

基隆市立成功國民中學 113 學年度第 1 學期 期末測驗 8 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 50 題)

- () 1. 下列何者可以訓練下肢肌群和核心肌群的肌肉力量？ (A)手臂彎舉 Arm curl (B)屈膝半蹲 Half squat (C)伏地挺身 Push-up (D)屈膝仰臥起坐 Sit-up。
- () 2. 排球運動(Volleyball)中，哪個技術是舉球員(Setters)最常使用的動作？ (A)發球 Serving (B)低手傳球 Underhand Pass (C)高手托球 Overhand set (D)吊球 Lob。
- () 3. 排球比賽中，哪一種球員常常透過高手托球(Overhand set)，將球傳給負責攻擊的隊友，讓攻擊手得分？ (A)主攻手 Outside hitter (B)快攻手 Middle blocker (C)舉球員 Setter (D)自由球員 Libero。
- () 4. 羽球(Badminton)比賽中，如果兩隊選手比分相差超過 2 分，則率先得到幾分的一方贏得當局比賽？ (A)15 (B)18 (C)20 (D)21。
- () 5. 籃球(Basketball)比賽時，當球員在球場上控制活球，該隊必須在幾秒內設法投籃？ (A)23 (B)24 (C)25 (D)26。
- () 6. 籃球比賽發邊線或底線球時，必須在幾秒內將球傳給場內隊友，若未傳出則將被判違例？ (A)5 (B)6 (C)7 (D)8。
- () 7. 若要在籃球(Basketball)比賽中成就優異的助攻(Assist)表現，則必須下苦功訓練下列哪一項技術？ (A)傳球 Passing (B)運球 Dribbling (C)防守 Defense (D)罰球 Free throw shooting。
- () 8. 棒球游擊手的英文名稱為何？ (A)Shortstop (B)Shortcut (C)Pitcher (D)Catcher。
- () 9. 屈膝仰臥起坐可強化腹部肌群，若無法完成屈膝仰臥起坐或是初學者，可以下列何者替代？ (A)啞鈴 (B)立定跳遠 (C)單腳跳階 (D)捲腹動作。
- () 10. 排球比賽中，掌控全局的靈魂人物是下列何者？ (A)主攻手 Outside hitter (B)快攻手 Middle blocker (C)舉球員 Setter (D)自由球員 Libero。
- () 11. 依據羽球(Badminton)規則，如果雙方比分一直打成平手，則率先得到第幾分的一方獲勝？ (A)30 (B)28 (C)25 (D)20。
- () 12. 在籃球(Basketball)比賽中，當隊友因為接獲你的傳球而得分時，則此次的傳球稱為下列何者？ (A)阻攻 Block (B)助攻 Assist (C)切入 Drive (D)上籃 Layup。
- () 13. 慢速壘球是從下列哪一種運動加以簡化與改良，發展為較適合各年齡層大眾的休閒運動？ (A)棒球 Baseball (B)板球 Cricket (C)壘球 Softball (D)籃球 Basketball。
- () 14. 除了手球(Handball)以外，下列何種球類比賽也有守門員(goalkeeper)的角色？ (A)Baseball (B)Volleyball (C)Soccer (D)Table tennis。
- () 15. 排球比賽中，下列哪項來球的狀態較不可以托球動作回擊？ (A)發球 Serve (B)托球 Set (C)攻擊 Attack (D)接球 Receive。
- () 16. 桌球比賽時，球體的顏色為何？ (A)綠色 Green (B)橘色 Orange (C)白色 White (D)橘色或白色皆可，由比賽主辦單位訂定 Orange or white。
- () 17. 十九世紀羽球(Badminton)運動起源於哪個國家？ (A)印度 India (B)印尼 Indonesia (C)臺灣 Taiwan (D)日本 Japan..
- () 18. 在籃球比賽中，傳球時在球未離手前，若隨意移動或變換軸心腳，會造成何種情況？ (A)出界 Out of bounds (B)走步 Traveling (C)助攻 Assist (D)5 秒違例 5-second violation。
- () 19. In a baseball game, how many players are on the field for defense(防守者)? (A)7 (B)8 (C)9 (D)10.
- () 20. 棒壘球比賽中，當打者擊出球以後，球尚未落地就直接被守備員接到，稱為下列何者？ (A)封殺 Force out (B)觸殺 Tag out (C)接殺 Catch (D)殘壘 Stranded。
- () 21. 排球(Volleyball)比賽時，裁判吹哨後幾秒內要完成發球動作？ (A)五 (B)六 (C)七 (D)八 秒。
- () 22. 排球(Volleyball)比賽第五局決勝局，先獲得幾分者為勝隊 (A)11 (B)15 (C)21 (D)25 分。
- () 23. 桌球(Table tennis)正手殺球時，球拍擊球位置應在球體的哪個部位？ (A)中上部位 (B)中下部位 (C)正上部位 (D)正下部位。
- () 24. 羽球(Badminton)的正手切球(forehand slice)主要強調身體哪個部位的閃動力量，透過拍面的角度來控制球的落點與方向？ (A)頭部 Head (B)頸部 Neck (C)手臂 Arm (D)手腕 Wrist。
- () 25. 有關籃球(Basketball)接球動作，下列何者正確？ (A)張開手臂，手指自然併攏 (B)身體後仰，往前一步迎接來

球 (C)接到球瞬間，手臂順勢往後內收 (D)手掌根部位接觸球。

- () 26. 籃球(Basketball)比賽中，在發邊線球或底線球時，必須幾秒內把球傳給場內的隊友，才不會違例？ (A)3 秒 (B)5 秒 (C)8 秒 (D)14 秒。
- () 27. 下列何者不是青少年常見的接觸毒品主要原因？ (A)好奇 (B)KTV 促銷 (C)同儕邀約 (D)紓解壓力。
- () 28. 水水穿迷你裙打工，傑哥狂吹口哨，又嬉笑對阿鴻說：「哇！正妹身材很辣呵！真想摸一下。」水水聽到感覺很不舒服。下列何者正確？ (A)傑哥沒有指名道姓，因此不算性騷擾 (B)水水穿得太暴露，別人只是說出事實 (C)水水聽完感到不舒服，這就已構成性騷擾 (D)傑哥只是和阿鴻在聊天，不算性騷擾水水。
- () 29. FM2 是娛樂場所中常見的性侵加害藥物，請問應該如何提防受害？ (A)避免購買加工食品 (B)不要與人共用針頭 (C)盡量避免飲用已開封飲料 (D)購買食物前仔細閱讀說明書。
- () 30. 下列何者對愛情的想法比較健康呢？ (A)我都已經付出這麼多了，他應該對我好一點 (B)愛我就要為我改變，不能改變就代表不夠愛我 (C)我很需要被愛，所以他應該盡力滿足我心裡的空虛 (D)我們不太完美，但是接納、包容和彼此認識會讓我們更融洽。
- () 31. 下列哪一種追求行為可能觸法？ (A)贈送生日卡片給心儀的對象 (B)邀請有好感的對象和同學們一起去遊樂園玩 (C)撥打無聲電話給心儀的對象，並且跟蹤他回家 (D)當面表達自己的感受，詢問是否有交往的機會。
- () 32. 勤哥結束了一段感情，和交往已久的對象分手，以下哪些作法比較恰當？ (甲)另尋新歡填補空缺 (乙)舊地重遊，讓自己沉浸在過去的回憶中 (丙)保持冷靜檢視自己在感情中有哪些成長與收穫，並反省改進 (丁)試著透過與朋友談心、打球等，轉移注意力，找回自己的快樂 (A)甲乙 (B)甲丙 (C)乙丁 (D)丙丁。
- () 33. 若要向他人提出分手，下列何者做法比較安全？ (A)喝酒後再前往，以提升膽量 (B)衝動提出，不考慮任何後果 (C)避免場面難堪，盡量選擇晚上四下無人的地方 (D)告知家人要前往的人、事、時、地，避免單獨前往。
- () 34. 當我們初次赴約的時候，下列哪一項不是拒絕約會強暴的要訣呢？ (A)初次赴約的時候，可以找朋友一同前往 (B)不要讓自己的飲料或食物離開視線，避免被下藥 (C)第一次見面就約在隱密的地方，這樣才可以輕鬆聊天 (D)當對方要求不合理的事情時，應該要明確向對方說「不」。
- () 35. 收到同學傳來的照片，內容是關於同班同學的私密照片，應該怎麼做呢？ (A)存下來做紀念 (B)轉傳給其他同學 (C)不傳播、不留存 (D)公開在自己的網路平臺(如 IG、FB)。
- () 36. 阿智和韓國女孩 Judy 交往一段時間，這一天，阿智希望可以和韓國女孩 Jud 拍攝親密照片當作紀念，並保證不外傳。若韓國女孩 Jud 不希望二人的親密照片曝光或被流傳，該怎麼做呢？ (A)相信阿智絕對不會外傳，答應拍攝 (B)勉為其難答應，提醒阿智不可以外傳 (C)表達不希望外流的立場，並拒絕拍攝 (D)答應拍攝並要求重要部位打馬賽克，也提醒阿智不可以外傳。
- () 37. 長期使用何種毒品可能會造成膀胱病變？ (A)大麻 (B)搖頭丸 (C)愷他命 (D)安非他命。
- () 38. 下列何種心態才能確保我們「吃」的安全？ (A)外國的食品一定比國內的好 (B)包裝愈精美的食品代表愈高級 (C)遵照選購原則，挑選具備政府認證的食品 (D)愈便宜的食物，代表食品添加物愈少，愈可以購買。
- () 39. 下列有關「安全採收期」的敘述，何者正確？ (A)每一種農藥的安全採收期皆相同 (B)每一種農藥的包裝上皆有安全採收期說明 (C)慣行農業農藥使用較少，所以不用在意安全採收期 (D)指農藥在農作物體內自然消退到完全無殘留的期間。
- () 40. 「可以讓人變 high」可能是何種藥物造成的症狀？ (A)FM2 (B)大麻 (C)愷他命 (D)搖頭丸。
- () 41. 免除成癮物質危害最好的做法是什麼？ (A)堅持不使用 (B)好好認識它們 (C)淺嘗避免沉迷 (D)先看看是什麼種類再決定。
- () 42. 下列何者不是毒品常見的偽裝化身？ (A)糖果 (B)咖啡 (C)麵包 (D)藥丸。
- () 43. 購買外食時，以下哪一個考量不能保證此食物的安全衛生？ (A)烹煮的器具是否有髒汙 (B)海鮮和肉品是否有擺放在冰箱保存 (C)排隊人潮愈多的店家，安全衛生做得愈好 (D)處理食品的店員，是否有配戴口罩和頭巾。
- () 44. 在處理食物時，下列何種行為會增加食品中毒的風險？ (A)處理食物前，以清潔劑將手洗乾淨 (B)接觸食物時，手部不摸口鼻及頭髮等 (C)每次煮食的分量以一次可以吃完為主 (D)處理食物的器具重複使用不清洗，快速有效率。
- () 45. 老王和三位同學下課後一起去夜市逛街，以下是他們沿路看到的攤販，哪一個攤販較符合安全衛生？ (A)老王：壽司店的老闆將生熟食分開處理 (B)小婷：鹹酥雞攤的食材區好多蒼蠅飛來飛去 (C)阿萍：鹹水雞店的老闆一邊收錢一邊處理食材 (D)娟娟：珍珠奶茶店的店員不但沒有戴口罩，還一邊聊天一邊製作飲料。
- () 46. 這天志明和家人在吃完晚餐後，大家陸續出現腹瀉、噁心、嘔吐等症狀，去了醫院發現是食品中毒。何者是他們可能引發食品中毒的行為。 (甲)志明媽媽從市場買回的豬肉，直接放在桌上準備烹煮 (乙)志明想要幫媽媽

一起煮晚餐，不斷打開冰箱幫忙找食物 (丙)志明找出冰箱內一週前打開的玉米罐，希望媽媽這一餐可以趕快使用掉 (丁)志明爸爸發現冰箱太滿，之前買的生魚片，居然被放在蘋果上，決定把兩個都丟掉 (A)甲乙丁 (B)甲丙丁 (C)乙丙丁 (D)甲乙丙。

- () 47. 何者有助於促使整個食品消費環境的安全提升？ (A)阿倍的媽媽喜歡購買特價食品，阿倍也會請媽媽買一些自己好奇但不會吃的零食 (B)小韋在選擇糖果時，特別喜歡顏色鮮豔、氣味香甜，口感咬起來很有彈性的軟糖 (C)阿碧每次買到不新鮮的食品時，總是覺得不要把事情鬧大，只是默默把食品丟棄 (D)阿方常常把健康、安全的食品推薦給大家參考，也會主動向這些優良廠商表達支持與感謝。
- () 48. 下列何者不是吸毒者常有的外觀特徵？ (A)流鼻涕 (B)雙眼無神 (C)精神不好 (D)經常咳嗽。
- () 49. 來路不明的減肥藥可能違法添加下列何種毒品造成誤食者上癮？ (A)大麻 (B)愷他命 (C)FM2 (D)安非他命。
- () 50. 服用搖頭丸可能會引發何種後果？ (A)精神恍惚與嗜睡 (B)視覺扭曲模糊發生危險 (C)過度運動體溫升高致死 (D)心跳減慢產生妄想與幻覺。

基隆市立成功國民中學 113 學年度第 1 學期 期末測驗 8 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 50 題)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
B	C	C	D	B	A	A	A	D	C
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
A	B	C	C	C	D	A	B	C	C
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
D	D	A	D	C	B	B	C	C	D
31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
C	D	D	C	C	C	C	C	B	D
41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
A	C	C	D	A	D	D	D	D	C