

圈出男生进入青春期出现的变化。圈出英文字母。（答案可多过一个。）（10%）

a. 声音变细。	b. 腿上、腋毛和阴部开始长出毛发。
c. 长腋毛，身体也有股新体味。	d. 月经来潮。
f. 梦遗。	g. 乳房会变大，应穿适合的胸罩，保护胸部。
h. 长出胡须。	i. 身高和体重会明显增加。
j. 长出喉结，声音也变得深沉。	k. 长出青春痘。

圈出女生进入青春期出现的变化。圈出英文字母。（答案可多过一个。）（10%）

a. 声音变细。	b. 腿上、腋毛和阴部开始长出毛发。
c. 长腋毛，身体也有股新体味。	d. 月经来潮。
f. 梦遗。	g. 乳房会变大，应穿适合的胸罩，保护胸部。
h. 长出胡须。	i. 身高和体重会明显增加。
j. 长出喉结，声音也变得深沉。	k. 长出青春痘。

圈出可以帮助我们缓解同侪压力的方法。（答案可以多过一个）（8%）

a. 向父母或长辈倾诉	b. 沉迷电脑游戏
c. 吸食毒品	d. 参与宗教活动
f. 浏览色情网站	g. 参与制服团体活动
h. 投入运动	i. 向上天祷告

对的说明画（√），错的说明画（X）。（10%）

1.	细菌引发的疾病包括蛔虫和鼠尿病。	
2.	煮沸的水可以杀菌，预防感染上介水传染病。	
3.	肝炎是由细菌、病毒等感染或药物中毒引起的。	
4.	艾滋病病患在感染后的三天内会出现类似感冒的症状。	
4.	充分加热食物可以有效地杀菌，避免感染食源性疾	

选词填充（20%）

体温	关节	氧气	松弛	运动	热身
----	----	----	----	----	----

- 均衡饮食与规律__是通往健康生活的途径。
- 每个运动项目都应该由热身运动开始，以__运动结尾。
- 我们在运动前热身是为了增加身体的血流量，加快__的输送。
- 热身包括轻度运动及动态伸展，动态伸展能提升__的活动幅度。
- 热身运动的强度应适中，感受到微微出汗，__和呼吸率增加即可。

圈出正确的答案。(24%)

1. 蹬弹跳板时，膝盖必须___，以获得更大的弹跳力。

A 稍微弯曲 B 挺直

2. 腾空时，身体必须保持___，以便能够摆出不同的姿势。

A 平衡 B 美感

3. 弹跳时，我们必须以_____蹬弹跳板。

A 单脚 B 双脚

4. 我们在进行着垫时，双手必须___，以平衡身体。

A 高举 B 张开

5. 双脚蹬弹跳板是为了_____。

A 获得更大的弹跳力
B 使身体平衡

6. 我们可以通过_____增强弹跳力。

A 跳绳 B 游泳

7. 哪一个是下图的正确姿势名称？



B 体操金字塔

8. 哪一个是的正确姿势名称？圈一圈。



A 双向手推车
B 倒立行

9.



上图显示（跃过滚木，转体展姿）的正确姿势，弹跳高度因人而异，唯求有足够的时间在空中展姿，然后双脚与肩同宽稳定（站立，跪下）。

10. 通过摄入食品而进入人体的病原体，导致人体患上传染性或中毒性疾病，称之为

_____。

A 介水传染病 B 食源性疾病

11. 长期酗酒会导致

_____。

A 霍乱 B 肝癌

填充题。(10%)

干净	恶化	一次	医院	冰块	多次
----	----	----	----	----	----



1. 急救可以避免伤口 _____ 及防止伤亡。
2. 发生紧急状况，可以选用 _____ 来替代冰袋。
3. 急救箱里的绷带用完了，可以使用 _____ 的手帕作为替代物品。
4. 急救完毕，如果伤者情况不理想，应该尽快前往 _____ 就诊。
5. 使用 _____ 性的急救物品，以降低被细菌感染的风险。

回答问题。(6%)

1. 说出一个滥用毒品的原因。

2. 说出一个滥用毒品的后果。

3. 说出一个如何拒绝毒品的方法。

下图显示各种食物。(2 %)

你是否时常吃加工食品？为什么？


