

國立體育大學110學年度師資職前教育甄試考試試題

科目:體育概論

(本試題共5頁)

※注意：1 答案一律寫在答案卷上，否則不予計分

2 請核對試卷、准考證號碼與座位號碼三者是否相符。

3 試卷『彌封處』不得污損、破壞。

4 行動電話或呼叫器等通訊器材不得隨身攜帶，並且關機。

(本試題總計100分，每題2分)

1. 參與全國大專校院運動會的短距離100公尺比賽中，運動選手主要能量供給系統為何？(A)乳酸系統 (B) ATP-PC系統 (C)維生素分解系統 (D)有氧系統。
2. 在游泳比賽中，舉辦單位會頒發獎品表揚獲勝選手，這是哪一種學習理論的應用？(A)社會學習理論 (B)行為主義學派 (C)認知學習理論 (D)自我決定理論
3. 黃小明同學參加游泳賽，其中團體混合式接力的泳姿順序為何？(A)仰式、蛙式、蝶式、自由式 (B)蛙式、蝶式、仰式、自由式 (C)自由式、蝶式、仰式、蛙式 (D)蝶式、仰式、蛙式、自由式
4. 在體育課程的教育方法中，理解式球類教學法(teaching games for understanding)的主要核心理念內涵為何？(A)以動作技能發展為理念 (B)以討論比賽策略與作決定為理念 (C)以發展社會行為為理念 (D)以發展健康體適能為理念
5. 在體育教學策略中，摩斯登(Mosston)教學光譜的包含式(inclusion style)教學策略，主要的理念觀點為何？(A)以學生的能力高低，選擇合適難度的動作技能教材練習 (B)學生自我檢示動作技能 (C)全部學生共同練習同一種教材內容 (D)學生彼此間互相指導動作技巧
6. 在體育課教學時，教師會指導學生討論戰術策略，如果體育教師讓學生運用思考批判策略，讓學生獲得最後的合適決定，這是Mosston體育教學光譜的哪一種教學方法？(A)自教式(self-teaching style) (B)自測式(self-check style) (C)設計式(learner's design style) (D)集中式(convergent discovery style)
7. 在十二年國民教育健康與體育課程綱要，田徑運動是下列何種運動類型？(A)競爭類型運動 (B)挑戰類型運動 (C)自我防衛型運動 (D)表現類型運動
8. 在十二年國民基本教育健康與體育課程中，發展學生動態生活習慣，主要是下列哪一種課程與教學模式的核心目標？(A)動作分析模式 (B)自我實

- 現模式 (C)人的真諦模式 (D)體適能教育模式
9. 在體育教學時，教師採合作學習策略，以異質性分組，將學生分成不同能力層級，在分組競賽時，同一層級能力的學生一起競賽，各組再以每人獲勝得分為其所屬小組的累計積分，這是何種學習策略？(A)學生小組成就區分法(student teams- achievement divisions) (B)小組遊戲競賽法(team games tournament) (C)拼圖法II (Jigsaw II) (D)共同學習法(learning together)
 10. 運動教育模式在歐美國家的體育課中非常普及，其是下列何種理論的應用？(A)情境學習理論 (B)認知主義 (C)行為主義 (D)期望價值理論
 11. 在運動心理學中，常會論及狀態性焦慮(state anxiety)，下列何種情境容易產生此一狀態？(A)重量訓練 (B)有氧訓練 (C)間歇訓練 (D)籃球比賽罰球時
 12. 王大華是優秀的跳高選手，但有時因為比賽壓力過大，造成運動表現突然不佳，此時的狀態之為什麼理論？(A)大災難理論 (B)自我效能理論 (C)自我決定理論 (D)挫折理論
 13. 黃成榮在足球比賽時腳受傷，運動防護員以PRICE原則進行處理，其中”P”代表的意涵為何？(A)抬高 (B)冰敷 (C)保護 (D)休息
 14. 教練會讓運動員在比賽時有更佳表現，在比賽前會作一些放鬆活動，請問此運動員腦波會有何變化？(A)讓腦部 α 波提升， β 波下降 (B)讓腦部 α 波下降， β 波下降 (C)讓腦部 α 波提升， β 波提升 (D)讓腦部 α 波下降， β 波提升
 15. 陳大明實施他的健身計畫已經八個月了，在Prochaska、Norcross與DiClemente(1994)提出行為改變的各個階段中，其是屬於哪一期？(A)意圖期(contemplation) (B)準備期(preparation) (C)行動期(action) (D)維持期(maintenance)
 16. 在體育課中，以培養熱情、文化素養與能力兼備的運動參與者為目標，此一課程與教學模式為何？(A)運動教育模式 (B)自我實現模式 (C)體適能教育模式 (D)動作分析模式。
 17. 體育教師在教學活動中，可以運用心理學家Deci和Ryan提出自我決定理論，透過三種基本心理需求的滿足，激發學生運動學習中的內在動機，請問這三種基本心理需求為何？(A)典範、自主、領導 (B)自主、勝任、關係 (C)奮鬥、堅決、卓越 (D)成就、勝任、自律
 18. 在體育活動中，教師常會舉例班上同學的良好典範，這是心理學家Bandura認為這是人類的行為是個人與環境互相影響的結果，這是何種理論的應用？(A)行為主義理論 (B)社會學習理論 (C)動作學習理論 (D)價值期待理論
 19. 在游泳課的50公尺蛙泳評量中，教師以游完全程的動作表現作為期末測驗成

- 績，這種評量方法是何種方法？(A)總結性評量 (B)安置性評量 (C)診斷性評量 (D)形成性評量
20. 健康體適能可以是評估一個人的健康狀態，下列何者屬於健康體適能的一種？(A)敏捷力 (B)有氧耐力 (C)速度 (D)協調性。
21. 在體適能教學時，FITT原則是健身活動的重要概念，此原則中 ” F ” 所指為何？(A)頻率 (B)強度 (C)時間 (D)類型
22. 在體適能檢測中，評估學生心肺適能最具信效度的方法為何？(A) PACER測驗(progressive aerobic cardiovascular endurance run) (B) 800公尺跑走(800 m walk/run) (C)1600公尺跑走(1600m walk/run) (D)一英哩跑走(1 mile walk/run)
23. 在從事運動時，在主要運動前的熱身活動，熱身初期宜進行何種活動？(A)動態伸展活動 (B)關節活動 (C)慢節奏的有氧運動 (D)靜態伸展活動
24. 趙老師看到自己班上的學生體適能不佳，於是實施了一學期的健身活動，並且評估學生的體適能進步情形，這一種體育教學的研究方法，是何種方法？(A)紮根理論 (B)行動研究 (C)現象詮釋學 (D)調查研究
25. 體育教師在足球課時，要評量學生動作技能表現能力，下列何種評量方式最具信效度？(A)動作能力量表自覺評估 (B)動作技能認知測驗 (C)動作技能口頭報告 (D)實際動作技能測驗
26. 在適應體育教學時，對於身心障礙學生實施何種教學方法最為適合？(A)動作分析模式 (B)責任模式 (C)發展模式 (D)運動教育模式
27. Robert Slavin(1980) 發展一種合作學習策略，若體育教師應用此一學習策略在教學活動時，並將學生分成若干組別，在合作學習初期進行第一次評量，在一段時間後進行第二次評量，所有成員進步的分數加總計分，作為各組總分，這是何種合作學習策略？(A)小組協同個別化學習(team-assisted instruction) (B)學生小組成就區分法(student teams- achievement divisions) (C)小組遊戲競賽法(team games tournament) (D)拼圖法(jigsaw)
28. 在體育課責任模式中，體育教師最終要引導學生到達何種行為表現的層級？(A)轉移到體育館外 (B)努力與合作 (C)自我導向 (D)尊重他人
29. 身心障礙學生從事體育學習是重要的教育活動，而「融合式體育教學」是重要的教學策略，這種教學方法的理念為何？(A)著重身心障礙學生的個別化教學 (B)鼓勵身心障礙學生能與一般同學在一起共同學習 (C)強調障礙學生進行體適能發展 (D)重視身心障礙學生們的動作技能發展。
30. 在體育教學活動中，體育教師使用「大魚小池效應」(big-fish-little-pond effect)的原理來教育學生，其教育意涵為何？(A)把太過自信的學生，融入到能力比他更強的組別，減低其傲氣 (B)把能力低的學生，融入到同等能力組別中，以提升學習效能 (C)把較低能力的學生，融入到能力比較高的組別，

- 提昇學習效能 (D)把太過自信的學生，融入到能力較低的組別中，增強自信
31. 陳大明參加全國大學運動會10000公尺項目，在運動能量系統中，其主要的能量供給為何種系統？(A)有氧系統 (B)ATP-PC系統 (C)乳酸系統 (D)無氧醣酵解
 32. 在參與各種身體活動，當韌帶扭傷時，韌帶附著處會有一小塊骨頭被扯出來，此種骨折類型常出現在踝關節和手指頭，此種運動傷害為何種類型？(A)拉離性骨折(avulsion fractures) (B)生長板骨折(epiphyseal /growth plate fractures) (C)開放性骨折(opened fractures) (D)脫位(dislocation)
 33. 我國運動員重返奧林匹克運動會，在西元哪一年訂定洛桑協定，以「Chinese Taipei Olympic Committee」參與奧運會？(A)1972 (B)1981 (C)1983 (D)1982
 34. 我國第一次以「Chinese Taipei Olympic Committee」為名義參賽的奧運會，是下列哪一個奧運會？(A)1976加拿大蒙特婁奧運會 (B)1980蘇聯莫斯科奧運會 (C)1984美國洛杉磯奧運會 (D)1992西班牙巴塞隆納奧運會
 35. 面對運動比賽，運動員會出現焦慮情緒，若已是運動員持久和穩定的心理反應傾向，形成了人格的一部分，其是由先天遺傳與後天經驗所形成，此屬於下列何種焦慮？(A)生理性焦慮(physiological anxiety) (B)認知性焦慮(cognitive anxiety) (C)調整性焦慮(regulatory anxiety) (D)特質性焦慮(trait anxiety)
 36. 在高張力的運動競賽中，透過心理技巧訓練提升運動表現，下列何者屬於身體放鬆技術？(A)呼吸控制法 (B)目標設定 (C)自我激勵 (D)意象訓練
 37. 國際網球比賽中的法國網球公開賽，其比賽的場地是？(A)PU面層球場 (B)草地球場 (C)紅土球場 (D)壓克力面層球場
 38. 在運動醫學中發現運動對大腦產生的良好機轉，促進學習效益，在相關研究中發現，運動時大腦細胞會分泌下列何種物質？(A)去氧核糖(deoxyribose) (B) BDNF (brain derived neurotrophic factor) (C)維生素(Vitamin) (D)胺基酸(Amino acid)
 39. 體育教師以生態整合取向進行教學活動，期望學生在個人發展、社會行為、運動學科內容上，都有均衡的學習，下列哪一個課程內容屬於生態整合取向？(A)動作分析模式 (B)責任模式 (C)人的真諦模式 (D)體適能教育模式
 40. 在亞運比賽的四百公尺競賽中，運動選手以四十五秒零三跑完全程，此一選手的主要能量供給系統為何？(A)乳酸系統 (B)ATP-PC系統 (C)有氧系統 (D)蛋白質分解
 41. 跆拳道選手為增加運動表現，進行重量訓練，此時必須進行肌肉抗拒高於平

- 常最高負荷量以上的訓練，此時肌力訓練的原則為何？
(A)個別性原則 (B)反覆性原則 (C)超載性原則 (D)全面性原則
42. 王小華在長跑一小時後，感到疲勞，若要進行能量補充，下列何者升糖指數最低？(A)白米飯 (B)鳳梨 (C)花生 (D)香蕉
43. 在全國運動會的棒球比賽，擊出一、二壘間之平飛球，球落地後彈跳進入觀眾席，此時判決應該如何？ (A)全壘打 (B)打者可進二壘 (C)打者可進三壘 (D)打者可進一壘
44. 江大永先生是優秀的長跑選手，請問其何種肌纖維有較高的成份比率？ (A)紅肌纖維 (B)藍肌纖維 (C)白肌纖維 (D)黃肌纖維
45. 在大專運動會桌球錦標賽中，選手發球需向上拋起幾公分以上？ (A)10公分 (B)16公分 (C)26公分 (D) 40公分
46. 奧運會是舉世注目的運動賽會，現代奧林匹克運動會第一屆在何地、何年舉辦？ (A)雅典 1896 (B)雅典 1900 (C)巴黎 1896 (D)巴黎 1900
47. 黃進傑同學剛要學習桌球的弧圈球技能，在動作學習的三個階段中，第一階段應該是下列哪一階段？ (A)自動化階段 (B)技術化階段 (C)認知階段 (D)組合階段
48. 摩斯登(Mosston)教學光譜中，屬於同儕間彼此檢核動作正確性的教學形式為何？(A)設計式 (learner' s design style) (B)互惠式(reciprocal) (C)創造式(learner' s initiated) (D)練習式(practice)。
49. 全民運動會中的馬拉松長跑選手，在運動能量系統中，其主要能量來源為何種項目？ (A)脂肪 (B)蛋白質 (C)血醣 (D)肝醣
50. 在運動情境中，在外在組織、教練其他重要他人所塑造的環境，強調打敗對手，勝過對手，這是何種氛圍現象？ (A)精熟氣候 (B)表現氣候 (C)強亨利效應 (D)月暈效應