

澎湖縣望安鄉將軍國民小學 104 學年度第 1 學期期末定期評量

二年級健康科試題

座號：_____ 姓名：_____

此為道別語。請在下列空格處填入適當的詞語。

1. 本學科試題分三大部分題。是非題 30 分、選擇題 30 分、配合題 40 分，共 100 分。

2. 本學科試題回答時間為 40 分鐘，考試途中如有任何問題，請舉手發問。

一、是非題：請依下列各題目的作答。對的打○，錯的打×。(每題 3 分，共 30 分)

1. () 我面對別人無禮的嘲笑時，應該勇敢說出自己感受，或請老師協助處理。
2. () 我受傷時不要慌張，可以先利用急救箱來處理小傷口。
3. () 全穀類根莖類食物我一週吃一次就好，不必天天吃。
4. () 人體需要大量的水分，所以平時就要多喝水，讓身體更健康。
5. () 不必定期檢查牙齒，牙齒痛了再去看看牙醫就好。
6. () 跑完大量流汗後，避免產生臭味最好的方法就是在身上噴灑香水。
7. () 每個人都各有優點，欣賞別人之外，也要學習肯定自己。
8. () 下課時間很短，要把握時間玩耍，就算憋尿也沒關係。
9. () 運動時只要注意場地安全就好，我不必在意運動服裝，穿涼鞋和裙子也可以運動。
10. () 隨著年齡增加，現在的我比以前更有能力，可以完成各式各樣的事。

二、選擇題：請你從下列每題中四個選項選出正確的一個。(每題 3 分，共 30 分)

1. () 怎麼做才能擁有健康的牙齒？①多吃甜食②少刷牙③偏食④飯後、睡前刷牙。
2. () 下列哪一項是成長的表現？①會哭會笑②會吵架罵人③會照顧自己、幫助他人④會欺負弟妹。
3. () 對家人說下列哪一句話不恰當？①爸媽我愛您②姐姐妳做得真好③弟弟你真笨，連這個都不會④奶奶請坐，我幫您倒水。
4. () 下列哪一項食物組合比較營養又健康？①雜糧麵包、現榨果汁②炸雞、汽水③洋芋片、紅茶④爆米花、可樂。
5. () 下列哪一項不是急救箱裡應該準備的物品？①優碘②棉花棒③消毒紗布④牙刷。
6. () 處理小傷口的第一個步驟是什麼？①告訴父母或師長②洗淨雙手③消毒傷口④送醫。
7. () 下列哪一項是喜歡自己的表現？①一直羨慕著別人②欣賞自己的特點③想要和明星長得一樣④覺得自己又醜又矮。
8. () 下列哪一項敘述不是消除汗臭的適當方法？①換上乾淨的衣物②立刻把汗擦乾③大量補充水分④趕快洗澡。
9. () 下列哪一項不是運動前要注意的事項？①穿著合適的服裝②進行伸展運動③先吃冰解渴④選擇安全的運動場所。

10. () 下列哪一項特點不值得鼓勵？ ①有責任感 ②樂於助人 ③有耐心 ④愛生氣。

三、配合題(共 40 分)

1. 關愛家人可以怎麼做呢？請在()中打√。(每個答案 1 分，共 6 分)

- (1) () 稱讚弟妹的好表現。
- (2) () 弟妹不乖的時候，可以打他們。
- (3) () 主動幫忙做家事。
- (4) () 對家人說話時不必注意禮貌。
- (5) () 早晚向父母請安。
- (6) () 心情不好就對家人發脾氣。

2. 哪些優點是值得肯定和鼓勵的呢？請在()中打√。(每個答案 2 分，共 12 分)

- (1) () 大英雄個性開朗、樂觀。
- (2) () 靜香喜歡欺負同學。
- (3) () 胖虎會主動幫助同學。
- (4) () 小夫會做好自己負責的整潔工作。
- (5) () 小叮噹跑步很快。
- (6) () 小叮噹喜歡說別人的壞話。

3. 怎樣做才能預防運動傷害的發生呢？正確的畫○，錯誤的打×。(每個答案 2 分，共 12 分)

- (1) () 運動前做暖身操。
- (2) () 為了比賽獲勝可以犯規。
- (3) () 穿戴合適的裝備。
- (4) () 選擇適當的運動場所。
- (5) () 故意推擠或碰撞別人。
- (6) () 遵守各項遊戲或比賽規定。

4. 請將下列食物的數字代號填到正確的類別裡。(每個答案 1 分，共 10 分)

(1) 橘子	(2) 牛奶	(3) 飯	(4) 紅蘿蔔
(5) 優酪乳	(6) 魚	(7) 馬鈴薯	(8) 豆腐
(9) 沙拉油	(10) 花椰菜		

- 甲、全穀根莖類： () 。
- 乙、豆魚肉蛋類： () 。
- 丙、低脂乳品類： () 。
- 丁、油脂與堅果種子類： () 。
- 戊、蔬菜類： () 。
- 己、水果類： () 。

【作答完畢後，請再仔細檢查一遍】