

展廳工作紙

姓名：_____

1. 使用「身體質量指數」展品測量BMI值的時候需要測量那些數據？

- A. 身高和體重
- B. 心跳和呼吸
- C. 血壓和體重
- D. 握力和心跳

2. 以下有關人體的心跳，哪一項是不正確的？

- A. 新生兒的心跳比成年人的心跳慢
- B. 成年人安靜時每分鐘心跳約70次
- C. 心跳率有明顯的個體差異
- D. 有良好訓練的運動員，安靜時的心跳較常人慢

3. 身體質量指數 BMI的計算公式為：BMI值= 體重(公斤)/身高(米)

你個人的體重為（ ）公斤、身高為（ ）米，你的BMI值是多少？（ ）

4. 你的BMI值屬於哪個範圍？

- A. 正常範圍
- B. 輕度過輕
- C. 超重
- D. 肥胖

5. 請進行以下測試後，填上你的記錄：

- A. 血氧指標 （ ）%
- B. 平衡測試 （ ）秒
- C. 你可堅持多久 （ ）秒