

一、選擇：(每題 2.5 分，共 100 分)

1. () 每個人都有自己學習的理由，下列哪一位同學的理由不能正向激發學習動力？ (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)小力：為了避免受到懲罰。

《答案》D

2. () 訂定目標時，應該抱持著什麼樣的態度？ (A)將目標訂得越高越好，可以激發自己的潛能 (B)考量自己的能力，擬訂具有挑戰性、適合自己的目標 (C)將目標訂低一點，以免達不到目標而感到挫折 (D)按照父母的期望訂目標。

《答案》B

3. () 下列哪一個人正在處理的事是屬於「重要又緊急」的事情？ (A)姐姐在房裡整理衣服和衣櫃 (B)妹妹坐在沙發上看電視偶像劇完結篇 (C)哥哥和網友相約一起玩線上遊戲 (D)瓦斯爐上的開水已經沸騰了，媽媽將爐火關了。

《答案》D

4. () 我們可以運用「N 字法則」幫助自己做什麼？ (A)釐清自己的興趣是什麼 (B)決定事情的輕重緩急，規畫工作的先後順序 (C)看清楚誰才是重要的朋友 (D)在考試時得高分。

《答案》B

5. () 最近學校要舉行大隊接力比賽，班上同學紛紛為此訂定目標以爭取好成績。下列哪一位同學所訂定的目標最明確具體且最有幫助？ (A)加加：我希望跑快一點 (B)卡卡：每天利用下課時間和我的前後棒次練習接棒，培養默契 (C)利利：請媽媽星期天帶我去買一雙新的運動鞋 (D)亞亞：比賽前的兩個星期，每天要多讀一個小時跑步技巧的書。

《答案》B

6. () 《菩曼仁波切》一書中提到：「今天我要做的事非常重要，因為我把生命中的一天和它交換。我努力耕耘，不要損失；我選擇善良，不要邪惡；我希望成功，不要失敗。因為我永遠記住，我為這些所付出的是我生命中的一天。」請問：這段話是要表達什麼？ (A)努力工作，防範風險，避免損失 (B)勿以善小而不為，勿以惡小而為之 (C)凡事講求盡善盡美，不許失敗 (D)時間是人生中的最大資源，亦是最大的財富。

《答案》D

7. () 對於「N 字法則」，下列說明何者錯誤？ (A)是善用時間的好方法 (B)將事情以重要性與緊急性做區分 (C)第一優先處理的是「重要又緊急」的事情 (D)最後處理的是「緊急但不重要」的事情。

《答案》D

8. () 從事不同活動時，需要不同的學習能力，下列活動與主要的學習能力之配對，何者錯誤？ (A)與人溝通：語言能力 (B)玩推理遊戲：邏輯能力 (C)彈奏樂器：視覺空間能力 (D)打籃球：肢體動作能力。

《答案》C

9. () 哈佛大學心理學家迦納提出「多元智慧」理論，下列何者不包含在多元智慧中？ (A)個人內省能力 (B)視覺空間能力 (C)自然觀察能力 (D)超自然能力。

《答案》D

10. () 學習風格是能使個人達到最佳學習狀態的方式，下列關於學習風格的描述何者正確？ (A)一個人只會有一種學習風格 (B)如果可以使用擅長的學習風格，學習成效會較佳 (C)學習風格對於學習成效沒有任何的影響 (D)學習風格和一個人的智商有關係。

《答案》B

11. () 晶晶想獨自利用樂高積木做出一個城堡，她所運用到的是什麼學習能力？ (A)個人內省能力 (B)視覺空間能力 (C)自然觀察能力 (D)人際社交能力。

《答案》B

12. () 曾子曰：「吾日三省吾身。」這句名言屬於多元智慧的哪一種能力？ (A)個人內省能力 (B)存在能力 (C)自然觀察能力 (D)人際社交能力。

《答案》A

13. () 下列哪一位同學在完成團體任務的過程中較沒有幫助？ (A)領導能力良好的小玳 (B)喜歡展現個人英雄主義的小瑀 (C)善於提供策略的小海 (D)很會鼓舞士氣的小龜。

《答案》B

14. () 下列何者不屬於「領導者」展現的領導行為？ (A)組成團隊並加以經營 (B)建立團隊中工作領域及責任範圍的歸屬 (C)面對外界，領導者為團體的代表 (D)為了幫助大家找到共識，不採納任何人的意見。

《答案》D

15. () 當全班同學一起執行團體任務，遇到挫折時，應該如何解決最恰當？ (A)班長說什麼就是什麼，不可有異議 (B)開會討論對策，集思廣益 (C)各自採用自己的方式解決 (D)只做自己的部分就好。

《答案》B

16. () 面對同儕壓力時，怎麼做比較恰當？ (A)確定自己內心的想法，理性的與同學溝通 (B)如果拒絕同學，可能會失去友誼，所以還是配合同學比較好 (C)不合理的要求就是要勇敢拒絕，即使失去朋友也沒關係 (D)請老師出面處理，可以避免自己傷腦筋。

《答案》A

17. () 以下所列減少同學衝突的方法，何者不恰當？ (A)以同理心，站在對方立場思考 (B)無法接受同學請求時，以委婉的態度拒絕 (C)退一步，海闊天空 (D)堅持自己的說法不退讓。

《答案》D

18. () 下列哪一種班級氣氛無法對人產生正面的影響力？ (A)同學之間喜歡互相競爭，對於成績斤斤計較 (B)每個人都願意為班上付出，重視團體的榮譽 (C)同學之間會互相幫忙、互相鼓勵 (D)每位同學都努力向上，認真學習。

《答案》A

19. () 愛班行動並非一蹴可幾，落實愛班行動時，下列該注意的事項何者不適宜？ (A)不輕言放棄 (B)適時檢視與修正目標 (C)相信自己與同學一定辦得到 (D)由出身富裕家庭的同學出錢出力。

《答案》D

20. () 以下哪一位同學的行為表現，可以作為班級的模範？ (A)對於班級事務不發表意見的合貞 (B)做事積極，喜歡挑戰不可能的宣叄 (C)上課愛聊天的俊瀚 (D)對待同學虛情假意、愛推託的映竹。

《答案》B

21. () 製作「愛的小書」可以喚起許多與家人共度的愉快回憶，下列哪些物品適合作為製作「愛的小書」的材料？ 甲、照片；乙、具紀念意義的禮物；丙、卡片。(A)甲乙 (B)甲丙 (C)乙丙 (D)甲乙丙。

《答案》D

22. () 每個人都是獨一無二的個體，所以與家人相處時應該要如何，下列何者不適宜？(A)清晰表達感受 (B)適當控制情緒 (C)由第三者傳話，不直接溝通 (D)尊重家人不同的想法。

《答案》C

23. () 李洋正與同組同學討論簡化家事的小妙方，下列哪一位同學提出的建議不是好方法？(A)李洋：利用收納櫃分類衣物 (B)哲輝：抽油煙機的油杯可用保鮮膜套住，便於清理 (C)宏傑：提高自己的髒亂忍受度 (D)振班：用「好神拖」拖地，拖得乾淨，而且不需用手擰乾拖把。

《答案》C

24. () 俊安想要為家人擬定適當的家事工作計畫，他在安排工作計畫時，需要注意什麼事？(A)彼此有關連的工作可歸類於同一時段內完成 (B)在同一時間內從事兩項以上的工作，以節省時間 (C)家人一起擬訂每日及每週計畫的程序，並共同分擔工作 (D)以上皆是。

《答案》D

25. () 下列關於飲食習慣的敘述，何者正確？ 甲、飲食習慣是指人們對食品和飲品的偏好；乙、飲食習慣和身體的發展有很大的關係；丙、飲食習慣會受到地域、物產、文化歷史的影響。(A)甲乙 (B)甲丙 (C)乙丙 (D)甲乙丙。

《答案》D

26. () 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，以補充身體需要的脂肪 (C)國中生正在發育，應該多吃肉、少吃菜 (D)挑自己愛吃的菜。

《答案》A

27. () 下列何者較符合健康的飲食？(A)展宏：睡前三小時吃紫米飯糰 (B)文哲：吃糙米飯代替精製白米飯 (C)雅晴：晚上九點吃碗牛肉麵 (D)子維：吃口味較重的食物，如麻辣火鍋或鯖魚番茄罐頭。

《答案》B

28. () 健康飲食中的「三低一高」是指什麼？ 甲、高水分；乙、高礦物質；丙、高纖維；丁、低油；戊、低蛋白；己、低辣；庚、低鹽；辛、低碳酸；壬、低糖。(A)丙丁庚壬 (B)甲丁庚壬 (C)丙丁己壬 (D)乙丁辛壬。

《答案》A

29. () 為了營養均衡，每日需攝取各種不同顏色的蔬果。下列何者是綠色蔬果？甲、四季豆；乙、胡蘿蔔；丙、茄子；丁、番茄；戊、菠菜；己、番薯葉；庚、黑木耳。(A)甲丁庚 (B)甲戊己 (C)乙戊己 (D)丙丁庚。

《答案》B

30. () 一年信班正在家政教室上烹飪課，各組正在清洗蔬果，哪一位同學的清洗方式錯誤？(A)詠然：直接將蔬果泡在水盆中 (B)皓晴：以軟毛刷清洗小黃瓜 (C)政鵬：將殘存在蔬果皺摺處的沙土及髒汙去除 (D)吉生：將蔬果放在水龍頭下，以流動

的清水沖洗。

《答案》A

31. () 冠毅想把家政課學到的「涼拌小黃瓜」做給媽媽品嚐，下列哪一項食材不適合加入這道料理中？(A)小黃瓜 (B)番茄醬 (C)白醋 (D)新鮮大蒜。

《答案》B

32. () 下列何種蔬果常見為切丁狀？(A)紅蘿蔔 (B)番薯葉 (C)香蕉 (D)海帶。

《答案》A

33. () 每一種繩結都有它的功用，下列哪一組繩結可以用於止滑、接繩、防止繩頭鬆散？ 甲、單結；乙、活結；丙、平結；丁、8字結。(A)乙丙 (B)甲丁 (C)乙丁 (D)甲丙。

《答案》B

34. () 平結的特色是使完成的結面不會凸起，它適合運用在什麼地方？ 甲、適用於包紮結束固定；乙、用布包裹物品；丙、手帕打上平結，可以裝飾家裡的生活用品。(A)甲乙 (B)甲丙 (C)乙丙 (D)甲乙丙。

《答案》D

35. () 孟竹正與其他同學討論繩索的保養及保管，哪一位同學的說法錯誤？(A)孟竹：繩索使用前後，一定要清點、檢查 (B)青陽：不要直接將繩索放在地上 (C)彥成：繩索使用過後，要以清水洗乾淨 (D)茂傑：不要踐踏繩索。

《答案》C

36. () 映竹想將兩條粗細、材質相同的繩子連接起來，應該運用哪一種繩結連接兩條繩子？(A)平結 (B)8字結 (C)活結 (D)雙套結。

《答案》A

37. () 書豪腳上的籃球鞋帶，最有可能採用下列何種繩結固定？(A)平結 (B)接繩結 (C)雙套結 (D)活結。

《答案》D

38. () 下列哪位人物說得正確？(A)萬庭：童軍繩很堅固，渡河後可立即拿來固定物品運送 (B)智凱：只要不使泥沙進入，踐踏繩索也沒有問題 (C)合貞：溼繩子直接放在太陽下曬乾即可 (D)焯淳：不要使用末端未打結固定的繩索，比較安全。

《答案》D

39. () 生存技巧猶如一個堆疊的金字塔，在求生金字塔中，應該包含什麼項目？ 甲、裝備：急救藥品、備用糧食等；乙、訓練：經由練習熟悉各項緊急應變技能，在緊急時能正確操作；丙、知識：知道保存生命的基本條件，了解正確的應變知識；丁、意志力：強烈堅定的求生信念，為了活下去，能克服萬難，絕不放棄。(A)甲乙丙 (B)甲丙丁 (C)乙丙丁 (D)甲乙丙丁。

《答案》D

40. () 地震發生時，下列所採取的行動何者正確？(A)為了迅速逃生，以搭電梯逃生為佳 (B)如果在室內，一定要保護頭部，避免懸掛物、雜物掉落 (C)千萬不要往空地跑，以免天崩地裂 (D)在廚房煮飯時，爐火可先放著不管，趕緊逃生為上。

《答案》B