

# 明正國中 110 學年度第 1 學期 七年級 綜合領域 補考題庫

1. (C)關於安排工作時的注意事項，下列敘述何者正確？(甲)效率至上，排滿工作；(乙)每天都要有休閒的時間；(丙)在精神最好的時段安排費腦力的工作；(丁)不同性質的活動要交互安排。(A)甲乙丙 (B)甲丙丁 (C)乙丙丁 (D)甲乙丁
2. (D)購買或製作收納容器之前，為使空間有效利用，必須事先完成的事前準備為何？(A)將待收納物品一個個以塑膠袋包起 (B)把現有的收納容器全部丟掉 (C)進行收納空間的消毒工作 (D)丈量收納空間與待收納物品的大小
3. (D)在執行計畫時，什麼樣的工作要先進行？(A)重要但不緊急 (B)不緊急又不重要 (C)緊急但不重要 (D)重要又緊急
4. (D)如果要更了解自己，生涯檔案中放置的內容，可以分成哪些區塊，作為自己學習與成長的紀錄？(A)自己眼中的我 (B)他人眼中的我 (C)客觀的我 (D)以上皆是
5. (A)從下列各個不同人的飲食習慣中，請選出一個不符合健康飲食條件的例子。(A)蕭諸慎平時喜歡到吃到飽餐廳吃飯，可是和男朋友約會前三天為了減肥，都不吃任何東西，只喝白開水 (B)吳小樽依照自己的需求，吃適當的食物，不暴飲暴食 (C)傑輪每天都會吃至少一碗半分量的青菜，以及三樣以上的水果 (D)杜大勝三餐定時定量，雖然比較喜歡吃肉食，但也是會攝取適當分量的蔬菜水果
6. (D)當要擬定學習計畫時，以下何者為重要的注意事項？(A)目的應具體明確 (B)方法要具體可行 (C)資源要能就近請教 (D)以上皆是
7. (D)新冠肺炎漫延全球情況下，與同學的打招呼方式何者較為適宜？(A)握手 (B)親臉頰 (C)摸頭 (D)肘擊
8. (B)甲：右手食指、中指、無名指伸直併攏，大拇指按住小拇指屈於掌中，舉起敬禮。乙：伸出左手，和對方相握，兩眼注視對方，面帶笑容。依據前述，「甲、乙」分別代表何種童軍禮節？(A)甲-三指禮；乙-注目禮 (B)甲-三指禮；乙-左握禮 (C)甲-左握禮；乙-三指禮 (D)甲-左握禮；乙-注視禮
9. (D)看到新聞報導：澳洲有一位 14 歲的女孩，獨自一人駕駛帆船環遊世界。我不知道自己是否也能像他這般的勇於冒險？這屬於「周哈里窗」概念的哪個部分？(A)公開我 (B)盲目我 (C)隱藏我 (D)未知我

10. (B) 小華某日：早餐吃鬆餅套餐（鬆餅一份、薯餅一塊、冰奶茶一杯）；午餐吃媽媽的愛心便當（五穀飯、燙地瓜葉、燙大陸妹、清蒸鱈魚、煎豆腐、香蕉）；晚餐吃炸雞排、燒烤、全糖珍珠奶茶；宵夜吃泡麵。請問，哪一餐最符合「三低一高」的飲食原則？(A)早餐 (B)午餐 (C)晚餐 (D)宵夜
11. (D)上課時候遇到老師沒有來的時候，該至下列何者處室反應？  
(A)輔導處輔導組 (B)學務處訓育組 (C)總務處出納組 (D)教務處教學組
12. (C)當小隊要共同完成一項任務時，下列哪一種心態最恰當？  
(A)只與小組長同心協力一起完成 (B)反正有人會做，何必辛苦自己 (C)隨時隨地為小組成員加油打氣 (D)確實分工團結合作很困難
13. (C) 怡芬想要運用六頂思考帽中「綠色：創意與新想法」來檢核自己的學習計畫，下列敘述何者正確？  
(A)我是用什麼原則來安排計畫的先後呢？  
(B)這份計畫有哪些缺點呢？  
(C)這份計畫有哪些地方可以改進呢？  
(D)接下來我可以怎麼做呢？
14. (D)在進行校園觀察活動時，我們需要使用到下列哪一項感官？  
(A)耳朵 (B)眼睛 (C)雙手 (D)以上皆是
15. (A) 曉諭這次的考試成績不太理想，她應該用什麼態度來面對這一次的結果呢？  
(A)只要盡力了，成績不好也不要太難過，下次再加油一定會更好  
(B)無論如何努力我也只能達到這個程度，無法再進步了  
(C)反正考試都考過了，再檢討也沒有用，只是浪費時間  
(D)比上不足，比下有餘，反正還有人比我差
16. (A)在自助餐選擇食物時，怎麼選擇比較健康？  
(A)盡量挑選六大類食物以達營養均衡 (B)多選擇油炸食物以補充身體需要的油脂 (C)國中生正在發育，應該多吃肉、少吃菜 (D)挑自己愛吃的菜
17. (A)在童軍課中，學習、遊戲或競賽的基本組織是？  
(A)小隊 (B)班級 (C)團 (D)群
18. (A)學業成績優良或具特殊身分(如低收入戶或原住民)，想申請獎助學金，可向哪一個處室的組別申請？  
(A)教務處註冊組 (B)教務處教學組 (C)學務處衛生組 (D)學務處健康中心

19. (C)下列對收納衣物的描述何者不適當？  
(A)收納前先將衣物分類 (B)將須縫補的衣物進行處理 (C)常用的衣物擺在衣櫃較深處 (D)妥善使用收納工具
20. (D)每個人都有自己學習的理由，下列哪一位同學的理由可以激發學習動力？  
(A)小芳：為了讓自己的生活更有樂趣 (B)小豪：增加自己的語文能力，結交不同國家的朋友 (C)小茹：為了讓自己找到好工作，擁有美好的生活 (D)以上皆是
21. (B)2015 年某項研究分成三組，一組固定紀錄感恩的事，一組固定紀錄厭煩的事，一組什麼都記錄，結果顯示十週後，記錄感恩的活動力與健康也顯著高於其他兩組，下列何者為非？  
(A)培養自己正向的特質去感恩一切，可以改變大腦迴路，讓自己更快樂  
(B)感恩會讓自己情緒反應增強  
(C)感恩會促進愉悅的多巴胺分泌  
(D)感恩能幫助紓解壓力
22. (B)下列何者較符合健康的飲食？  
(A)佳佳：為了變瘦，少吃一餐沒關係 (B)如雙：每天吃早餐，才有元氣工作  
(C)羅密歐：只吃肉減肥 (D)允浩：飯後吃洋芋片，心情愉快
23. (B)2020 新冠肺炎影響全球，相對也影響學生進出校園的規範，若早上進校園自己的體溫超過 37 度時，應該前往何處室進行後續的休息評估？  
(A)生教組 (B)健康中心 (C)守衛室 (D)教學組
24. (B)為了使團體任務順利執行，以下何種行為不該有？  
(A)遇到難題時，共同思考解決方式 (B)袖手旁觀 (C)眾人齊心，目標一致  
(D)互相扶持
25. (A)正常情況下，下列何者是阿梅身上所穿著泳衣的材質？  
(A)100%彈性纖維 (B)50%聚酯纖維+50%嫻綳 (C)80%尼龍+20%絲 (D)80%彈性纖維+20%棉
26. (D)小駒對於國中生活有許多期待，不但想學習新知識，也渴望結交好朋友。進行小隊分組時，對於落單或內向的同學，我們應採用下列哪種態度或處理方式較適當？(A)不希望他們加入自己的小隊 (B)消極給予適度的幫助與鼓勵 (C)只讓那些同學自行組成一隊 (D)報告老師，請老師提供協助

27. (B)國中階段要學習許多科目，若想加強學習效果，必須建立正確的學習態度和運用有效的讀書方法，下列何者是正確的學習態度？(甲)了解上學讀書的意義；(乙)虛心求教、勇於發問；(丙)揭發別人缺點；(丁)養成與老師、同學討論的習慣；(戊)對於不懂之處、一知半解即可。(A)甲乙丙 (B)甲乙丁 (C)乙丁戊 (D)甲丙丁
28. (B)爸爸媽媽因為武漢肺癌被迫休無薪假，家裡頓時沒有經濟上的支撐，除了可以跟導師反應家裡的情況還可以到那個的處室尋求協助。  
(A)教務處 (B)學務處 (C)總務處 (D)輔導室
29. (C)下列何種不屬於時間管理的適應問題？  
(A)上學常遲到 (B)每天功課都要寫到半夜 (C)課業壓力越來越大 (D)放學回家先玩遊戲再寫功課
30. (D)若要避免金錢透支的情況產生，我們可以怎麼做？  
(A)不要迷信預算表，需要什麼就買什麼 (B)若有大筆支出，請父母支援 (C)以信用卡分期消費的方式購買價位較高的名牌服飾 (D)列出購物計畫與清單，不做計畫外的消費
31. (D)身為小隊長的嘉芋想透過手號操取代口令來完成今天的小隊集會，依序為立正→稍息→馬蹄形→圓形，請問下列何者動作順序正確？  
(A)乙→甲→丙→丁 (B)丙→乙→丁→甲 (C)丁→丙→乙→甲  
(D)甲→乙→丙→丁



32. (D)想要了解自我，可以經由哪些管道或方式？  
(A)與別人的互動中，別人的反應和評價 (B)透過新事物與新活動的參與，了解自己的感受 (C)性向測驗 (D)以上皆是
33. (D)下列哪一項是較適合學生的儲蓄方式？  
(A)存錢筒 (B)定期存款 (C)存簿儲金 (D)以上皆是
34. (A)全球發現第一例武漢肺炎的醫生，為人的生命安全而進行通報，其具備有何種正向特質？(A)負責的 (B)固執的 (C)情緒化的 (D)開朗的

35. (C) 2020 新冠肺炎影響全球，教育部為了有維護校園進行相關規範，其中一項是每日應該進行漂白水清潔教室，試問班級漂白水使用完畢應該前往何處室領取補充？(A)生教組 (B)健康中心 (C)衛生組 (D)教學組
36. (A) 不論在學校生活的適應，或是其他生活上的問題，除了和班級導師溝通外，還可以尋找哪個處室的老師做專業諮詢？  
(A)輔導處 (B)總務處 (C)教務處 (D)學務處
37. (B) 下列衣物何者不可脫水，因為會變形？  
(A)牛仔褲 (B)毛料服飾 (C)混紡襯衫 (D)透氣排汗機能布料
38. (D) 關於「周哈里窗」的內涵，下列敘述何者正確？  
(A)是一個名叫周哈里的人發明的  
(B)讓別人了解自己是一件可怕的事，所以我們不要透露自己太多的個性特質  
(C)「周哈里窗」的每個部分，大小是固定不變的  
(D)「周哈里窗」概念的提出是希望我們能夠清楚了解自己的四個部分，並透過自我省察、自我坦誠、他人的回饋等方式，使公開我能越來越大，而其他部分越來越小
39. (D) 學過音樂、舞蹈的小梅，可以發揮所長在小隊中扮演什麼角色？  
(A)事務 (B)文書 (C)衛生 (D)康樂
40. (D) 國中新生活 and 國小相比，不一樣的地方有很多，以下敘述何者為非？  
(A)國中要學習的科目變多了 (B)國中要面對升學考試的壓力 (C)國中每一科的任課老師大多都不一樣 (D)國中二、三年級的學長姐都會恐嚇剛入學的學弟妹