

KIỂM TRA LƯỢNG GIÁ SAU BUỔI TRUYỀN THÔNG

Điểm:	Trường TH, THCS & THPT Quốc tế Á Châu Cơ sở: Lớp:
--------------	--

Bài: Phòng ngừa thiếu vi chất dinh dưỡng

Câu 1 (2đ): Loại thức ăn nào sau đây có chứa nhiều vitamin A? (tích chọn vào 1 ô vuông có ý đúng nhất)

- ☐ Mỡ động vật.
☐ Gan cá thu.
☐ Củ cải trắng
☐ Gạo

Câu 2 (2đ): Phòng chống thiếu máu thiếu sắt cần: (tích chọn vào ô vuông các ý đúng).

- ☐ Ăn thường xuyên các loại thịt, cá , gan, trứng cùng với rau xanh và trái cây
☐ Rửa tay trước khi ăn và sau khi đi vệ sinh
☐ Xô giun định kỳ mỗi 6 tháng
☐ Ăn đủ dầu, mỡ trong bữa ăn

Câu 3 (1đ): Phát biểu sau đúng hay sai?

“Ba vi chất dinh dưỡng bị thiếu hụt phổ biến trong cộng đồng là Vitamin A, sắt và iot”

- ☐ Đúng ☐ Sai

Câu 4 (2đ): Kéo thả các từ vào ô trống của đoạn văn sau cho phù hợp.

Hạt nêm	Vitamin A	Muối Iod	Sắt
Ăn đủ dầu mỡ để tăng hấp thu , ăn nhiều rau củ, trái cây giàu Vitamin C để tăng hấp thu . Nên sử dụng trong nấu ăn hằng ngày.			

Câu 5 (3đ): Nối các thành phần cột A với thành phần cột B sao cho phù hợp.

Cột A	Cột B
I ốt	Quáng gà, khô mắt
Sắt	Chậm phát triển trí tuệ, bướu cổ
Vitamin A	Biếng ăn, chậm tăng trưởng