

※ 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) 69 年 (B) 84 年 (C) 95 年 (D) 104 年。
- ( ) 扯鈴比賽時，時間不足或超逾規定時間 14 秒的處理方式為？(A) 扣 5 分 (B) 扣 10 分 (C) 扣 15 分 (D) 取消比賽資格。
- ( ) 扯鈴單人賽中，比賽動作時間的第三信號為 (A) 2 分 00 秒 (B) 3 分 30 秒 (C) 4 分 00 秒 (D) 5 分鐘。
- ( ) 扯鈴團體比賽規則規定，除了下列哪一個指定動作外，其餘動作內容皆須保持全隊人數在場活動？  
(A) 一道彩霞 (B) 一道彩虹 (C) 仙人過橋 (D) 八人對拋。
- ( ) 下列何者不是阻力訓練的好處 (A) 增進肌力與肌耐力 (B) 增進柔軟度 (C) 預防運動傷害 (D) 骨質密度減少。
- ( ) 扯鈴雙人比賽中，一個失誤（如纏鈴、鈴落地）扣幾分？(A) 0.5 分 (B) 1 分 (C) 1.5 分 (D) 2 分。
- ( ) 扯鈴團體比賽中，指定動作未做者每一項扣幾分？(A) 4 分 (B) 5 分 (C) 3 分 (D) 2 分。
- ( ) 在台灣，高中籃球聯賽的縮寫為下列何者？(A) UBA (B) NBA (C) CBA (D) HBL。
- ( ) 扯鈴團體賽中，具有鈴目的固定軸雙頭響鈴須在前幾分鐘內完成？(A) 6 分鐘 (B) 3 分鐘 (C) 4 分鐘 (D) 5 分 30 秒。
- ( ) 籃球運動的發源地為何處？(A) 英國 (B) 中國 (C) 美國 (D) 日本。

**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）**

- ( ) 民俗體育運動競賽規則中，運動員每跨出一次邊線扣 0.5 分。
- ( ) 扯鈴比賽須待主任裁判員信號開始動作，如搶先動作，第三次再犯時取消資格。
- ( ) 民俗體育運動競賽規則規定，在決賽時是由預賽成績以亂數決定出場順序。
- ( ) 扯鈴規則中，指定動作『海底撈針』的操作方式是將地上轉動的扯鈴以鈴繩撈起。
- ( ) 參加各種運動的競技與練習，如果疏忽都有可能發生運動傷害。
- ( ) 依據民俗體育運動競賽規則，互拋即為交換鈴的動作。
- ( ) 奧運為一年一次，所以 2020 結束奧運後就是 2021 年可再觀賞到精彩的奧運賽程。
- ( ) 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。
- ( ) 扯鈴競賽規則的計時是依運動員鈴轉動為起始計時點；鈴停止轉動為終止計時點。
- ( ) 扯鈴團體賽中，指定動作中有「仙人過橋」，其繩長應在 6 公尺以上，至少應有 2 個鈴以上同時在長繩上滾動。

**參：填空題（每格 2 分，共 28 分）**

- 請問坐姿體前彎是要檢測我們何者體適能 ( )。
- 體適能測驗除了要知道自己的身高體重外，還有哪些測驗 ( )、( )、( )、( )。
- 鐵人三項運動中，請問是哪三個項目所組合起來的運動？( )、( ) 和 ( )。
- 如今市面上販賣扯鈴廠商有許多家，各有不同特色，請寫出其中兩家你知道的( )、( )。
- 2016 里約奧運已結束將近第三年，換言之下一屆 2020 奧運隨之而來，請問下一個主辦國及城市為何 ( )。
- 108 學年度第一學期民俗班參加哪一個民俗體育比賽？比賽名稱是 ( )。
- 著名籃球員 Kobe Bryant 在 2012 年不幸傷到他的阿基里斯肌腱，影響他往後的表現，請問急性期受傷的時候應該怎麼處理（急性期的英文處理原則）？ ( )
- 扯鈴個人比賽中，單頭鈴動作內容至少包含：雷鳴大地、斗轉星移、( )。

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 32 分)

1. 公演已經結束一個月了，幾家歡樂幾家愁，有什麼想對當時尚未公演的自己說，或許已經無法改變什麼，但一定有很多想告訴當時的自己，請好好思考在填寫。(P.S 你的內容豐富度決定分數高低)。(14 分)


2. 在扯鈴團體比賽中指定動作有哪些?(6分)

3. 此次是最後一次藝能科考試，對於在民俗班的最後一個學期也即將到來，試問這三年你進步最多的部分是哪部分，又留著遺憾的是哪部分?(P.S 你的內容豐富度決定分數高低)(14分)