**彰化縣芳苑鄉路上國小107學年度上學期健康與體育期末學業評量**

**四　 年　　忠　 班　座號　　 　 　　 姓名**

**一、 是非題 (每題4分，共60分)**

(○)1. 籃球比賽時如果以右手運球，左手則要做保護動作，以免球被對手抄走。

(○)2. 進行傳接球遊戲時，眼睛要注意看目標，配合手臂的力量，才能準確投擲。

(○)3. 進行「方陣躲避球遊戲」時，攻方不可以攻擊守方的頭部和臉部。

(○)4. 桌球因為擊球時球落在桌面所發出的聲音，又被稱作「乒乓球」。

(╳)5.使用微波爐加熱食物時，以一般塑膠容器盛裝的加熱效果最佳。

(○)6. 使用微波爐時，不能以金屬容器盛裝食物加熱，因為金屬會隔絕、反射微波，可能會造成火花。

(○)7. 家中瓦斯爐或電器的不當使用可能引發火災。

(╳)8. 夏天時，在同一個插座上插很多個電器插頭，是省電又環保的行為。

(○)9. 火災發生時，如果評估所在位置離出口近，可以快速逃離火場，要用毛巾或布遮住口鼻，避免嗆傷。

(○)10. 乳齒掉了還會長出恆齒，但是恆齒掉了就不會再長出牙齒。

(╳)11. 乳齒掉了會再長恆齒，

所以使用乳齒時不用注意口腔保健。

(○)12. 一般人恆齒大約32顆，尺寸較乳齒大。

(╳)13. 牙結石初期是黑色、較硬，時間一久，結石會變白、變軟。

(○)14. 為了身體的健康，我們應該向檳榔說「不」。

(╳)15. 為了避免浪費，牙線可以重複使用。

**二、 選擇題 (每題4分，共40分)**

()1. 下列關於桌球正手擊球的動作要領敘述何者錯誤？　雙腳自然開立，膝關節微彎　手臂彎曲，左腳微前，微微側身　來球彈起在最高點時擊球　擊球時拍面直立。

()2. 關於「微波爐使用注意事項」下列哪一項敘述正確？　可以直接將整顆雞蛋放入加熱　以金屬容器盛裝食物加熱導熱較快　以一般塑膠容器盛裝食物加熱即可　以微波爐專用容器盛裝食物加熱較佳。

()3. 下列哪一項食物可以直接放入微波爐裡加熱？　雞蛋　栗子　螃蟹　以上皆非。

()4. 火災發生時，為何要採低姿勢爬行前進？　怕被重物打到　前進速度較快　吸取地面殘存的新鮮空氣　比較容易被救援人員發現。

()5. 下列敘述何者不正確？　用完瓦斯後立即關閉開關　家庭應備有逃生計畫　瓦斯漏氣時，要先開電風扇將瓦斯吹散　同一個插座上不可以插太多電器插頭。

()6. 進行跨越跳箱的練習時，下列哪一項敘述不正確？　助跑距離要超過三百公尺　跨越跳箱時，膝關節抬高用慣用腳踩踏板起跳如果發現自己無法跨越時，可降低跳箱的高度。

()7. 下列何者不是跳繩運動後的正常生理現象？　心跳加速　嘔吐、胸悶　流汗、口渴　呼吸急促。

()8. 下列哪一項不是嚼檳榔可能造成的影響？　牙齒變黑　口腔肌肉變硬　罹患口腔癌　皮膚美白。

()9. 「進入國中後，因為生理的變化，女生對於鐵質的需求量會比男生多」，請問上述是因為何種因素而有營養素需求量的差異？　年齡　性別　活動量　體重。

()10. 下列何種食物適合在運動後1小時內攝取？　披薩　炸雞　鮮奶　蛋糕。