頭　（Ｃ）收腿　（Ｄ）側轉。
解析：P27

（A）20.桌球發球規則，以下敘述何者**有誤**？　(A)球在拋起的上升過程只要超過16公分，即可擊球　(B)球先觸及發球方球桌，然後越過或繞過球網裝置，再觸及接發球方球桌　(C)從拋球開始到球被擊中，球必須在桌面高度以上　(D)從拋球開始到球被擊中，球必須在球桌的端線以外，不得在桌內發球。
解析：當球從拋起的最高點下降時，發球員才可擊球。P95

（A）21.籃球比賽，因為擋人發生阻擋犯規，裁判的手勢是？　(A)進攻方犯規手勢　(B)違反運動道德的犯規手勢　(C)奪權犯規手勢　(D)技術犯規手勢。
解析：P64

（A）22.排球比賽，若發球員發球出界犯規，與對方球員位置錯誤同時發生，如何判定與罰則？　(A)位置錯誤的球員犯規，球隊喪失一分，球員須立即站回到正確位置　(B)發球員犯規，球隊喪失一分　(C)雙方球隊皆犯規，此球不計分　(D)雙方球隊皆犯規，不計分，但球員登記警告一次。
解析：P81

（C）23.高中以上女子排球的球網高度為何？　(A)2.34公尺　(B)2.42公尺　(C)2.24公尺　(D)2.43公尺。
解析：P79

（C）24.籃球三人小組戰術，以下進攻方的動作敘述何者**有誤**？　(A)以改變方向、節奏擺脫防守者　(B)所有過程不可背對球　(C)唯空手切入時，身體可背對球　(D)眼睛須全程注視持球隊友。
解析：P51、P52

（Ｄ）25.籃球運動，在持球時隨時保持能夠投籃、傳球及運球的狀態的動作是？　（Ａ）三角步伐　（Ｂ）墊步停球或接球　（Ｃ）壓縮動位接球　（Ｄ）三種威脅動作。
解析：P67

（Ｄ）26.羽球正手接殺球，腿部預備動作，以下敘述何者**有誤**？　（Ａ）雙腳與肩同寬　（Ｂ）屈膝微蹲　（Ｃ）重心平均置於雙腳　（Ｄ）膝蓋彎曲前伸超過腳尖。
解析：膝蓋不超過腳尖。P101

（C）27.田徑100公尺，終點前的壓線動作，以下敘述何者**有誤**？　(A)保持最高速度跑，到達終點前二步，開始啟動壓線動作　(B)壓線時，上半身迅速前傾　(C)雙手前伸搶先通過終點線　(D)壓線完繼續往前跑，讓速度自然遞減。
解析：雙手應後擺，以胸部或肩部壓線。P9

（Ｂ）28.羽球規則中的違規狀況，以下何者**為非**？　（Ａ）球員的球拍、身體或衣物觸網　（Ｂ）擊出的球觸網後，翻越過球網　（Ｃ）阻礙對方合法擊球，或以其他行為故意騷擾對方球員　（Ｄ）球接觸到場邊的物體牆壁、球員的身體或天花板。
解析：P109

（Ｄ）29.NBA美國職籃，季後總決賽都在每年的幾月舉辦？　（Ａ）二月　（Ｂ）三月　（Ｃ）五月　（Ｄ）六月。

（C）30.羽球反手接殺球，啟動與引拍動作，以下敘述何者**有誤**？　(A)以腳尖蹬地迅速啟動　(B)持拍手同側腳跨出成小弓箭步　(C)持拍手由胸前預備位置向同側肩斜前方展開　(D)手腕立起，此時拍頭略高於頭部且呈現拍頭高於手腕、手腕高於手肘的位置。
解析：持拍手由胸前預備位置向另一側肩斜前方展開。P102

（A）31.短距離田徑賽跑，使用起跑架起跑方式，短式起跑（bunch start）較適合何種選手採用？　(A)身材較嬌小者　(B)初學者　(C)身材高大者　(D)中等身材者。
解析：P6

（Ｄ）32.1.抬腿走、2.跨步跑、3.前弓箭步深蹲、4.立定跳、5.坐姿聽信號反應跑、6.身體前傾順勢跑，欲參加短跑比賽爭取好成績，應該要練習的項目是？　（Ａ）1、2、3　（Ｂ）1、2、3、5　（Ｃ）1、2、3、5、6　（Ｄ）1、2、3、4、5、6。
解析：P10

（C）33.小華到田徑場看田徑比賽，聽到裁判依序發出「各就位」（On your marks）及「預備」（Set）號令，之後鳴槍，選手出發，請問他當時看到的場次**不可能**是下列哪一項賽事？　(A)100公尺　(B)400公尺　(C)1500公尺　(D)4×400公尺接力。
解析：400公尺以下（包含400公尺、4×400公尺接力）的比賽，裁判會依序發出「各就位」（On your marks）及「預備」（Set）號令，之後鳴槍。P16

（C）34.羽球正手接殺球，擊球時以身體手臂的各部位聯合發力，以下何者**為非**？　(A)前臂　(B)手腕　(C)拇指　(D)食指。
解析：P101

（C）35.田徑賽在分道跑的比賽，跑出了自己分道的運動員應被取消比賽資格，但有些情況例外，不會被取消資格，以下敘述何者**不屬**例外情況？　(A)若運動員受到他人的推擠而跑出自己的分道，而未從中獲得實際利益　(B)在直道跑出了自己的分道內側，也未阻礙其他運動員　(C)在彎道跑出自己分道的分道線內側，也未阻礙其他運動員　(D)在直道跑出了自己的分道外側，也未阻礙其他運動員。
解析：P17

（A）36.當人體在水中向前游動時，人體周圍的水貼著身體表面向運動相反的方向流動時所產生的一種阻力，稱為？　(A)摩擦阻力　(B)形狀阻力　(C)波浪阻力　(D)液面阻力。
解析：P29

（A）37.何年開始，田徑選手正式合法使用起跑架？　(A)1938年　(B)1940年　(C)1942年　(D)1944年。

（A）38.捷泳換氣時先轉頭，再划手，容易發生？　(A)換氣時間不足　(B)身體易下沉　(C)前進速度會減慢　(D)身體容易不平衡。
解析：P26

（C）39.游泳混合式接力項目比賽時，其中自由式可以使用的比賽姿勢是？　(A)仰式　(B)蛙式　(C)捷式　(D)蝶式。
解析：P28

（C）40.羽球反手接殺球，擊球施力時以身體何處為支點？　(A)腰部　(B)肩關節　(C)肘關節　(D)手腕。
解析：P102

（Ｄ）41.高中以上男子排球的球網高度為何？　（Ａ）2.34公尺　（Ｂ）2.42公尺　（Ｃ）2.24公尺　（Ｄ）2.43公尺。
解析：P79

（D）42.羽球比賽中，使用接殺球的優點為什麼？甲.迫使對方前後跑動、乙.擾亂對方節奏、丙.轉守為攻　(A)甲　(B)甲乙　(C)乙丙　(D)甲乙丙。

（A）43.自由式游泳比賽出發與轉身時，於水中進行潛泳，但須於規定距離之內，將身體哪個部位露出水面？　(A)頭部　(B)手臂　(C)軀幹　(D)任一部位。
解析：P28

（Ｄ）44.排球高手傳球動作，傳球的力量來自於？甲.手指推彈、乙.肘關節和髖關節的伸展、丙.雙足的蹬力　（Ａ）甲乙　（Ｂ）乙丙　（Ｃ）甲丙　（Ｄ）甲乙丙。
解析：P71

（Ｄ）45.世界三大排球賽，以下何者**為非**？　（Ａ）世界盃排球賽　（Ｂ）世界排球錦標賽　（Ｃ）奧運會排球賽　（Ｄ）世界排球大獎賽。
解析：P81

（C）46.羽球正手接殺球，以食指輕擋發力切擊來球側下方球頭底部，擊出的球路是？ 　(A)斜線回擊球　(B)直線挑高球　(C)直線短球　(D)斜線挑高球。
解析：P103

（C）47.排球正面肩上發球的動作敘述，以下何者**有誤**？　(A)身體正面朝前，面向場內球網　(B)前腳的足尖朝向自己想要發球的方位　(C)拋球時往頭部正上方距離約30公分處拋起　(D)拋球的另一手，同時隨拋球動作往上擺起，並微後拉。
解析：將球向上拋起，在胸前的前上方，距身體約30公分處。P72

（Ｂ）48.羽球正手接殺球，欲回擊直線挑高球，應拍擊來球的何處？　（Ａ）外側下方　（Ｂ）正下方　（Ｃ）側下方切擊球頭底部　（Ｄ）球體羽毛側邊。
解析：P103

（Ｂ）49.桌球以右手持橫拍，正手發側下旋球，擊球後，身體順勢轉成面對球桌，重心應落於何處？　（Ａ）前腳　（Ｂ）雙腳　（Ｃ）後腳　（Ｄ）右腳。
解析：P89

（C）50.排球高手傳球，準備傳球的預備動作，面對來球，雙手食指、拇指合起來形成如？　(A)W字型　(B)V字型　(C)正三角形　(D)M字型。
解析：P71

（A）51.游泳比賽時，採用水中出發的泳姿項目是？　(A)仰式　(B)蛙式　(C)蝶式　(D)自由式。

（B）52.參加田徑100公尺比賽，起跑時，必須採用什麼姿勢起跑出發？　(A)站立式　(B)蹲踞式　(C)三點觸地式　(D)俯撐式。
解析：P6

（Ｄ）53.籃球比賽的阻擋犯規，在規則上屬於？甲.侵人犯規、乙.技術犯規、丙.違反運動道德的犯規　（Ａ）甲　（Ｂ）甲乙　（Ｃ）乙丙　（Ｄ）甲乙丙。

（A）54.桌球啟動促進制度進行比賽，球員發球輪替是？　(A)每得一分就換人發球　(B)每人輪流兩球　(C)每人三球交換　(D)得分方則繼續發球。
解析：P96

（C）55.游泳個人混合式項目比賽，其中自由式可以使用的比賽姿勢是？　(A)仰式　(B)蛙式　(C)捷式　(D)蝶式。
解析：P28

（D）56.羽球比賽中，在被動的防守下，要爭取緩衝時間，製造攻擊機會需利用哪一種回球？　(A)平球　(B)殺球　(C)攻擊性撲球　(D)防守性接殺球。

（A）57.游泳比賽規則，選手於信號發出前提早出發，將會被處置？　(A)直接取消資格　(B)第一次警告，第二次取消資格　(C)無處分，叫回選手，重新出發　(D)比賽成績加計時間處分。

（Ｄ）58.選手可採用任何姿勢進行的游泳比賽項目是？　（Ａ）蝶式　（Ｂ）捷式　（Ｃ）仰式　（Ｄ）自由式。

（Ｂ）59.桌球比賽，每一局以先得幾分者為勝方？　（Ａ）9分　（Ｂ）11分　（Ｃ）15分　（Ｄ）21分。

（A）60.桌球雙打比賽，發球時依照規則，球的第一及第二落點應在何處？　(A)發球方和接發球方的右半區　(B)發球方和接發球方的左半區　(C)發球方的右半區、接發球方的左半區　(D)發球方的左半區、接發球方的右半區。
解析：P95

（Ｄ）61.短距離田徑賽以蹲踞式起跑，當裁判發出「預備」號令後，運動員應立即做好最後起跑準備姿勢，以下何者正確？　（Ａ）只要身體不超越起點線，雙腳不一定得保持在起跑架上　（Ｂ）一腳之膝蓋必須與地面接觸　（Ｃ）為求穩定，身體重心應保持低姿勢　（Ｄ）兩手須與地面接觸，雙腳亦不得離開起跑架。
解析：P16

（C）62.籃球比賽，球員與對手發生不合法的身體接觸或違反運動道德的違規行為，即為犯規。若一球員犯規的總次數達幾次，即被犯滿下場？　(A)3　(B)4　(C)5　(D)6。

（Ｄ）63.桌球以削球為主的打法，出現馬拉松式的比賽，使得觀眾對冗長且節奏慢的比賽感到厭倦。因此，國際桌球總會對每局比賽採取了時間的限制，使比賽更加緊湊激烈，以利於桌球運動的發展，因而產生了？　（Ａ）搶分制度　（Ｂ）得球得分制　（Ｃ）競分制度　（Ｄ）促進制度。
解析：P96

（C）64.桌球的大小是直徑多少？　(A)38mm　(B)39mm　(C)40mm　(D)41mm。

（A）65.籃球運動，在空檔出現時，以墊步做為接球或停球的動作，原因為何？　(A)才能有重心與力量接續之後的進攻動作　(B)比較不易被裁判判決違例　(C)以達到進攻傳導球的聯結　(D)才能使攻勢流暢。
解析：P63

（Ｄ）66.羽球反手接殺球，手部預備動作，以下敘述何者**有誤**？　（Ａ）雙手置於胸前　（Ｂ）向來球方向伸出　（Ｃ）持拍手曲肘　（Ｄ）雙手手肘位置向外展應超過身體外側。
解析：手肘不超過身體。P102

（A）67.桌球自西元哪一年起列入奧運正式項目？　(A)1988年　(B)1992年　(C)1996年　(D)2000年。

（C）68.籃球比賽，進攻方犯規的裁判手勢動作是？　(A)握拳舉雙臂　(B)握拳交叉揮動　(C)握拳伸臂指向犯規球隊本籃　(D)雙手插腰。
解析：P64

（C）69.短跑田徑選手進行前弓箭步深蹲訓練，身體保持直立，雙手輕貼於耳朵後，一腳向上屈膝舉腿，大腿盡可能抬高後向前跨出，腳落地後，膝關節應維持約幾度角？　(A)30　(B)60　(C)90　(D)120。
解析：P11

（Ｄ）70.羽球正手接殺球，啟動與引拍動作，以下敘述何者**有誤**？　（Ａ）以腳尖蹬地迅速啟動　（Ｂ）持拍手同側腳跨出成小弓箭步　（Ｃ）持拍手由胸前預備位置向同側肩斜前方展開　（Ｄ）手腕放鬆下擺，此時呈現手肘略高於手腕、手腕高於拍頭的位置。
解析：手腕立起，此時拍頭略高於頭部，且呈現拍頭高於手腕、手腕高於手肘的位置。P101

（A）71.籃球三人小組戰術，成員空手切入時，身體側轉身面對球，此時應如何引導持球者傳球？　(A)較接近籃框的手舉起　(B)以聲音誘導　(C)伸出離籃框較遠的手　(D)雙手上舉。
解析：P51

（C）72.桌球是由哪一種運動發展出的新運動？　(A)籃球　(B)排球　(C)網球　(D)足球。

（Ｄ）73.自由式比賽的每一個轉身與抵達終點時，必須以身體的哪個部位碰觸池端？　（Ａ）雙手同時　（Ｂ）任一手　（Ｃ）雙腳　（Ｄ）任一部位。
解析：P28

（C）74.短距離田徑賽跑，使用起跑架起跑方式，長式起跑（elongated start）較適合何種選手使用？　(A)身材較嬌小者　(B)初學者　(C)身材高大者　(D)中等身材者。
解析：P6

（A）75.羽球正手接殺球，接擊來球的外側下方，以手腕帶動手指向斜前方推擋，擊出的球路是？　(A)斜線回擊球　(B)直線挑高球　(C)直線短球　(D)斜線挑高球。
解析：P102

（Ｂ）76.排球比賽時，第一裁判鳴笛指示發球後，發球員必須在幾秒鐘內將球擊出？ 　（Ａ）5秒鐘　（Ｂ）8秒鐘　（Ｃ）10秒鐘　（Ｄ）15秒鐘。
解析：P81

（C）77.桌球橫拍握拍的方法，在球拍背面斜伸的是？　(A)食指、中指、無名指、小指　(B)中指、無名指、小指　(C)食指　(D)拇指。
解析：P88

（C）78.排球的傳球，採取正面高手傳球或使用正面低手傳球，通常依照判斷來球的高度在傳球者身體的何部位作為分水嶺？　(A)頭部　(B)肩部　(C)胸部　(D)腰部。
解析：P70

（Ｄ）79.短距離田徑賽起跑，當發令者發出「預備」號令後，下列動作何者**錯誤**？　（Ａ）立即抬高臀部，使臀部微高於肩　（Ｂ）身體前傾　（Ｃ）身體重心落於雙手手掌上，做好最後起跑準備姿勢　（Ｄ）頭部前抬，眼睛注視前方。
解析：P7

（A）80.排球低手傳球，擊球位置在？　(A)腕關節以上約10 公分　(B)腕關節以下約10 公分　(C)手腕到拇指間　(D)手前臂靠近肘關節處。
解析：P71

（Ｄ）81.籃球發明至今已有百年的歷史，其規則歷經百年不斷的修改演變而成為現今的幾條規則？　（Ａ）36條　（Ｂ）40條　（Ｃ）43條　（Ｄ）50條。
解析：P63

（Ｂ）82.籃球運動，無持球擋人掩護時，擋人者雙手應？　（Ａ）往上高舉避免被判犯規　（Ｂ）置於身體前方，以免受衝撞受傷　（Ｃ）打開側平舉幫忙擴大阻擋範圍　（Ｄ）置於身體後方。
解析：P64

（A）83.第幾屆現代奧運會開始，已有100公尺賽跑項目？　(A)第一屆　(B)第二屆　(C)第三屆　(D)第四屆。

（A）84.在排球比賽中，球員必須服從裁判員的判決，如果對裁判員的判決有疑問時，可由場內比賽的何人，向裁判提出要求，請求解釋？甲.隊長、乙.教練、丙.任一球員　(A)甲　(B)乙　(C)丙　(D)甲乙丙。
解析：P81

（C）85.桌球比賽實施促進制度時，接發球方完成幾次有效的回擊，可得1分？　(A)8次　(B)11次　(C)13次　(D)20次。
解析：P96

（C）86.特點為易學、動作穩定、頗具威力，動作類似網球的發球方法，是排球比賽中，最常見的發球方法是指？　(A)側面勾腕發球　(B)側身低手發球　(C)正面肩上發球　(D)正面低手發球。
解析：P72

（C）87.持球等待被擋的人應用什麼方式保護球？　(A)運球　(B)投籃　(C)三角步伐　(D)傳球。

（A）88.桌球橫拍握拍的方法，稍微彎曲後扣住球拍面的是？　(A)拇指　(B)拇指、中指　(C)食指、小指　(D)拇指、食指。
解析：P88

（Ｄ）89.排球正面低手傳球預備動作，以下敘述何者**有誤**？　（Ａ）屈膝　（Ｂ）提後腳跟　（Ｃ）兩手臂微屈自然前伸　（Ｄ）兩足左、右開立。
解析：兩足前、後開立P71

（Ｂ）90.田徑比賽，選手抵達終點的認定，取決於其身體軀幹通過終點線之垂直面，以下何者為正確的軀幹部位之一？　（Ａ）頭　（Ｂ）胸　（Ｃ）腿　（Ｄ）手。
解析：P17

（A）91.歷史上最早開始的一項田徑運動是？　(A)短跑　(B)跳遠　(C)跳高　(D)三級跳遠。

（C）92.羽球反手接殺球，以拇指輕擋發力切擊來球側下方球頭底部，擊出的球路是？　(A)斜線回擊球　(B)直線挑高球　(C)直線短球　(D)斜線挑高球。
解析：P104

（Ｄ）93.途中跑是短跑運動最主要的部分，此階段前進速度的動力最大來源為何？　（Ａ）雙手交互前後擺臂　（Ｂ）抬腿前跨擺動的推進力　（Ｃ）使身體維持前傾的腹部收縮力　（Ｄ）腳落地後蹬所產生的支撐反作用力。
解析：P8

（C）94.羽球規則中的違規狀況，以下何者**為非**？　(A)擊出的球落在有效區域以外，沒有過網或穿過球網或在網下進入對方場區　(B)不在自己的場區內擊球，即球員的球拍和身體進入對方場區　(C)球拍觸及隊友身體或衣物　(D)將球擊出前，球在拍上有停滯，或有拖帶動作。
解析：P109

（Ｄ）95.田徑賽起跑時，選手發生違規行為，起跑發令員必須中止起跑，裁判長可對該選手處以不適當的行為警告論，當同一比賽期間，第二次違反時，將取消其比賽資格。以下的敘述何者**不適用**？　（Ａ）在各就位或預備號令後，無合理理由而導致起跑中斷的行為　（Ｂ）未照各就位或預備號令行事，在合理時間後，未完成最後起跑動作姿勢　（Ｃ）在各就位或預備號令後，以聲音或其他方式干擾其他的比賽選手　（Ｄ）在槍聲響起前，提前起跑出發。
解析：選手做好最後起跑姿勢後，在接收到發令前，不可以開始起跑動作，如選手提前起跑，將被視為起跑犯規，而被直接取消比賽資格，無一次的警告機會。P16

（Ｂ）96.籃球的擋切戰術（Pick and roll）是一種？　（Ａ）團隊防守戰術　（Ｂ）兩人小組進攻搭配　（Ｃ）區域防守戰術　（Ｄ）盯人防守戰術。
解析：P52

（Ｂ）97.捷式泳姿進行換氣時，在水面下應用何種方式吐氣為佳？　（Ａ）以口吐氣　（Ｂ）以鼻吐氣　（Ｃ）同時用口鼻吐氣　（Ｄ）隨個人喜好皆可。
解析：P22

（C）98.捷泳滾翻轉身，**不包含**下列哪個動作？　(A)縮下巴　(B)收腹　(C)直膝　(D)身體側轉90度。
解析：P23

（A）99.羽球比賽中，下列情況何者**未違反**規則？　(A)發球觸網後，球仍飛越球網落於有效區域內　(B)同一球員連續擊球2次以上　(C)球過網前同隊球員連續擊球　(D)球接觸到球員的身體。
解析：P109

（Ｂ）100.羽球正手接殺球，擊球時以手肘帶動手腕，向前方擺動前臂，揮擊來球正下方，擊出的球路是？　（Ａ）斜線回擊球　（Ｂ）直線挑高球　（Ｃ）直線短球　（Ｄ）斜線挑高球。
解析：P103

（Ｄ）101.籃球三人小組戰術，成員傳球後，應該如何製造空檔投籃的機會？甲.積極移位、乙.空手切入、丙.進攻輪轉　（Ａ）甲　（Ｂ）甲乙　（Ｃ）乙丙　（Ｄ）甲乙丙。
解析：P51

（B）102.下列哪一個動作**不是**隊友有前來擋人的意圖？　(A)隊友往自己的方向跑來　(B)隊友空手切入　(C)隊友手指向自己的背後　(D)隊友與自己眼神接觸。

（Ｄ）103.在桌球比賽中，發球是第一次擊球，由發球者完全主導擊球，以下對於發球的敘述何者**有誤**？　（Ａ）可運用多種不同的發球變化，來控制、破壞對方擊球的節奏　（Ｂ）發出的短球在對手的球臺上要兩跳不出球桌面，迫使對手無法搶攻　（Ｃ）發短球，可誘使對手靠近球桌，再發出對手左側的長球，使對手無法發力回擊　（Ｄ）發長球時，發球第一落點必須靠近自己桌面接近球網處，反彈後球才能快速往前衝擊，落於對手球桌邊緣，達到長球的效果。
解析：發長球時，發球第一落點必須靠近自己球桌邊緣，將球快速往前衝擊，讓球落在球桌端緣。P94

（A）104.對於田徑100公尺規則敘述，以下何者**有誤**？　(A)裁判會發出「各就位」號令，待選手就緒後即鳴槍，選手即可出發　(B)運動員必須使用起跑架　(C)運動員必須以蹲踞式方式起跑　(D)提前起跑，將被視為起跑犯規，而被取消比賽資格。
解析：100公尺項目，裁判會發出「各就位」、「預備」號令，及選手就緒後的鳴槍。P16

（B）105.執行划手換氣動作時，何者正確？　(A)先轉頭再划手　(B)先划手再轉頭　(C)轉頭與划手同時　(D)先划手或先轉頭都可以。

（Ｂ）106.籃球運動，當持球受到防守壓迫時，應以什麼動作，來保護球及突破第一線防守？　（Ａ）雙手抱球在胸前　（Ｂ）三角步伐　（Ｃ）向後運球　（Ｄ）胯下運球。
解析：P54

（C）107.游泳個人混合四式比賽（A.自由式，B.仰式，C.蝶式，D.蛙式）是以何種順序游完全程？　(A)ABCD　(B)DCBA　(C)CBDA　(D)ADCB。

（C）108.田徑比賽短跑參賽者的名次，取決於選手身體哪個部位抵達終點內側之垂直線為止時的順序？　(A)頭　(B)頸　(C)身體軀幹　(D)手。

（A）109.游泳接力賽的各選手成績，可申請世界紀錄的是第幾棒？　(A)第1棒　(B)第2棒　(C)第3棒　(D)第4棒。

（C）110.羽球比賽，發球時擊球點必須？　(A)高於115公分　(B)高於120公分　(C)低於115公分　(D)低於120公分。
解析：P109

（Ｂ）111.游泳團體混合接力比賽（A.自由式，B.仰式，C.蝶式，D.蛙式）是以何種順序進行？　（Ａ）ABCD　（Ｂ）BDCA　（Ｃ）CBDA　（Ｄ）ADCB。

（C）112.田徑100公尺，對於途中跑的敘述，以下何者**有誤**？　(A)是短跑運動最主要的部分　(B)前進速度的動力最大來源，是腳落地後蹬所產生的支撐反作用力　(C)腿部擺動，當大腿擺動到約與地面平行時，小腿前伸用力下壓，以全腳掌著地　(D)手臂動作主要在協調、平衡下肢的擺動。
解析：當大腿擺動到與地面平行時，小腿前伸用力下壓，以前腳掌著地。P8

（C）113.桌球啟動促進制度規定，發球方包括發球一擊及回擊必須在幾球內贏球？　(A)10　(B)11　(C)13　(D)15。
解析：P96

（B）114.常見的起跑姿勢有幾種？　(A)兩種　(B)三種　(C)四種　(D)五種。

（Ｂ）115.田徑100公尺，對於途中跑擺臂動作的敘述，以下何者**有誤**？　（Ａ）手臂動作主要在協調、平衡下肢的擺動　（Ｂ）手臂前擺時，肘關節約呈45 度　（Ｃ）手臂前擺時，手指高度不高於下顎　（Ｄ）後擺時，上臂盡量抬至肩膀高度。
解析：手臂前擺時，肘關節約呈90度。P9

（Ｄ）116.桌球發球規則，以下敘述何者正確？　（Ａ）發球拋球，球離手後必須高於拋球手掌11公分　（Ｂ）球可以斜拋起，只要超過規定高度　（Ｃ）拋起的球可以旋轉　（Ｄ）球拋起離開手掌到被擊出前不能碰觸任何物體。
解析：P95

（Ｂ）117.游泳時，人體所感到最明顯的就是游動過程中被排開的水對身體造成的壓力，此壓力稱為？　（Ａ）摩擦阻力　（Ｂ）形狀阻力　（Ｃ）波浪阻力　（Ｄ）液面阻力。
解析：P29

（A）118.羽球反手接殺球，接擊來球的外側下方，以手腕帶動手指向斜前方推擋，擊出的球路是？　(A)斜線回擊球　(B)直線挑高球　(C)直線短球　(D)斜線挑高球。
解析：P104

（Ｄ）119.排球正面低手傳球動作，傳球時的動作，以下敘述何者**有誤**？　（Ａ）兩足前、後開立大於肩寬　（Ｂ）上身微前傾　（Ｃ）全身重心落於兩足的拇指跟處　（Ｄ）腕關節向上提。
解析：腕關節向下壓。P71

（Ｄ）120.羽球正手接殺球，手部預備動作，以下敘述何者**有誤**？　（Ａ）雙手置於胸前　（Ｂ）向來球方向伸出　（Ｃ）持拍手曲肘　（Ｄ）雙手手肘位置向外展應超過身體外側。
解析：手肘不超過身體。P101

（Ｂ）121.排球正面高手傳球，準備傳球時，兩手掌應置於何處做好預備動作？ 　（Ａ）離胸前約20公分處　（Ｂ）前額的斜上方約15 公分處　（Ｃ）頭頂上方20公分處　（Ｄ）腰部兩側。
解析：P71

（Ｄ）122.籃球運動，擋人掩護時的動作，以下敘述何者**有誤**？ 　（Ａ）擋人者重心應放低　（Ｂ）雙腳打開垂直於防守者身體側面　（Ｃ）雙手保護身體，避免被衝撞受傷　（Ｄ）跟著對手隨時保持移動定位以達較佳掩護效果。
解析：站定位後不可移動。P54

（A）123.桌球以右手持橫拍，正手發側下旋球，擊球時球拍如何揮擊球？　(A)從球的後側，由右上往左下切過　(B)從球的後側，由右往左切過　(C)從球的下方，由右後往左前切過　(D)從球的下方，由左往右切過。
解析：P89

（A）124.田徑賽全程採分道跑的徑賽項目是？　(A)400公尺　(B)800公尺　(C)1500公尺　(D)4×400公尺接力。
解析：P17

（Ｂ）125.桌球比賽促進制度可以啟用時機，是指一局比賽進行超過多久時間仍未結束？　（Ａ）8分鐘　（Ｂ）10分鐘　（Ｃ）15分鐘　（Ｄ）30分鐘。
解析：P96

（C）126.羽球反手接殺球，欲回擊直線短球，應拍擊來球的何處？　(A)外側下方　(B)正下方　(C)側下方切擊球頭底部　(D)球體羽毛側邊。
解析：P104

（Ｄ）127.排球發球規則，以下敘述何者**有誤**？　（Ａ）應以單手或單臂將球擊出　（Ｂ）不可使用足來發球　（Ｃ）裁判鳴笛前，就將球發出，視同發球無效，應重新發球　（Ｄ）發球拋起位置不理想，只要未擊球，可以再重新發球。
解析：發球時，球只允許球拋起或離手一次。P81

（Ｄ）128.捷泳滾翻時未縮下巴會導致？　（Ａ）重心左右不穩　（Ｂ）滾翻後視線不良　（Ｃ）動作違反規則　（Ｄ）軀幹無法順暢滾動。
解析：P27

（Ｂ）129.排球正面肩上發球，擊球的手臂觸球的部位是？　（Ａ）握拳的拳心　（Ｂ）全手掌　（Ｃ）手腕關節　（Ｄ）手指指腹。
解析：P73

（Ｂ）130.籃球比賽，球隊進入犯規罰則階段，其後球員對不是正在投籃動作的球員侵人犯規，罰則是？　（Ａ）判罰球1次　（Ｂ）判罰球2次　（Ｃ）判被犯規隊得球權　（Ｄ）判罰球3次。

（C）131.籃球執行Pick and roll戰術，持球者利用隊友的擋人與「擦肩而過」切入，接近籃框尋找出手投籃的機會，擋人時，兩者之間不可有空隙，是何緣故？　(A)為確保傳球穩固，避免失手　(B)為守住區域防守位置　(C)以免防守者從中阻斷進攻路線　(D)為製造短暫空檔以利直接出手投籃機會。
解析：P54

（C）132.桌球比賽進行中，為了使比賽更加緊湊，欲啟用促進制度，若是以下的比分則**不實施**？　(A)1：2　(B)7：6　(C)9：10　(D)8：8。
解析：P96

（C）133.排球運動的站姿正面肩上發球法，看起來好像是同什麼運動的發球方法類似？　(A)籃球　(B)桌球　(C)網球　(D)高爾夫球。

（C）134.小組配合進攻時的輪轉補位有什麼作用？　(A)讓對手眼花撩亂　(B)為主力球員擋人　(C)聯結進攻的傳球路線　(D)空手切入。

（C）135.小組配合時，擋完人之後應該做出什麼動作？　(A)原地不動　(B)遠離有球邊　(C)對球展開卡位要球　(D)往中圈移動。

（C）136.羽球比賽時，當對方以快速殺球攻擊，可用何種動作回擊該球？　(A)發球　(B)切球　(C)接殺球　(D)反手高球。

（Ｂ）137.桌球發球規則，以下敘述何者**有誤**？　（Ａ）發球動作不得以服裝或身體任意部位做出遮擋行為　（Ｂ）發球時，若球觸碰到球網裝置後，落入對方桌面，必須重新發球，若重發後仍相同情況則判失一分　（Ｃ）發球拋球後，從球離開手掌到被擊出前不能碰觸任何物體　（Ｄ）發球時，從拋球開始到球被擊中，球必須在桌面的高度以上。

（Ｂ）138.羽球反手接殺球，擊球時以手肘帶動手腕，向前方擺動前臂，揮擊來球正下方，擊出的球路是？　（Ａ）斜線回擊球　（Ｂ）直線挑高球　（Ｃ）直線短球　（Ｄ）斜線挑高球。
解析：P104

（C）139.桌球發球時，要將球拋起至少多少的高度？ 　(A)10公分　(B)15公分　(C)16公分　(D)21公分。
解析：P88

（A）140.桌球比賽在決勝局中，當一方先得幾分時，雙方應互換方位？　(A)5分　(B)6分　(C)7分　(D)11分。

（C）141.捷泳滾翻時，縮下巴動作的時機為何？　(A)收腹之前　(B)收腿之前　(C)頭部埋入水中之同時　(D)身體滾翻轉身之後。
解析：P27

（C）142.桌球比賽，發球的輪替方式，以下敘述何者**有誤**？　(A)雙方輪發2球　(B)實施促進制度時，每位球員發球順序不變，但改以每回僅輪發1球　(C)雙方比分進入丟士情況時，改輪發1球　(D)雙打決勝局中，當一方先得5分時，輪到接發球之方應互換接發球順序。
解析：發球方與接球方輪發2分球，以此發球順序直到該局結束。

（C）143.排球正面肩上發球，當一手將球向上拋起，此時身體的重心應落在？　(A)前足　(B)前足移往後足　(C)後足　(D)後足移向前足。
解析：P72

（Ｂ）144.排球正面高手傳球，準備傳球時，手部的預備動作，以下敘述何者**有誤**？　（Ａ）兩手掌置於前額的斜上方約15公分處　（Ｂ）兩手的肘關節要置於胸前下方　（Ｃ）五指自然張開　（Ｄ）雙手食指成「八」字形、拇指成「一」字形，合起來成為一個正三角形。
解析：兩手的肘關節要高過肩關節。P71

（Ｄ）145.自由式游泳比賽過程中，選手必須有身體的哪個部位露在水面上？　（Ａ）頭部　（Ｂ）肩部　（Ｃ）手臂　（Ｄ）任何一部分。
解析：P28

（B）146.桌球發球時，必須將球垂直上拋幾公分以上？　(A)15公分　(B)16公分　(C)17公分　(D)18公分。

（Ｄ）147.對於田徑規則敘述，以下何者**有誤**？　（Ａ）在接受到發令前，不可以開始起跑動作，如選手提前起跑，將被視為起跑犯規，沒有第一次違規只受警告處分，而是直接被取消比賽資格　（Ｂ）400公尺以下比賽，裁判會發出「各就位」及「預備」號令及選手就緒後的鳴槍　（Ｃ）400公尺以下（包含400公尺）的各項徑賽均採分道跑　（Ｄ）起點線跟終點線皆為5公分寬白線，都包含在比賽項目距離之內。
解析：終點線5公分寬白線，不含在比賽項目距離內。

（Ｄ）148.籃球運動，持球者對防守隊的三種威脅**不包含**？　（Ａ）運球　（Ｂ）傳球　（Ｃ）投籃　（Ｄ）請求暫停。
解析：P67

（C）149.100公尺比賽，終點前的壓線動作，從上半身迅速前傾開始，最適當的啟動時機為何？　(A)終點前五步　(B)終點前三步　(C)終點前二步　(D)終點前最後一步。
解析：P9

（A）150.捷式泳姿進行換氣時，在水面上應用何種方式吸氣為佳？　(A)以口吸氣　(B)以鼻吸氣　(C)同時用口鼻　(D)隨個人喜好皆可。
解析：P22

（Ｄ）151.羽球反手接殺球，腿部預備動作，以下敘述何者**有誤**？　（Ａ）雙腳與肩同寬　（Ｂ）屈膝微蹲　（Ｃ）重心平均置於雙腳　（Ｄ）膝蓋彎曲前伸超過腳尖。
解析：膝蓋不超過腳尖。P102

（A）152.以下何種狀況，**不會**判非違規方得分？　(A)球員跑至場外擊球，回擊至對方場內　(B)擊出的球落在有效區域以外　(C)擊出的球沒有過網或穿過球網或在網下進入對方場區　(D)不在自己的場區內擊球，即球員的球拍和身體進入對方場區。

（C）153.自由式游泳比賽出發與轉身時，允許身體於水中進行潛泳，但以幾公尺為限？　(A)5公尺　(B)10公尺　(C)15公尺　(D)無限制。
解析：P28

（A）154.桌球發長球時，發球第一及第二落點的位置，以下列何者為佳？　(A)靠近自己球桌邊緣、對手球桌端緣　(B)靠近球網處、對手球桌端緣　(C)靠近自己球桌邊緣、對方球桌網前　(D)靠近球網處、對方球桌網前。
解析：P94

（D）155.以下有關游泳的安全注意事項，何者**錯誤**？　(A)下水前做好暖身，以避免抽筋　(B)瞭解自己的游泳能力，並且選擇適合自己的水道　(C)練習轉身時，需要注意周遭是否有人，避免撞傷　(D)游泳池的遵循方向通常為左去右回。

（C）156.排球運動的高手傳球動作，其左、右手的食指和拇指，兩相合起來，應該是成什麼形狀？　(A)長方形　(B)正方形　(C)正三角形　(D)圓形。

（Ｄ）157.跑步時常犯的錯誤擺臂動作為：手臂擺幅過大、肩部緊張上聳、頭部上揚等；正確的擺臂應以身體何部位作為支點，前後交互進行擺動？　（Ａ）身體軸心　（Ｂ）頸椎　（Ｃ）手肘　（Ｄ）肩膀。
解析：P15

（C）158.短距離田徑賽起跑，配合發令者「各就位」的口令，以下姿勢敘述何者**有誤**？　(A)後腳膝蓋觸地　(B)手臂伸直，手指撐地　(C)雙手手掌的虎口張開相對，以四指自然張開與拇指成八字狀，四指指尖向前且貼地置於起跑線後　(D)眼睛自然前視。
解析：雙手手掌的虎口張開，四指自然張開與拇指成八字狀，虎口向前且貼地置於起跑線後。P7

（D）159.羽球接殺球動作的擊球要點，應為什麼？甲.身體前方擊球、乙.重心降低、丙.提前判斷來增加反應　(A)甲　(B)甲乙　(C)乙丙　(D)甲乙丙。

（D）160.個人混合式與混合式接力項目比賽時，自由式指的是？　(A)仰式　(B)蛙式　(C)蝶式　(D)仰式、蛙式、蝶式以外的姿勢。

（A）161.羽球正手接殺球，欲回擊斜線方向球，應拍擊來球的何處？　(A)外側下方　(B)正下方　(C)側下方切擊球頭底部　(D)球體羽毛側邊。
解析：P102

（C）162.對於籃球運動，對持球者擋人的進攻組合敘述，以下何者**有誤**？　(A)又稱為Pick and roll　(B)是一種得分效率極高的兩人小組進攻搭配　(C)對進攻方有相當大威脅的防守戰術　(D)擋人掩護時，擋人者重心應放低。
解析：P52

（A）163.排球正面高手傳球，準備傳球的預備動作，以下敘述何者**有誤**？　(A)雙足左右開立、微屈膝　(B)上體略前傾　(C)兩手掌置於前額的斜上方約15 公分處　(D)兩眼注視來球。
解析：雙足前後開立。P71

（A）164.桌球比賽是採勝球計分方式，不管發球或接發球，勝一球便得一分，先得幾分為勝一局？　(A)11分　(B)13分　(C)15分　(D)21分。

（A）165.自由式比賽的每一個轉身與抵達終點時，必須以身體哪一個部位碰觸池端？　(A)任何部位　(B)手　(C)腳　(D)軀幹。

（A）166.短距離田徑賽以蹲踞式起跑，當裁判發出「各就位」號令之後，運動員必須在自己的跑道之內和起跑線之後，盡快做好準備姿勢，兩腳必須接觸起跑架，而此時必須與地面接觸的是？　(A)兩手和一腳之膝蓋　(B)兩手和兩腳之膝蓋　(C)至少一手和一腳之膝蓋　(D)一手和兩腳之膝蓋。
解析：P16

（C）167.當發球員發球的瞬間，而球員彼此間的前、後排和左、右側位置關係，是以他們的什麼部位來判定？　(A)軀幹垂直位置　(B)頭部位置　(C)足步接觸地面的位置　(D)身體任一部位的垂直位置。
解析：P80

（Ｄ）168.羽球反手接殺球，擊球時以身體手臂的各部位聯合發力，以下何者**為非**？　（Ａ）前臂　（Ｂ）手腕　（Ｃ）拇指　（Ｄ）食指。
解析：P102

（Ｂ）169.排球正面高手傳球，在傳球動作前，先預測來球的方位和落點位置。即頭抬起向前看時，球應落在？　（Ａ）下巴上　（Ｂ）前額上　（Ｃ）胸前　（Ｄ）腰部前側。
解析：P70

（Ｂ）170.桌球橫拍握拍的方法，握拍時，虎口應對準？　（Ａ）拍面　（Ｂ）拍框　（Ｃ）拍面斜1/4　（Ｄ）拍面與拍框中間處。
解析：P88

（Ｄ）171.已有百年歷史的籃球運動，規則的訂定及經過不斷修改演變是為了？甲.讓所有參與比賽的球員能夠公平的競爭、乙.確保球員的安全、丙.提升比賽的觀賞性　（Ａ）甲乙　（Ｂ）甲丙　（Ｃ）乙丙　（Ｄ）甲乙丙。
解析：P63

（C）172.小華到田徑場看田徑比賽，看到選手都使用起跑架，並以蹲踞式起跑，請問他當時看到的場次**不可能**是下列哪一項賽事？　(A)100公尺　(B)400公尺　(C)1500公尺　(D)4×400公尺接力。
解析：在所有國際性的比賽中，400公尺以下（包含400公尺、4×400公尺接力的第一棒），運動員必須使用起跑架，並以蹲踞式起跑。P16

（A）173.下列有關排球比賽球場的描述，正確的是？　(A)18公尺×9公尺的長方形場地　(B)6公尺×9公尺的長方形場地　(C)16公尺×8公尺的長方形場地　(D)12公尺×6公尺的長方形場地。
解析：P79

（Ｂ）174.1891 年James Naismith 發明籃球至今已有百年的歷史，當年草創時期僅有幾條規則？　（Ａ）10條　（Ｂ）13條　（Ｃ）17條　（Ｄ）21條。
解析：P63

（Ｄ）175.桌球發短球時，發球第一及第二落點的位置，以下列何者為佳？　（Ａ）靠近自己球桌邊緣、對手球桌端緣　（Ｂ）靠近球網處、對手球桌端緣　（Ｃ）靠近自己球桌邊緣、對方球桌網前　（Ｄ）靠近球網處、對方球桌網前。
解析：P94

（A）176.游泳的換氣要領，以下正確的敘述是？　(A)口鼻部位離開水面後以嘴巴吸氣，頭轉入水中則持續以鼻子吐氣　(B)口鼻部位離開水面後以口鼻吸氣，頭轉入水中則持續以鼻子吐氣　(C)口鼻部位離開水面後以嘴巴吸氣，頭轉入水中則持續以口鼻吐氣　(D)口鼻部位離開水面後以鼻子吸氣，頭轉入水中則持續以口吐氣。
解析：P22

（C）177.羽球正手接殺球，欲回擊直線短球，應拍擊來球的何處？　(A)外側下方　(B)正下方　(C)側下方切擊球頭底部　(D)球體羽毛側邊。
解析：P103

（B）178.室內6人制排球運動比賽場地，依國際排球運動比賽規則規定是多大？　(A)20公尺×9 公尺　(B)18公尺×9 公尺　(C)16公尺×9公尺　(D)14公尺×9公尺。

（B）179.室內6人制排球運動正式列為奧運會的比賽項目，是在哪一年的奧運會舉行？　(A)1960年的羅馬奧運會　(B)1964年的東京奧運會　(C)1968年的墨西哥奧運會　(D)1996年的亞特蘭大奧運會。

（Ｂ）180.排球比賽，若發球員發球時踩線犯規，與對方球員位置錯誤同時發生，如何判定與罰則？　（Ａ）位置錯誤的球員犯規，球隊喪失一分，球員須立即站回到正確位置　（Ｂ）發球員犯規，球隊喪失一分　（Ｃ）雙方球隊皆犯規，此球不計分　（Ｄ）雙方球隊皆犯規，不計分，但球員登記警告一次。
解析：P81