

健教科

- 1.( ) 現今學生的視力不良率隨著年級逐年增加，是因為許多人在用眼時沒有注意護眼要點，下列何者為非？  
(A)用眼次數 (B)用眼時間 (C)用眼當時的光線 (D)用眼跟物品的距離。
- 2.( ) 下列敘述何者錯誤？  
(A)皮膚可分為三層，由內而外為皮下組織、真皮和表皮  
(B)表皮可防止水分的流失以及防止病菌等入侵，具有保護作用 (C)真皮含有血管、神經、毛囊、皮脂腺和汗腺等  
(D)皮下脂肪主要由肌肉所構成。
- 3.( ) 關於青春痘的敘述，何者正確？  
(A)正式名稱叫痔瘡 (B)為毛囊阻塞，引起發炎、紅腫的現象 (C)是因為青春期的荷爾蒙刺激引起的過敏反應 (D)只有青春期才會發生。
- 4.( ) 醫生說哈姆太郎長了汗斑，下列汗斑的敘述何者錯誤？ (A)是由皮屑芽孢菌所引起的 (B)可根治，不易復發 (C)青春期皮脂腺分泌旺盛，易產生 (D)臺灣氣候悶熱，易流汗，容易發生。
- 5.( ) 關於近視的敘述，下列何者錯誤？  
(A)眼軸過長會造成近視 (B)遺傳與後天因素都有可能造成近視 (C)近視所看影像會聚焦在視網膜之後 (D)角膜屈光度過大也會造成近視。
- 6.( ) 關於皮膚構造與功能配對，下列哪項錯誤？  
(A)神經接受器可以感受到觸、壓、冷、熱、痛等感覺，讓我們避免外來的傷害 (B)皮脂腺負責保暖功能 (C)表皮可防止體內水分的流失，及防止病菌、有害物質等的侵入，具有保護作用 (D)汗腺負責排汗、可散熱調節體溫。
- 7.( ) 下列關於視網膜剝離的敘述，何者正確？  
(A)視網膜剝離是指虹膜與視網膜分開 (B)罹患高度近視，日後易造成視網膜剝離 (C)當視網膜剝離時，會出現視野從兩側開始縮小的症狀 (D)視網膜剝離會造成淚液分泌量不足，導致角膜敏感度增加，會出現乾澀、刺痛感、異物感等症狀。
- 8.( ) 關於「齲齒」的發生，下列何者正確？  
(A)又稱蛀牙，不屬於牙齒疾病 (B)吃東西時，食物殘渣積留在牙齒表面及縫隙內，成為細菌的營養來源，細菌不斷的

繁殖增長，形成黏稠物質，稱為「牙菌斑」 (C)牙菌斑會與甜食混合會產生鹼性物質 (D)會發生齲齒是因牙齒的鐵質被溶解而造成。

- 9.( ) 關於散光的敘述，下列何者錯誤？  
(A)俗稱亂視 (B)是由於虹膜表面不規則或曲度不平整 (C)光線進入眼球後無法聚焦，導致視網膜上的影像模糊不清 (D)看遠、看近都不清楚。
- 10.( ) 下列關於眼球構造說明的配對，何者錯誤？  
(A)脈絡膜位在最外面，主要是維持眼球形狀的功用 (B)視網膜在眼球最內層，主要負責感光與成像 (C)視神經主要將視網膜產生的訊號傳遞至大腦視覺區 (D)玻璃體是水晶體和視網膜之間的區域，可以維持眼球的形狀。

體育科

1. ( ) (甲)身高太高(乙)運動員(丙)體重過重(丁)體能較差。以上哪些情況，在初期運動時應以 60%最大預估心跳率為基準？  
(A)甲乙丙丁 (B)甲丙丁 (C)甲乙 (D)丙丁。
2. ( ) 檢測哪種項目可以知道一個人的身體組成？  
(A)身體質量指數 (B)仰臥捲腹次數 (C)每分鐘心跳與呼吸數 (D) 1600 公尺的耐力跑。
3. ( ) 下列運動安全的敘述，何者為非？  
(A)不要勉強或過度運動 (B)運動的心理狀態和運動傷害的發生沒有關係 (C)運動前應認真檢查場地及器材 (D)正確的運動技巧能減少運動傷害發生。
4. ( ) 請問長億高中國一學生有什麼體育競賽的項目  
(A)跳繩、100、200、400 接力(B) 跳繩、100、200、400、大隊接力(C) 100、200、400 接力、鉛球 (D) 100、200、400 接力、跳遠。
5. ( ) 下列哪一個不是「健康體適能」活動的關鍵項目？  
(A)心肺適能 (B)敏捷性 (C)身體組成 (D)肌耐力。
6. ( ) 健康體適能當中，評估心肺耐力使用的方式為下列何者？  
(A) 800 或 1600 公尺全速跑 (B) 800 或 1600

公尺慢走 (C) 800 或 1600 公尺跑走 (D) 800 或 1600 競走。

7. ( ) 下列運動安全的敘述，何者為非？

(A)運動前要做緩和運動，運動後要做暖身運動 (B)遵守運動規則，不做違反運動道德行為，可降低運動傷害 (C)挑選合身與適當的運動服裝、球鞋，甚至配戴保護性裝備 (D)彈性繃帶與肌力貼布，也能提供運動防護作用。

8. ( ) 健康體適能當中，評估肌耐力最常使用的方式為下列何者？

(A) 1 分鐘扶地挺身次數 (B) 1 分鐘上下登階次數 (C) 1 分鐘連續垂直跳躍次數 (D) 1 分鐘仰臥捲腹次數。

9. ( ) 以下哪項運動，發生運動傷害的機會最低。

(A)籃球 (B)足球 (C)排球 (D)橄欖球。

10. ( ) 下列哪一種人較不易罹患心血管疾病？

(A)經常做有氧運動者 (B)高膽固醇者 (C)吸菸者 (D)高血壓者。