**臺北市立景興國民中學108學年度第二學期 九年級下學期 體育常識題庫**

**田徑：**

選擇題：

1.( B )最健康的減肥法是？（A）節食（B）運動（C）截腸（D）服藥。

2.( A )進行體適能計畫中，應該優先考慮什麼？

(Ａ)適合的運動項目　(Ｂ)運動的強度　(Ｃ)運動持續的時間　(Ｄ)運動的頻率。

3.( D )運動過程中，發生哪一種狀況，應該停止運動？

(Ａ)暈眩　(Ｂ)呼吸不順暢　(Ｃ)身體某個部位疼痛　(Ｄ)以上皆是。

4.( C )若想要改善心肺功能或是減少體脂肪，就要選擇何者類型的運動為佳？

(Ａ)重量訓練　(Ｂ)阻力性訓練　(Ｃ)有氧運動　(Ｄ)肌力訓練。

5.( C )有關運動傷害發生的原因，下列何者正確？

(Ａ)運動傷害大多是因選手故意犯規才發生的

(Ｂ)比賽前的運動會導致運動過度，應該避免

(Ｃ)不佳的身心狀況，容易導致運動傷害

(Ｄ)運動場地不良，只要小心一點就可以避免運動傷害。

6.( B )有關運動傷害發生的原因，下列何者錯誤？

(Ａ)過度緊張或緊張度不足，都很容易引發運動傷害

(Ｂ)自信心非常強，才不容易引起運動傷害

(Ｃ)無心的犯規可能會造成運動員的傷害

(Ｄ)沒有穿戴適當的護具，容易引發運動傷害。

7.( C )暖身活動不足時容易導致運動時哪一部位的傷害？

(Ａ)心臟(Ｂ)胃部(Ｃ)肌肉(Ｄ)神經。

8.( D )當發生運動傷害時，下列哪一項處理方法是正確的？

(Ａ)將受傷部位低於心臟的高度，以避免因重力形成的腫脹

(Ｂ)不可對受傷部位施以壓迫

(Ｃ)運動傷害是無法事先防範的

(Ｄ)急性受傷後應完全的休息。

9.( B )下列何者是正確的運動安全觀念？

(Ａ)運動時如果身體有不適的感覺，要忍耐到課程結束再休息

(Ｂ)盡量不要嘗試超過自己能力的運動

(Ｃ)運動器材不佳，要學習用優秀的運動技巧來克服

(Ｄ)提升體適能和運動時的安全沒有關係。

10.( C )運送傷患最好的工具是下列何者？

(Ａ)椅子　(Ｂ)人　(Ｃ)擔架　(Ｄ)門板。

11.( C )對於運動傷害的認知，下列敘述何者錯誤？

(Ａ)暖身運動不足，容易造成肌肉拉傷

(Ｂ)應遵守運動規則，避免不當行為

(Ｃ)過度的運動是有益的，可磨練運動技巧與毅力

(Ｄ)錯誤的施力方式或姿勢，容易造成運動傷害。

12.( C )小翰在打籃球時不慎拉傷大腿肌肉，他應先採取哪個急救方法以降低傷害程度？

(Ａ)擦優碘　(Ｂ)按摩　(Ｃ)冰敷　(Ｄ)送醫。

13.( D )發生急性運動傷害時，下列哪項不是適當的處理方法？

(Ａ)抬高患部　(Ｂ)完全的休息　(Ｃ)對患部壓迫　(Ｄ)不理會它繼續運動。

14.( B )當運動傷害發生施予急救時，「抬高」的步驟，應該使受傷部位高於何處？

(Ａ)肚臍　(Ｂ)心臟　(Ｃ)脖子　(Ｄ)頭部。

15.( C )下列哪些選項是造成運動傷害的主要原因？

(甲)自信心過強 (乙)運動過度 (丙)遵守規則 (丁)疏忽 (戊)精神不濟。

(Ａ)甲乙丙丁戊　(Ｂ)甲乙丙丁　(Ｃ)甲乙丁戊　(Ｄ)甲乙戊。

16.( C )從事休閒活動時，要以哪些因素為考量？

(甲)自己的興趣 (乙)要有刺激性 (丙)安全性 (丁)有高挑戰性 (戊)經濟能力。

(Ａ)甲乙丁　(Ｂ)甲乙戊　(Ｃ)甲丙戊　(Ｄ)甲丁戊。

17.( C )從事休閒活動時，應該以何種考量因素最重要？

(Ａ)有教育性最重要　(Ｂ)好玩最重要　(Ｃ)安全最重要　(Ｄ)地點的選擇最重要。

18.( D )我國青少年事故傷害死亡的比率居鄰近各國之冠，故休閒活動時必須注意下列哪一項？(Ａ)可否增廣見聞　(Ｂ)是否具有鍛鍊體魄的功能

(Ｃ)是否會傳染疾病　(Ｄ)是否安全。

19.( B )關於休閒活動的選擇，下列何者不適合？

(Ａ)根據自己的體能狀況安排休閒活動

(Ｂ)選擇錢花得愈多的休閒活動愈好

(Ｃ)休閒活動的安排必須以不耽誤課業及工作為原則

(Ｄ)從事休閒活動不宜過度沉迷。

20.( D )從報紙的運動版新聞中，我們可以得到哪些訊息？

(甲)運動比賽的時間和地點 (乙)球隊的戰績 (丙)疾病的防治 (丁)旅遊的資訊 (戊)運動常

識。 (Ａ)甲乙丙　(Ｂ)甲乙丁　(Ｃ)丙丁戊　(Ｄ)甲乙戊。

21.( C )為身心障礙者個別需求而調整的體育課程與活動稱為下列何者？

(Ａ)特殊體育　(Ｂ)殘障體育　(Ｃ)適應體育　(Ｄ)個別體育。

22.( D )有關暖身運動的設計原則，下列何者正確？

(Ａ)應由小關節開始　(Ｂ)由下半身到上半身

(Ｃ)上、下半身順序交錯進行　(Ｄ)應由大關節開始。

**籃球：**

23.( D )小明想要精進籃球技術，你會建議他採取什麼樣的方法最好？

(Ａ)每場　NBA　都看　(Ｂ)穿上籃球明星代言的商品

(Ｃ)幻想成為籃球明星　(Ｄ)隨時玩球成為生活的每日工作。

24.( D )進行籃球防守時，如果單獨面對到基本運球動作比較好的對手，可以怎麼做？

(Ａ)採取正面防守　(Ｂ)同時兼顧左右兩側　(Ｃ)採取區域聯防　(Ｄ)採取半邊防守。

25.( A )以下提高盯人防守的成功機率的幾個方法中，哪一個敘述是錯誤的？

(Ａ)單獨面對進攻球員時，防守球員最好以雙邊為重

(Ｂ)使進攻球員只能朝活動較不順暢的區域移動

 (Ｃ)讓進攻球員漸漸將球運行到端線

(Ｄ)選擇進攻方利益較多的一邊來阻擋。

26.( C )有關盯人防守的敘述，下列何者錯誤？

(Ａ)防守球員對進攻球員緊密的跟隨

(Ｂ)讓對方球員無法順利拿到球

(Ｃ)是多人對一人進行防守

(Ｄ)防守功夫不紮實或觀念不好，常造成防守上的漏洞被對方攻擊。

27.( D )籃球進攻跑位時，因速度及方向改變不定且變化大，所以容易造成何處受傷？

(Ａ)頸椎　(Ｂ)肘關節　(Ｃ)腕關節　(Ｄ)踝關節。

28.( B )有關籃球防守的基本動作，下列何者錯誤？

(Ａ)雙腳張開微蹲　(Ｂ)重心要高

(Ｃ)一手在上、一手在側　(Ｄ)側移並快速跟上對方。

29.( B )籃球站位中，所謂的「高位」指的是哪個位置？

(Ａ)靠近底線的水平線位置　(Ｂ)靠近罰球線的水平線位置

(Ｃ)靠近三分線的水平線位置　(Ｄ)靠近籃框水平線的位置。

30.( B )有關籃球正面防守的敘述，下列何者錯誤？

(Ａ)防守方與進攻方球員面對面　(Ｂ)防右手球員，重心放在右腳

(Ｃ)針對進攻方慣用手做防守　(Ｄ)防左手球員，重心放在右腳。

31.( D )籃球比賽中若要防止對手得分，請問須進行什麼樣的對策？

(Ａ)積極進攻　(Ｂ)隨機應變 (Ｃ)無為而治　(Ｄ)優異防守。

32.( C )有關籃球防守的觀念，下列敘述何者錯誤？

(Ａ)防守最重要的就是阻擋對手順利進攻而得分

(Ｂ)面對不同的進攻陣仗，會有不同的防守方法

(Ｃ)防守有固定不變的姿勢

(Ｄ)防守要跟隨著進攻球員的位置或球的位置。

33.( B )籃球比賽防守時會依據下列何種狀況調整防守位置？

(Ａ)籃框的位置　(Ｂ)球員的位置　(Ｃ)自己決定　(Ｄ)以上皆非。

34.( A )下列有關「一二二」籃球進攻戰術的敘述，何者錯誤？

(Ａ)控球者在「高位」控球

(Ｂ)是最基本、簡單的進攻方式

(Ｃ)兩位隊友站在三分線外圍的「低位」位置

(Ｄ)兩位隊友站在三分線外圍的「高位」位置。

35.( A )下列何者不是防守犯規動作？

(Ａ)帶球撞人　(Ｂ)背後非法防衛　(Ｃ)拉人　(Ｄ)打手。

36.( C )籃球防守的基本動作，兩手最好要擺在哪個地方？

(Ａ)一手在下、一手在上　(Ｂ)一手在下、一手在側

(Ｃ)一手在上、一手在側　(Ｄ)兩手各在側。

37.( A )阿凱正在進行籃球防守，下列哪一個不是他應注意的事項？

(Ａ)固定在某個位置防守　(Ｂ)敏銳觀察場上對手動靜

(Ｃ)預先判斷對手的進攻球員將如何前進　(Ｄ)先阻擋在對手的進攻路線上。

38.( C )持球的球員推或撞擊對手的軀幹是常見的哪一種犯規？

(Ａ)阻擋犯規　(Ｂ)拉人　(Ｃ)帶球撞人　(Ｄ)背後非法防衛。

39.( B )請問下列何者為非法的籃球防守方式？

(Ａ)橫向掩護　(Ｂ)拉人　(Ｃ)找掩護　(Ｄ)向下掩護。

40.( B )下列何者是正當的進攻掩護？

(Ａ)阻擋犯規　(Ｂ)向下掩護　(Ｃ)手臂推出　(Ｄ)帶球撞人。

41.( C )防守球員與對手發生身體接觸，因而妨礙對手行動的自由，指的是下列哪一項？

(Ａ)違例　(Ｂ)運球過人　(Ｃ)拉人　(Ｄ找人掩護。

**羽球：**

42.( C )下列有關羽球比賽分數計量之敘述，何者正確？

(Ａ)採發球得分制，先取得發球權才能得分

(Ｂ)發球方得分為偶數時，站在左側球場發球

(Ｃ)採落地得分制，球落地或違規則有一方得分

(Ｄ)壓線球屬界外球。

43.( B )如果當你打羽球時，發覺握拍沒多久即感覺手部痠痛，可能原因是什麼？

(Ａ)情緒緊張導致手抽筋　(Ｂ)握拍過於用力　(Ｃ)運動過量　(Ｄ)呼吸調節不良。

44.( C )關於羽球的比賽規則，下列何者錯誤？

(Ａ)不論單雙打，每人都不得連擊兩次　(Ｂ)球拍不可過網擊球

(Ｃ)踩線發球仍為有效發球　(Ｄ)腳不能踏入對方球場中。

45.( A )下列針對羽球比賽的計分規則說明，何者錯誤？

(Ａ)通常採取五戰三勝制 (Ｂ)比賽先獲得21　分的一方獲勝一局

(Ｃ)目前比賽屬於落地得分制 (Ｄ)最高比數可能出現　30　分。

46.( A )下列何者屬於「死球」的情況？

(甲)羽球落於地面；(乙)羽球擊到球網並停留於球網或吊掛網頂；(丙)發生犯規。

(Ａ)甲乙丙　(Ｂ)乙丙　(Ｃ)甲乙　(Ｄ)甲丙。

47.( B )有關羽球的規則下列何者錯誤？

(Ａ)羽球落於地面應判定為死球

(Ｂ)球觸及人或球員服裝應判定重發

(Ｃ)球觸及屋頂天花板或牆邊時應判定為犯規

(Ｄ)羽球擊到球網並停留於球網或吊掛網頂時應判定為死球。

48.( C )羽球比賽時，何種狀況才算得分？

(Ａ)只要球未過網，則算對方得分

(Ｂ)只要對方未擊到球時，則算我方得分

(Ｃ)發球後對方未擊到球，算我方得分

(Ｄ)球從網下通過，算對方得分。

49.( B )下列哪種狀況算羽球比賽中的「犯規」？

(Ａ)羽球落於場地界線之內　(Ｂ)球觸及人或球員服裝

(Ｃ)球打到球場中心位置　(Ｄ)球打到對方球場。

50.( C )哪一種賽制常用於參賽隊伍較少的情況下？

(Ａ)單淘汰賽制　(Ｂ)雙淘汰賽制　(Ｃ)循環賽制　(Ｄ)輪轉賽制。

51.( B )下列我國球類好手中，哪一位所擅長的項目不是羽球？

(Ａ)鄭韶婕　(Ｂ)盧彥勳　(Ｃ)周天成　(Ｄ)戴資穎。

52.( C )下列有關羽球比賽分數計量之敘述，何者正確？

(Ａ)採發球得分制，先取得發球權才能得分

(Ｂ)發球方得分為偶數時，站在左側球場發球

(Ｃ)採落地得分制，球落地或違規則有一方得分

(Ｄ)壓線球屬界外球。

53.( C )關於羽球的比賽規則，下列何者錯誤？

(Ａ)不論單雙打，每人都不得連擊兩次　(Ｂ)球拍不可過網擊球

(Ｃ)踩線發球仍為有效發球　(Ｄ)腳不能踏入對方球場中。

54.( A )下列針對羽球比賽的計分規則說明，何者錯誤？

(Ａ)通常採取五戰三勝制　(Ｂ)比賽先獲得 21　分的一方獲勝一局

(Ｃ)目前比賽屬於落地得分制　(Ｄ)最高比數可能出現　30　分。

55.( B )羽球比賽通常採哪一種方式決定勝負？

(Ａ)五局三勝制　(Ｂ)三局二勝制　(Ｃ)七局四勝制 (Ｄ)二局一勝制。

56.( C )在羽球比賽中，若雙方分數皆達　29　分，則以先獲得幾分為勝方？

(Ａ)　32　分　(Ｂ)　31　分　(Ｃ)　30　分　(Ｄ)停賽，判平手。

57.( B )下列哪種狀況算羽球比賽中的「犯規」？

(Ａ)羽球落於場地界線之內　(Ｂ)球觸及人或球員服裝

(Ｃ)球打到球場中心位置　(Ｄ)球打到對方球場。

58.( C )哪種狀況在羽球比賽中不算「犯規」？

(Ａ)球觸及天花板或牆邊　(Ｂ)羽球至球網下穿過

(Ｃ)球打到對方場地界線內　(Ｄ)擊球未過網。

59.( B )下列對於羽球基本防守姿勢的動作要領介紹，何者有誤？

(Ａ)雙腳跨開與肩同寬、腳踝放鬆　(Ｂ)眼睛注視對方球員眼睛，慎防假動作

(Ｃ)拍頭朝上、輕鬆握拍　(Ｄ)膝關節放鬆。

**排球：**

60.( C )排球運動中，下列何者不算違規？

(Ａ)攔網時，身體碰到網　(Ｂ)攔網時，碰觸到對方的身體

(Ｃ)攔網時，碰觸隊友的身體　(Ｄ)攔網落地後，雙腳越過中線。

61.( B )有關排球攔網準備動作，何者錯誤？

(Ａ)面對球網，雙腳開立　(Ｂ)離網約十步距離，方便助跑

(Ｃ)雙膝微彎　(Ｄ)雙臂置於兩側，自然屈肘。

62.( C )有關排球攔網的起跳動作，下列敘述何者錯誤？

(Ａ)身體垂直起跳，同時雙手直接向上伸臂　(Ｂ)一般應比扣球者稍晚起跳

(Ｃ)起跳時要記得將腹部挺出　(Ｄ)攔截快速的扣球時，應與對方扣球者同時起跳。

63.( C )排球比賽開始後，小咪發現對方發的球很靠近球網，擔任前排球員的她將球攔下，沒有觸

網也沒越過中線，請問小咪是否有違規？

(Ａ)有，因為前排球員不能攔網　(Ｂ)沒有，因為攔球時沒有越過中線或觸網

(Ｃ)有，因為對方發球不可以攔網　(Ｄ)沒有，因為在小咪是對方攻擊完才出手的。

64.( C )在排球場上，有關我方球員進行攔網時所須注意的規則，下列何者錯誤？

(Ａ)攔網球員觸擊球時，便算完成攔網

(Ｂ)攔網的觸球，不計入球隊的擊球次數

(Ｃ)攔網後的第一次擊球，可由任何一人觸球，但不包括攔網時觸球的球員

(Ｄ)在不妨礙對方球員活動情況之下，球員可在攔網時，將手及手臂伸越球網。

65.( B )下列何者不屬於排球攔網犯規？　(Ａ)在對方球員行動的同時，攔網球員在對方空間內觸

球　(Ｂ)在不妨礙對方球員活動情況之下，球員在攔網時，將手及手臂伸越球網　(Ｃ)攔

截對方的發球　(Ｄ)球因攔網而出界。

66.( A )請問下列何者不是攔網犯規的情形？

(Ａ)攔網後的第一次擊球是由攔網時觸球的球員進行

(Ｂ)後排球員進行一次完成攔網

(Ｃ)在邊竿的外側，越過球網觸球

(Ｄ)在對方球員完成攻擊前越過球網觸球。

67.( B )下面四位同學的排球攔網動作，哪一個人的姿勢最正確？

　 (Ａ)　　 (Ｂ)　 　 (Ｃ)　　 (Ｄ)



68.( A )排球單人攔網動作是攔網的基礎，以下攔網動作的順序何者為「真」？

　 (Ａ)預備動作→移動起跳動作→空中截球動作→落地動作

(Ｂ)預備動作→移動起跑動作→空中截球動作→落地動作

(Ｃ)預備動作→空中截球動作→移動起跳動作→落地動作

(Ｄ)預備動作→空中截球動作→移動起跑動作→落地動作。

69.( A )有關排球攔網技術的敘述，何者正確？

(Ａ)是封鎖敵人扣球的最佳技術　(Ｂ)多人攔網動作是比賽時球隊攔網的基礎

(Ｃ)攔網時，應比扣球的對手提早起跳　(Ｄ)後排球員可上前支援攔網。

70.( D )排球賽中，多人攔網，應避免出現下列哪種狀況？

(Ａ)起跳時間不統一　(Ｂ)起跳高度不統一

(Ｃ)雙手寬度不一樣　(Ｄ)爭搶攔球位置。

71.( B )攔網成功落地後，哪個狀況是屬於違規動作？

(Ａ)單腳的整個腳掌超過中線　(Ｂ)雙腳的腳掌前方踩在中線上

(Ｃ)只有雙膝超過中線　(Ｄ)單腳的腳掌前方踩在中線上。

72.( C )關於網球攔網動作的步驟，下列何者正確？

(甲)移動起跳(乙)落地動作(丙)預備動作(丁)空中截球。

(Ａ)甲丁丙乙　(Ｂ)丁甲乙丙　(Ｃ)丙甲丁乙　(Ｄ)丙丁甲乙。

73.( B )關於攔網的預備動作，下列敘述何者錯誤？

(Ａ)準備時雙膝稍屈　(Ｂ)雙腳張開程度要比肩寬

(Ｃ)人要距球網約　40～50　公分　(Ｄ)雙臂置於體側，自然屈肘。

74.( B )以下關於攔網時的移動之敘述，何者正確？

(Ａ)練習移位時，為避免觸網，雙手應置於腰後

(Ｂ)交叉步適合用於攻擊點距離攔網移位較遠時

(Ｃ)攻擊點距離攔網防守者較近時適合使用跑步

(Ｄ)側步與滑步適合於攻擊點距離攔網移位較遠時使用。

75.( D )關於攔網的起跳動作之敘述，下列何者錯誤？

(Ａ)重心降低　(Ｂ)雙膝屈曲蹬地　(Ｃ)雙手直接向上伸臂　(Ｄ)身體傾斜往前起跳。

76.( B )下列關於空中截球的動作之敘述，何者錯誤？

(Ａ)若攔網者身材較矮，可用後仰手腕的方法，將球擋高

(Ｂ)雙手間的距離要大於球的直徑，以方便攔下球

(Ｃ)攔網時手掌朝下，手指微內屈，成為一勺狀

(Ｄ)手觸球瞬間，雙手儘量向上伸直，手腕則用力下壓，蓋住球的前上方。

77.( B )一般排球攔網的移動步法中，何種方式需運用到「躍起」與「轉身」動作？

(Ａ)側步　(Ｂ)跑步　(Ｃ)交叉步　(Ｄ)滑步。

78.( D )以下何種情況屬於「攔網犯規」？

(Ａ)球員在標竿的外側，越過球往觸球　(Ｂ)球因攔網而出界

(Ｃ)攔截對方球員的發球　(Ｄ)以上皆是。

79.( C )(甲)側步(乙)交叉步(丙)跑步(丁)滑步。上述關於攔網時的移動步法，哪兩種適合於對方

攻擊點距離攔網防守者較遠時？　(Ａ)甲丁　(Ｂ)甲丙　(Ｃ)乙丙　(Ｄ)乙丁。

**跳繩體適能：**

79.（ B ）練習團體跳繩時，若**以跳躍的次數**越多越好為目標，打繩子迴旋的兩人，應以下列何種

迴旋方式搖繩？　(A)肩迴旋　(B)肘迴旋　(C)腕迴旋　(D)指迴旋。

80.（ A ）練習團體跳繩時，若**以進繩跳躍的人數**越多越好為目標，打繩子迴旋的兩人，應以下列

何種迴旋方式搖繩？　(A)肩迴旋　(B)肘迴旋　(C)腕迴旋　(D)指迴旋。

81.（ D ）下列有關有氧運動的敘述，何者正確？　(A)能強化身體局部　(B)強度強，維持時間短

 (C)忽快忽慢，較無節奏　(D)強度不太激烈，維持時間長。

**游泳:**

82.( D )以下有關於游泳池的安全維護敘述，何者正確？

(A)因為水很淺，所以沒有救生員在也能下水

(B)雖然不會游泳，但有救生員在旁，所以可以直接跳入水中玩水

(C)可以水中嬉鬧

(D)嚴禁跑步，以免發生危險。

83.( D )下列哪種物品不適合用來救援溺水者？ （A）救生圈（B）竹竿（C）繩索（D）紙箱。

84.( D )當我們在游泳中發生抽筋，則下列反應何者正確？

（A）先行自救游向淺水區（B）保持鎮定 C）大聲呼救（D）以上皆是。

85.( A )游泳時要如何避免溺水事件的發生？

（A）游泳前要做好暖身運動（B）游泳時要獨自行動

 （C）有人溺水時要立刻下水營救（D）在身體勞累時，以游泳的方式來消除疲勞效果最好。

86.( C )一行人到溪邊戲水時，碰到有人溺水，請問你該如何做？

(A)奮不顧身立刻下水營救 (B)用手牽手的方式營救

(C)利用身上的衣褲打結當拋繩營救 (D)打電話求救。

87.( A )下列何者敘述正確？

(A)在下水前必須要將身體沖洗乾淨

(B)因為游泳池有循環過濾並消毒，所以可以在游泳池中小便

(C)游泳時可以不用注意安全，可直接下水

(D)以上皆是。

88.( C )游泳池內水道繩的功用是什麼?

（A）用來爬的（B）用來壓的（C）用來消波的。

89.( C )在游泳池做哪些動作會造成危險？

（A）在泳池邊奔跑（B）從岸邊跳水入池（C）以上皆是。

**桌球:**

90.( A )桌球單打比賽無須發對角,雙打則必須發對角？（A）是（B）否。

91.( D )桌球比賽在雙打決勝局中，當一方先得幾分，需雙方交換方位？

 (A) 7 分 （B）３分（C）2分（D）5分。

92.( D )桌球球員在下列何種情況下，應判得一分？

（A）對方未能做有效的發球 （B）對方未能做有效的回擊

（C）對方擊球出界 （D）以上皆是。

93.( B )桌球抽球是？ （A）由後往前撞（B）由下往上摩擦（C）由上往下摩擦。

94.( A )桌球單打比賽無須發對角,雙打則必須發對角？ （A）是 （B）否。

95.( B )下列有關桌球高拋發球技術的敘述，下列何者不正確？

 (A)球向上拋時，身體重心隨之略往上升

（B）球向下落時，身體重心略往上升

(C)此技術利用球從高處落下時對球拍所產生的較大的壓力

(D)練習時應先練習能準確的高拋球。

96.( B )桌球賽正式一局結束，以下比分何者為正確？

 （A）11：10 （B）11：9 （C） 12：5 （D）15：10。

97.( A )下列何者不是桌球運動的技術？(A)攔網 (B)弧圈球 (C)推擋球 (D)削球。

98. (C )桌球殺球動作的擊球時機為？

 (A) 球碰到桌面時 (B) 球彈起離桌面約10公分 (C) 球彈起之最高點 (D) 以上皆可。

99.( C )正式的個人桌球比賽是採？

 (A)三局兩勝制 (B)五局三勝制　(C)七局四勝制　(D)以上皆可。

100.( D )下列何者屬桌球之發球技術 (A)發短球 (B)下蹲發球 (C)高拋發球 ( D)以上皆是。