

國立鳳山高中新進教師甄試體育科專業常識測驗

一、選擇題：(每題 2 分共 20 題，佔 40%)

- (2) 高爾夫比賽中，一套球具不得超過 14 支球桿，若超過，則每洞罰 2 桿，但 1 場 18 洞比賽最多罰多少桿？(1)2 桿 (2)4 桿 (3)6 桿 (4)8 桿 (5)10 桿
- (3) 依據中華奧林匹克委員會違規使用運動禁藥處理及處罰作業要點規定，參加賽會之運動員，須在賽會舉行幾天前，提出治療用途豁免申請。(1)7 天 (2)14 天 (3)21 天 (4)28 天 (5)30 天
- (2) 何種微量礦物質，能協助運動後身體的恢復和適應(1)鐵 (2)鋅 (3)鉻(4)碘 (5)鈦
- (3) 地板體操比賽，規定應在幾秒之間，於地板場地內完成？(1)30~50 秒 (2)40~60 秒 (3)50~70 秒 (4)60~80 秒 (5)70~90 秒
- (2) 巴西隊在那一年贏得世界盃足球賽三連霸，得永久保存象徵冠軍的「雷米金盃」(1)1966 年 (2)1970 年 (3)1974 年 (4)1978 年 (5)1982 年
- (5) 一場國際業餘籃球比賽，正規時間內，每隊各有幾次暫停機會？(1)1 次 (2)2 次 (3)3 次 (4)4 次 (5)5 次
- (5) 19 歲以下青男組慢速壘球之壘間距離為 (1)12.19M (2)14.02M (3)15.24M (4)18.29M (5)19.81M
- (3) 游泳比賽止泳繩是橫懸於池上出發臺前多少公尺處兩邊之固定支架(1)10 公尺(2)20 公尺(3)15 公尺(4)25 公尺，並高出水面 1.20 公尺以上，可迅
- (3) 實施肌力適能訓練時，下列何者正確？(1)強度低對訓練肌力有效 (2)強度高對訓練肌耐力有效(3)強度低對訓練肌耐力有效(4)強度高低沒有影響。
- (1) 在健體領域教學中，設計一個 Web Quest 課程主要由哪六大元素組成(1)簡介→任務→過程→資源→評量→結論 (2)觀察→改變→過程→結果→評估→結論(3)組織→簡介→觀察→改變→過程→結果(4)任務→過程→資源→簡介→評量→結論。
- (1) 從運動生理學面來看，有關無氧閾值的敘述何者錯誤：(1)藉由較有效率的肌纖維和有氧途徑能量來進行(2)開始產生過量乳酸的努力程度(3)有效的有氧能量上限 (4)當運動員感到呼吸困難且不確定能持續努力強度，為接近無氧閾值徵兆。
- (3) 田徑比賽中 4x100 接力賽跑，下列敘述何者正確(1)第三棒接到棒子後開始搶跑道(2)第一、二圈和第三圈的第一彎道為分道跑(3)第一圈和第二圈的第一彎道為分道跑(4)以上皆非。
- (4) 運動教練利用技能結果獲知 KR(knowledge of result)和技能表現獲知 KP(knowledge of performance)等回饋訊息來促進選手的技能學習效果，以 KR 來說，下列何者正確？(1)以動作錯誤為基礎而提供增強性回饋(2)提供回饋訊息時，要考慮動作者是否有接收訊息的能力(3)依據動作者在技能表現期間所犯的重大錯誤為基礎(4)提供訊息時應簡單扼要，只包含一個關鍵性要點即可。
- (4) 透過知覺與視覺化的方法，強化選手對錯誤動作之偵察，已建立正確動作概念，達到提升競技成績表現之目標，稱為何種訓練？(1)注意力訓練(2)團隊凝聚力訓練(3)抗壓力訓練(4)心智訓練。
- (4) 由世界短跑名將博爾特(Bolt)所創的男子 100 公尺世界紀錄是多少？(1)10 秒 10 (2)10 整 (3)9 秒 83 (4)9 秒 58
- (3) 舞蹈中「空間」的元素，不包括下列何者？(1)水平 (2)大小 (3)地心引力 (4)焦點
- (3) 跳遠比賽中，每次試跳時間不得超過(1)40 秒 (2)50 秒 (3)60 秒 (4)70 秒
- (2) 慢速壘球球拋出去的高度必須至少離地面距離？(1)1.52 公尺 (2)1.82 公尺 (3)2.00 公尺 (4)2.12 公尺。

19. (3) 游泳比賽，參賽者出發時必須用跳水型式為(1)捷泳、蛙泳、蝶泳、及四式接力賽 (2) 捷泳、蛙泳、仰泳、及四式接力賽 (3) 捷泳、蛙泳、蝶泳 (4) 捷泳、蝶泳、及四式接力賽.
20. (3) 棒球本壘板其頂點角度為(1)45 度 (2) 60 度 (3) 90 度 (4)75 度.

二、簡答題：(每題 4 分，共 5 題，佔 20%)

1. 請詳加說明健身運動跨理論模式之行為改變階段有哪些？
2. 請寫出男子職業高爾夫四大公開賽。
3. 依據行政院體育委員會所公布「游泳池管理規範」，游泳池列舉應備妥各種救生器材，同時應隨時檢查補充，且不得逾各該有效使用期限，請您寫出有那 5 種救生器材。
4. 普通高級中學必修科目「體育」課程欲培養之核心能力為何？
5. 畫出棒球比賽標準場地〈青棒／成棒／職棒〉，並標示壘與壘之間距離、投手板至本壘板距離、左右外野全壘打牆距離、中外野全壘打牆距離、打擊區長度與寬度

三、申論題：(每題 8 分共 5 題，佔 40%)

1. 請說明熱身運動的目的及其重要性與實施要領。
2. 從事運動訓練時，請說明應用「彈震式」的阻力訓練動作表現之特性及其效應為何？
3. 鑒於暑假期間 7、8 月往往為學生發生溺水事件的高峰期，教育部呼籲各界謹記「救溺」口訣，請您寫出「救溺五步」口訣及宣導內容。
4. Maslow 的「需求層次」理論，如何運用於訓練運動選手中？
5. 何謂理解式球類教學法 (TGfU) ？