

國立清華大學附設實驗國民小學 106 學年度第一學期 三年級期末評量

版本：康軒 領域：健康與體育 出題者：陳澤仁老師 三年\_\_\_\_\_里\_\_\_\_\_號姓名\_\_\_\_\_



前情提要：少年小智為了成為寶可夢大師，從大木博士那得到皮卡丘，並出發做修行之旅。途中結識不同的人、遇上不同的寶可夢。一路上有許多人和小智結伴同行，他們也遇到了考驗，請小朋友協助解題，拿到訓練師的證書。

一、對與錯的考驗：(每題2分，共20分)

1. ( ) 小智認為人在不同人生階段，對於生活的需求不太相同，每個人也會不一樣。
2. ( ) 大木博士因為感冒需服藥，藥師提醒博士內服藥的膠囊要搭配檸檬水整粒吞服，不可以隨便打開膠服用。
3. ( ) 小霞認為生病時最好先詢問家庭醫師的診療結果，或選擇就近社區醫療診所去就醫。
4. ( ) 傑尼龜在一場試煉中受重傷死亡，小智體會到人的生命和寵物的生命一樣值得珍惜。
5. ( ) 小智是個孝順的孩子，所以知道與阿公和阿嬤相處時，必須更注意禮貌和尊重，時時給予關心。
6. ( ) 卡比獸看到藥局前貼的服務項目，裡面寫著社區藥局可以提供我們預防接種的服務。
7. ( ) 大木博士生病康復後，了解生病時可以到先藥局拿藥減緩病痛，若病情嚴重再到大型醫院就診。
8. ( ) 小智和夥伴一群人征戰臺灣南北道館，發現在同一個國家中，每個地區的飲食習慣和飲食特色都會因為當地文化及環境與習俗有所不同。
9. ( ) 皮卡丘認為環保中提到少吃肉類是因為因為穀物和蔬果的種植比較容易，也比較不費時。
10. ( ) 小剛提醒小智去買東西時要自備購物袋，因為政府從今年元旦起公布，店家禁止提供免費塑膠袋，需付費。

二、道場關卡選擇考驗：(選擇每題2分，簡答3分，共28分)

長磐道館考驗：火箭隊首領阪木想考驗小智一群人對於飲食與環保的觀念，因為飲食的選擇與我們能不能擁有永續的環境息息相關。過關者可獲得綠色徽章。

1. ( ) 為了提倡環境保育運動，美國校園發起擴展到全世界的世界地球日是每年的哪個時間？ (1) 4月23日 (2) 1月23日 (3) 4月22日 (4) 12月25日。
2. ( ) 關於環保飲食的方式何者是不正確的觀念或行為？ (1) 學校每周一營養午餐定為蔬食日，不吃肉。 (2) 要主動保護地球資源，多吃蔬菜、少吃肉類。 (3) 肉類通常比較貴，多吃蔬果可以節省家庭開銷。(4) 肉類中的蛋白質可以從其他食物中取代。
3. ( ) 下列哪一項不是良好的飲食習慣？ (1) 吃自助餐時吃多少就拿多少 (2) 國外進口的食品好吃要常購買 (3) 養應環保出門自備環保杯、環保筷 (4) 健康飲食少吃肉類，多吃穀物和蔬果。
4. 吃麥當勞、肯德基、摩斯漢堡等速食是環保飲食的表現嗎？請寫出你的想法。(3分)



**圓朱道館**：道館館主為小松，專長為幽靈系寶可夢，要考驗小智和夥伴當身邊親人老化與死亡如何面對，過關者可獲得魅影徽章。

5. ( ) 小剛的外公過世了，他要怎麼面對親人的死亡，下列哪一項方法不能停止悲傷的情緒？ (1) 尋求父母、師長或朋友幫助，說出心裡感受 (2) 寫信給死去的親人，表達心中的想念 (3) 在他死去的紀念日和家人一起紀念他。(4) 隱藏自己的害怕和難過，自己默默療傷不需要表現出來。
6. ( ) 小智心愛的寵物死了，你覺得該如何處理他的悲傷的情緒？ (1) 看見他悲傷難過，盡量不要找他去玩 (2) 建議他學古人守喪一年不吃不喝，以示哀悼 (3) 為寵物舉辦告別儀式，跟他好好告別 (4) 因為恐懼害怕，讓他自己在家休息療傷，不要打擾他。
7. 當身邊的親人或朋友過世後，除了寫信紀念外(以及上兩題方法外)，你還可以怎麼做來停止悲傷呢?請寫出3個方法。(3分)



**綠嶺道館**：道館館主為楓與南，專長為超能力屬性寶可夢，要考驗小智和夥伴如何與家人和諧相處，過關者可獲得心靈徽章。


8. ( ) 小霞她家是三代同堂的家庭，她可以做哪些事來關懷家人？(1) 當家人要一起出遊時，藉故要寫作業而拒絕 (2) 常常陪奶奶或爺爺聊天分享各種心情 (3)和兄弟姊妹爭吵搶玩具、食物 (4) 故意做錯事來引起爸媽的注意。
9. ( ) 下列是小智和家人相處的方式何者**錯誤**？ (1) 尊重家人的意見或想法，即使不被接受也不亂生氣 (2) 因為奶奶說話比較慢，我可以邊看手機邊聽她說 (3) 爸媽下班回家時，我幫忙他們拿東西並關心他們 (4) 吃完飯我主動收拾桌上碗盤。
10. 小智家有一對可愛的爺爺奶奶，你覺得小智要如何照顧他們，請寫出3項你的想法?(3分)



**濱海道館**：道館館主為電磁，專長為電屬性寶可夢，要考驗小智和夥伴對於所住的社區環境設施認知以及衛生機構所提供服務了解多少，過關者可獲得心靈徽章。

11. ( ) 小智她所居住的社區如果是在城市，可能會有什麼特色？ (1) 空氣汙染PM2.5嚴重 (2) 鄰居彼此熟悉互動熱絡 (3) 交通便利四通八達 (4) 商店或醫療機構很多。
12. ( ) 下面對社區的敘述何者**不正確**？ (1) 一群人居住在同一個地區，彼此互動 (2) 一棟大樓因為太小所以不構成社區 (3) 會成立守望相助隊，一起維護社區安全 (4) 社區會成立發展協會，推動各項活動。
13. ( ) 社區中會提供許多醫療機構在居民生病時就診？下列哪一項描述是正確的？(1) 生病時可以到衛生所看病並領藥 (2) 社區藥局提供處方箋領藥和用藥諮詢 (3) 衛生所可以提供我們資源回收的服務 (4) 衛生所提食品衛生檢驗與檢查工作。
14. ( ) 以下對於衛生機構的敘述何者**錯誤**？ (1) 各縣市政府會設立公私立醫院 (2) 新竹市的衛生所稱為健康服務中心 (3) 診所和藥局是社區好鄰居，小病到診所就診不用到大醫院 (4) 生病時，如果所在地方沒有診所可以到衛生所就診。

15. ( ) 小剛生病了，對於用藥要注意那些事項，以下敘述哪個**正確**? (1) 若病好了，可以把自己沒吃完的藥分給剛生病的弟弟妹妹吃 (2) 沒吃完的藥可以把它冰在冰箱等下次生病再服用 (3) 可以自行減藥或停藥 (4) 服藥後若身體出現不適，要立即回診請醫師處理。
16. ( ) 大木博士跟小智說藥局設有居家廢棄藥物檢收箱，可以回收以下哪個物品不能回收? (1) 使用過的針具 (2) 藥袋 (3) 廢藥液容器 (4) 過期的藥物藥液。
17. ( ) 可達鴨經過生病後，真正了解正確用藥五大核心能力，下列描述何者**錯誤**? (1) 看病時，向醫生清楚表達自己的身體狀況 (2) 與醫師、藥師做朋友 (3) 聽信朋友介紹服用特效藥 (4) 清楚用藥的方法和時間。

 百代道館：道館館主為菜種，專長為草屬性寶可夢，要考驗小智和夥伴對於**節能減碳的環道意識的了解多少**，過關者可獲得森林徽章。

18. ( ) 火箭隊他們經營了一個牧場養了許多頭牛，從牧場的牛隻一直到變成牛肉製品的過程非常多關卡，請問下列哪一項描述是正確的? (1) 運送牛肉到賣場販賣的過程中不需要低溫 (2) 牧場飼養牛隻，長大後屠宰冷凍變成牛肉 (3) 不用大量砍伐樹木變成牧場 (4) 牧場飼養牛，牛所吃的穀物和水，並不會消耗我們任何的能源。
19. ( ) 飼養一頭牛可能造成環境資源的消耗，以下敘述何者正確? (1) 牛的生長過程需要吃掉16公斤的穀物 (2) 牛生長不需要大量的水，吃草就有水分 (3) 為避免環境資源消耗，直接進口國外的牛肉比較方便 (4) 牛肉生產和二氧化碳排放無關。
20. 小智呼籲大家要節能減碳救地球，請舉例**3項**你要如何支持這個運動做到節能減碳的具體做法?(3分)

### 三、配對挑戰：(每個答題2分，共28分)

小智和他的夥伴征戰全國各道館，也吃過各地的美食，發現每個地區每個族群都有自己的飲食文化，請依照你的認知，幫他們配對填入正確的代號

#### 飲食選項

- (A) 小米飯      (B) 擂茶  
 (C) 客家小炒    (D) 越南河粉  
 (E) 山豬肉      (F) 甘蔗蝦  
 (G) 野菜        (H) 薑絲炒大腸  
 (I) 麻糬        (J) 板條  
 (K) 越式春捲    (L) 山芋  
 (M) 紅藜        (N) 鹹湯圓



客家

填入正確飲食代號



越南



排灣族

#### 四、新聞分析挑戰：看完新聞文章回答下列問題(每題2分，共8分)

### 節能降溫愛地球 台南女中這麼做



〔記者洪瑞琴／台南報導〕國立台南女中為了提供學生種植作物的實驗需求，並協助家政學科食育教育的食材栽種，推動「綠屋頂節能降溫計畫」，將立體綠化融入教學場域及校園生活中，透過設置「塑管花架爬網」和「盆鉢菜園」的模組形式，栽植校園花卉與食用植物，期望有效降低校園溫度並減少空調電力負擔。

台南女中推動「綠屋頂節能降溫計畫」，並融入校園教學。(記者洪瑞琴攝)

目前綠化面積達 60 平方公尺，但其實綠屋頂的栽植並不容易，曾遭遇停電、缺水、鳥害等問題，老師們於是提水上頂樓，利用空堂時間鋪設網子，還得想法子趕走白頭翁、斑鳩、麻雀等不速之客，又不會傷害到牠們，耐心地照顧植物，如今已有迷迭香、薄荷、葫蘆瓜、赤道櫻草等「同生共榮」的綠環境。

台南女中表示，這個計畫同時邀請老師跨科跨領域合作，把這種簡單易行的「節能降溫愛地球」概念推廣給學生，接下來將會有更多的相關教學課程繼續推行，讓學生從實作中體會綠屋頂的好處及作法，並感受種植、採收的樂趣，延伸更多節能減碳的可行性。

1. ( ) 台南女中的學生運用什麼方式節能降溫？ (1) 隨手關燈 (2) 綠屋頂植栽 (3) 在屋頂裝置太陽能板 (4) 教室裝置噴霧系統。
2. ( ) 種植花卉植物和食用植物的用意是為了？ (1) 校園美觀 (2) 自然課程觀察用 (3) 有效降低校園溫度 (4) 增加學校收入。
3. ( ) 當地球溫度越來越高，帶來全球暖化效應，那些現象不會發生？ (1) 地球許多地方發生旱災 (2) 地球表面氣溫下降 (3) 農產品 (4) 北極熊生活空間變少了。
4. 當我們的地球出現了地球暖化的現象，造成環境上的災害而影響我們的生活，請問各位寶可夢訓練師你有什麼方式來避免這樣的暖化繼續嚴重下去？ (2分)



任務完成：恭喜你協助小智和他的夥伴經過層層道館關卡的挑戰，終於拿到訓練師的證書。別忘了展現訓練師的精神，為接下來的每個挑戰加油，展現勇氣與自信向前邁進。  
考驗成功拿高分，寒假快樂，新年快樂！

