

※ 下課鐘響前不得繳卷

班級：

座號：

姓名：

P.1

壹：選擇題（每題 2 分，共 20 分）

- ( ) 現行民俗體育運動競賽規則是採用那一年印行的？(A) 108 年 (B) 106 年 (C) 104 年 (D) 87 年。
- ( ) 棒球一直是我國眾所矚目的焦點，甫完賽的 12 強更是凝聚了國人向心力，試問目前我國職棒有幾支參賽隊伍？(A) 3 支 (B) 4 支 (C) 5 支 (D) 6 支。
- ( ) 扯鈴比賽中，單人比賽動作時間的第三信號為 (A) 2 分 30 秒 (B) 3 分鐘 (C) 3 分 30 秒 (D) 4 分鐘。
- ( ) 扯鈴比賽中，雙人賽比賽動作時間的第二信號為 (A) 3 分 30 秒 (B) 4 分鐘 (C) 4 分 30 秒 (D) 5 分鐘。
- ( ) 扯鈴個人賽器材應含雙頭及單頭鈴，請問鈴數最多可以幾顆置放在場上？(A) 5 顆 (B) 10 顆 (C) 15 顆 (D) 不限
- ( ) 扯鈴雙人比賽中，雙頭鈴必備動作內容共有幾項？(A) 7 項 (B) 6 項 (C) 5 項 (D) 4 項。
- ( ) 一年一度年級盃即將開比了！站在場上的睿睿一時緊張尚未等主任裁判員信號而開始動作，遭到第一次警告，請問睿睿會被扣幾分？(A) 0 分 (B) 1 分 (C) 2 分 (D) 3 分。
- ( ) 阿甫過五關斬六將獲得本屆的全民運單人扯鈴賽資格，由於阿甫在這幾年已把技術練到熟到爛掉，在場上竟演出到忘我的境界，眼看最後結尾停鈴時間為 5 分 01 秒，請問容哥實施分最高為幾分？(A) 30 (B) 20 (C) 10 (D) 0。
- ( ) 扯鈴團體比賽規則規定，下列哪一個動作須保持全隊人數在場活動？(A) 四人三拋 (B) 遊龍戲鳳 (C) 仙人過橋 (D) 一道彩霞。
- ( ) 比賽中的實施分佔多少比重配分？(A) 20% (B) 30% (C) 40% (D) 35%。

貳：是非題（每題 2 分，共 20 分；若答案為       ，請將錯誤部分圈起，並將正確答案填寫在題目後方）

- ( ) 選手比賽時穿著西裝，不僅過於拘謹，更限制了運動範圍，應予以扣分。
- ( ) 根據 FIFA 國際足球總規則訂定，上下半場各為 50 分鐘比賽時間。
- ( ) 扯鈴單人賽過程中，雙頭鈴至多可準備 7 個。
- ( ) 民俗體育運動競賽規則中，運動員為了取預備鈴將腳跨出邊界每次扣 1 分。
- ( ) 雙人比賽中，「交換鈴」是指鈴應在頭部以下位置。
- ( ) 阿扯在單人比賽當中，忘記編排單頭鈴動作，則他會被扣 10 分實施分。
- ( ) 激烈運動後肌肉疲勞所產生肌肉酸痛的現象是人體不正常的生理反應。
- ( ) 扯鈴個人賽中，單頭鈴動作內容至少要有 3 個動作。
- ( ) 在教育部指定盃賽的扯鈴比賽中，都必須使用具有鈴盒、鈴目、動軸之雙頭響鈴。
- ( ) 扯鈴團體賽中，違反規定、紀律、精神、態度欠佳者，每一項扣 1 分。

參：填空題（每格 2 分，共 44 分）

- 扯鈴競賽之個人賽使用器材應包含雙頭鈴至多 ( ) 個及單頭鈴 ( ) 個，鈴棍 ( ) 副。
- 扯鈴競賽之「雙人賽」動作內容應包括：( )、移位、( )、二人一鈴繩、( )、二鈴繩一鈴、及富有協調默契之變化動作。
- 民俗體育運動競賽規則中，扯鈴評分標準採用哪三大項目計分？( )、( ) 和 ( )。
- 練習的過程當中難免會有運動傷害，請問處理急性期的五大原則是哪五種，寫中文即可 ( )、( )、( )、( )、( )。
- 我們的導師是 ( ) 老師、( ) 老師（請寫本年級兩位導師）。
- 民國 108 年中正盃民俗體育運動錦標賽由哪一縣市主辦？( )
- 扯鈴應包含 1. ( )，直徑 ( ) 公分；2. ( )；3. ( )，孔數：( ) 孔；鈴繩；鈴棍；軟膠材質之安全扯鈴；培鈴。

背面尚有試題

※ 下課鐘響前不得繳卷

班級：

座號：

姓名：

p. 2

肆、簡答題（共 16 分）

1. 今天上練習課的時候，老師讓同學練習拋鈴跳繩接鈴，阿尼一不小心將鈴拋歪而為了不失誤去救鈴，過程中不慎滑倒造成扭傷，為了避免這種憾事再度發生，聰明的你上過簡易的運動傷害處理流程，請你「設計」一套情境，將五種處理流程寫進去（中英文都需寫對），告訴阿尼及其他同學應該怎樣處理阿尼的運動傷害。（6分）

2. 請簡述扯鈴個人賽單頭指定動作『雷鳴大地』之動作實施要點（可畫圖表示）。（1分）

3. 對於本次的畢業公演，身為學弟妹的你有什麼樣的想法？如果你是表演者想要有什麼樣的演出？該如何實現(9分)  
(分數高低取決於各位填寫內容的豐富度，格子不夠可以自己加唷~)
