**ĐỀ KIỂM TRA TRONG THỜI GIAN HS TỰ HỌC Ở NHÀ MÔN SINH 8**

**Câu 1:** Loại muối khoáng nào chứa nhiều trong thịt và có vai trò đặc biệt quan trọng trong sự hàn gắn vết thương ?

A. Sắt

B. Kẽm

C. Mangan

D. Canxi

**Câu 2:** Vì sao nói vitamin D có vai trò quan trọng trong trao đổi canxi ở người ?

A. Vì vitamin D giúp tiêu hoá canxi và dẫn truyền chúng vào trong mỗi tế bào

B. Vì vitamin D chính là tiền chất của các hợp chất canxi

C. Vì cơ thể chỉ hấp thụ được canxi khi có mặt vitamin D

D. Tất cả các phương án còn lại

**Câu 3:** Thuốc lá là tác nhân gây tiêu huỷ loại vitamin nào ?

A. Vitamin E

B. Vitamin D

C. Vitamin A

D. Vitamin C

**Câu 4:** Khẩu phần ăn là

A. lượng thức ăn và nước uống cung cấp cho cơ thể trong mỗi giờ.

B. lượng thức ăn cung cấp cho cơ thể trong mỗi ngày.

C. lượng thức ăn cung cấp cho cơ thể trong mỗi tháng.

D. lượng thức ăn và nước uống cung cấp cho cơ thể trong mỗi năm.

**Câu 5:** Mỗi quả thận ở người có khoảng bao nhiêu đơn vị chức năng ?

A. 1 trăm

B. 1 nghìn

C. 1 triệu

D. 1 vạn

**Câu 6:** Một đơn vị chức năng thận không bao gồm thành phần nào sau đây ?

A. Ống góp

B. Ống thận

C. Nang cầu thận

D. Cầu thận

**Câu 7:** Trong hoạt động bài tiết nước tiểu, nước tiểu đầu sẽ được tạo thành liền sau

A. quá trình dẫn máu về cầu thận của động mạch thận.

B. quá trình bài tiết tiếp ở ống thận.

C. quá trình tái hấp thụ ở ống thận.

D. quá trình lọc máu ở cầu thận.

**Câu 8:** Việc làm nào dưới đây giúp bảo vệ hệ bài tiết nước tiểu ?

A. Tất cả các phương án còn lại

B. Nhịn tiểu

C. Uống đủ nước

D. Ăn mặn

**Câu 9:** Dựa vào khả năng tan trong những loại dung môi khác nhau, em hãy cho biết loại vitamin nào dưới đây không cùng nhóm với những vitamin còn lại ?

A. Vitamin A

B. Vitamin C

C. Vitamin K

D. Vitamin D

**Câu 10:** Vitamin E có nhiều trong

A. thịt bò, trứng, hạt ngũ cốc...

B. rau xanh, quả tươi...

C. gan động vật, hạt nảy mầm, dầu thực vật...

D. ngô vàng, cá hồi, thịt lợn...

**Câu 11:** Cặp khoáng chất nào là thành phần quan trọng trong dịch nội bào, tham gia vào hoạt động co cơ, hình thành và dẫn truyền xung thần kinh ?

A. Niken và silic

B. Magiê và mangan

C. Canxi và phôtpho

D. Natri và kali

**Câu 12:** Ở trẻ em, nhu cầu về chất nào dưới đây thường cao hơn người trưởng thành ?

A. Muối khoáng

B. Đạm động vật

C. Mỡ động vật

D. Tinh bột

Câu 13: Trồng nhiều cây xanh có lợi gì trong việc làm sạch không khí quanh ta?

Câu 14: Hút thuốc lá có hại như thế nào cho đường hô hấp?

***Chú ý: Các nôi dung hướng dẫn HS tự học ở nhà, HS làm đầy đủ ra vở khi đi học trở lại GV sẽ kiểm tra.***