**NGÂN HÀNG KHOA HỌC KHỐI 5**

**NĂM HỌC: 2022 - 2023**

**CON NGƯỜI VÀ SỨC KHỎE**

**MỨC 1**

**Câu 1: Khi một em bé mới sinh, dựa vào cơ quan nào của cơ thể để biết đó là bé trai hay bé gái?**

**a)Cơ quan sinh dục** b)Cơ quan hô hấp

c)Cơ quan tuần hoàn d)Cơ quan tiêu hoá

**Câu 2: Khi một em bé mới sinh, dựa vào cơ quan nào của cơ thể để biết đó là bé trai**

**hay bé gái?**

a) Cơ quan tuần hoàn. b) Cơ quan tiêu hóa.

**c) Cơ quan sinh dục.** d) Cơ quan hô hấp.

**Câu 3: Em bé nằm trong bụng mẹ khoảng bao nhiêu tháng thì được sinh ra?**

**a) Khoảng 9 tháng.** b) Khoảng 10 tháng.

c) Khoảng 7 tháng. d) Khoảng 8 tháng.

**Câu 4: Cuộc đời mỗi con người được chia làm mấy giai đoạn?**

a)Hai giai đoạn**. b) Ba giai đoạn.** c) Bốn giai đoạn d) Năm giai đoạn

**Câu 5: Lứa tuổi từ 10 tuổi đến 19 tuổi thuộc giai đoạn nào của cuộc đời?**

a)Tuổi ấu thơ**. b) Tuổi vị thành niên.** c)Tuổi trưởng thành. d) Tuổi già.

**Câu 6: Ở giai đoạn nào trẻ em tiếp tục lớn nhanh nhưng không bằng dưới 3 tuổi?**

a) Từ 10 tuổi đến 19 tuổi. **b) Từ 3 đến 6 tuổi**

c) Từ 6 đến 10 tuổi. d) Từ 8 đến 10 tuổi.

**Câu 7: Chiều cao vẫn tiếp tục tăng, phát triển cả trí nhớ và suy nghĩ, đó là lứa tuổi:**

a) Dưới 3 tuổi. b) Từ 3 đến 6 tuổi**c) Từ 6 đến 10 tuổi.**d) Từ 8 đến 10 tuổi.

c) Từ 45 đến 60 tuổi. d) Từ 15 đến 25 tuổi

**Câu 8:**Tuổi dậy thì nằm trong giai đoạn nào của tuổi vị thành niên?

**a) Giai đoạn đầu** b) Giai đoạn giữa

c) Giai đoạn cuối c) Giai đoạn dậy thì.

**Câu 9: Tuổi dậy thì ở con gái thường bắt đầu vào khoảng nào?**

a) 16 đến 20 tuổi b) 13 đến 17 tuổi

**c) 10 đến 15 tuổi** c) 14 đến 23 tuổi

**Câu 10: Để bảo vệ sức khỏe về thể chất và tinh thần ở tuổi dậy thì chúng ta không nên làm gì?**

a) Thường xuyên tắm giặt, gội đầu và thay quần áo. **b) Sử dụng thuốc lá, rượu bia.**

c) Ăn uống đủ chất. d) Tập thể thao.

**Câu 11:Vệ sinh cơ quan sinh dục nam, nữ như thế nào là hợp lí?**

a) Hai ngày một lần. b) Không cần thường xuyên vì dễ gây cảm lạnh

c) **Hàng ngày.** d) Mỗi khi đi vệ sinh.

**Câu 12: Khi hành kinh, nữ sinh cần thay băng vệ sinh thế nào?**

**a) Ít nhất 4 lần trong ngày.** b) Ít nhất 3 lần trong ngày.

c) Ít nhất 2 lần trong ngày. d) Ít nhất 5 lần trong ngày.

**Câu 13: Muỗi vằn thường sống ở đâu?**

**a) Trong nhà.** b) Ao tù, nước đọng.

c) Các chum, vại. d) Bể nước.

**Câu 14: Tác nhân gây ra bệnh sốt rét là gì?**

a) Vi – rút. b) Vi khuẩn. **c) Kí sinh trùng.** d) Vi – rút và vi khuẩn.

**Câu 15: Động vật trung gian truyền bệnh sốt rét là:**

a) Bọ gậy. b) Muỗi vằn. **c) Muỗi a – nô – phen.** d) Vi –rút.

**Câu 16: Tại sao ta phải ngủ màn kể cả ban ngày?**

**a) Để tránh muỗi đốt** b) Để tránh gió

c) Để tránh kiến đốt d) Để tránh ánh sáng

**Câu 17: Động vật trung gian truyền bệnh sốt xuất huyết là:**

a) Bọ gậy. **b) Muỗi vằn.** c) Muỗi a – nô – phen. d) Vi –rút.

**Câu 18: Muỗi a-nô-phen thường sống ở đâu?**

a) Trong nhà. b) Ao tù, nước đọng. c) Các chum, vại. **d) Bụi rậm.**

**Câu 19: Trẻ em tuổi nào dễ bị bệnh viêm não?**

**a) 3-15 tuổi** b) 5-15 tuổi c) 10-15 tuổi d) 15 tuổi trở lên.

**Câu 20: Tác nhân gây ra bệnh viêm não là gì?**

a) Chuột, chim **b) Vi-rút** c)Vi khuẩn d) Vi sinh vật

**Câu 21: Người bị viêm gan A thường có triệu chứng gì?**

a) Sốt nhẹ c) Chán ăn

b) Đau ở vùng bụng bên phải **d) Sốt nhẹ, chán ăn, đau ở vùng bụng bên phải**

**Câu 22: Bệnh nào lây truyền qua đường tiêu hóa?**

a) Sốt xuất huyết **c) Viêm gan A**

b) Viêm não d) Sốt rét

**Câu 23: Để đi bộ an toàn, cần chú ý tránh điều gì?**

a) Giơ tay xin đường để cho người đi đường biết.

**b) Đi dàn hàng ngang, xô đẩy nhau khi sang đường.**

c) Sang đường ở nơi có vạch kẻ đường.

d) Sang đường khi có đèn đỏ.

**Câu 24: Việc làm nào là thực hiện đúng luật giao thông đường bộ?**

a) Đi xe đạp dàn hàng ba. b) Vượt đèn đỏ.

c) Đá bóng dưới lòng đường. **d) Đội mũ bảo hiểm khi đi xe gắn máy.**

**Câu 25:Ai có thể nhiễm HIV?**

a)Trẻ em. b)Người già.

c)Phụ nữ có thai. **d)Mọi người đều có thể nhiễm HIV.**

**Câu 26: Chúng ta cần có thái độ như thế nào đối với người nhiễm HIV, đặc biệt là trẻ em?**

a) Xa lánh và tránh tiếp xúc.

b) Không nói chuyện với họ.

c) Thể hiện sự phân biệt đối xử với họ.

**d) Không xa lánh và phân biệt đối xử với họ.**

**Câu 27: Trẻ em trong tình huống nào có thể dẫn đến bị xâm hại?**

**a) Đi một mình nơi tối tăm, vắng vẻ.**

b) Không đi nhờ xe người lạ.

c) Nhận quà hoặc tiền, sự giúp đỡ của người thân, bạn bè.

d) Không để người lạ vào nhà.

**Câu 28:** Viết theo thứ tự ưu tiên 1, 2, 3 vào ⬜ trước sự lựa chọn của bạn.

 *Để cung cấp vi - ta – min cho cơ thể, bạn chọn:*

⬜ Uống vi – ta – min.

⬜ Tiêm vi – ta – min

⬜ Ăn thức ăn chứa nhiều vi – ta – min.

( 2 – 3 - 1 )

**Câu 29: Khi dùng thuốc ta cần đọc kĩ thông tin trên vỏ và bảng hướng dẫn kèm theo.**

**a.Đúng**  b. Sai.

**Câu 30: Sử dụng sai thuốc sẽ không chữa được bệnh ngược lại có thể làm cho bệnh nặng hơn hoặc dẫn đến chết.**

**a.Đúng** b. Sai.

**Câu 31: Cơ quan sinh dục nam có khả năng gì?**

**S**

a**.** Tạo ra trứng

**Đ**

b. Tạo ra tinh trùng

**Câu 32: Cơ quan sinh dục nữ có khả năng gì?**

**Đ**

a**.** Tạo ra trứng

**S**

b. Tạo ra tinh trùng

**MỨC 2**

**Câu 1: Những thay đổi trong quan niệm xã hội về vai trò của nam và nữ?**

**a)Cả nam và nữ đều chăm sóc cho gia đình .**

b)Phụ nữ chỉ lo việc nội trợ.

c)Nam giới là trụ cột của gia đình.

d) Công việc được chia đều cho bố, mẹ và con cái.

**Câu 2: Một số điểm khác biệt giữa nam và nữ về mặt sinh học:**

a)Nam thường có râu, cơ quan sinh dục nam tạo ra trứng. Nữ có kinh nguyệt, cơ quan sinh dục nữ tạo ra tinh trùng.

b)Nữ thường có râu, cơ quan sinh dục nữ tạo ra trứng.Nam có kinh nguyệt, cơ quan sinh dục nam tạo ra tinh trùng.

**c) Nam thường có râu, cơ quan sinh dục nam tạo ra tinh trùng. Nữ có kinh nguyệt, cơ quan sinh dục nữ tạo ra trứng**

d) Nam có kinh nguyệt, cơ quan sinh dục nam tạo ra trứng. Nữ thường có râu, cơ quan sinh dục nữ tạo ra tinh trùng.

**Câu 3: Cơ thể người được hình thành như thế nào?**

**a) Được hình thành từ một tế bào trứng của mẹ kết hợp với tinh trùng của bố.**

b) Được hình thành từ trứng của mẹ.

b) Được hình thành trong cơ thể mẹ.

c) Được hình thành từ một hợp tử.

**Câu 4: Hợp tử phát triển thành gì?**

a) Hợp tử phát triển thành phôi.

b) Hợp tử phát triển thành bào thai.

**c) Hợp tử phát triển thành phôi rồi thành bào thai.**

d) Hợp tử phát triển thành thai nhi.

**Câu 5: Đến thời gian nào, em bé thường xuyên cử động và cảm nhận được tiếng động bên ngoài?**

a) Đến khoảng tuần thứ 18 (tháng thứ 5 )

b) Đến khoảng tuần thứ 17(tháng thứ 5)

c) Đến khoảng tuần thứ 19 (tháng thứ 5)

**d) Đến khoảng tuần thứ 20 (tháng thứ 5)**

**Câu 6: Tuổi dậy thì là gì?**

a) Là tuổi mà cơ thể có nhiều biến đổi về mặt thể chất.

b) Là tuổi mà cơ thể có nhiều biến đổi về mặt tinh thần.

c) Là tuổi mà cơ thể có nhiều biến đổi về mặt tình cảm và mối quan hệ xã hội.

**d) Là tuổi mà cơ thể có nhiều biến đổi về mặt thể chất, tinh thần, tình cảm và mối**

**quan hệ xã hội.**

**Câu 7: Nên làm gì để bảo vệ sức khỏe về thể chất ở tuổi dậy thì?**

a) Ăn uống đủ chất, vui chơi giải trí lành mạnh, tăng cường luyện tập thể dục thể thao.

b) Tăng cường luyện tập thể dục thể thao, vệ sinh thân thể sạch sẽ.

c) Vệ sinh thân thể sạch sẽ, ăn uống đủ chất, vui chơi giải trí lành mạnh.

**d) Ăn uống đủ chất, vui chơi giải trí lành mạnh, tăng cường luyện tập thể dục thể thao, vệ sinh thân thể sạch sẽ.**

**Câu 8: Nối các ý ở cột (A) với các ý ở cột (B) sao cho phù hợp:**

(A) (B)

|  |
| --- |
| Các cơ quan trong cơ thể đều phát triển đếnmức hoàn thiện. |

|  |
| --- |
| Tuổi vị thành niên |

|  |
| --- |
|  Tuổi trưởng thành |

|  |
| --- |
| Cơ thể suy yếu, khả năng hoạt động của các cơ quan giảm dần. |

|  |
| --- |
|  Tuổi già |

|  |
| --- |
| Là giai đoạn chuyển tiếp từ tuổi trẻ con sang tuổi trung niên |

|  |
| --- |
| Là giai đoạn chuyển tiếp từ trẻ con thành người lớn. |

**Câu 9: Dấu hiệu nào cho biết người con gái đã chính thức bước vào tuổi dậy thì?**

a) Cơ quan sinh dục phát triển, cơ thể phát triển nhanh cả về chiều cao, cân nặng.

b)Cơ thể phát triển nhanh cả về chiều cao, cân nặng, có kinh nguyệt.

c)Có kinh nguyệt, cơ quan sinh dục phát triển.

**d)Cơ quan sinh dục phát triển, cơ thể phát triển nhanh cả về chiều cao, cân nặng, có kinh nguyệt.**

**Câu 10: Không nên làm gì để bảo vệ sức khỏe về thể chất ở tuổi dậy thì?**

a) Xem phim ảnh hoặc sách báo không lành mạnh.

b) Sử dụng các chất gây nghiện như thuốc lá, rượu, ma túy….

**c) Xem phim ảnh, sách báo không lành mạnh, sử dụng các chất gây nghiện như thuốc lá, rượu, ma túy…**

d) Xem phim ảnh hoặc sách báo lành mạnh, sử dụng các chất gây nghiện như thuốc lá, rượu, ma túy…..

**Câu 11: Khi dùng quần lót cần chú ý điều gì?**

a) Hai ngày thay một lần, giặt và phơi trong bóng râm.

b) Mỗi ngày thay một lần, giặt và phơi trong bóng râm.

c) Giặt bằng máy giặt cho sạch và phơi trong bóng râm

**d) Giặt và phơi ngoài nắng, mỗi ngày thay một lần**

**Câu 12: Sau khi đi vệ sinh cần chú ý:**

**a) Lau từ phía trước ra phía sau hoặc rửa bằng nước sạch**

b) Lau từ phía sau lên phía trước hoặc rửa bằng nước sạch

c) Lau xung quanh hoặc rửa bằng nước sạch

d) Dùng dung dịch nước diệt khuẩn

**Câu 13: Khi phải dùng thuốc, đặc biệt là thuốc kháng sinh cần chú ý điều gì?**

a) Tuân theo sự chỉ định của bác sĩ,phải ngưng dùng thuốc nếu thấy bệnh không giảm hoặc bị dị ứng....

b) Phải biết tất cả những rủi ro có thể xảy ra khi dùng thuốc đó

c) Phải ngưng dùng thuốc nếu thấy bệnh không giảm hoặc bị dị ứng...

**d) Tuân theo sự chỉ định của bác sĩ, phải biết tất cả những rủi ro có thể xảy ra khi dùng thuốc đó, phải ngưng dùng thuốc nếu thấy bệnh không giảm hoặc bị dị ứng....**

**Câu 14: Nêu một số dấu hiệu chính của bệnh sốt rét?**

a) Cách 1 ngày lại xuất hiện 1 cơn sốt.

b) Mỗi cơn sốt có 3 giai đoạn.

**c) Cách 1 ngày lại xuất hiện 1 cơn sốt, mỗi cơn sốt có 3 giai đoạn.**

d) Cách 2 ngày lại xuất hiện 1 cơn sốt, mỗi cơn sốt có 2 giai đoạn.

**Câu 15: Bệnh viêm não nguy hiểm như thế nào?**

a) Người mắc bệnh này có thể bị chết.

b) Nếu sống cũng bị di chứng như bại liệt, mất trí nhớ….

**c) Người mắc bệnh này có thể bị chết, nếu sống cũng bị di chứng như bại liệt, mất trí nhớ….**

d) Người mắc bệnh này không bị chết, không để lại di chứng.

**Câu 16: Khi bị viêm gan A không nên:**

a) Không nên ăn mỡ **,** không nên uống rượu.

b) Không nên uống rượu, không ăn thức ăn cứng.

c) Không ăn thức ăn cứng, không nên ăn mỡ.

**d) Không nên ăn mỡ, không nên uống rượu, không ăn thức ăn cứng.**

**Câu 17: HIV là gì?**

**a) Một loại vi – rút, khi xâm nhập vào cơ thể sẽ làm khả năng chống đỡ bệnh tật của cơ thể bị suy giảm.**

b) Một loại vi khuẩn, khi xâm nhập vào cơ thể sẽ làm khả năng chống đỡ bệnh tật của cơ thể bị suy giảm.

c) Một loại vi trùng, khi xâm nhập vào cơ thể sẽ làm khả năng chống đỡ bệnh tật của cơ thể bị suy giảm.

d) Một loại bệnh, khi xâm nhập vào cơ thể sẽ làm khả năng chống đỡ bệnh tật của cơ thể bị suy giảm.

**Câu 18: AIDS là gì?**

a)AIDS là giai đoạn đầu của quá trình nhiễm HIV.

b) AIDS là giai đoạn giữa của quá trình nhiễm HIV.

c) AIDS là giai đoạn cuối cùng của quá trình nhiễm HIV.

**d) AIDS là giai đoạn phát bệnh của người nhiễm HIV.**

**Câu 19: Có phải tất cả những người nhiễm HIV sẽ dẫn đến AIDS không?**

a)Hầu hết những người nhiễm HIV không dẫn đến AIDS.

**b)Hầu hết những người nhiễm HIV sẽ dẫn đến AIDS.**

c)Hầu hết những người nhiễm HIV sẽ dẫn đến chết.

d)Họ nhiễm AIDS, không nhiễm HIV.

**Câu 20: HIV có thể lây qua những đường nào?**

a)Đường máu, đường tình dục.

b)Đường tình dục, từ mẹ sang con lúc mang thai hoặc khi sinh con.

c)Từ mẹ sang con lúc mang thai hoặc khi sinh con, đường máu.

**d) Đường máu, đường tình dục, từ mẹ sang con lúc mang thai hoặc khi sinh con.**

**Câu 21: Theo bạn, trẻ em có thể tham gia phòng chống HIV/AIDS như thế nào?**

a) Tránh xa và không tiếp xúc với người bị nhiễm HIV/AIDS.

**b) Tìm hiểu, học tập về các đường lây nhiễm và cách phòng chống HIV.**

c) Nhờ người lớn bảo vệ mình.

d) Không làm gì cả.

**Câu 22: Hoạt động tiếp xúc nào không có nguy cơ lây nhiễm HIV?**

a) Dùng chung bơm kim tiêm không khử trùng.

b) Xăm mình chung dụng cụ không khử trùng.

**c) Ngồi học cùng bàn.**

d) Nghịch bơm kim tiêm đã sử dụng.

**Câu 23: Người bị nhiễm HIV, đặc biệt là trẻ em có quyền gì?**

a) Không có bất kì quyền lợi gì.

b) Nhận sự động viên, chia sẻ của mọi người.

**c) Quyền được sống hòa nhập với cộng đồng, nhận sự hỗ trợ thông cảm và chăm sóc của gia đình, bạn bè, làng xóm...**

d) Quyền được sống hòa nhập với cộng đồng.

**Câu 24: Bạn cần làm gì khi có kẻ muốn xâm hại mình?**

a)Tránh ra xa để kẻ đó không đụng được đến người mình.

b)Nhìn thẳng vào kẻ định xâm hại mình và nói to hoặc hét lên một cách kiên quyết

“Không được, dừng lại!”, “Tôi không cho phép”, có thể kêu cứu nếu cần thiết.

c)Bỏ đi ngay.

**d)Thực hiện những điều trên cho phù hợp với từng hoàn cảnh.**

**Câu 25: Khi bị xâm hại, bạn cần làm gì?**

a)Kể ngay việc đó với người tin cậy để nhờ giúp đỡ. Nếu người đó tỏ ra chưa tin lời bạn nói, bạn sẽ nói lại để họ tin hoặc tìm người khác có thể giúp đỡ được mình.

b)Tố cáo với cơ quan, tổ chức có trách nhiệm (nếu sự việc là nghiêm trọng)

c)Nếu cơ thể bị tổn thương về thể chất hoặc tinh thần thì đến ngay cơ sở y tế, các tổ chức dịch vụ, tư vấn về sức khoẻ để được tư vấn, khám và điều trị kịp thời.

**d)Thực hiện những điều trên cho phù hợp với từng hoàn cảnh.**

**Câu 26: Việc làm nào sau đây không đảm bảo an toàn giao thông?**

a) Học sinh đội mũ bảo hiểm khi ngồi sau xe máy.

b) Đi bộ trên vỉa hè hoặc sát lề đường bên phải.

c) Người tham gia giao thông đi đúng phần đường quy định.

**d) Vượt đèn đỏ, phóng nhanh, vượt ẩu.**

**Câu 27: Khi gặp những chuyện lo lắng, sợ hãi, khó chịu... chúng ta có thể:**

a) Tự mình tìm cách giải quyết.

**b) Chia sẻ, tâm sự với người đáng tin cậy để tìm kiếm sự giúp đỡ.**

c) Không muốn người khác can thiệp.

d) Nói với người lạ.

**Câu 28: Phát biểu nào sau đây là không đúng khi thể hiện thái độ với người nhiễm HIV/AIDS?**

**a) Xa lánh và tránh tiếp xúc với họ.** b) Thông cảm, chia sẻ, giúp đỡ họ.

c) Không phân biệt đối xử với họ. d) Hỗ trợ, chăm sóc những người nhiễm HIV.

**Câu 29: Chấp hành Luật giao thông là trách nhiệm của ai?**

a) Của người lớn. b) Của trẻ em

**c) Của tất cả mọi người.** d) Của người có xe máy.

**Câu 30: Làm gì để phát hiện một người nhiễm HIV hay không?**

 a) Khám vùng bụng định kì.b)Xét nghiệm nước tiểu.

 c) Xét nghiệm nước bọt. **d) Xét nghiệm máu.**

**Câu 31. Nối câu hỏi ở cột A với câu trả lời ở cột B cho phù hợp**

 **A B**

Tác nhân gây bệnh viêm gan A là gì?

Sốt nhẹ, đau ở vùng bụng bên phải, chán ăn.

Bệnh viêm gan A có thể lây truyền như thế nào?

Vi - rút viêm gan A.

Vi-rút viêm gan A có trong phân của người bệnh, nếu phân không được xử lí tốt sẽ gây nhiễm bẩn nguồn nước, đất từ đólây sang người khác qua nước lã, thức ăn, tay không rửa sạch,…

Người bị bệnh viêm gan A thường có triệu chứng gì?

**Câu 32.**

 **A B**

Người mắc bệnh này có thể bị chết, nếu sống cũng sẽ bị di chứng như bại liết, mất trí nhớ,…

Tác nhân gây bệnh viêm não là gì?

Lứa tuổi nào thường bị mắc bệnh viêm não nhất?

Muỗi hút máu các con vật bị bệnh và truyền vi-rút gây bệnh sang người.

Tác nhân gây bệnh viêm gan A là gì?

Bệnh này do một loại vi-rút có trong máu gia súc và động vật hoang dã như khỉ, chuột, chim, …gây ra.

Bệnh viêm não lây truyền như thế nào?

Ai cũng có thể bị mắc bệnh này nhưng nhiều nhất là trẻ em từ 3 đến 15 tuổi vì sức đề kháng yếu.

Bệnh viêm não nguy hiểm như thế nào?

**MỨC 3**

**Câu 1: Em đồng ý với quan điểm nào sau đây?**

a) Phụ nữ mang thai nên ăn uống đủ chất, không nên làm việc để em bé khỏe mạnh và an toàn.

b) Phụ nữ mang thai nên ăn uống đủ chất, nên làm việc nhiều để em bé khỏe .

**c) Phụ nữ mang thai nên ăn uống đủ chất, nên làm việc vừa sức, nghỉ ngơi hợp lí để em bé khỏe mạnh và an toàn.**

d) Phụ nữ mang thai nên ăn uống đủ chất, nên nghỉ ngơi thật nhiều để em bé khỏe mạnh và an toàn.

**Câu 2: Điều gì quyết định đến sức khỏe của bé trong thời kì mẹ mang thai?**

a) Mẹ được ăn uống đủ chất, đủ lượng, được thăm khám thai định kì.

b) Mẹ được tiêm vác-xin phòng bệnh, được ăn uống đủ chất, đủ lượng.

c) Mẹ được tiêm vác-xin phòng bệnh, được thăm khám thai định kì.

**d) Mẹ được ăn uống đầy đủ, thăm khám thai định kì và tiêm vác-xin phòng bệnh.**

**Câu 3: Nhóm dinh dưỡng nào sau đây có một chất phụ nữ mang thai không nên ăn?**

a) Chất béo, chất đạm, vi-ta-min, chất khoáng.

b) Chất béo, chất bột đường, vi-ta-min.

c) Sữa, chất đạm, vi-ta-min, chất khoáng.

**d) Chất béo, chất đạm, cà phê, chất khoáng.**

**Câu 4: Tại sao mọi thành viên trong gia đình phải quan tâm, chăm sóc tốt cho người mẹ sau sinh?**

a) Vì người phụ nữ sau sinh rất yếu.

b) Vì người phụ nữ sau sinh phải vất vả chăm em bé.

c) Vì lúc đó cần có nhiều dinh dưỡng cho bé.

**d) Vì người phụ nữ sau sinh sức khỏe yếu, thường hay lo lắng, mệt mỏi, dễ rơi vào trạng thái trầm cảm và hành động mất kiểm soát.**

**Câu 5: Khi con người bước vào giai đoạn từ 60 hoặc 65 tuổi trở lên, thì cần:**

a) Ăn uống điều độ.

b)Rèn luyện thân thể, sống điều độ.

c) Tham gia các hoạt động xã hội.

**d) Ăn uống điều độ, rèn luyện thân thể, sống điều độ, tham gia các hoạt động xã hội.**

**Câu 6:** Hãy chọn các từ ngữ: ***học tập; chiều cao; cơ quan; trí nhớ*** điền vào chỗ trống cho thích hợp:

Ở giai đoạn từ 6 đến 10 tuổi, ……………… vẫn tiếp tục tăng. Hoạt động ……… ……… của chúng ta ngày càng tăng,……………. và suy nghĩ cũng ngày càng phát triển.

( Ở giai đoạn từ 6 đến 10 tuổi, ***chiều cao*** vẫn tiếp tục tăng. Hoạt động ***học tập***của chúng ta ngày càng tăng,***trí nhớ***và suy nghĩ cũng ngày càng phát triển.)

**Câu 7: Điền từ ngữ thích hợp vào chỗ chấm:**

Trong những năm đầu của giai đoạn tuổi trưởng thành, tầm vóc và thể lực của chúng ta***...........***nhất. Các cơ quan trong cơ thể đều ***…….***Lúc này, chúng ta có thể……….., chịu***……….*** với bản thân, gia đình và xã hội.

(Trong những năm đầu của giai đoạn tuổi trưởng thành, tầm vóc và thể lực của chúng ta***phát triển*** nhất. Các cơ quan trong cơ thể đều ***hoàn thiện***.Lúc này, chúng ta có thể ***lập gia đình***, chịu ***trách nhiệm*** với bản thân, gia đình và xã hội.)

**Câu 8: Điền từ ngữ thích hợp vào chỗ chấm:**

Tuổi dậy thì ở con gái bắt đầu khoảng từ ***……*** tuổi, con trai thường bắt

đầu khoảng từ…….. tuổi. Ở tuổi này cơ thể phát triển nhanh cảvề ***……..***

và cân nặng. Cơ quan sinh dục bắt đầu phát triển, con gái xuất hiện……. con trai

có hiên tượng……...

(Tuổi dậy thì ở con gái bắt đầu khoảng từ ***10 đến 15*** tuổi, con trai thường bắt

đầu khoảng từ ***13 đến 17*** tuổi. Ở tuổi này cơ thể phát triển nhanh cảvề ***chiều cao***

và cân nặng. Cơ quan sinh dục bắt đầu phát triển, con gái xuất hiện ***kinh nguyệt*** con trai

có hiên tượng ***xuất tinh***.)

**Câu 9: Tổ chức Y tế Thế giới chia lứa tuổi già thành những giai đoạn nào?**

a) 2 giai đoạn: Người cao tuổi từ 60-74 tuổi; Người già từ 75- trên 90 tuổi.

**b) 3 giai đoạn: Người cao tuổi từ 60-74 tuổi; Người già từ 75-90 tuổi; người già sống**

**lâu từ trên 90 tuổi.**

c) 1 giai đoạn: người cao tuổi từ 60-74 tuổi.

d) 4 giai đoạn: người cao tuổi từ 50-64 tuổi; người già từ 64 -80 tuổi; người già từ 80 – 90 tuổi; Người già sống lâu từ trên 90 tuổi.

**Câu 10: Tác nhân gây ra bệnh viên não là gì?**

**a) Do một loại vi-rút có trong máu gia súc hoặc động vật hoang dã gây ra**

b) Do muỗi vằn hút máu các con vật bị bệnh và truyền vi-rút gây bệnh sang người

c) Do một loại kí sinh trùng gây ra

d) Do muỗi a-nô-phen hút máu các con vật bị bệnh và truyền vi-rút gây bệnh sang người

**Câu 11: Người nhiễm HIV sẽ cảm thấy như thế nào khi được hòa nhập với cộng đồng?**

a) Họ cảm thấy bị xa lánh, mặc cảm.

b) Họ cảm thấy mặc cảm, buồn bã.

c) Họ cảm thấy bị phân biệt đối xử.

**d) Họ cảm thấy lạc quan, sống lành mạnh, có ích cho bản thân, gia đình và xã hội.**

**Câu 12: Khi muốn qua đường, cách nào sau đây là an toàn nhất?**

a) Đi chung với thật nhiều bạn. **b) Đi qua cầu vượt dành cho người đi bộ.**

c) Chạy nhanh qua đường. d) Đi cùng người lớn.

**Câu 13: Để phòng tránh tai nạn giao thông, việc làm nào sau đây là quan trọng nhất?**

a) Đội mũ bảo hiểm khi đi đường.

b) Không chở cồng kềnh.

**c) Nghiêm chỉnh chấp hành Luật giao thông.**

d) Không đùa nghịch dưới lòng đường

**Câu 14: Đúng ghi Đ, sai ghi S vào ô trống**

* 1. Khi một em bé mới sinh, dựa vào cơ quan hô hấp để biết đó là bé trai hay bé gái.

b. Tuổi dậy thì ở con trai thường bắt đầu khoảng từ 13 đến 17 tuổi.

c. Tất cả các bạn nữ đều gọn gàng hơn các bạn nam.

d. Nam thường có râu, cơ quan sinh dục tạo ra tinh trùng.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Câu a** | **Câu b** | **Câu c** | **Câu d** |
| S | Đ | S | Đ |

**Câu 15*:* Chọn các từ, cụm từ: *thế hệ; duy trì; sự sinh sản; đặc điểm;sự giúp đỡ, trẻ em*, điền vào chỗ chấm sao cho phù hợp.**

Mọi ...................... đều do bố, mẹ sinh ra và có những ........................giống với bố, mẹ của mình. Nhờ có ........................... mà các thế hệ trong mỗi gia đình, dòng họ được ..................... kế tiếp.

Mọi **trẻ em** đều do bố, mẹ sinh ra và có những **đặc điểm** giống với bố, mẹ của mình. Nhờ có **sự sinh sản** mà các thế hệ trong mỗi gia đình, dòng họ được **duy trì** kế tiếp.

**Câu 16: Nối ô cột A với ô Cột B sao cho phù hợp:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Cột A** |  | **Cột B** |
| **1**. HIV là gì? | **a**. Đường máu, tình dục và từ mẹ sang con lúc mang thai hoặc khi sinh con. |
| **2**. AIDS là gì? | **b**. Tiếp xúc thông thường.  |
| **3.** HIV có thể lây truyền qua đường nào? | **c**. Một loại vi – rút, khi xâm nhập vào cơ thể sẽ làm khả năng chống đỡ bệnh tật của cơ thể bị suy giảm. |
| **4**. Có phải tất cả những người nhiễm HIV sẽ dẫn đến AIDS không? | **d**. Giai đoạn phát triển của người nhiễm HIV. |
| **e**. Hầu hết những người nhiễm HIV sẽ dẫn đến AIDS. Nói cách khác, AIDS là giai đoạn cuối cùng của quá trình nhiễm HIV. |

1- c; 2 - d; 3 - a ; 4 - e

**TỰ LUẬN**

**MỨC 3**

**Câu 1: Sử dụng ma túy có hại gì cho sức khỏe và nhân cách của người nghiện?**

-Sức khỏe của người nghiện bị hủy hoại; mất khả năng lao động, học tập; hệ thần kinh bị tổn hại. Tiêm chích ma túy dễ bị lây nhiễm HIV, nếu quá liều có thể bị chết.

-Khi lên cơn nghiện, không làm chủ được bản thân, người nghiện có thể làm bất cứ việc gì kể cả ăn cắp, cướp của, giết người để có tiền mua ma túy.

**Câu 2: Nên làm gì và không nên làm gì để bảo vệ sức khỏe về thể chất và tinh thần ở tuổi dậy thì?**

- Cần vệ sinh thân thể sạch sẽ.

- Ăn uống đủ chất, tăng cường luyện tập thể dục thể thao, vui chơi giải trí lành mạnh;

- Tuyệt đối không sử dụng các chất gây nghiện như thuốc lá, rượu, ma túy….; Không xem phim ảnh hoặc sách báo không lành mạnh.

**Câu 3: Hút thuốc lá có hại gì cho bản thân?**

-Khói thuốc lá chứa rất nhiều chất độc, có thể gây ra nhiều căn bệnh như ung thư phổi, các bệnh về đường hô hấp và tim mạch...

-Khói thuốc lá làm hơi thở hôi, răng ố vàng, môi thâm, da sớm bị nhăn...

**Câu 4: Nêu những việc nên làm để giữ vệ sinh cơ thể ở tuổi dậy thì.**

-Rửa mặt thường xuyên bằng nước sạch nhằm loại bỏ chất nhờn gây mụn trứng cá.

-Tắm rửa, gội đầu, thay quần áo thường xuyên sẽ giúp cơ thể sạch sẽ, thơm tho.

-Giặt giũ quần áo đều đặn và phơi dưới nắng ráo.

-Biết giữ vệ sinh cơ quan sinh dục đúng cách.

**Câu 5: Chuẩn bị cho bé chào đời là trách nhiệm của ai? Chăm sóc sức khỏe của người mẹ trước khi có thai và trong thời kì mang thai có lợi gì?**

- Chuẩn bị cho bé chào đời là trách nhiệm của mọi người trong gia đình, đặc biệt là người bố.

- Chăm sóc sức khỏe của người mẹ trước khi có thai và trong thời kì mang thai sẽ giúp cho thai nhi khỏe mạnh, sinh trưởng và phát triển tốt; đồng thời người mẹ cũng khỏe mạnh, giảm được nguy cơ có thể xảy ra khi sinh con.

**Câu 6: Trình bày sự phát triển của thai nhi?**

Hợp tử phát triển thành phôi rồi thành bào thai. Đến tuần thứ 12 (tháng thứ ba), thai đã có đủ các cơ quan của cơ thể và có thể coi là một con người. Đến khoảng tuần thứ 20 (tháng thứ 5), bé thường xuyên cử động và cảm nhận được tiếng động bên ngoài,...Sau khoảng 9 tháng ở trong bụng mẹ, em bé sẽ được sinh ra.

**Câu 7: Nêu một số điểm khác biệt giữa nam và nữ về mặt sinh học.**

- Ngoài những đặc điểm chung, giữa nam và nữ có sự khác biệt, trong đó có sự khác nhau cơ bản về cấu tạo và chức năng của cơ quan sinh dục.

- Đến một độ tuổi nhất định, cơ quan sinh dục mới phát triển, làm cho cơ thể nữ và nam có nhiều điểm khác biệt về mặt sinh học.

**Câu 8: Nhờ đâu mà có các thế hệ trong mỗi gia đình? Lớp 5.9**

Nhờ có sự sinh sản mà các thế hệ trong mỗi gia đình, mỗi dòng họ được duy trì kế tiếp nhau. Do vậy, loài người được tiếp tục từ thế hệ này sang thế hệ khác. Lúc đầu gia đình nào cũng bắt đầu từ cha mẹ rồi sinh con, có cháu chắt… tạo thành dòng họ.

**Câu 9: Hút thuốc lá có ảnh hưởng gì đến những người xung quanh?**

-Những người không hút thuốc lá nhưng hít phải khói thuốc lá cũng dễ bị mắc các bệnh như người hút thuốc lá.

-Trẻ em sống trong môi trường có khói thuốc lá dễ mắc các bệnh nhiễm khuẩn đường hô hấp, viêm tai giữa, …

-Sống gần người hút thuốc lá, trẻ em dễ bắt chước và trở thành người nghiện thuốc lá.

**Câu 10: Uống rượu, bia có hại gì cho sức khỏe và nhân cách của người nghiện rượu, bia?**

-Rượu, bia có thể gây ra các bệnh về đường tiêu hóa, tim mạch, thần kinh...

-Người say rượu, bia thường bê tha, quần áo xộc xệch, mặt đỏ, dáng đi loạng choạng, nói lảm nhảm, ói mửa, bất tỉnh...

- Làm người uống phụ thuộc vào rượu, bia, dẫn đến nghiện.

**Câu 11: Bệnh viêm não là gì? Căn bệnh này nguy hiểm như thế nào?**

-Bệnh viêm não là bệnh truyền nhiễm do một loại virut có trong máu gia súc, chim, chuột, khỉ...., gây ra.

-Bệnh viêm não rất nguy hiểm đối với mọi người, đặc biệt là trẻ em. Bệnh có thể gây tử vong hoặc để lại di chứng lâu dài.

**Câu 12:Tại sao nói tuổi dậy thì có tầm quan trọng đặc biệt đối với cuộc đời của mỗi**

**con người?**

Ở tuổi này cơ thể phát triển nhanh cả về chiều cao và cân nặng. Cơ quan sinh dục bắt đầu

phát triển, con gái xuất hiện kinh nguyệt, con trai có hiện tượng xuất tinh. Đồng thời ở

giai đoạn này cũng diễn ra những biến đổi về tình cảm, suy nghĩ và mối quan hệ xã hội.

**Câu 13: Tại sao phải chăm sóc sức khỏe của người mẹ trước khi có thai và trong thời kì mang thai?**

Chăm sóc sức khỏe của người mẹ trước khi có thai và trong thời kì mang thai sẽ giúp cho thai nhi khỏe mạnh, sinh trưởng và phát triển tốt ; đồng thời người mẹ cũng khỏe mạnh, giảm được nguy hiểm có thể xảy ra khi sinh con.

**Câu 14: Tại sao không nên phân biệt đối xử giữa nam và nữ?**

Ta không nên phân biệt đối xữ giữa nam và nữ, vì quan niệm xã hội về nam và nữ có thể thay đổi. Trong gia đình, công việc nhà điều đươc chia sẽ cho bố và mẹ, anh chị em.Ngoài xã hội, nhiều phụ nữ tham gia công tác xã hội và giữ nhiều chức vụ quan trọng trong bộ máy lãnh đạo.

**Câu 15: Nêu một số ví dụ về vai trò của nữ ở trong lớp, trong trường và ở địa phương bạn.**

Ví dụ về vai trò của nữ:

Trong lớp: làm lớp trưởng, lớp phó,...

Trong trường: cô giáo, cô hiệu trưởng,..

Ở địa phương: làm chủ tịch hội phụ nữ, chủ tịch phường…

**Câu 16:Các chất gây nghiện có tác hại gì?**

Các chất gây nghiện đều gây hại cho sức khỏe của người sử dụng và những người xung quanh; làm tiêu hao tiền của bản thân, gia đình; làm mất trật tự an toàn xã hội.

**Câu 17: Chúng ta nên làm gì trong trường hợp bị dụ dỗ sử dụng chất gây nghiện ?**Việc từ chối hút thuốc lá, uống rượu, bia, sử dụng ma túy không phải là dễ dàng. Trong trường hợp bị dọa dẫm, ép buộc thì tốt nhất nên tìm cách bỏ đi, ra khỏi nơi đó hoặc có thể nhờ sự hỗ trợ của những người tiến bộ khác.Chúng ta có thể tìm sự giúp đỡ từ cha mẹ, thầy cô, công an nếu không tự giải quyết được.

**Câu 18: Hãy nêu đặc điểm nổi bật của tuổi vị thành niên.**

Đây là giai đoạn chuyển tiếp từ trẻ con thành người lớn, được thể hiện ở sự phát triển

mạnh mẽ về thể chất, tinh thần, tình cảm và mối quan hệ xã hội. Tuổi dậy thì nằm trong

giai đoạn đầu của tuổi vị thành niên.

**Câu 19: Hãy nêu một số đặc điểm tâm sinh lí nổi bật của giai đoạn đầu ở lứa tuổi vị thành niên.**

- Bắt đầu dậy thì.

- Cơ thể phát triển nhanh.

- Bận tâm, lo lắng về sự thay đổi của cơ thể.

- Những cố gắng ban đầu trong việc độc lập với cha mẹ.

**Câu 20: Hãy nêu đặc điểm nổi bật của tuổi trưởng thành.**

Trong những năm đầu của giai đoạn này, tầm vóc và thể lực của chúng ta phát triển nhất. Các cơ quan trong cơ thể đều hoàn thiện. Lúc này, chúng ta có thể lập gia đình, chịu trách nhiệm với bản thân, gia đình và xã hội.

**Câu 21: Nêu cách đề phòng bệnh sốt xuất huyết?**

Để đề phòng bệnh sốt xuất huyết ta nên: Giữ vệ sinh nhà ở và môi trường xung quanh, tích cực diệt muỗi, diệt bọ gậy bằng nhiều biện pháp và nhất là tránh để muỗi đốt.

**Câu 22: Nêu các biện pháp về phòng tránh HIV/AIDS?**

-Chỉ nên dùng kim tiêm một lần rồi bỏ. Nếu phải dùng chung bơm kim tiêm thì cần luộc 20 phút kể từ khi nước sôi.

-Không tiêm chích ma túy. Tiêm chích ma túy là một con đường dẫn đến HIV/AIDS.

-Không dùng chung các dụng cụ có thể dính máu như dao cạo, bàn chải đánh răng, kim châm.

**Câu 23: Là học sinh chúng ta cần làm gì để nâng cao ý thức của mọi người về việc phòng tránh HIV/AIDS?**

Thường xuyên chia sẻ kiến thức mình được học về phòng tránh HIV/AIDS cho những người thân và những người xung quanh mình biết.

Tham gia vào một số cuộc thi nhằm nâng cao kiến thức về phòng tránh HIV/AIDS.

**Câu 24: Nêu triệu chứng biểu hiện của bệnh viêm gan A? Nêu các biện pháp giúp điều trị bệnh viêm gan A?**

Triệu chứng của bệnh viêm gan A là hơi sốt, đau vùng bụng bên phải, gần gan, chán ăn... Bệnh viêm gan A chưa có thuốc đặc trị. Người bệnh cần nghỉ ngơi, ăn thức ăn lỏng chứa nhiều chất đạm,vitamin; không ăn mỡ; không uống rượu.

**Câu 25: Em có thể làm gì để thực hiện an toàn giao thông?**

- Tìm hiểu Luật Giao thông đường bộ.

- Nghiêm chỉnh chấp hành Luật Giao thông đường bộ.

- Đội mũ bảo hiểm khi tham gia giao thông.

- Thận trọng khi qua đường và tuân theo chỉ dẫn của đèn tín hiệu.

- Không đùa nghịch, chạy nhảy hay đá bóng dưới lòng đường.

**Câu 26: Chúng ta cần có thái độ như thế nào đối với người nhiễm HIV/AIDS?**

Những người nhiễm HIV, đặc biệt là trẻ em có quyền và cần được sống trong sự hỗ trợ, thông cảm và chăm sóc của gia đình, bạn bè, làng xóm…, không nên xa lánh và phân biệt đối xử với họ. Điều đó sẽ giúp người nhiễm HIV sống lạc quan, lành mạnh, có ích cho bản thân, gia đình và xã hội.

**Câu 27: Nguyên nhân nào dẫn đến tai nạn giao thông?**

Có nhiều nguyên nhân dẫn đến tai nạn giao thông như: phóng nhanh, vượt ẩu, không đội mũ bảo hiểm,… Một trong những nguyên nhân gây tai nạn giao thông là do người tham gia giao thông không chấp hành đúng Luật Giao thông đường bộ.

**MỨC 4**

**Câu 1: Tại sao phải tiêm vắc – xin phòng bệnh và khám thai định kì ?**

a) Để phòng một số bệnh thường gặp trong thời kì mang thai.

b) Để phát hiện sớm những dị tật bẩm sinh cho bé.

c) Để phòng bệnh cho cả mẹ và bé.

**d) Để phòng bệnh cho cả mẹ và bé đồng thời sàng lọc một số bệnh trước sinh.**

**Câu 2: Điền các từ : chúng ta, trẻ, thế hệ; duy trì; sự sinh sản; đặc điểm; bố, mẹ; trẻ em, vào chỗ chấm sao cho phù hợp.**

Mọi ..............đều do ......, ......... sinh ra và có những ..............giống với bố, mẹ của mình. Nhờ có .......................... mà các ............. trong mỗi gia đình, dòng họ được ........... kế tiếp

(Mọi ***trẻ em***. đều do ***bố, mẹ*** sinh ra và có những  ***đặc điểm*** giống với bố, mẹ của mình. Nhờ có ***sự sinh sản*** mà các ***thế hệ***trong mỗi gia đình, dòng họ được **duy trì** kế tiếp)

**Câu 3: Khi rửa cơ quan sinh dục nữ cần chú ý điều gì?**

a) Dùng nước sạch, xà phòng tắm, xà phòng giặt, thụt rửa bên trong để vệ sinh

b) Dùng xà phòng tắm, xà phòng giặt, nước máy có khử clo để vệ sinh

c) Dùng nước sạch, xà phòng tắm, thụt rửa bên trong và bên ngoài để vệ sinh

**d) Dùng nước sạch, xà phòng tắm, không rửa bên trong, chỉ rửa bên ngoài để vệ sinh**

**Câu 4: Bệnh sốt xuất huyết được phân làm:**

a) 2cấp độ b) 3 cấp độ c) 4cấp độ d) 5cấp độ

**Câu 5: Khi bị sốt xuất huyết bệnh nhân thường bị xuất huyết ở những vùng nào?**

a)Xuất huyết dưới da, xuất huyết niêm mạc.

b)Xuất huyết niêm mạc, xuất huyết nội tạng, xuất huyết ở tay và chân

c)Xuất huyết dưới da, xuất huyết nội tạng.

**d)Xuất huyết dưới da, xuất huyết niêm mạc, xuất huyết nội tạng.**

# Câu 6: Chọn ý sai trong phát biểu sau: “Vì sao sốt xuất huyết khiến nhiều người tử vong”

a) [Bệnh sốt xuất huyết hiện chưa có vắc-xin phòng bệnh](http://songkhoe.vn/chuan-bi-co-vac-xin-sot-xuat-huyet-dengue_961-0-99004.html) và không có thuốc điều trị đặc hiệu cho nên khó khống chế được bệnh.

b) Khi bệnh nặng, chỉ có biện pháp hồi sức tổng hợp chung nên có nhiều nguy cơ đe dọa tính mạng của người bệnh.

c) Diễn biến lâm sàng rất phức tạp.

**d)** [**Bệnh sốt xuất huyết hiện đã có vắc-xin phòng bệnh**](http://songkhoe.vn/chuan-bi-co-vac-xin-sot-xuat-huyet-dengue_961-0-99004.html)**, nên đưa trẻ chủng ngừa để phòng bệnh.**

**Câu 7: Vì sao y tế chỉ phun thuốc diệt muỗi theo đợt mà không phun thường xuyên?**

**a)Vì thuốc độc hại sợ gây ảnh hưởng đến sức khỏe của con người.**

**b)Vì chi phí cho việc phun thuốc quá cao.**

**c) Vì tránh hiện tượng kháng hóa chất và bảo vệ môi trường.**

d) Vì lúc đó có nhiều muỗi vằn, muỗi a – nô - phen gây bệnh

**Câu 8:Bệnh viêm gan A phổ biến ở những đâu?**

**a) Bệnh phổ biến ở những nơi vệ sinh kém và không đủ nước sạch.**

b) Bệnh phổ biến ở những nơi vệ sinh kém và có nhiều phân gia súc.

c) Bệnh phổ biến ở những nơi vệ sinh kém và không đủ thức ăn.

d) Bệnh phổ biến ở những nơi vệ sinh sạch và không đủ nước sạch.

**Câu 9:Các biện pháp phòng bệnh viêm gan A là:**

a) Ăn thức ăn đã được nấu chín, uống nước chưa đun sôi, rửa tay sau khi đi vệ sinh.

b) Ăn thức ăn chưa nấu chín, uống nước đun sôi, rửa tay sau khi đi vệ sinh.

**c) Ăn thức ăn đã được nấu chín, uống nước đun sôi, rửa tay trước khi ăn.**

d) Ăn thức ăn đã được nấu chín, uống nước đun sôi, không rửa tay trước khi ăn.

**Câu 10: Những hành vi nào sau đây có nguy cơ lây nhiễm HIV?**

a) Dùng bơm kim tiêm sử dụng một lần

b) Sử dụng nhà vệ sinh công cộng.

c) Bắt tay nhau

**d) Truyền máu mà không biết rõ nguồn gốc.**