**基隆市立建德國民中學107學年度第二學期八年級體健科補考題庫**

1. (D)下列何者為練習捷泳的正確順序？(甲)轉頭換氣(乙)聯合動作(丙)打水(丁)划臂 (A)丙甲丁乙(B)丁甲丙乙(C)甲丙丁乙(D)丙丁甲乙。
2. (B)初學捷泳單邊轉頭換氣動作時，應划臂幾次換氣一次？(A)划臂一次換氣一次(B)划臂兩次換氣一次(C)划臂三次換氣一次(D)划臂五次換氣一次。
3. (C)溺水救生過程中，最好的救人方法是使用下列何者？(A)徒手救生(B)入水救生(C)器材救生(D)人鏈救生。
4. (C)不論是老將或新手，只要是參加開放水域的長泳活動，為了安全都應攜帶何種用具才能下水挑戰？(A)面鏡(B)氧氣筒(C)魚雷浮標(D)救生圈。
5. (B)排球比賽中，若輪轉到後排的球員想要攻擊，在起跳擊球時，不能踩到或超越何處，否則就會造成犯規？(A)其他隊友(B)攻擊線(C)端線(D)邊線。
6. (C)依排球比賽規則，排球網高度，男子為多少公尺？(A)2.22(B)2.24(C)2.43(D)2.53．
7. (D)欣賞排球選手扣球動作時，他們主要會藉由身體哪一個部位的力量將球往下壓？(A)腰部(B)手肘(C)手指(D)手腕。
8. (C)以右手為例，排球原地扣球練習中，球拋出後應是等待球落下至何處時，為最佳的擊球點？(A)額頭高度(B)頭頂高度(C)右手高舉的最高點(D)下巴高度。
9. (D)我國目前跳遠的全國紀錄是多少公尺？(A)8.16(B)8.11(C)8.08(D)8.34。
10. (A)目前跳遠的世界紀錄是多少公尺？(A)8.95(B)8.92(C)8.90(D)8.80。
11. (A)背向式跳高若從右邊助跑起跳，起跳腳應為哪一腳？(A)左腳(B)右腳(C)雙腳同時(D)都可以。
12. (C)目前跳高的世界紀錄是多少公尺？(A)2.30(B)2.40(C)2.45(D)2.50。
13. (C)羽球反拍發短球練習時，主要是練習將羽球發至羽球場地有效發球區哪一個位置的角落？(A)後場(B)中場(C)前場(D)端線。
14. (B)羽球單打比賽中，當發球員須站於左發球區發球時，表示發球員該局得分為何？(A)偶數(B)奇數(C)零(D)無法判斷。
15. (D)羽球比賽是採用下列何種賽制？(A)六局四勝制(B)五局三勝制(C)四局三勝制(D)三局兩勝制。
16. (B)通常由許多較微小的傷害累積而成，很難明確說出到底是何時、何地受傷，是屬於下列何種運動傷害？(A)急性(B)慢性(C)隱蔽性(D)熱傷害。
17. (C)棒球投手下場後，會將投球手的肩關節包得腫腫的，是因為他們正在進行下列何者？(A)熱療(B)短波治療(C)冰敷(D)超音波治療。
18. (D)想要增進心肺耐力，可以多從事下列哪一項運動？(A)重量訓練(B)跳遠(C)100公尺衝刺(D)游長泳。
19. (A)下列何者不是有氧運動的特色？(A)強度強、速度快的反覆性運動(B)大肌肉群的全身性運動(C)持續性的運動(D)具有節奏性的運動。
20. (A)有氧運動對於心肺耐力的訓練效果最好，最理想的強度是每分鐘的心跳數介多少次？(A)125～165(B)180～200　(C)200～220　(D)100～130。
21. (B)連接骨骼與骨骼的韌帶，受到不當扭力而形成的傷害是下列何者？(A)拉傷(B)扭傷(C)挫傷(D)撕裂傷。
22. (B)籃球比賽中，當隊友因為接獲你的傳球而得分時，此次的傳球稱為下列何者？(A)阻攻(B)助攻(C)切入(D)上籃。
23. (D)下列何者是進行籃球比賽所必備的基本能力？(甲)快速的衝刺(乙)敏捷性(丙)跳躍能力(A)甲乙(B)甲丙(C)乙丙(D)甲乙丙。
24. (A)籃球比賽中，要成就一次優異的助攻表現，下列哪一項技術必須下苦功訓練？(A)傳球(B)運球(C)防守(D)罰球。
25. (C)「小明星期三上體育課時，不慎拉傷大腿肌肉。」上列此段文字敘述，表示小明受傷是屬於下列何種運動傷害？(A)熱傷害(B)慢性(C)急性(D)開放性。
26. (C)一般來說，懷孕期從最後一次月經來潮算起，到分娩需要大約幾週？(A)28週(B)32週(C)40週(D)45週。
27. (D)下列何者不是懷孕可能產生的症狀？(A)腳部浮腫(B)噁心、反胃(C)頻尿與便祕(D)體溫變低、怕冷。
28. (A)下列有關孕期與胎兒的生長情形的敘述，何者正確？(A)第一孕期的胎兒已完全成形(B)第一孕期的胎兒有聽力，可聽見外面的聲音(C)第三孕期準備分娩的胎兒大多是頭部朝上的姿勢(D)在第二孕期才能從超音波檢查中觀察到胎兒的心跳。
29. (C)由於藥物可能會影響胎兒，因此懷孕期間用藥分成五級，分別為A、B、C、D、X級，哪幾級是孕婦可以安全使用的藥物？(A)X級(B)C、D級(C)A、B級(D)藥物全部不能使用。
30. (C)有些孕婦因胎兒罹患遺傳性疾病的風險較高，為了解胎兒是否有染色體異常，會於懷孕中期進行何種檢查？(A)超音波檢查(B)3D超音波檢查(C)羊膜腔穿刺檢查(D)孕期血液、尿液檢查。
31. (A)為保障新生兒健康，下列何項法律規定新生兒出生滿四十八小時後須進行新生兒篩檢？(A)優生保健法(B)人工生殖法(C)癌症防治法(D)兒童及少年福利與權益保障法。
32. (A)下列何者是人一生中第一個快速成長的時期？(A)嬰兒期(B)幼兒期(C)兒童期(D)青少年期。
33. (B)大約幾歲開始長出恆齒，乳齒也逐漸脫落？(A)四歲左右(B)六歲左右(C)九歲左右(D)十二歲左右。
34. (D)下列有關青少年期的敘述，何者正確？(A)是發展智力及人格的關鍵時期(B)是人生中第一個快速成長的時期(C)青少年獨立自主，不容易受到同儕的影響(D)建立自我認同是這個階段重要的人生任務，會開始思考自己是什麼樣的人。
35. (B)下列何者不是青少年期的生理特徵？(A)身高迅速成長，體重增加(B)神經系統的發育在此階段才逐漸成熟(C)生殖器官成熟，男女性開始有生殖能力(D)骨骼肌肉系統發展良好，可以從事技能更複雜的運動。
36. (D)下列有關成年期的敘述，何者正確？(A)反應時間變慢，影響機能運作(B)易受同儕影響，情緒起伏不定(C)建立自我認同，同時發展責任感、自我約束與反省能力(D)不論男女，都會面臨更年期所帶來的生理變化及心理壓力。
37. (B)下列何者屬於遺傳性疾病？(A)愛滋病(B)蠶豆症(C)肺結核(D)德國麻疹。
38. (C)下列何者不是造成慢性病病患人數增加的因素？(A)經常吃速食(B)吸菸人口增多(C)喜歡參加戶外活動(D)久坐不動的生活習慣。
39. (B)下列有關預防慢性病的敘述，何者正確？(A)從老年期開始做好保健工作(B)從年輕時就應做好預防保健工作(C)一旦罹病，馬上實施預防保健工作(D)生死有命、富貴在天，預防保健是多餘的工作。
40. (D)因高血壓有年輕化的趨勢，為預防日後帶來的各種相關併發症，應早日養成何種習慣？(A)吸菸酗酒(B)少動多吃(C)高脂高鹽(D)定期檢查。
41. (D)政府推行「六分鐘護一生」，採用抹片檢查，是為了預防何種癌症？(A)胃癌(B)肺癌(C)大腸癌(D)子宮頸癌。
42. (D)高血壓會引起下列哪些併發症？(甲)肺炎(乙)癌症(丙)冠心病(丁)腦中風(A)甲乙(B)甲丙(C)乙丙(D)丙丁。
43. (D)長期喜歡吃高脂肪、高熱量的食物及缺乏運動的生活型態，容易出現下列哪些慢性病？(甲)SARS (乙)冠心病 (丙)高血壓 (丁)禽流感(A)甲乙(B)甲丙(C)甲丁(D)乙丙。
44. (C)下列有關防癌與護心行動規律運動的敘述，何者正確？(A)每日運動至少二十分鐘(B)每週只要運動一次即可(C)規律運動可促進血液循環與新陳代謝(D)可降低心肌與血管彈性，減少血液阻塞。
45. (B)「過濾身體血液中的廢物與多餘的水分，形成尿液」是哪一個器官的功能？(A)胃(B)腎臟(C)肝臟(D)心臟。
46. (D)下列何者容易導致腎臟病？(A)多喝開水(B)血壓過低(C)環境過於潮溼(D)隨意服用藥物或偏方。
47. (A)下列何者不是腎臟病變的前兆？(A)血糖變低(B)尿液顏色異常(C)腰或背部、下腹部常會疼痛(D)眼瞼、臉部浮腫或手腳水腫。
48. (B)糖尿病發生的原因，主要是由於何種因素所引起？(A)膽汁分泌過多(B)胰島素分泌異常(C)攝取過多含糖食物(D)攝取過少醣類食物。
49. (C)下列何種疾病的患者，可能因足部受傷而導致截肢？(A)高血壓(B)腦中風(C)糖尿病(D)腎臟病。
50. (B)下列關於第一型糖尿病的敘述，何者正確？(A)多發生在中老年人(B)身體無法自行分泌胰島素(C)九成的糖尿病屬於此種類型(D)肥胖者為此類型的高危險群。