

基隆市立成功國民中學 113 學年度第 2 學期 期末測驗 8 年級 健康與體育 題庫

考試範圍：康軒全冊

年 班 號 姓名：_____

一、單選題(共 50 題)

- (C) 1. 一般來說，女性的懷孕期間從最後一次月經來潮算起，到分娩大約需要幾天？ (A)180 天 (B)210 天 (C)280 天 (D)365 天。
- (A) 2. 下列有關驗孕試紙的敘述，何者錯誤？ (A)剛發生性行為，可立即以驗孕試紙檢驗出是否懷孕 (B)驗孕試紙是方便、快速的驗孕方式，可作為初步檢測 (C)尿液中的胎盤荷爾蒙達一定濃度時，才可用驗孕試紙檢驗出來 (D)驗孕試紙仍有可能出現錯誤，因此必須經專業婦產科醫師確診才行。
- (A) 3. 關於懷孕期間產生的相關症狀與處理方式，下列何者錯誤？ (A)便秘——少喝水 (B)腰痠背痛——避免提重物 (C)小腿容易抽筋——用溫水泡腳、按摩小腿 (D)體溫變高——盡量穿著棉質、透氣的衣物。
- (C) 4. 孕婦為了解胎兒是否有染色體異常，會於懷孕中期進行羊膜穿刺檢查，主要是為了檢驗何項疾病？ (A)肝炎 (B)愛滋病 (C)唐氏症 (D)德國麻疹。
- (C) 5. 下列有關嬰兒期發展的敘述，何者錯誤？ (A)是人生第一個快速成長的時期 (B)需要透過與環境互動幫助腦部發展 (C)應開始訓練獨立，因此嬰兒哭時不要理他 (D)無法完全控制身體動作，因此需要依賴他人照顧。
- (D) 6. 下列何者是人類一生中第二個快速成長的時期？ (A)嬰兒期 (B)幼兒期 (C)兒童期 (D)青少年期。
- (C) 7. 大約哪一個時期乳齒會逐漸脫落，開始長出恆齒？ (A)嬰兒期 (B)幼兒期 (C)兒童期 (D)成年期。
- (B) 8. 下列何者不是青少年期的變化？ (A)出現第二性徵 (B)生理機能開始慢慢衰退 (C)學習獨立，願意接受更多挑戰 (D)開始對情感好奇，並思考自己是什麼樣的人。
- (A) 9. 關於老化的描述，下列何者有誤？ (A)老年人容易跌倒的主因是視線不明 (B)老化可能會因胃腸蠕動慢造成消化不良 (C)老並非都是負面的，它也代表經驗和智慧的累積 (D)老化是指生理狀態隨時間而產生自然退化的過程。
- (D) 10. 下列關於建立健康生活型態，何者有誤？ (A)充足睡眠 (B)均衡飲食 (C)檢測居家環境安全 (D)透過抽菸紓解壓力。
- (D) 11. 關於面對死亡的失落情緒，以下哪些是恰當的調適方法？ (甲)逃避暫不面對 (乙)勇敢表達失落的感受 (丙)尋求親友支持和陪伴 (丁)假裝離開的親友還在
(A)甲乙 (B)甲丙 (C)甲丁 (D)乙丙。
- (A) 12. 以下哪一項非社區關懷據點所提供的服務？ (A)職能訓練 (B)電話問安 (C)餐飲服務 (D)關懷訪視。
- (C) 13. 以下關於癌症的敘述何者錯誤？ (A)又稱為「惡性腫瘤」 (B)癌症也有可能因疾病而誘發 (C)癌症是青少年主要死因中的第一位 (D)常見的青少年癌症有血癌、腦癌、淋巴瘤等。
- (A) 14. 有同學提出一個問題：「戴口罩也可以避免癌症傳染嗎？」該如何回答才正確呢？ (A)癌症不是傳染病，所以不會傳染 (B)可以避免傳染，但是要搭配勤洗手 (C)可以避免傳染，但是要戴醫療用口罩 (D)無法避免傳染，因為癌症是接觸傳染，不是飛沫傳染。
- (C) 15. 糖尿病的發生，主要是何種因素引起？ (A)運動過量 (B)睡眠時間過長 (C)胰島素分泌異常 (D)攝取過多鹽分。
- (A) 16. 下列有關糖尿病的症狀何者錯誤？ (A)體重增加 (B)食量變大 (C)尿中含糖分 (D)傷口癒合速度慢。
- (C) 17. 「我肚子好痛，該不會是得到癌症了吧！」上課上到一半，小芸突然抱著肚子露出痛苦的表情。請問以下選項何者不是癌症的症狀？ (A)痣的顏色改變 (B)腹部出現腫塊 (C)尿液中含糖分 (D)大便形狀細如鉛筆。
- (B) 18. 建立哪些習慣能夠避免成為糖尿病的高危險群？
(甲)體重控制 (乙)養成運動習慣 (丙)喜歡吃油膩食物 (丁)喝水取代含糖飲料
(A)甲乙丙 (B)甲乙丁 (C)甲丙丁 (D)乙丙丁。
- (B) 19. 有關腎臟的介紹，請問以下何者有誤？ (A)俗稱「腰子」 (B)屬於循環系統 (C)大小與拳頭差不多 (D)能夠過濾血液中多餘的水分。
- (B) 20. 造成腎臟病變的原因可能有哪些呢？
(甲)高血壓 (乙)糖尿病 (丙)過量用藥 (丁)流行性感冒 (戊)鏈球菌感染
(A)甲乙丙丁 (B)甲乙丙戊 (C)甲乙丁戊 (D)乙丙丁戊。
- (C) 21. 平時應多注意自己或家人是否出現「泡」、「水」、「高」、「貧」、「倦」等腎臟病的症狀，以下症狀的解釋何者錯誤？ (A)貧——貧血 (B)水——四肢水腫 (C)高——體溫過高 (D)泡——尿中有泡沫。
- (D) 22. 當腎功能持續下降時，病患必須仰賴洗腎來維持生命，有關洗腎的敘述何者錯誤？ (A)是透析治療的一種 (B)使用半透膜過濾血液 (C)協助排除身體中的廢物 (D)健保無法給付洗腎的相關費用。
- (A) 23. 在日常生活中，我們可以透過哪些方式守護腎臟的健康呢？
(甲)不憋尿 (乙)多補充水分 (丙)不抽菸、不酗酒 (丁)吃夜市賣的保腎丸 (戊)高油高糖的飲食習慣
(A)甲乙丙 (B)甲丙戊 (C)乙丙丁 (D)丙丁戊。
- (A) 24. 小明的爺爺曾因「冠心病」而做心臟支架手術，最近小明因血壓偏高開始擔心自己的狀況。關於「冠心病」的敘述何者錯誤？ (A)可能引發四肢絞痛 (B)是冠狀動脈心臟病的簡稱 (C)心肌梗塞若不及時救治可能導致死亡 (D)起因是負責供給心臟血液與養分的冠狀動脈血管變窄或阻塞。
- (A) 25. 匹克球的場地大小與哪一種球類運動場地最接近？ (A)羽球 (B)網球 (C)乒乓球 (D)排球
- (C) 26. 游泳時，為了有效減少水阻，身體在水中應盡量保持何種姿勢？ (A)弓背 (B)挺胸 (C)流線型 (D)坐姿
- (C) 27. 帶式橄欖球比賽中，進攻方球員被防守方球員「拔下腰帶」後，代表什麼？ (A)得分 (B)傳球成功 (C)攻勢結束

(D)犯規

- (D) 28. 足球比賽中，防守方球員在自己的禁區內犯規，對方可獲得何種球權？(A)角球 (B)界外球 (C)任意球 (D)罰球 (點球)
- (D) 29. 匹克球比賽中，球若落地一次後再擊球，是否合乎規則？(A)視情況而定 (B)需重新發球 (C)否 (D)是
- (B) 30. 羽球比賽中，若球擊中網帶後落在對手發球區內，且未過網，則判為何種情況？(A)出界 (B)失分 (C)重發球 (D)好球
- (D) 31. 游泳時，蝶式的主要推進力來自於身體的哪個部位？(A)手臂 (B)腿部 (C)核心 (D)全身協調擺動
- (B) 32. 排球比賽中，防守方球員跳起將對方來球擋回，此動作稱為？(A)扣球 (B)攔網 (C)跳擋 (D)托球
- (C) 33. 帶式橄欖球比賽中，達陣區位於球場的哪一端？(A)中線 (B)邊線 (C)兩端底線後方 (D)無達陣區
- (C) 34. 體育課正在進行羽球發球練習，老師提醒同學發球時要「以腰部以下擊球」，請問這是為了遵守什麼規則？(A)避免發球太高 (B)避免發球出界 (C)避免發球犯規 (D)避免傷害球員
- (C) 35. 帶式橄欖球比賽中，當小杰被對手拔下腰帶時，他應該怎麼做？(A)繼續向前跑 (B)立即將球傳給隊友 (C)停下腳步並將球置於原地 (D)將球丟給裁判
- (B) 36. 籃球比賽中，小志發現隊友遭到包夾，他應該怎麼做以協助隊友擺脫困境？(A)站在原地不動 (B)主動移動到空檔接應位置 (C)大喊吸引防守者 (D)故意犯規換人上場
- (A) 37. 匹克球比賽中，小明在發球時將球拍舉高，從肩上向下用力扣擊，這樣的發球動作會如何判定？(A)違規 (B)好球 (C)合法 (D)得分
- (A) 38. 足球比賽中，小傑站在對方最後一名防守球員後方準備接球，這樣的情形若他接到球會怎麼樣？(A)越位犯規 (B)正常進攻 (C)自由球 (D)界外球
- (B) 39. 匹克球雙打比賽中，若發球方第一次發球失誤，接下來該怎麼進行？(A)對方得分 (B)同隊另一人繼續發球 (C)我方得分 (D)重發一次
- (D) 40. 帶式橄欖球比賽時，小雅將球向前傳給跑在前面的隊友，這樣會如何？(A)合法進攻 (B)攻守交換 (C)得分 (D)違規
- (B) 41. 小梅在籃球比賽時接到隊友傳球後立即出手投籃，球擊中籃框後彈起。此時她迅速衝入禁區搶球並再次投籃得分。這個動作中，搶球階段稱為什麼？(A)抄截球 (B)籃板球 (C)三分球 (D)快攻球
- (C) 42. 小剛在足球比賽中當守門員，他發現隊友無人可傳時決定踢出遠距離傳球。請問此時他應該使用哪種踢球技術來提升球的距離與準確性？(A)腳尖踢 (B)腳內側踢 (C)腳背正面踢 (D)腳跟踢
- (C) 43. 在一場籃球比賽中，小偉接到隊友傳球後準備上籃，防守球員突然跳起想要封阻，小偉因擔心碰撞停住腳步後重新起跳投籃，裁判吹哨。請問他可能違反了什麼規則？(A)三秒違例 (B)雙運違例 (C)持球走步 (D)抓球回傳
- (D) 44. 足球課中，小平踢球時只用腳尖觸球，導致球速快但不準確。老師建議他改用哪個部位踢球會比較穩定？(A)腳跟 (B)腳底 (C)腳背外側 (D)腳背內側
- (C) 45. 匹克球比賽中，雙方來回激烈，小志一時情急將球打在網帶上彈到對方場內。請問這樣的球算得分嗎？(A)對方得分 (B)視角度而定 (C)我方得分 (D)判重新發球
- (B) 46. 小傑在籃球比賽中準備發邊線球，裁判哨音響起後他拖延了時間才出手傳球。請問這種情況下最多能持球幾秒？(A)3秒 (B)5秒 (C)7秒 (D)10秒
- (C) 47. 足球比賽中，小葳嘗試使用「內側傳球」技巧將球傳給隊友。這項技巧最適合用於什麼情境？(A)長傳快攻 (B)遠射進攻 (C)短距離穩定傳球 (D)防守補位
- (C) 48. 羽球比賽時，小靜不小心用球拍打到網子，雖然沒有碰到對手，但球仍順利得分。裁判應如何判定？(A)合法得分 (B)重打一次 (C)違規失分 (D)得分但口頭警告
- (B) 49. 游泳比賽中，小榮在蝶式項目中兩手未同時入水，老師指出這樣會導致什麼問題？(A)速度加快 (B)違規被取消資格 (C)減少水阻力 (D)改進換氣
- (A) 50. 排球比賽進行中，小米在發球前未經裁判哨音便自行擊球，裁判會如何處理？(A)判罰失分 (B)比賽繼續 (C)重發一次 (D)口頭警告