

新北市立高中職 102 學年度教師聯合甄選

體育科目答案

選擇題：(每題 2 分，共 35 題，計 70 分)

1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.
D	A	D	C	A	C	B	B	C	B
11.	12.	13.	14.	15.	16.	17.	18.	19.	20.
C	B	A	B	D	A	C	D	D	B
21.	22.	23.	24.	25.	26.	27.	28.	29.	30.
C	D	C	B	A	B	A	B	D	A
31.	32.	33.	34.	35.	/				
D	C	A	D	D					

簡答題：(每題 10 分，共 3 題，計 30 分)

一、請繪奧林匹克運動會五環圖。並標記環的顏色、代表區域及其意義為何？

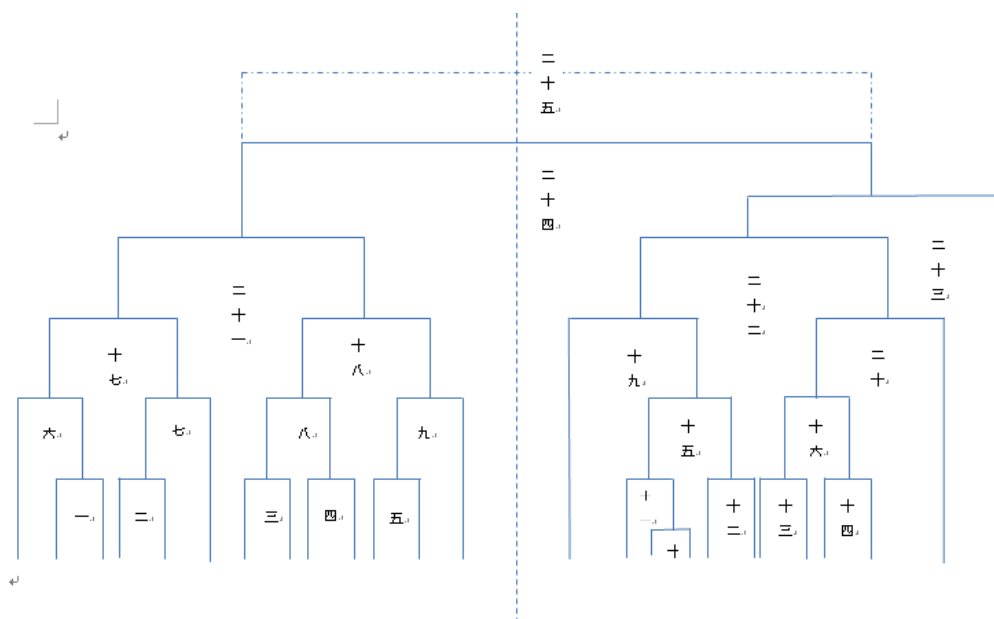


奧林匹克五環（[英語](#)：The Olympic Rings 或稱五環會徽、奧林匹克運動會會徽），是五個互扣的環圈，五環的顏色自左至右為藍、黃、黑、綠、紅，也可用單色繪製，而底色為白色。

奧運五環分別象徵著五個大洲。即：藍色代表歐洲；黑色代表非洲；紅色代表美洲；黃色代表亞洲；綠色代表大洋洲。

近代奧林匹克運動會之父古柏坦爵士（Pierre de Coubertin）曾經於 1931 年解釋，奧林匹克旗的五環代表由奧林匹克主義連結的五大洲，五環象徵五大洲的團結，全世界的運動員以公正、坦率的比賽和友好的精神。

二、請畫出 13 隊雙敗淘汰制的比賽賽程圖？



三、何謂「核心肌群訓練」？

身體的核心位於軀幹上，而脊椎和腹部的肌肉組織維持人體核心的穩定性，「核心肌群訓練」是人體為獲得身體的核心穩定，透過的穩定性訓練課程來固定骨盆和腰椎，使其不會錯位，並穩定整個身體；以擴展關節的可動區域為目的，進而提升肌肉柔軟度的可動性訓練課程，使其動作順暢；及讓穩定性與可動性能夠相互連動作用的連動性訓練課程來鍛鍊成實踐型體魄。