

# 臺南市 113 年第二梯次學校專任運動教練甄選參考答案

(選擇題 20 題 X2 分)40%

## 一、法規篇

- ( A )1. 學校設體育班者，每校至少置專任運動教練幾人?(A)1 人(B)2 人(C)3 人(D)沒有上限。

(國民體育法第 15-3 條)

- ( D )2. 高級中等以下學校及專科學校，除體育課程時數外，每日均應參與體育活動，其每星期合計應達幾分鐘以上? (A)120 分鐘(B)130 分鐘(C)140 分鐘 (D)150 分鐘。

(國民體育法第 14 條)

- ( B )3. 體育班學生之培訓及出賽應請公假，其請公假日數併同其他假別總日數，不得逾每學年上課日數多少? (A)二分之一(B)三分之一(C)四分之一(D)公假沒有上限。

(高級中等以下學校體育班設立辦法第 18 條)

- ( B )4. 專任運動教練應引導運動選手之適性發展，培養其健全人格，並保障其身體自主權，其職責以下為非？

(A)學校單項運動選手之發掘、培訓、比賽及輔導。

(B)學校非上課期間應停止訓練。

(C)運動教學有關之訓練、研究及進修。

(D)接受學校就協助地方運動訓練及發展事項之指派。

(各級學校專任運動教練聘任管理辦法第 26 條)

- ( D )5. 專任運動教練各該年終考評分為六項，下列以下為非？(A)訓練指導情形、品德(B)專業知能、專項運動推廣情形(C)行政配合、獎懲及勤惰(D)專業指導與服務。

(專任運動教練考評獎懲要點第 3 條)

## 二、運動科學篇

- ( A )6. 女性運動員三合症為哪三種現象? (A)異常的飲食攝取、閉經現象、骨質疏鬆症  
(B) 異常的飲食攝取、閉經現象、脫水 (C)異常的飲食攝取、脫水、骨質疏鬆症  
(D)異常的飲食攝取、閉經現象、肌肉酸痛。

- ( A )7. 運動完後隔兩天才出現鐵腿症狀，學名稱之為? (A)延遲性肌肉酸痛 (B)乳酸堆積  
(C)肌肉拉傷 (D)韌帶扭傷。

- ( B )8. 熱身過程中，增加肌肉收縮的強度，可能短暫的提升肌肉功能表現增加，此現象稱之為？(A)活化後增益 (B)活化後增益表現 (C)熱身效益 (D)肌肉效益。
- ( D )9. 關於引起運動疲勞的訓練元素不包含？ A. 訓練量 B. 訓練強度 C. 疲勞恢復介入程度 D. 訓練所在地
- ( C )10. 一般運動傷害的處理流程的簡稱是？(A)沖.脫.泡.蓋.送 (B)叫.叫.A.B.C (C)P.R.I.C.E (D)叫.叫.伸.拋.划

### 三、專任運動教練篇

- ( B )11. 目前我國運動教練資格審定身心障礙教練制度共分為幾級別？(A)2級(B)3級(C)4級(D)5級
- ( B )12. 專任運動教練為該專長運動種類之體育團體職務，且不影響學校本職工作，兼任職務以執行經常性業務為主者，其兼職時數每週合計不得超過幾小時？(A)4小時(B)8小時(C)12小時 (D)16小時
- ( D )13. 臺南市高級中等以上學校教練績效評量，下列類別及配分比例何者正確？(A)指導績效 50%，推廣績效 35% (B)指導績效 55%，推廣績效 30% (C)指導績效 60%，推廣績效 25% (D)指導績效 65%，推廣績效 20%
- ( D )14. 專任運動教練聘任後，有下列各款情形之一者，應經審委會審議通過，予以解聘或不續聘，以下何者正確？(A)培訓不力或不能勝任工作有具體事實，且未能於期限內改善。(B)連續三學年度年終成績考核未達七十分。(C)最近三學年度之績效評量經評委會評量不通過。(D)以上皆是。
- ( C )15. 專任運動教練績效推廣下列何者有誤？(A)跨校服務協助訓練(B)參加運動科學研習會，且應用於訓練工作(C)協助學校擔任體育班導師職務(D)學生畢業後繼續從事專項運動銜接之輔導。

### 四、體育時事與政策篇

- ( C )16. 113 年全國中等學校運動會是臺南縣市合併以來金牌數最多的一屆，請問共獲得幾面金牌？(A)37面(B)32面(C)44面(D)51面。
- ( A )17. 114 年全國大專校院運動會是在臺南市哪個大專校院舉辦？(A)長榮大學 (B)成功大學(C)遠東科技大學 (D)台南大學。
- ( C )18. 臺南在 2025 年 4 月舉辦 114 年全中運，請問台南睽違幾年未舉辦全中運？(A)14年 (B)16年 (C)18年(D)20年。

( B )19. 臺南市升格為體育局推動之核心鐵三角的組織，以下不包含那個單位？

(A) 綜合企劃科(B) 競技體育科 (C) 運動設施科(D) 全民運動科 。

( D )20. 臺南市政府辦理績優運動選手就業輔導實施要點，績優運動選手需連續設籍幾年以上才能申請就業輔導？(A) 4 年(B) 6 年(C) 8 年 (D) 10 年。

# 臺南市 113 年第二梯次學校專任運動教練甄選參考答案

(申論題 3 題 X20 分)60%

一、如何建立有系統的三級培訓制度(國小、國中、高中)？

(略)

二、面對未來少子化的社會問題，您認為如何經營運動團隊？

(略)

三、請簡述專任運動教練在工作職場上不能發生的禁忌？

(略)