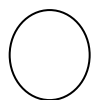


Họ và tên:

Lớp 4.....

(Thời gian làm bài 40 phút không kể thời gian phát đề)

Điểm	Nhận xét của giáo viên	GV trông, chấm thi (Kí, ghi rõ họ tên)
	
	
	



I. PHẦN TRẮC NGHIỆM (7 điểm)

Khoanh vào chữ cái đặt trước câu trả lời đúng hoặc làm theo yêu cầu:

Câu 1 (0,5 điểm):Những thực phẩm nào sau đây không thuộc nhóm chứa nhiều chất đạm?

- A. Thịt gà
- B. Đậu cô-ve
- C. Thịt lợn
- D. Rau muống

Câu 2 (0,5 điểm): Trong quá trình sống, con người lấy thức ăn, nước, không khí từ môi trường và thải ra môi trường những chất thừa, cặn bã. Quá trình đó được gọi là:

- A. Quá trình hô hấp
- B. Quá trình bài tiết
- C. Quá trình trao đổi chất
- D. Quá trình thải ra

Câu 3 (0,5 điểm):Khi đổ nước từ bình ra cốc, ta phải đặt miệng bình cao hơn miệng cốc. Điều này vận dụng tính chất nào của nước:

- A. Nước không có hình dạng nhất định
- B. Nước có thể hòa tan một số chất
- C. Nước chảy lan ra mọi phía
- D. Nước chảy từ cao xuống thấp

Câu 4 (0,5 điểm):Tại sao nước để uống cần phải đun sôi?

- A. Làm cho mùi của nước dễ chịu hơn.
- B. Đun sôi làm hòa tan các chất rắn có trong nước.
- C. Đun sôi sẽ làm tách các chất rắn có trong nước
- D. Để diệt các vi khuẩn và loại bỏ một số chất độc.

Câu 5 (0,5 điểm):Nhận định nào không đúng trong việc phòng tránh tai nạn đuối nước

- A. Chơi đùa gần ao, hồ, sông, suối rất nguy hiểm
- B. Không lội qua suối khi trời mưa lũ, dông bão.
- C. Tập bơi, hoặc bơi ở nơi có người lớn và phương tiện cứu hộ.
- D. Không cần đội nắp các chum, vại, bể chứa nước.

Câu 6 (0,5 điểm):Nên ăn khoảng bao nhiêu muối trong một tháng?

- A. Ăn vừa phải
- B. Ăn theo khả năng
- C. Ăn dưới 300g muối
- D. Ăn trên 300g muối

Câu 7 (0,5 điểm): Chất đạm và chất béo có vai trò:

- A. Giàu năng lượng và giúp cơ thể hấp thụ các vi-ta-min: A, D, E, K
- B. Xây dựng và đổi mới cơ thể
- C. Tạo ra những tế bào giúp cơ thể lớn lên.
- D. Tất cả các ý trên.

Câu 8 (0,5 điểm): Các bệnh dễ mắc khi thiếu Vi-ta-min A là gì?

- A. Chậm phát triển, kém thông minh
- B. Chảy máu chân răng
- C. Bệnh quáng gà, khô mắt, mù lòa
- D. Còi xương

Câu 9 (1điểm): Nối thông tin ở cột A với thông tin ở cột B sao cho phù hợp:

Cột A
1. Thiếu chất đạm
2. Thiếu vi-ta-min A
3. Thiếu i-ốt
4. Thiếu vi-ta-min D

Cột B
A. Mất nhìn kém, có thể mù lòa
B. Suy dinh dưỡng
C. Bị còi xương
D. Cơ thể phát triển chậm, kém thông minh, bị bướu cổ.

Câu 10 (2 điểm): Chọn từ hoặc cụm từ in nghiêng để điền vào chỗ chấm cho phù hợp. (Một từ hoặc cụm từ có thể điền được nhiều chỗ)

hoạt động sống, thay đổi, thức ăn, các chất, sức khỏe

- Không có một loạinào có thể cung cấp đủ..... cần thiết chocủa cơ thể.
- Tất cả những chất mà cơ thể cần đều phải lấy từ nhiều nguồn..... khác nhau.
- Để có tốt, chúng ta phải ăn phối hợp nhiều loại và thường xuyên món ăn.

II. PHẦN TỰ LUẬN(3 điểm)

Câu 1 (2 điểm): Nguồn nước bị ô nhiễm có ảnh hưởng đến con người và sức khỏe như thế nào? Em đã làm gì để bảo vệ nguồn nước quanh em?

.....

.....

.....

.....

.....

Câu 2 (1 điểm): Quần áo sau khi giặt xong cần phơi thế nào, ở đâu để mau khô? Em hãy giải thích rõ tại sao lại làm như vậy?

.....

.....

.....

.....

CMHS
(Ký và ghi rõ họ tên)

GVCN
(Ký và ghi rõ họ tên)