**花蓮縣宜昌國中108學年度第一學期第三次段考八年級**

**健康科試題**

**健康科試題： 命題老師 吳冠毅老師**

1. **選擇題：每題2.5分共40題100分**
2. 下列有關毒品的法律問題，何者正確？　(A)販毒者與製毒者的法律責任相同

(B) 製毒者的罪刑較輕，吸毒者的罪刑較重　(C)為幫忙家計販賣毒品，理由正當，不會有事的啦！　(D)念祖要求我幫忙他攜帶毒品，反正我不吸，所以沒關係。

2. 下列何者不是毒品對於吸毒者的影響？　(A)使身體機能受損　(B)影響家庭的經濟

(C)解除內心的煩悶與壓力　(D)造成嚴重的社會問題。

3. 不同毒品對於人體各有不同的影響與作用，酒吧中常見的MDMA是指下列何者？

(A)大麻　(B)搖頭丸　(C)海洛因　(D)安非他命。

4. 臺灣常見的毒品種類眾多，其外觀和作用也各不相同。請問：下列哪一項毒品與其

特性的配對正確？　(A)搖頭丸，又名冰糖　(B)安非他命，又稱MDMA　(C)大麻，

吸食過量會造成精神病　(D)FM2，吸食後對聲光敏感度增強，常因運動過度，導致

痙攣。

5. 吸食毒品是一種損人且不利己的行為，請找出下列何者是拒絕毒害的妙計？

(A)拒絕不良的嗜好　(B)利用藥物來提神也不錯　(C)自認意志過人者即可試之

(D)朋友相挺，嘗試一下倒是無妨。

6. 下列哪些方法可以避免自己遭受毒品的危害？　(甲)不喝已經倒好的飲料　(乙)一

旦發現身體不適，要把握時間離開　(丙)若有事離開，可以請友人代為看管飲料

(丁)對於酒吧、KTV等娛樂場所必須提高警覺

(A)甲乙丙　(B)甲乙丁　(C)甲丙丁　(D)乙丙丁。

7. 孕婦使用下列何種毒品成癮，會使胎兒在母體內產生什麼影響？　(A)加速胎兒成長

(B)增加胎兒活動力　(C)有利胎兒腦部發育　(D)造成胎兒畸形或流產。

8. 未依照醫師處方而使用藥物，稱為下列何者？

(A)過度用藥　(B)藥物中毒　(C)藥物濫用　(D)藥物依賴。

9. 奎哥帶毒品到學校，送給小佑。而小佑轉賣給阿榮，被柯南發現，逕而通報生教組

長。請問：誰無罪？　(A)奎哥　(B)小佑　(C)阿榮　(D)柯南。

10.藥物濫用者為了節省花費，常和朋友共用針具，這種方式容易經由血液而感染疾病，

下列何者是容易因共用針具而感染的疾病？　(甲)肺炎　(乙)淋病　(丙)愛滋病

(丁)B型肝炎　(A)甲乙　(B)甲丁　(C)乙丙　(D)丙丁。

11.毒品對於身心健康與社會的影響甚大，所以建立正確的觀念更是重要。請問：下面

哪一項才是面對毒品時的正確態度？　(A)偶一為之，未嘗不可　(B)意志堅定，以

身試毒　(C)提神醒腦，十分有效　(D)尊重生命，堅拒毒害。

12.當你發現親友正在吸食毒品時，下列何種處理方法錯誤？　(A)幫助他們面對及尋求

協助　(B)要特別提高警覺，最好遠離他們　(C)告訴他們毒品對生理、心理上的危

害　(D)引導他們到相關機構戒除毒癮或進行心理諮詢。

13.藥物濫用者一旦停止使用藥物，全身就會有發抖或是強烈噁心的情形，這種情形稱

為下列何者？　(A)抗藥性　(B)耐藥性　(C)戒斷症狀　(D)心理依賴。

14.當你遇到有人拿出不明藥物並慫恿你使用時，你該怎麼做？

(A)轉移話題　(B)遠離現場　(C)堅持拒絕　(D)以上皆可。

15.如果你的好友淪陷在茫茫毒海中，下列何種方法無法幫助他盡快脫離毒品的威脅？

(A)鼓勵他進行戒除治療　(B)提供他戒除毒癮的方法　(C)不想看見他痛苦，借錢讓

他買毒品　(D)主動幫忙，並尋求醫生、長輩的協助。

16.依賴毒品，會使生活產生下列哪些問題？　(甲)專心工作　(乙)經濟問題　(丙)社

會問題　(丁)成為家庭的負擔　(戊)能照顧自己和家人

(A)甲乙丙　(B)甲丙戊　(C)乙丙丁　(D)丙丁戊。

17.關於「產銷履歷」的敘述，何者錯誤？　(A)是指農產品的身分證　(B)無法保障大

部分實在、誠實的生產者與販售者的良好信譽　(C)讓消費者在購買的同時，可以向

上、下游追溯查詢產品或加工品的來源及製造過程　(D)提供食品從原料、耕種的土

壤、養殖或種植、收穫後處理、加工、製造、流通、運輸、銷售前的每一階段的資

訊。

18.下列何者是「屠宰衛生檢查合格標章」？　  
 (A)(B)  
 (C)(D)。

19.當遇到消費糾紛時，可以向以下哪個政府單位申訴？　(A)衛生福利部　(B)行政院

農業委員會　(C)行政院消費者保護會　(D)中華民國消費者文教基金會。

20.下列哪個方式，無法處理農藥殘留的問題？　(A)洗滌時以鹽水洗　(B)食用當季的

蔬果　(C)選購生長期間有套袋的蔬果　(D)選購通過安全採收期的蔬果。

21.關於「食品添加物」的敘述，何者正確？　(A)食品添加物對人體一定有害　(B)無

法達到防止食物腐敗的作用　(C)指添加在食品中原本沒有的物質　(D)過度使用不

會對人體產生不良的影響。

22.下列關於健康飲食的敘述，何者正確？　(A)發現食品不符合安全衛生時，即拒絕購

買　(B)覺得哪家店賣的食物便宜又好吃，從此便固定只在那家吃　(C)買到不良食

品時，只能摸摸鼻子自認倒楣　(D)一定要買包裝精美的食物，才有保障。

23.下列哪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)

避免長期購買同一店家的食物　(C)包裝越精美的食品代表越高級　(D)越便宜的食

物，代表食品添加物加的越少，越可以購買。

24.根據表1，當吃進此食物2份時，所攝取的營養素中，何者正確？  
 (A)脂肪：3公克　(B)醣類：30公克　(C)鈉：1,000毫克　(D)蛋白質：10公克。

25.食品包裝上的營養標示意義為何？　(A)毫無作用　(B)計算保存期限　(C)知道食

品添加物的多寡　(D)讓我們在攝取營養素時有參考依據。

26.媽媽喜歡吃蜜餞，你認為她應該挑選下列哪一種蜜餞較有保障？　(A)夜市販賣散裝

的蜜餞　(B)超市隨手一包蜜餞　(C)包裝上有CAS標誌的蜜餞　(D)添加最多種食

品添加物的蜜餞。

27.下列關於農藥的敘述，何者錯誤？　(A)可提高農作物的生產效率　(B)任何農藥人

體都無法代謝　(C)可藉由食前處理減少農藥殘留量　(D)蔬果含有超量的農藥殘留

會對健康造成危害。

28.下列何者為不珍惜食物資源的表現？　(A)學校將多餘的午餐提供給社區人士

(B)婷婷不喜歡吃早餐，而將早餐帶到學校後偷偷丟掉　(C)筱君將吃不完的午餐跟

同學分享　(D)媽媽將廚餘做有機堆肥。

29.食物里程越遠的食物，代表耗費地球的資源越多，由此可知食物里程與下列何者關

密切？　(A)碳足跡　(B)水足跡　(C)綠建築　(D)運輸業。

30.近來常有新聞報導，有些學生因家長長期失業而繳不出營養午餐費。關於這類新聞

事件，我們不應該以何種態度看待？　(A)注意自己在生活中是否浪費食物　(B)關

懷校內是不是也有人沒錢吃午餐　(C)有人沒錢吃午餐，我們不必多管閒事　(D)思

考該怎麼做才不會浪費食物，又可以幫助挨餓的人。

31.減少世界饑荒，保護地球資源，下列哪一項做法正確？　(A)不過度飲食消費，不任

意浪費食物　(B)盡情滿足口腹之欲，促進農業經濟發展　(C)盡量購買進口的國外

食物，促進飲食文化交流　(D)多吃肉食，少吃植物性食物，減少對大自然的破壞。

32.下列關於飲食消費的敘述，何者正確？　(A)只要經濟能力許可，大家都應隨心所欲

的吃　(B)多注意環保資訊，抵制對環境生態有害的食物　(C)我們的飲食消費只會

影響自己，不會影響他人　(D)到「吃到飽」餐廳，因收費都相同，應盡量多吃才划

算。

33.魁智和同學到「吃到飽」餐廳舉行慶功宴：  
 延輝說：「多吃不用加錢，盡量多吃一些，吃得越多賺得越多。」  
 子胥說：「海鮮和肉類比蔬菜貴，要多挑魚蝦、肉食，少吃蔬菜才划算。」  
 魁智說：「拿自己想吃的，吃多少就拿多少，以免浪費食物。」  
 崇煥說：「不要怕浪費食物，反正又不用多給錢。」  
 上列對話中，誰的觀念最正確？

(A)延輝　(B)子胥　(C)魁智　(D)崇煥。

34.食品包裝袋上貼有何種標章，表示該食品是經過政府認證的優良有機農產品？  
 (A)(B)  
 (C)　(D)

35.下列有關農業耕種模式的敘述，何者錯誤？　(A)有機耕作不使用任何農藥與肥料

(B)自然農法完全不使用任何化肥、農藥和除草劑　(C)慣行農法的耕作方式是利用

化肥與農藥，增加產量　(D)友善耕作雖沒有有機驗證，但同樣尊重大地的自然循

環。

36.下列有關選購食物時的最佳原則，何者正確？(甲)本地生產　(乙)當季盛產　(丙)

選國外進口　(丁)以自然原則耕種

(A)甲乙丙　(B)甲乙丁　(C)乙丙丁　(D)甲乙丙丁。

37.下列何者為支持「社區支持型農業」的好處？　(A)食物需要特別加工處理　(B)增

加食物運送的能源消耗　(C)食物的營養價值容易流失　(D)消費者對食物的來源可

以更放心。

38.下列哪些飲食習慣有助於地球永續經營？　(甲)為增加營養，最好多吃肉食　(乙)

午餐打菜時，需要多少，就盛多少　(丙)選購蔬菜、水果時，應多吃當季產的蔬果

(丁)物以稀為貴，應多選擇來自世界各地的食物

(A)甲乙　(B)甲丁　(C)乙丙　(D)丙丁。

39.下列何者為臺灣的碳標籤？  
 (A)碳標籤-2(B)   
 (C)(D)

40.居住在臺中的軒和購買哪個產地的蘋果，其食物供應鏈最長？

(A)日本　(B)智利　(C)桃園平鎮　(D)臺中梨山。

**體育科試題**

**體育科試題：命題老師 陳俊誠老師**

1. **選擇題：每題2.5分共40題100分**

41.請問最早盛行羽球的國家是是哪一國？

(A)美國 (B)日本 (C)韓國 (D) 英國。

42.承上題，該國羽球起源於幾世紀?

(A)16 (B)17 (C)18 (D)19 世紀。

43.正式羽球比賽中，須得幾分才能贏得一局?

(A)19 (B)20 (C)21 (D)22。

44.正式羽球比賽是採幾戰幾勝制?

(A)5戰3勝 (B)3戰2勝 (C)7戰4勝 (D)總得分制。

45.正式羽毛球比賽，若比數來到延長賽，最多延長至幾分即分出勝負?

(A)25 (B)27 (C)23 (D)30 分。

46.正式羽球比賽第一局第一次發球權是如何決定?

(A)先向裁判報到者先發 (B)雙方球員私下決定 (C)擲羽球落地後依球頭指向決定 (D)擲銅板決定 。

47.一顆標準的羽毛球約由幾根羽毛所組合而成?

(A)18 (B17 (C)16 (D)15 根。

48.羽球比賽中，若得分為雙數位，應站在面對球網的哪一邊發球呢?

(A)左邊 (B)右邊 (C)中間 (D)左右皆可 。

49.承上題，若比數為0：0時，獲得發球權的一方應站在面對球網的那一邊發球呢?

(A)依選手擅長邊站立 (B)左邊 (C)右邊 (D)左右皆可 。

50.依照國際籃球規定(非NBA)，正式比賽中可分為幾節？

(A)2 (B)3 (C)4 (D)5 節。

51.請問籃球正式比賽中若要要求暫停，該由誰來請求?

(A)球隊教練 (B)隊長 (C)場上球員 (D)裁判 。

52.籃球比賽中進攻球員，在球進入前場後，不得在禁區待超過幾秒?

(A)2 (B)3 (C)4 (D)5 秒。

53.籃球比賽中準備發界外球，在裁判給球後幾秒內需將球傳出?

(A)2 (B)3 (C)4 (D)5 秒。

54.承上題，進攻隊須在幾秒內將球帶進前場?

(A)8 (B)7 (C)6 (D)5 秒。

55.籃球正式比賽中，若進入延長賽，將進行幾分鐘?

(A)2 (B)4 (C)7 (D)5 分鐘。

56.籃球比賽中，第一次的球權，如何決定?

(A)主隊 (B)客隊 (C)雙方跳球 (D)擲銅板。

57.田徑賽事以100公尺為例，最高速出現的階段約在起跑後幾～到幾公尺?

(A)10～30 (B) 20～40 (C) 30～50 (D)40～60 公尺。

58.田徑接力賽跑中(除4乘100公尺)外，前後接力區總共有多少公尺?

(A)20 (B)30 (C)10 (D)25 公尺。

59.田徑接力賽跑中，傳接棒動作已完成後，若接力棒掉落，應由哪一位撿起接力棒?

(A)傳棒者撿起 (B)接棒者撿起 (C)兩著皆可 (D)場外同伴 。

60.田徑比賽規則中，全能100公尺項目若犯規還有幾次比賽機會?

(A)1次 (B)2次 (C)3次 (D)直接取消資格 。

61.馬拉松比賽，全馬項目距離有多長?

(A)40 (B)26 (C)43.190 (D)42.195 公里。

62.承上題，請問半馬項目距離有多長?

(A) 21.0975 (B)22.150 (C)23 (D)24 公里。

63.排球比賽中，在發球時，球觸網而過，則比賽應為?

(A)發球方犯規 (B)比賽繼續 (C)發球方直接得分 (D)依裁判意識判分 。

64.排球比賽中，應在何時才能發球?  
 (A)裁判鳴哨後 (B)雙方準備好就可 (C)依照選手心情 (D)聽從教練指示 。

65.排球場地之標準尺寸為?

(A)12X18 (B) 12X15 (C) 9X18 (D) 9X12。

66.排球比賽或發球權一方應以何方向輪轉一位?

(A)順時鐘 (B)逆時鐘 (C)兩著皆可 (D)不用輪轉 。

67.排球比賽中，除了第5局外，每局先得幾分即獲勝?

(A)30 (B)20 (C)15 (D)25 分。

68.身體質量指數公式為?

(A)體重kg ×身高m (B) 體重kg ÷身高m2  (C) 體重kg ×身高m (D)身高m2 ÷

體重kg。

69. 每日運動持續多少時間效果較為良好？

（A）5～10分鐘（B）10～30分鐘（C）30～60分鐘（D）60~120分鐘。

70.伏地挺身可測量何處肌群的肌力？（A）腹部（B）大腿（C）上肢（D）背部。

71. 藉由坐姿體前彎的測量，我們可獲得何項體適能的訊息？

（A）心肺適能（B）肌肉適能（C）柔軟度（D）身體組成。

72. 小乖同學若想要改善心肺功能或是減少體脂肪，就要選擇何者類型的運動為佳?

(A)無氧運動 (B)重量訓練 (C)核心訓練 (D)有氧運動 。

73. 理想的體重控制計劃應包括哪些?

(A)只吃菜不吃肉 (B)均衡飲食 (C)只喝牛奶不喝水 (D)只吃水果 。

74.有關體適能檢測項目，下列何者錯誤?

(A)坐姿體前彎 (B)立定跳遠 (C)仰臥起坐 (D)男生1600公分/女生800公分跑

走 。

75.若小花要進行體適能計畫，應該優先考慮適合的運動項目外，一星期大約要運動5

天(次)，那運動時間大約要多久?

(A)15 (B)30 (C)60 (D)25 分鐘。

76.有關游泳池的安全，下列何者為非?

(A)下水游泳時，可穿著隨意衣物下水(B)游泳池旁須有足夠的救生員才可下水(C)非

開放時間不強迫進泳池游泳(D)游泳池內禁止嬉戲、奔跑 。

77.有關下水游泳得注意事項，何者為非？

(A)下水前應做好足夠的拉筋及熱身 (B)若有感冒、傳染病仍堅持下水，以免學習落

後 (C)下水前應將泳鏡、泳帽戴好才下水 (D)下水前應先將身體沖濕後才可下水 。

78.阿民老師為提高學生自救與游泳知識和技能，列入三項基本動作為游泳教學優先課

程，何者為非?

(A)十字漂 (B)仰漂 (C)蝶式 (D)水母漂。

79.從滑行漂浮到水中直力的過程順序為何? 1.屈膝 2.雙手由前向後划水 3.抬頭

4.收復 5.雙腳站穩。

(A)25413 (B)14325 (C)21453 (D)14253 。

80.捷泳是最符合人體力學，同時也是前進速度最快得動作，其手部比例約佔百分之?

(A)75 (B)65 (C)85 (D)55。

**花蓮縣宜昌國中108學年度第一學期第三次段考八年級**

**健康科解答**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| A | C | B | C | A | B | D | C | D | D |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| D | B | C | D | C | C | B | B | C | A |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| C | A | B | C | D | C | B | B | A | C |
| 31 | 32 | 33 | 34 | 35 | 36 | 37 | 38 | 39 | 40 |
| A | B | C | C | A | B | D | C | C | B |

**體育科解答**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 41 | 42 | 43 | 44 | 45 | 46 | 47 | 48 | 49 | 50 |
| D | C | C | B | D | D | C | B | C | C |
| 51 | 52 | 53 | 54 | 55 | 56 | 57 | 58 | 59 | 60 |
| A | B | D | A | D | C | D | A | B | A |
| 61 | 62 | 63 | 64 | 65 | 66 | 67 | 68 | 69 | 70 |
| D | A | B | A | C | A | D | B | C | C |
| 71 | 72 | 73 | 74 | 75 | 76 | 77 | 78 | 79 | 80 |
| C | D | B | D | B | A | B | C | D | A |