|  |
| --- |
| **基隆市立武崙國民中學108學年度第二學期七年級健康與體育補考題庫****◎體育科選擇題：(共20題)** |

1. 桌球以右手執拍者，發正手不旋轉長球的擊球動作中，當球往下落時，應轉腰向何方，並往前方擊球？

(A)右　(B)左　(C)前　(D)後。

1. 桌球以右手執拍者，反手推球的引拍擊球動作中，擊中球後，手臂應繼續哪一種動作？

(A)停留在擊球點位置　(B)立即收回準備接球

(C)隨勢繼續向前伸出　(D)看對方回擊再決定。

1. 下列有關桌球規則的敘述，何者錯誤？

(A)選擇發球先後權利，可以用猜球決定　(B)一局以先取得10分者得勝

(C)發球時每2球輪替一次　 (D)發球失誤，對方即得一分。

1. 桌球以右手執拍者，發正手不旋轉長球的擊球動作中，球被擊出的第一個落點盡量在哪個位置？

(A)己方端線處　(B)己方網前處　(C)己方球桌中段處　(D)對方球桌網前處。

1. 下列對於桌球發球的規定，何者正確？

(A)發球前，須先保持靜止 　(B)發球時，球應用手指持球

(C)發球時，球應拋高10公分以上　(D) 拋出的球必須旋轉。

1. 練習羽球挑球，將球挑高至對方的什麼位置最為理想？

(A)網前　(B)發球區　(C)中場　(D)後場。

1. 羽球比賽中發球者在發球時，球拍未擊中羽球，應判定為何者？

(A)可重新發球，直到發球成功　(B)可要求換球，再發一次

(C)犯規 　(D)只可再給一次發球機會。

1. 下列有關羽球挑球技術的敘述，何者錯誤？

(A)屬於低手擊球的技術　(B)要將球挑高至對方的後場

(C)有正、反手之分 　(D)目的是強迫對方移至前場擊球，形成後場空檔。

1. 籃球比賽中，下列何種情形算運球？

(A)運球開始或運球結束時，球掉落　(B)將球拍在地板上，在其他球員觸球前再行拍球　(C)將球從對手的控制中撥落　(D)封阻對手之傳球而獲得控制球。

1. 下列哪一項不是對籃球場上控球後衛應有的能力與任務？

(A)大部分時間要待在禁區裡　 (B)要運球能力較好的球員

(C)必須將球從後場安全的帶往前場　(D)通常是持球機會較多。

1. 籃球比賽運球時，常會遭到防守及阻擋前進，如果護球動作做得確實，即使防守者想抄球，也容易因碰觸到你的身體或手而如何？

(A)違例　(B)判出場　(C)犯規　(D)喪失球權。

1. 下列有關籃球運球的要領及方法中，何者錯誤？

(A)膝關節彎曲，重心降低

(B)眼睛注視前方

(C)運球時以手指控制球，手掌心要盡量接觸到球，將球向下推壓

(D)球彈起的高度盡量不要超過腰部。

1. 剛開始學習籃球運球的人，在籃球場上比賽時，常會有的狀況是？

(A)因運球技巧不熟練而被抄球　 (B)不知如何運球過人而寸步難行

(C)只會使用慣用手運球而被擋住去路　(D)以上皆是。

1. 籃球運動中，當開始運球後，何者不算「運球結束」？

(A)換手運球　(B)球在單手停留　(C)球在雙手上停留　(D)雙手同時觸球。

1. 籃球比賽中，當對手投籃得分後，我方從後場底線將球發進場內控制活球起，透過運球、傳球到進攻投籃的時間規定是？

(A)8秒　(B)12秒　(C)24秒　(D)30秒。

1. 籃球運球時，不應有的動作是什麼？

(A)不要看著球　(B)眼觀四方　(C)注視全場　(D)隨時注意觀眾反應。

1. 籃球一對一攻防練習中，一人運球，另一人擔任防守者。運球者向前運球，保護球不被防守者抄截，防守者則試圖將球抄掉。這種訓練不能達成下列哪一項效果？

(A)運球過人能力　(B)防守抄截能力　(C)投籃能力　(D)身體協調能力。

1. 羽球比賽中，下列何種行為不會被視為犯規？

(A)假動作　(B)朝對手吼叫挑釁　(C)比出不雅手勢　(D)球拍過網擊球。

1. 籃球運動中，下列何者屬於犯規？

(A)腳踢球　(B)阻擋　(C)籃下三秒　 (D)走步。

1. 請問救溺的口訣？

(A)叫叫CABD　(B)叫叫伸拋划　(C)內外夾弓大力腕　(D)拉瞄壓掃。

**◎健教科選擇題：(共20題)**

1. 下列何者不是護眼好習慣？ˉ

 (A)看書30分鐘休息10分鐘ˉ(B)睡前多使用手機ˉ

 (C)以彩虹飲食為原則ˉ (D)看書時保持35公分以上的距離

1. 下列關於「散光」的敘述，何者錯誤？

(A)俗稱亂視ˉ ˉ (B)是角膜不平滑或彎曲度不規則造成ˉ

(C)散光可以配眼鏡矯正 (D)會造成視力範圍逐漸縮小，甚至會失明

1. 關於眼睛的敘述，下列何者正確？ ˉ

 (A)眼睛周圍一共有5條肌肉 ˉ(B)近視是物體光線聚焦在視網膜前造成

 (C)看遠方時睫狀肌呈現收縮狀態 (D)視力良好與否跟飲食沒有關係

1. 視覺產生的過程，下列路徑何者正確？ˉ

 (A)角膜🡢瞳孔🡢水晶體🡢玻璃體🡢視網膜🡢大腦視區

 (B)角膜🡢瞳孔🡢玻璃體🡢大腦視區🡢水晶體🡢視網膜

 (C)瞳孔🡢角膜🡢水晶體🡢視網膜🡢玻璃體🡢大腦視區

 (D)角膜🡢玻璃體🡢水晶體🡢視網膜🡢瞳孔🡢大腦視區

1. 牙齒的構造從上到下分別為：ˉ

 (A)乳齒、恆齒 (B)門齒、犬齒、臼齒

 (C)牙冠、牙頸、牙根 ˉ (D)牙髓腔、象牙質、琺瑯質

1. 牙菌斑與甜食結合會產生酸性物質並破壞琺瑯質造成侵蝕，這就是：

(A)牙周病ˉ(B)齲齒ˉ(C)齒列不正ˉ(D)牙結石

1. 為了照護我們的牙齒，下列何者錯誤？ˉ

 (A)多補充鈣質ˉ(B)多吃甜食 (C)半年進行口腔檢查 (D)養成良好潔牙習慣

1. 蛀牙侵蝕到牙齒哪個部位時，會對溫度產生敏感？

 (A)牙齦ˉ (B)琺瑯質 ˉ (C)象牙質ˉ (D)牙髓腔。

1. 青春痘的發生是由於何處過度分泌，造成毛孔阻塞結成硬塊？ˉ

 (A)汗腺ˉ (B)唾腺 (C)淚腺 ˉ(D)皮脂腺

1. 消除汗臭味的方法，以下何者正確？

 (A)流汗就立刻擦拭保持乾爽　(B)用大量香水消除臭味

 (C)穿著不透氣的衣物 ˉ (D)多吃肉類食物

1. 關於皮膚的照護，下列敘述何者正確？

(A)每天要用洗面乳洗臉3次以上，才能維持皮膚清潔

(B)為了避免過度曝曬陽光，防曬乳要塗越厚越好

(C)飲食均衡可以增強皮膚對細菌的抵抗力

(D)為了維持足夠睡眠，每天應該要凌晨1點前就寢

1. 想要預防青春痘發生，下列方法何者錯誤？

甲

乙

丙

丁

 (A)保持皮膚清潔ˉ (B)用不含香精洗面乳洗臉ˉ

 (C)避免熬夜 ˉ (D)多吃油炸食物。

1. 耳朵中用以平衡鼓膜兩邊壓力的構造為：

 (A)三小聽骨ˉ(B)前庭ˉ(C)耳蝸ˉ(D)耳咽管。

1. 音量的單位是？

 (A)分貝ˉ (B)公分 (C)瓦特 (D)焦耳

1. 請問右圖中「甲」的部位是什麼構造？

 (A)耳蝸 (B)耳殼 (C)外耳道 (D)鼓膜

1. 下列哪一個屬於正向的壓力？ˉ

(A)代表班上參加英語演講比賽 (B)考試成績差，不想念書

(C)發燒、生病，身體不舒服 (D)和好朋友吵架冷戰

1. 生活中的哪件事情可能造成情緒的變化？

 (A)好朋友轉學ˉ(B)參加比賽得獎ˉ(C)寵物死亡ˉ(D)以上皆是

1. 下列舒壓的方式，何者較不適當？

 (A)去散步ˉ(B)聽聽音樂ˉ(C)打人出氣ˉ(D)看喜歡的運動節目

1. 當憂鬱情緒持續多久以上就有可能是憂鬱症，建議盡快就醫尋求協助？

 (A)1天 (B)3天 (C)2週 (D)1個月

1. 經常自言自語、不斷洗手、重複無意義的行為等，是屬於異常行為中的哪一種？

 (A)外顯行為異常ˉ (B)生理異常 (C)認知異常 (D)情緒異常

答案：

01-10 BCBAA DCDBA

11-20 CCDAC DCABB

21-30 BDBAC BBCDA

31-40 CDDAB ADCCA