**基隆市立武崙國民中學107學年度第一學期 七年級體育科認知考**

 **\_\_\_年** **\_\_\_班 座號：\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**一、是非題 每題5分(**○請畫A、╳請畫B)

1. **( )**羽球運動中可分為單打、雙打與混雙三種。

答案：○

1. **( )** 羽球如果分數達到　20　分平分，任一方僅贏　1　分便獲得此局。

答案：╳

1. **( )**由於慢跑是較為輕鬆的運動，所以鞋子的選擇及路面的軟硬不用特別注意，只需做好熱身運動即可。

答案：╳

1. **( )**羽球發球時擊球瞬間，球可高於腰部。

答案：╳

1. **( )**桌球運動與其他運動不同之處，在於所需的場地和空間不大，不受天候的影響。

答案：○

**二、單一選擇題每題5分(請從第6題開始畫卡)**

1. **( )**以推或撞到對手軀幹為哪種籃球犯規動作？

(Ａ)阻擋犯規　(Ｂ)撞人犯規　(Ｃ)雙方犯規　(Ｄ)技術犯規。

答案：(Ｂ)

1. **( )**下列有關籃球進攻時間之敘述，何者有誤？

(Ａ)球員在後場獲得控球權後，必須在　8　秒內使球進入前場　(Ｂ)球員獲得控球權後，必須在　24　秒內投籃　(Ｃ)防守隊隊員不得在限制區域內，連續停留超過　3　秒以上　(Ｄ)被緊迫防守的球員，必須在　5　秒內傳、投或運球。

答案：(Ｃ)

1. **( )**籃球比賽共分為幾節？

(Ａ)　1　節　(Ｂ)　2　節　(Ｃ)　3　節　(Ｄ)　4　節。

答案：(Ｄ)

1. **( )**桌球擊球時，注意球拍的拍面應盡量如何才能避免出界？

(Ａ)讓拍面向上　(Ｂ)讓拍面向下　(Ｃ)讓拍面不要向上　(Ｄ)讓拍面不要向下。

答案：(Ｃ)

1. **( )**慢跑時若發生「側腹痛」的情形，此時應該怎麼做？

(Ａ)降低跑速　(Ｂ)雙手插腰繼續跑　(Ｃ)邁開步伐　(Ｄ)雙膝微彎慢慢跑。

答案：(Ａ）

1. **( )**桌球之所以廣受大眾歡迎，下列哪一項不是其優點？

(Ａ)球體小、速度快　(Ｂ)球拍輕　(Ｃ)可以促進手眼協調　(Ｄ)需要用到桌球桌。

答案：(Ｄ)

1. **( )**一般而言，桌球的預備姿勢都是？

(Ａ)雙腳自然開立　(Ｂ)兩肘彎曲　(Ｃ)手腕放鬆　(Ｄ)以上皆是。

答案：(Ｄ)

1. **( )**羽球單打比賽，發球者得分為零或偶數時，應站在何處發球？

(Ａ)左發球區　(Ｂ)右發球區　(Ｃ)不限球區　(Ｄ)中間發球區。

答案：(Ｂ)

1. **( )**下列哪一項不是慢跑的好處？

(Ａ)可增強心肺功能　(Ｂ)有助於體重控制　(Ｃ)最方便的有氧運動　(Ｄ)是完全沒有任何運動傷害的運動項目。

答案：(Ｄ)

1. **( )**以下關於慢跑的敘述何者有誤？

(Ａ)跑步時，上身背脊伸直　(Ｂ)跑步時，雙手做適當的前後擺振　(Ｃ)跑步時，儘量先以腳尖著地　(Ｄ)跑步時，肩部與頸部放輕鬆。

答案：(Ｃ)

1. **( )**以下對於桌球運動「特色」的描述，何者正確？

(Ａ)球速快　(Ｂ)比賽時間長　(Ｃ)反應時間長　(Ｄ)球速慢。

答案：(Ａ)

1. **( )**慢跑時的穿著及運動環境，下列何者不適當？

(Ａ)穿舒適且能吸收震盪的慢跑鞋　(Ｂ)選擇輕便易吸汗及散熱的服裝　(Ｃ)選擇底部較薄的運動襪，以便排汗　(Ｄ)選擇平坦、軟硬適中而沒有阻礙的地面。

答案：(Ｃ)

1. **( )**下列運動中何者所需要的場地空間最小？

(Ａ)排球　(Ｂ)桌球　(Ｃ)羽球　(Ｄ)籃球。

答案：(Ｂ)

1. **( )**羽球進行男子雙打比賽時，先得幾分之隊伍獲勝？

(Ａ)　15　分　(Ｂ)　11　分　(Ｃ)　21　分　(Ｄ)　9　分。

答案：(Ｃ)

1. **( )**20　歲的柏延想透過慢跑達到運動的效果，請問他慢跑後的心跳達多少才是好的？

(Ａ)　72　下／分　(Ｂ)　140　下／分　(Ｃ)　180　下／分　(Ｄ)　200　下／分。

答案：(Ｂ)