

基隆市立武崙國民中學 113 學年度第二學期八年級健康與體育補考題庫

1. () 當女性發生性行為後，若什麼沒來即有懷孕的可能？ (A)眼淚 (B)鼻水 (C)口水 (D)月經。

《答案》D

2. () 遭遇對生命有立即性危害的狀況時，必須盡快將傷患搬離至較安全地點再進行急救措施，但下列哪一狀況的患者不適用？ (A)溺水 (B)車禍 (C)火災 (D)觸電。

《答案》D

3. () 哪一個時期是人生第二快速成長的時期？ (A)嬰兒期 (B)幼兒期 (C)兒童期 (D)青少年期。

《答案》D

4. () 均衡攝取各類食物，定時定量，攝取足夠熱量和優質蛋白質，讓下列何者可以維持較佳的狀態？ (A)眼睛 (B)牙齒 (C)肌肉 (D)器官。

《答案》C

5. () 心肺復甦術(CPR)是心跳停止時，非常有效的急救方式，在執行心臟按壓時，正確的按壓位置是 (A)胃部的正上方 (B)兩乳頭連線的中心點 (C)胸骨最末端的劍突處 (D)胸骨上半段，接近鎖骨處。

《答案》B

6. () 唐氏症是下列何者異常的疾病？ (A)血型 (B)血小板 (C)染色體 (D)內分泌。

《答案》C

7. () 更年期時，女性有哪項明顯可辨別的徵兆？ (A)停經 (B)脹奶 (C)長喉結 (D)長青春痘。

《答案》A

8. () 關於自動體外心臟電擊去顫器的使用方法，下列何者為非？ (A)分析心律時，不可接觸或移動病患 (B)當電擊結束後，就不必再進行胸部按壓 (C)為確保導電效果，須確定病患所處地點及病患上半身是乾燥狀態 (D)2 片電擊片分別貼於病患右鎖骨下方與右乳頭上方之間、左乳頭下方偏外側。

《答案》B

9. () 下列哪一種包紮法用於粗細不均或受傷面積過大的肢體？ (A)環狀包紮法 (B)螺旋狀包紮法 (C)懸臂吊帶包紮法 (D)踝關節三角巾包紮法。

《答案》B

10. () 在有限的人力與物力下，須判斷急救的優先順序，先救治最需要被協助者，下列何人最先進行急救？ (A)溺水窒息 (B)手肘骨折 (C)天氣熱流鼻血 (D)跑步摔倒擦傷。

《答案》A

11. () 臺灣在西元 2018 年進入老年人口占總人口比例幾%以上的高齡社會？ (A)12 (B)13 (C)14 (D)15。

《答案》C

12. () 下列法案何者是為了提供婦女婚前準備到懷孕期間的健康照護？ (A)憲法 (B)刑法 (C)優生保健法 (D)兒童及少年福利與權益保障法。

《答案》C

13. ()下列哪種狀況的人適合使用心肺復甦術來進行急救？ (A)溺水而呼吸微弱的人 (B)血流不止大聲呼救的人 (C)遭受電擊而心跳停止的人 (D)瓦斯中毒而意識清醒的人。

《答案》C

14. ()羊膜穿刺檢查的適當時機，為懷孕的什麼時候？ (A)前三週 (B)三至七週 (C)五至十週 (D)十六至十八週。

《答案》D

15. ()哪一個時期的乳齒開始逐漸脫落，長出恆齒？ (A)嬰兒期 (B)幼兒期 (C)兒童期 (D)青少年期。

《答案》C

16. ()聯合國為鼓勵國際社會關注人口高齡化議題，於西元 1991 年訂定每年的幾月幾日為「國際老人日」？ (A)1 月 1 日 (B)10 月 1 日 (C)10 月 10 日 (D)11 月 11 日。

《答案》B

17. ()下列哪一支電話號碼是我國消防機關提供民眾於火災、急難救助發生時的報案專線，提供 24 小時服務？ (A)106 (B)110 (C)112 (D)119。

《答案》D

18. ()進行胸部心臟按壓時以每分鐘一百至一百二十次的頻率，進行多少次的胸部按壓？ (A)二十次 (B)三十次 (C)四十次 (D)五十次。

《答案》B

19. ()「叫！叫！CABD」在未受專業訓練的一般民眾在施救時，若對口對口人工呼吸有疑慮，可省略哪兩個步驟？ (A)叫、叫 (B)A、B (C)C、D (D)第一個叫、A。

《答案》B

20. ()下列哪一類型患者的細胞對胰島素的反應較差，胰島素無法有效協助葡萄糖進入細胞內，血糖因而超過標準？ (A)血癌 (B)腎臟病 (C)第一型糖尿病 (D)第二型糖尿病。

《答案》D

(B)21.暖身運動不足時，容易導致哪一部位的傷害？

(A)耳朵 (B)肌肉 (C)胃腸 (D)皮膚。

(C)22.下列何者為有氧運動？

(A)一百公尺衝刺跑 (B)舉重 (C)游泳 (D)以上皆是。

(D)23.關於運動家的風度，下列何者正確？

(A)為求勝利不擇手段 (B)以暴力的方式獲得勝利

(C)保護我方，傷害對手 (D)勝不驕、敗不餒。

(B)24.下列有關運動的敘述，何者錯誤？ (A)游泳前先做暖身運動預防抽筋

(B)飯後立即打籃球，可幫助消化 (C)精神緊張或憂慮時，可藉打球來紓解

(D)適度運動能促進血液循環，並預防高血壓的發生。

(B)25.在團體遊戲中，要如何才能使遊戲順利進行？ (A)依自己的想法進行遊戲方式

(B)遵守遊戲規則 (C)不聽領導者的指揮 (D)以上皆非。

(A)26.骨骼因為快速的拉扯或擺動，而脫離其在關節上的位置稱為

(A)脫臼 (B)拉傷 (C)骨折 (D)以上皆非。

(D)27.下列何者非暖身運動的好處？ (A)體溫升高，減少肌肉痠痛

(B)減少運動傷害 (C)增進關節活動範圍 (D)獲得較高的分數。

(D)28.如果發生運動傷害，可以至以下哪些科別就診？

(A)骨科 (B)復健科 (C)運動傷害門診 (D)以上皆是。

(A)29.籃球運動中，當你的隊友接獲你的傳球，不經運球而得分時，

此次傳球便稱為 (A)助攻 (B)阻攻 (C)抄截 (D)快攻。

(C)30.正式全場籃球比賽中，同隊球員有幾名同時在場上比賽？

(A)3 (B)6 (C)5 (D)10 位。

(D)31.一般人認為慢跑很簡單，但必須遵守其動作要領。下列何者非慢跑的動作

要領？ (A)以腳跟先著地 (B)專注在呼吸，隨著步伐調整自己節奏

(C)保持放鬆的狀態 (D)擺臂動作要越快越好。

(D)32.若想要增進自己的心肺耐力，可以從事下列何種運動？

(A)騎自行車 (B)爬山 (C)游泳 (D)以上皆是。

(A)33.對於慢跑的敘述何者正確？

(A)穿著透氣吸汗的運動服 (B)應選擇人多車多的熱鬧地方比較安全

(C)運動強度不高，可不必做熱身運動 (D)應穿著釘鞋。

(B)34.哪一種體適能越好的人，越能夠跑得久而且保持一定速率？

(A)肌力 (B)心肺耐力 (C)柔軟度 (D)肌耐力。

(C)35.學習游泳的最佳場所是

(A)海水浴場 (B)河邊 (C)檢驗合格的游泳池 (D)野溪。