

**PHẦN I. TRẮC NGHIỆM (5 điểm) Ghi lại chữ cái trước đáp án đúng vào giấy kiểm tra.**

**Câu 1. Khi bị bỏng nhẹ, chúng ta cần phải thực hiện ngay thao tác nào sau đây?**

- A. Rửa vết thương trên vòi nước với xà phòng diệt khuẩn
- B. Ngâm phần da bị bỏng vào nước mát và sạch
- C. Băng bó vết bỏng bằng bông và gạc sạch
- D. Bôi kem liền sẹo lên phần da bị bỏng

**Câu 2. Giá trị dinh dưỡng của thức ăn biểu hiện ở đặc điểm nào?**

- A. Chỉ phụ thuộc vào thành phần các chất chứa trong thức ăn
- B. Phụ thuộc vào thành phần và năng lượng các chất chứa trong thức ăn
- C. Chỉ phụ thuộc vào năng lượng chứa trong thức ăn
- D. Khả năng hấp thu chất dinh dưỡng của cơ thể

**Câu 3. Vì sao trong khẩu phần ăn, chúng ta nên chú trọng đến rau và hoa quả tươi?**

- 1. Vì những loại thức ăn này chứa nhiều chất xơ, giúp cho hoạt động tiêu hoá và hấp thụ thức ăn được dễ dàng hơn.
- 2. Vì những loại thực phẩm này cung cấp đầy đủ tất cả các nhu cầu dinh dưỡng cần thiết của con người.
- 3. Vì những loại thực phẩm này giúp bổ sung vitamin và khoáng chất, tạo điều kiện thuận lợi cho hoạt động chuyển hoá vật chất và năng lượng của cơ thể.

- A. 1, 3
- B. 2, 3
- C. 1, 2, 3
- D. 1, 2

**Câu 4. Đây là vai trò chính của quá trình bài tiết?**

- A. Đảm bảo các chất dinh dưỡng trong cơ thể luôn được đổi mới
- B. Làm cho môi trường trong cơ thể ổn định
- C. Thanh lọc cơ thể, loại bỏ chất dinh dưỡng dư thừa
- D. Giúp giảm cân.

**Câu 5. Hệ thần kinh người được phân biệt thành hệ thần kinh vận động và hệ thần kinh sinh dưỡng dựa vào đâu?**

- A. Chức năng
- B. Tần suất hoạt động
- C. Cấu tạo
- D. Thời gian hoạt động

**Câu 6. Loại thực phẩm nào sau đây giàu chất đạm?**

- A. Bánh đa
- B. Trứng gà
- C. Cải ngọt
- D. Dứa gai

**Câu 7. Chức năng của hệ thần kinh là gì?**

- A. Sản xuất tế bào thần kinh
- B. Giám sát các hoạt động, thông báo cho não bộ hoạt động của các cơ quan trong cơ thể
- C. Điều hòa nhiệt độ, tuần hoàn, tiêu hóa
- D. Điều khiển, điều hòa, phối hợp hoạt động các cơ quan trong cơ thể

**Câu 8. Trong nước tiểu đầu không chứa thành phần nào dưới đây?**

- A. Chất cặn bã.
- B. Nước.
- C. Hồng cầu.
- D. Ion khoáng.

**Câu 9. Khi có các triệu chứng da khô, dễ bong vảy, chảy máu chân răng, vết thương chậm liền da, tóc dễ rụng và khô thì nên bổ sung vitamin gì?**

- A. Vitamin C
- B. Vitamin B
- C. Vitamin D
- D. Vitamin A

**Câu 10. Loại vitamin duy nhất nào được tổng hợp ở da dưới ánh nắng mặt trời?**

- A. vitamin E.
- B. vitamin D
- C. vitamin A.
- D. vitamin C.

**Câu 11. Người béo phì nên ăn loại thực phẩm nào dưới đây?**

- A. Hạn chế tinh bột, đồ chiên rán, ăn nhiều rau xanh
- B. Ăn ít thức ăn nhưng nên ăn đầy đủ tinh bột
- C. Nước uống có ga
- D. Đồ ăn nhanh

**Câu 12. Cơ quan giữ nào vai trò quan trọng nhất trong hệ bài tiết nước tiểu?**

- A. ống dẫn nước tiểu.
- B. thận.
- C. ống đái.
- D. bóng đái.

**Câu 13. Nước tiểu chính thức khác nước tiểu đầu ở điểm nào?**

- A. Không có chất dinh dưỡng, các ion cần thiết và lượng nước nhiều hơn.
- B. Không có chất dinh dưỡng, các ion cần thiết và có prôtêin.
- C. Không có chất dinh dưỡng, các ion cần thiết và có các tế bào máu
- D. Không có chất dinh dưỡng, các ion cần thiết và lượng nước ít hơn.

**Câu 14. Lớp nào nằm ngoài cùng, tiếp xúc với môi trường trong cấu trúc của da?**

- A. Lớp mạch máu
- B. Lớp bì
- C. Lớp biểu bì
- D. Lớp mỡ dưới ra

**Câu 15. Điều nào sau đây là đúng khi nói về vitamin?**

- A. Vitamin là thành phần cấu trúc của nhiều enzym trong cơ thể.
- B. Cơ thể người và động vật có thể tự tổng hợp tất cả các loại vitamin
- C. Vitamin có nhiều trong đồ ăn nhanh.
- D. Vitamin là hợp chất hóa học phức tạp.

**Câu 16. Lớp mỡ dưới da có vai trò chủ yếu là gì?**

- A. Vận chuyển chất dinh dưỡng
- B. Cách nhiệt
- C. Dự trữ đường
- D. Thu nhận kích thích từ môi trường ngoài

**Câu 17. Thực phẩm nào dưới đây chứa hàm lượng vitamin cao nhất?**

- A. Nước
- B. Đồ ăn nhanh
- C. Rau, quả tươi
- D. Đồ uống có ga

**Câu 18. Con người có bao nhiêu đôi dây thần kinh tủy?**

- A. 26 đôi
- B. 12 đôi
- C. 31 đôi
- D. 15 đôi

**Câu 19. Éch sau khi bị xử lý cắt rễ sau của tủy sẽ có phản ứng gì với kích thích mới?**

- A. Phản ứng chậm
- B. Liệt chi bị cắt rễ sau
- C. Choáng tạm thời
- D. Không có phản ứng gì

**Câu 20. Vì sao khi điều trị bệnh bằng thuốc kháng sinh, nước tiểu thường có mùi kháng sinh?**

- A. Lượng thuốc kháng sinh đưa vào người bị thừa
- B. Kháng sinh được đưa ra ngoài cơ thể nhờ đường bài tiết
- C. Dấu hiệu báo vi khuẩn xâm nhập vào đường bài tiết
- D. Thuốc kháng sinh đến các đơn vị thận để tiêu diệt vi khuẩn trong máu

**PHẦN II. TỰ LUẬN: (5 điểm)**

**Câu 1 (2 điểm):**

- a. Trình bày thói quen sống khoa học để bảo vệ hệ bài tiết nước tiểu.
- b. Tại sao sự hình thành nước tiểu diễn ra liên tục nhưng sự thải nước tiểu ra khỏi cơ thể lại không liên tục?

**Câu 2 (2 điểm):** Trình bày các bộ phận của hệ thần kinh và thành phần cấu tạo của chúng dưới hình thức sơ đồ.

**Câu 3 (1 điểm):**

Bạn Hoa có thói quen rửa mặt, chân tay bằng xà phòng sau khi đi học về, lao động..., tắm giặt thường xuyên. Ngày nghỉ bạn thường tắm nắng lúc 7-8h trong khoảng thời gian khoảng 30-45 phút. Em hãy cho biết mục đích việc làm của bạn Hoa?

-----Hết-----