　花蓮縣宜昌國中105學年度第二學期八年級第三次健康與體育科考試卷

健教科試題：命題老師 陳燕真老師 \_\_\_年 \_\_\_班 座號：\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. **是非題：每題2.5分共6題15分〈對請劃A、錯請劃B〉**
2. 「急救」是當人們遭受事故傷害，在醫護人員未到達之前，給予傷患立即的緊急救護措施。
3. 當四肢受傷出血時，將患部抬至高於心臟的位置，這是一種容易執行的急救止血法，利用抵抗地心引力的作用，讓血液不易流出而達到止血目的，適用於出血量較少的傷口。
4. 環狀包紮法是一種相當簡單的包紮方式，但是頸部不適合使用，因為會影響到血液循環與呼吸狀態。
5. 當手臂發生受傷時可使用三角巾懸臂吊帶法來固定傷肢，但必須要露出手指以便觀察血液循環的現象，手掌也要略高於手肘。
6. 兩人徒手搬運法適用狀況於傷患無下肢骨折且意識較為清楚的狀態下。
7. 「社區」是指一群人生活在一個固定區域範圍內，有所關聯、相互依賴，發揮生產、消費、管理等不同角色的社會功能，具有生命共同體的關係。
8. **選擇題：每題2.5分共34題85分**
9. 下列何者是下水游泳時的正確行為？　(A)文靜習慣不吃飯，餓著肚子下水游泳　(B)小倩做了熱身操，並穿著泳衣才下水游泳　(C)戲水時，小敏喜歡將同伴的頭壓在水面下　(D)游泳容易肚子餓，所以恩恩喜歡吃得很飽後再下水游泳。
10. 正確的胸部按壓位置為何？　(A)胸骨下緣位置　(B)兩乳頭連線的中點位置　(C)兩側肋骨連線的中點位置　(D)兩乳房下緣連線的中點位置。
11. 當你在馬路上看見事故發生，下列做法何者正確？　(A)趕快撥打119尋求協助　(B)盡速離開，以免惹禍上身　(C)無論如何，都應先將傷患搬離現場　(D)救人是見義勇為的事，不需要找證人。
12. 下列有關懸臂吊帶法的敘述，何者正確？　(A)手指要藏在三角巾內　(B)三角巾的兩端在頸椎處打結　(C)手掌部位要比手肘部位略高　(D)三角巾的頂端放在手掌，斜邊放在手肘那一邊。
13. 下列關於自動體外心臟電擊去顫器使用的敘述，何者錯誤？　(A)使用在心跳暫時停止的傷患身上　(B)當自動體外心臟電擊去顫器正在評估傷患時，急救人員不可碰觸傷患　(C)取得自動體外心臟電擊去顫器後，仍要將心肺復甦術的步驟完成才可進行　(D)使用自動體外心臟電擊去顫器電擊貼片時需要脫掉傷患上衣，將電擊貼片貼在傷患皮膚上。
14. 小明上體育課時，不小心跌斷了大腿骨，可否以單人攙扶法將他送到健康中心？　(A)可以，速度比較快　(B)可以，順便幫小明做復健　(C)不可以，應該使用單人背負法　(D)不可以，會加重小明腿部的傷勢。
15. 下列何種止血法最具危險性？　(A)止血點止血法　(B)止血帶止血法　(C)直接加壓止血法

(D)抬高傷肢止血法。

1. 下列何者不是急救目的？　(A)挽救傷患的生命　(B)防止傷勢或病情惡化　(C)使傷患能及早

接受治療　(D)幫助醫護人員進行醫療行為。

1. 施行胸部心臟按壓時，兩手的手指互扣或翹起的原因為何？　(A)比較好施力　(B)姿勢比較優雅　(C)避免壓迫肋骨而造成骨折　(D)施救者手部比較不會受到傷害。
2. 心肺復甦術的施救黃金時間為何？　(A)四～六分鐘　(B)七～八分鐘　(C)十～十五分鐘　(D)十五～二十分鐘。
3. 心肺復甦術的正確順序為何？　(甲)胸部按壓　(乙)叫！叫！　(丙)維持呼吸　(丁)打開呼吸道　(A)甲乙丁丙　(B)乙甲丁丙　(C)乙丁丙甲　(D)丙丁乙甲。
4. 若社區內的公共場所未符合消防規定，你可以採取哪些措施？　(甲)保持逃生通道順暢　(乙)由社區對民眾進行公告　(丙)主動要求消防機關督促改善　(丁)透過社區委員會處罰負責人　(A)甲乙丙　(B)甲乙丁　(C)甲丙丁　(D)乙丙丁。
5. 進行胸部按壓與人工呼吸的頻率應為何？　(A)以每分鐘九十次的頻率，先行連續十次按壓後，接著一次人工呼吸　(B)以每分鐘一百次的頻率，先行連續十次按壓後，接著兩次人工呼吸　(C)以每分鐘一百二十次的頻率，先行連續二十次按壓後，接著兩次人工呼吸　(D)以每分鐘一百次～一百二十次的頻率，先行連續三十次按壓後，接著兩次人工呼吸。
6. 下列有關公共場所消防設備的敘述，何者錯誤？　(A)不管是否符合規定，都不會受到處分　(B)複查如果不合規定時，管理者需接受罰鍰　(C)依規定需要有完整的消防安全設備與逃生路線、窗口的規畫　(D)若消防設備不符合消防安全規定時，管理者需檢修消防安全設備，並接受複查。
7. 下列何種做法可使社區發揮互助功能？　(甲)成立社區志願工作隊，關懷弱勢　(乙)成立鄰里巡守隊，以取代警察功能　(丙)成立社區安全愛心站，共同維護社區安全　(丁)成立社區清潔服務隊，定期維護社區環境衛生　(A)甲乙丙　(B)甲乙丁　(C)甲丙丁　(D)乙丙丁。
8. 下列有關小傷急救技巧的敘述，何者正確？　(A) 以酒精沖洗傷口　(B) 來回塗抹傷口，才能確實清潔　(C) 以優碘消毒後，直接使用敷料覆蓋傷口　(D應選擇適當的敷料，例如：紗布、人工皮、泡棉敷料。
9. 社區中的樓梯堆滿雜物，影響社區居民安全時，下列哪一項做法不適當？(A)我們沒有能力管理社區的事務　(B)在社區公報中，促使大家一起改善(C)以社區委員會的名義提醒該場所負責人(D)主動告知當地消防機關此場所不合規定之處。
10. 一定規模以上的公共建築物，需由防火管理人制定並負責防護計畫，是依據哪一項法源規定？　(A)民法　(B)消防法　(C)消費者保護法　(D)公寓大廈管理條例。
11. 某社區消防設備不足且沒有定期檢查，下列何者不是居民積極且自發性的改善行動？　(A)打電話責罵政府相關單位　(B)社區居民共同討論消防設備的設置規畫　(C)住戶輪流檢查消防設備，並排出工作執掌表　(D)全體住戶同意，向住戶收取社區管理經費，購買消防設備。
12. 下列何種情形適合立即施行心肺復甦術？　(A)正杰：手臂切傷，大量流血　(B)耀輝：騎車摔倒，躺在地上　(C)英偉：大腿骨折，臉色蒼白毫無血色　(D)志明：被高壓電擊中，心跳呼吸皆停止。
13. 健康社區的概念是來自下列哪個組織，所推動的「健康城市計畫」？　(A)世界展望會　(B)國際人權組織　(C)世界衛生組織　(D)聯合國教育、科學及文化組織。
14. 下列對於心肺復甦術的敘述，何者錯誤？　(A)可使用於心跳及呼吸停止的人身上　(B)包含胸部心臟按壓及口對口人工呼吸　(C)當發現傷患昏迷時，要立刻實施口對口人工呼吸　(D)利用壓額提下巴法，目的是為了打開患者的呼吸道。
15. 下列有關安全社區的敘述，何者正確？　(A)辦理講習課程，加強社區居民危機意識　(B)為了保有居住隱私，不應該與鄰居太過親近　(C)社區安全應該由警政單位全權負責，居民不需擔心　(D)為了社區居民的安全，強制規定家家戶戶都要加裝監視系統。
16. 下列有關社區的敘述，何者正確？　(A)過去社區組織守望相助的功能全部不見了　(B)社區中的環境衛生與治安問題是政府應該要處理的事，居民可以不理會　(C)只要一群人同住在一棟公寓或一個區域，就可以算是一個功能健全的社區　(D)一個健全的社區是當面對共同的生活問題時，社區內的人力與物力資源便能集結起來，以尋求更好的社區生活內涵。
17. 一個完整的社區，需要符合下列哪些條件？　(甲)要有一群人　(乙)住在同一地理區域　(丙)使用共同生活資源　(丁)各自生活，互不往來　(A)甲乙丙　(B)甲乙丁　(C)甲丙丁　(D)乙丙丁。
18. 根據下列敘述，何者是社區環境改善工作的步驟？　(甲)診斷社區問題發生的原因是屬於哪一種因素　(乙)尋找可行的人力與物力，進行社區改造計畫　(丙)觀察社區中哪些地方屬於治安死角　(丁)針對社區問題提出具體可行的辦法　(A)丙甲乙丁　(B)丙甲丁乙　(C)丁乙丙甲　(D)丁丙甲乙。
19. 下列有關社區的敘述，何者錯誤？　(甲)社區內的事務應完全由政府主導　(乙)交通便利不混亂是社區應具備的良好生活機能之一　(丙)三合院或四合院的房屋型態，讓社區居民間的摩擦更大　(丁)社區是一群人居住於同一地理區域內，共同使用生活資源，並具有互動關係　(A)甲乙　(B)甲丙　(C)乙丙　(D)丙丁。
20. 下列哪一項法令規定，慢車不得擅自變更裝置，並應保持煞車、鈴號、燈光及反光裝置等安全設備的良好與完整？　(A)市區道路條例　(B)道路交通安全規則　(C)道路交通安全守則　(D)道路交通管理處罰條例。
21. 下列哪一項行動有助於改善社區治安？　(A)民眾成立社區治安巡守隊　(B)為了社區安寧，應將警鈴拆除　(C)對每個進入社區的陌生人都充滿敵意　(D)為了社區居民的隱私，應將監視系統拆除。
22. 下列關於兩個人使用徒手搬運法的敘述，何者正確？　(A)傷患意識不清楚也沒有關係　(B)效果沒有單人搬運法來得好　(C)兩人徒手搬運法，可以搬運腳部骨折的病患　(D)若傷患意識較不清楚，可使用兩人座抬搬運法，讓傷患背部有支撐。
23. 下列有關提高自行車的騎乘安全方法，何者正確？　(A)騎乘自行車可以不必遵守交通號誌　(B)在社區內騎乘自行車不需要戴安全帽　(C)自行車速度很慢，所以不必與行人道區分　(D)建議社區內的學校，進行自行車證照研習。
24. 包紮時，哪些地方不能作為打平結的固定處？　(甲)受傷部位　(乙)頸關節　(丙)常摩擦處　(丁)受壓部位　(戊)肢體內側　(A)甲丁戊　(B)乙丙丁　(C)丙丁戊　(D)甲乙丙丁戊。
25. 若施救人員足夠、傷患意識不清醒、無法行走、需快速移開傷患時，較適合使用何種搬運法？　(A)單人背負法　(B)三人搬運法　(C)兩人徒手搬運法　(D)兩人扶持行走法。
26. 下列何種做法有助於維護社區安全？　(甲)社區安全是管理員的責任，與我無關　(乙)每位居民都應有公共安全的認知與態度　(丙)每人都有責任維護社區硬體設施的完善　(丁)要有足夠的安全知識，才能避免危險的發生　(A)甲乙丙　(B)甲乙丁　(C)甲丙丁　(D)乙丙丁。

花蓮縣宜昌國中105學年度第二學期八年級第三次健康與體育科考試卷

**體育科試題：命題老師 陳燕真老師** \_\_\_年 \_\_\_班 座號：\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_\_\_

**一、選擇題：每題2.5分共40題100分**

1. 正式羽球比賽第一局的第一次發球權是如何決定的？

(A)擲銅板決定 (B)上一場比賽得分較高者先發

(C)先向裁判報到者先發球 (D)雙方球員私底下決定。

1. 承上題，第二局的第一次發球權是如何決定的？

(A)第一局落敗者 (B)第一局得勝者 (C)第一局發球者 (D)第一局未發球者。

1. 正式羽球比賽中，每次得分時，即為得

(A)2分 (B)1分 (C)4分 (D)3分。

1. 正式羽球比賽是屬於哪一種賽制？

(A)五局三勝制 (B)三局兩勝制 (C)連勝二局制 (D)單局決勝制。

1. 正式羽球比賽中，如果羽球的球頭落在底線上，請問裁判如何判定？

(A)界內球 (B)界外球 (C)重新發球 (D)球員自行判定。

1. 正式排球比賽，勝負判定為？

(A)五戰三勝 (B)七戰四勝 (C)三戰二勝 (D)九戰五勝。

1. 排球運動與其他球類運動最大的不同點在於它具有何種特性？

(A)輪空 (B)輪值 (C)輪調 (D)輪轉。

1. 排球的個人對空托球練習時，練習重點是，直上對空托球，雙手的位置

(A)在胸前 (B)額頭上方 (C)後腦勺上方 (D)下巴位置。

1. 排球場發球區的寬度為？

(A)3 (B)4 （C）9 （D）6 公尺。

1. 排球攻擊區是在雙方網前為？

(A)2 （B）3 (C)4 (D)5 公尺。

1. 排球比賽中，球員接發球時，移位不及，以腳背將球踢起，裁判如何吹判？

(A)失分 (B)擊球犯規 (C)合法擊球 (D)出局。

1. 排球比賽中第五局若比數為14比14時，要分勝負，該局比數必須相差

(A)1 (B)2 (C)3 (D)4 分。

1. 排球比賽每一隊有幾次機會，將球擊回到對方的場區？

(A)1 (B)2 (C)3 (D)4 次。

1. 排球正式比賽發球時，發球員必須在幾秒內將球擊出？

(A)4 (B)5 (C)6 (D)8 秒。

1. 排球低手傳球的接球位置？

(A)姆指 (B)手掌 (C)腕關節至肘部5-10公分處 (D)手刀。

1. 夏日戲水，該注意的安全事項是：

(A)如有人溺水，立刻跳下水相救 (B)在開放及有救生人員看守的水域戲水游泳

(C)有伴同行就可以到未開放的溪流游泳 (Ｄ)飯後立刻去游才有力氣。

1. 救溺五步是？

(A)「叫叫ABC」 (B)「叫跳伸拋划」 (C)「叫游伸拋划 (D)「叫叫伸拋划」。

1. 遇到有人溺水時，應大聲呼叫，並請人撥打幾號向消防隊請求協助？

(A)119 (B)105 (C)102 (D)113。

1. 教育部為提高學生自救與游泳知識及技能，列入三種基本動作為游泳教學優先課程，下列何者有誤？

(A)水母漂 (B)蛙式 (C)十字漂 (D)仰漂。

1. 水中自救及求生的基本原則，下列哪一項是錯誤的：

(A)保持體力，以最少體力，而在水中維持最長時間，等待救援 (B)**若在水中遇到抽筋可在**

**水中以水母漂的方式進行抽筋自解** (C)**可大聲呼救，並努力划向岸邊，努力求生** (D)可將

身上衣物褪去，做成漂浮工具，以等待救援。

1. 游泳前的熱身活動不包含哪一個功能？

(A)避免運動傷害 (B)預防抽筋 (C)伸展肌肉與關節 (D)更快得到運動傷害。

1. 關於捷泳的換氣動作，下列哪項敘述正確？

(A)以軀幹及頭部轉向側邊 (B)頭部抬起換氣 (C)臉部朝下入水後須閉氣

(D)換氣時划手但不打水。

1. 游泳四式中速度最快者為

(A)仰式 (B)蛙式 (C)捷式 (D)蝶式。

1. 下列哪種物品不適合用來救援溺水者？

(A)救生圈 (B)竹竿 (C)繩索 (D)紙箱。

1. 目前正式游泳比賽的項目有幾種？

(A)二種 (B)三種 (C)四種 (D)五種。

1. 有關游泳池的安全，下列何者為非？

(A)下水游泳時，要穿泳衣，戴泳帽 （B）游泳池旁要有救生員才可下水 （C）

非開放時間最適合游泳 （D）游泳池內標示禁止跳水。

1. 去海水浴場玩水時，應穿著何種服裝入水游泳？

(A)西裝、禮服 (B)牛仔褲、襯衫 (C)泳衣、泳褲 (D)工地工作服。

1. 患有下列哪些傳染疾病時最好不要游泳？(甲)香港腳(乙)高血壓(丙)急性結膜炎(丁)心臟病(戊)中耳炎。

(A)甲乙丙丁 (B)甲丙戊 (C)乙丙戊 (D)甲乙丙丁戊。

1. 下列何者為非？

(A)飯後游泳最好要間隔一小時以上 (B)若發現有人溺水時，應立即下水救人 (C)游泳時最

好兩人以上共同參與 (D)打雷或地震時，應立即離水上岸。

1. 游泳時小腿抽筋應成何種姿勢以按摩患部？

(A)仰漂 (B)水母漂 (C)踩水 (D)潛水。

1. 籃球正式比賽中，一支球隊場上球員有幾人？

(A)12 (B)10 (C)8 (D)5 人。

1. 籃球比賽中，進攻隊在多少時間內要將球帶進前場？

(A)24 (B)14 (C)8 (D)5 秒。

1. 籃球正式比賽，一共四節，請問每節時間多長？

(A)5 (B)8 (C)10 (D)12 分鐘。

1. 運球的基本動作中，應該要以哪個部位觸球？

(A)手心 (B)手背 (C)指尖 (D)指腹。

1. 以下哪種爭搶籃板球的方式是合法的？

(A)偷拉對方衣服 (B)用移位、轉身甩開對方 (C)從背後推對方 (D)從旁邊將對手撞開。

1. 籃球比賽中，假設對裁判判決有疑義，下列何種做法是被允許的?

(A)大聲對裁判咆哮 (B)由場上隊長有禮貌的向裁判詢問 (C)教練直接到場上質問裁判

(D)加油團直接詢問裁判。

1. 進攻隊球員，在球進入前場後，請問他不能在禁區待超過幾秒?

(A)3 (B)5 (C)8 (D)10 秒。

1. 籃球比賽開始的球權如何決定？

(A)雙方隊長猜拳 (B)擲硬幣 (C)跳球 (D)球員席在左邊的先進攻。

1. 請問比賽中若要請求暫停，該由誰來請求？

(A)場上球員 (B)場邊觀眾、加油團 (C)球隊教練 (D)看裁判心情。

1. 以下何者為籃球運動的基本技術？

(A)360度灌籃 (B)街頭式運球 (C)花式傳球 (D)投籃。

答案

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **試題** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| 答案 | A | A | A | A | A | A | B | B | A | C |
| **試題** | **11** | **12** | **13** | **14** | **15** | **16** | **17** | **18** | **19** | **20** |
| 答案 | C | D | B | D | C | A | B | A | D | A |
| **試題** | **21** | **22** | **23** | **24** | **25** | **26** | **27** | **28** | **29** | **30** |
| 答案 | C | D | A | B | A | D | C | C | A | D |
| **試題** | **31** | **32** | **33** | **34** | **35** | **36** | **37** | **38** | **39** | **40** |
| 答案 | A | B | B | B | A | D | D | D | B | D |
| **試題** | **41** | **42** | **43** | **44** | **45** | **46** | **47** | **48** | **49** | **50** |
| 答案 | A | B | B | B | A | A | D | B | C | B |
| **試題** | **51** | **52** | **53** | **54** | **55** | **56** | **57** | **58** | **59** | **60** |
| 答案 | C | B | C | D | C | B | D | A | B | C |
| **試題** | **61** | **62** | **63** | **64** | **65** | **66** | **67** | **68** | **69** | **70** |
| 答案 | D | A | C | D | C | C | C | B | B | B |
| **試題** | **71** | **72** | **73** | **74** | **75** | **76** | **77** | **78** | **79** | **80** |
| 答案 | D | C | C | D | B | B | A | C | C | D |