

基隆市立成功國民中學 113 學年度第 2 學期 期末測驗 7 年級 健康與體育 題庫

考試範圍：康軒版全冊

年 班 號 姓名：_____

一、單選題(共 40 題)

- (C) 1. 下列哪一項不是傳染病的三大要素？(A)病原體 (B)傳染途徑 (C)沒有打疫苗 (D)抵抗力弱。
- (A) 2. 下列哪一項不是病原體的種類？(A)蚊子 (B)病毒 (C)細菌 (D)寄生蟲。
- (D) 3. 以下哪個時期是流感開始的高峰期？(A)春季 (B)夏季 (C)秋季 (D)冬季。
- (D) 4. 以下誰不是公費流感疫苗的施打對象？(A)高齡者 (B)高中以下學生 (C)孕婦 (D)育有 2 歲幼童的媽媽。
- (B) 5. 正確戴口罩的步驟是？(A)壓開密戴 (B)開戴壓密 (C)開壓戴密 (D)戴密開壓。
- (D) 6. 關於傳染病及主要傳染途徑的配對，以下哪一個有誤？(A)登革熱-昆蟲叮咬傳染 (B)A 型肝炎-食物和飲水傳染 (C)C 型肝炎-接觸傳染 (D)流感-接觸傳染。
- (B) 7. 萌萌出現手足口病，還有發燒、皮膚紅疹等症狀。請問萌萌可能是感染何種傳染病？(A)登革熱 (B)腸病毒 (C)流感 (D)病毒性腸胃炎。
- (D) 8. 關於肺結核的敘述，何者正確？(A)沒症狀可自行停藥 (B)忘記吃藥也沒關係，想到再吃就可以 (C)只有開放性肺結核才需要吃藥治療 (D)連續服藥至療程結束，不可中途停藥。
- (A) 9. 下列關於病毒性肝炎的敘述，何者正確？(A)A 和 E 型肝炎傳染途徑是食物和飲水 (B)E 型肝炎有疫苗可以接種 (C)避免不必要的輸血可以預防 A 型肝炎 (D)正確洗手可以預防 C 型肝炎。
- (A) 10. 下列防疫行動及目的，何者配對有誤？(A)清除積水，不讓蚊蟲繁殖-消除病原體 (B)擦防蚊液，避免蚊蟲叮咬-阻斷傳染途徑 (C)裝蚊帳-阻斷傳染途徑 (D)早睡早起，均衡飲食-增強抵抗力。
- (A) 11. 下列哪一項不是小病到大醫院看診的三長兩短？(A)候診時間短 (B)掛號隊伍長 (C)看病時間短 (D)拿藥時間長。
- (B) 12. 下列哪一項不是急診檢傷分類原則？(A)急迫 (B)社經地位 (C)危險 (D)嚴重。
- (C) 13. 誰可以開立處方箋？(A)藥師 (B)醫檢師 (C)醫師 (D)護理師。
- (A) 14. 健康存摺提供的個人健康資料不包含下列何者？(A)回診日期 (B)個人就醫紀錄 (C)手術資料 (D)用藥及檢查結果。
- (D) 15. 關於用藥，下列哪個是正確態度？(A)中西藥一起服用，效果更好 (B)西藥比中藥傷身，應拒絕服用西藥 (C)中藥很天然，不需要經過醫生指示使用 (D)用藥前仔細閱讀用藥資訊。
- (B) 16. 看醫生時，哪些是不需要告知的事項？(A)哪時候出現不舒服的症狀 (B)教育程度 (C)工作上需要操作機械 (D)對什麼東西過敏。
- (A) 17. 下列哪一項藥品不屬於外用藥？(A)發泡錠 (B)軟膏 (C)鼻噴劑 (D)眼藥水。
- (D) 18. 關於菸中的有害物質和危害的配對，何者正確？(A)一氧化碳-致癌 (B)甲醛-成癮 (C)菸焦油-取代氧與血紅素結合 (D)甲苯-致癌。
- (B) 19. 下列哪一個不屬於菸的危害？(A)提高白內障的機率 (B)增加骨質的密度 (C)增加心血管疾病的風險 (D)造成性功能障礙。
- (D) 20. 關於菸害防制法的新法內容，何者正確？(A)電子煙可吸食但不可販售 (B)大學生可在校園內抽菸 (C)禁菸年齡為 18 歲 (D)菸盒外部警示圖文比例為 50%。
- (C) 21. 下列哪一個不是禁菸場所？(A)公車候車亭 (B)夜市 (C)百貨公司吸菸室 (D)登山步道。
- (C) 22. 下列關於檳榔成分及危害的配對，何者有誤？(A)白灰-細胞變異及壞死 (B)檳榔鹼-致癌 (C)老葉-口腔黏膜表皮細胞發炎 (D)多酚-細胞壞死。
- (A) 23. 下列何者不是酒對人體的危害？(A)抑制大腦反應，可以更加專注 (B)造成肝臟病變 (C)骨質流失 (D)引起血壓上升。
- (B) 24. 下列關於「酒」的敘述，何者錯誤？(A)酒精又稱為「乙醇」 (B)駕駛的吹氣測試，酒精濃度超過 0.05mg/L，將處以罰鍰、吊扣或吊銷駕照 (C)長期飲酒會影響個人身心狀況 (D)如果有人酒駕，同車年滿 18 歲的乘客也會被罰款。
- (A) 25. 世界盃足球賽(FIFA)多久舉辦一次？(A)四年 (B)三年 (C)兩年 (D)一年。
- (D) 26. 排球比賽中，球員發球的輪轉方向為下列何者？(A)沒規定 (B)逆時針 (C)單數輪完再輪雙數 (D)順時針。
- (A) 27. 排球比賽上場人數為何？(A)6 個人 (B)7 個人 (C)8 個人 (D)9 個人。
- (B) 28. 排球場地大小是多少公尺？(A)9 公尺 x 9 公尺 (B)9 公尺 x 18 公尺 (C)10 公尺 x 18 公尺 (D)18 公尺 x 25 公尺。
- (B) 29. 籃球單手投籃出手後，手臂完全伸直，手指應只向何處？(A)籃架 (B)籃框 (C)地上 (D)自己身體。

- (C) 30. 籃球雙手投籃的預備動作，雙手應持球於何處？(A)膝前 (B)腹前 (C)胸前 (D)眼鏡前方。
- (B) 31. 籃球遠距離投籃的力量來源是來自各關節的伸展，其順序下列何者敘述正確？(A)肘關節→腕關節→膝關節→腳踝 (B)腳踝→膝關節→肘關節→腕關節 (C)腳踝→膝關節→腕關節→肘關節 (D)腳踝→肘關節→膝關節→腕關節。
- (D) 32. 下列有關籃球投籃的動作規定，何者正確？(A)不可離地 (B)一定要跳起來投 (C)只能單腳離地投 (D)不限定以上其中一種方式。
- (C) 33. 捷泳出發與轉身潛泳，頭部不得超過多少公尺？(A)5 公尺 (B)10 公尺 (C)15 公尺 (D)20 公尺。
- (C) 34. 下列關於打水動作，何者錯誤？(A)主要是大腿出力 (B)打水時腳掌呈內八字 (C)打水時腳踝要勾起來 (D)打水時大腿帶動小腿。
- (D) 35. 下列有關持浮板打水練習的要領，何者有誤？(A)手抓著浮板中間或後面 (B)身體浮在水面上 (C)換氣時間愈短愈好 (D)頭抬出水中。
- (D) 36. 飛盤起源，是一群大學生在吃完烤餅後，將盛裝派的錫盤作為玩耍的器材演變而來，而這項運動起源於哪裡？(A)印度 (B)中國 (C)英國 (D)美國。
- (A) 37. 下列關於正手投擲的握法，何者正確？(A)虎口貼緊飛盤 (B)掌心與飛盤密合 (C)拇指內側抵住盤溝 (D)拇指、食指與中指捏穩盤溝。
- (C) 38. 下列何選項何者是用以評估心肺耐力的測驗？(A)一分鐘仰臥起坐 (B)立定跳遠 (C)800/1600 公尺跑走 (D)坐姿體前彎。
- (C) 39. 剛執行促進心肺耐力運動計畫時，可從每週幾天的頻率開始，以避免受傷或身體不適，習慣後再依體能增加運動天數？(A)1 天 (B)2 天 (C)3 天 (D)4 天。
- (B) 40. F.I.T.T.是設計運動計畫時須遵循的原則，其中 I 代表什麼意思？(A)運動頻率 (B)運動強度 (C)運動類型 (D)運動時間。
- (D) 41. 下列何者不是心肺耐力運動訓練後所帶來的健康好處？(A)燃燒卡路里 (B)降低高血壓、糖尿病的風險 (C)控制體重 (D)促進身高。
- (A) 42. 「坐姿體前彎」較佳的人，代表他的何種體適能比較好？(A)柔軟度 (B)肌耐力 (C)心肺耐力 (D)瞬發力。
- (B) 43. 五人制棒球的英文名稱為何？(A)softball (B)baseball5 (C)fastball (D)baseball。
- (D) 44. 籃球場地大小是多少公尺？(A)9 公尺 x 9 公尺 (B)9 公尺 x 18 公尺 (C)10 公尺 x 18 公尺 (D)15 公尺 x 28 公尺。
- (A) 45. 五人制棒球比賽中，一場為幾局？(A)5 局 (B)6 局 (C)7 局 (D)8 局。
- (C) 46. 除了手球以外，下列何種球類比賽也有守門員的角色？(A)棒球 (B)排球 (C)足球 (D)桌球。
- (B) 47. 下列何者是發生校園運動傷害的可能原因？(A)運動前慢跑 (B)運動技術不佳，但場上拚搏態度積極 (C)穿著運動服 (D)遵守運動規則。
- (C) 48. 上體育課時，我們應遵守老師教過的運動前、中、後水分補充原則，下列何者正確？(A)運動後，補充水分 500 毫升 (B)運動後，補充手搖飲品 500 毫升 (C)運動前 2 小時，補充 500 毫升水分 (D)運動中每 15 分鐘，補充 500 毫升水分。
- (A) 49. 下列何者屬於慢性運動傷害？(A)足底筋膜炎 (B)刮傷 (C)拉傷 (D)扭傷。
- (B) 50. 扭傷可利用冰敷消腫，每次冰敷以多久為宜？(A)5 至 10 分鐘 (B)15 至 20 分鐘 (C)50 至 60 分鐘 (D)不限時間。