

國立清華大學附設實驗國民小學107學年度第一學期三年級期中評量

版本：康軒 領域：健體 出題者：黃瓊儀老師 _____ 里 _____ 號 _____

一、是非題：對的打○，錯的打×，每題3分，共45分

- () 1. 為了愛護眼睛，看書、寫字姿勢要正確，燈光要充足。
- () 2. 良好的眼睛保健是每用眼 60 分鐘，就要休息 10 分鐘。
- () 3. 常用手機玩遊戲，容易讓眼睛疲勞，導致近視。
- () 4. 有異物跑進眼睛時，最好的處理方式就是用手揉眼睛，將異物清理掉。
- () 5. 耳朵除了是聽覺器官之外，還有很重要的一點，就是平衡身體的功能。
- () 6. 游泳後左耳進水時，可以將右耳朝下，單腳原地跳躍，讓水流出來。
- () 7. 長期暴露在噪音的環境中，可能造成聽力受損。
- () 8. 鼻子是呼吸器官的一部分，也是重要的視覺器官。
- () 9. 鼻腔如果太乾燥，可能會造成流鼻血現象。
- () 10. 如果不小心流鼻血，最好的處理方式就是將頭向後仰，以防止血液流出。
- () 11. 小美吃東西時咬破舌頭，擦口內膏覆蓋傷口後，就可以馬上繼續吃東西了。

- () 12. 舌頭上有乳突，可以辨別食物酸、甜、苦、鹹、鮮不同的味道。
- () 13. 太燙的飲料或熱湯應該放涼一點再喝，以免燙傷舌頭。
- () 14. 皮膚是人體最大的器官，它覆蓋我們全身，可以保護身體、調節體溫。
- () 15. 皮膚被燙傷時的正確處理步驟為沖、脫、蓋、泡、送。

二、選擇題：請將正確的號碼寫在 () 內，每題3分，共30分。

- () 1. 有關眼睛的保健，下列哪一項說法是錯誤的？①注意均衡飲食，多吃深綠色蔬菜和水果 ②要定期檢查眼睛 ③可以在晃動的車上看書 ④上下左右轉動眼球可以緩解眼睛的疲勞。
- () 2. 彥彥近視了，下列哪一項行為可能是造成他近視的原因？①下課時間出去看遠山綠樹 ②近距離、長時間看電視不休息 ③看書時坐姿端正 ④每天都會去做戶外活動。
- () 3. 誰才是照顧耳朵的好主人呢？①小逸不用器具挖耳朵，才不會弄破耳膜 ②小齊常常戴著耳機聽音樂 ③佑佑看電視時喜歡把音量開得很大聲 ④樂樂常在噪音很大的工地玩。

- () 4. 小蕙睡覺時螞蟻爬進耳朵又痛又癢，這時應該怎麼處理呢？①用吹風機吹外耳道 ②用耳塞塞住外耳道 ③用燈光照射外耳道 ④用尖銳的物品伸入耳內掏挖。
- () 5. 下列關於鼻子的保健與急救行為哪一項是錯誤的？①昆蟲或異物跑進鼻子時，請耳鼻喉科醫師處理 ②用力挖鼻孔才能保持鼻腔清潔 ③空氣汙染嚴重時應該戴口罩 ④流鼻血時，頭向前傾，用手指捏住鼻翼兩側。
- () 6. 下列哪一項不是舌頭的構造？①鼓膜 ②乳突③舌中線④舌根。
- () 7. 對於舌頭的敘述，哪一項是正確的？①是重要的嗅覺器官 ②乳突只有在舌頭的根部才會出現 ③口內膏塗上去之後，就可以立刻吃東西 ④舌頭燙傷時，可以含冰塊或冰水降溫。
- () 8. 小威平時會注意皮膚的保健，下列哪一項行為不正確呢？①每天洗澡，保持皮膚清潔②避免接觸高溫物體 ③在烈日下戴帽子、穿長袖衣物防晒 ④皮膚癢時，用指甲抓癢。
- () 9. 對於皮膚的敘述，何者正確？①可以感受外界的冷、熱、觸、壓②無法調節體溫 ③只有表皮及真皮兩項組織 ④預防中暑，防晒不應該穿長袖。
- () 10. 城城打翻火鍋，滾燙的熱湯淋到他的腿上，他應該先怎麼急救呢？①直接把褲子脫掉 ②趕快沖冷水 ③趕快擦藥膏 ④大哭大鬧引起注意。

三、連連看：請你將眼睛發生的緊急狀況，以及適當的處理方式連起來，每題3分，共9分。



化學物品灼傷

先冰敷減輕疼痛，並立刻找眼科醫師檢查。



異物入眼

用手指將眼皮撐開，快速以清水沖洗後儘速送醫。



遭受外力撞傷

不要用手揉眼睛，閉上眼睛或眨眼，讓它隨著淚水流出。

四、勾選題：對於耳朵、鼻子、舌頭、皮膚的說法，請在正確的()中打✓，每題2分，共16分。

1、() 鼻子的構造包括：鼻根、鼻梁及睫毛等。

2、() 過度擤鼻涕或挖鼻孔，可能會造成流鼻血現象。

3、() 舌頭可以幫助說話和吞嚥口水。

4、() 舌頭能夠感受食物的粗細和味道。

5、() 皮膚不小心被燙傷，可先用流動冷水沖洗傷口15~30分鐘，以減緩疼痛。

6、() 燙傷後，第一要務就是儘快送醫，其餘急救步驟都可省略。

7、() 燙傷急救步驟，所謂的「泡」，是指泡在溫水中15~30分鐘。

8、() 耳垢會自行脫落排出，不要自己掏挖耳朵。