

BÀI TẬP CHƯƠNG II: VẬN ĐỘNG

1. Khi gặp người bị tai nạn ,gãy xương chân ta phải?

- A. Dùng nẹp, gác tạm thời sơ cứu, để người bị nạn nằm thẳng, chờ ngay đến bệnh viện.
- B. Nắn lại chỗ xương vừa bị gãy, dùng nẹp cố định, chờ đến bệnh viện
- C. Khiêng người bị nạn lên xe, chờ ngay đến bệnh viện.
- D. Đặt nạn nhân nằm nguyên tại chỗ, nắn lại xương và chờ đến bệnh viện

2. Nguyên nhân nào dẫn đến sự mỏi cơ ?

- A. Lượng O_2 cung cấp cho cơ thiếu.
- B. Năng lượng cung cấp ít, sinh ra axit lactic đầu độc cơ
- C. Do thiếu oxi, năng lượng sinh ra ít, axit lactic tích tụ đầu độc cơ .
- D. Sản phẩm tạo ra là axit lactic tích tụ đầu độc cơ .

3. Các xương dài ở trẻ em tiếp tục dài ra được là nhờ tác dụng của:

- A. Chất tủy vàng trong khoang xương
- B. Mô xương xốp
- C. Chất tủy đỏ có trong đầu xương
- D. Sụn tăng trưởng

4. Chức năng của tủy xương là

- A. Nuôi dưỡng xương.
- B. Sinh hồng cầu, chứa mỡ ở người già, chứa tủy đỏ ở trẻ em, chứa tủy vàng ở người lớn.
- C. Phân tán lực tác động, tạo các ô chứa tủy đỏ.
- D. Làm giảm ma sát trong khớp xương.

5. Xương có tính đàn hồi và rắn chắc vì

- A. Cấu trúc có sự kết hợp giữa chất hữu cơ và muối khoáng.
- B. Xương có tủy xương và muối khoáng.
- C. Xương có chất hữu cơ và có màng xương.
- D. Xương có mô xương cứng và cấu tạo từ chất hữu cơ.

6. Chức năng của sụn đầu xương là

- A. Giúp cho xương dài ra.
- B. Phân tán lực tác động, tạo các ô chứa tủy đỏ.
- C. Làm giảm ma sát trong khớp xương.
- D. Giúp cho xương lớn lên về chiều ngang.

7. Chức năng của sụn tăng trưởng là

- A. Làm giảm ma sát trong khớp xương.
- B. Chịu lực, đảm bảo vững chắc.
- C. Giúp cho xương dài ra.
- D. Giúp cho xương lớn lên về chiều ngang.

8. Xương to ra là nhờ

- A. Sự phân chia của tế bào khoang xương.
- B. Sự phân chia của tế bào sụn tăng trưởng.
- C. Sự phân chia của tế bào màng xương.
- D. Sự phân chia của tế bào mô xương cứng.

9. Loại khoáng chất chủ yếu có trong xương là:

- A. Natri
- B. Photpho
- C. Canxi
- D. Kali

10. Xương to ra nhờ:

- A. Mô xương xốp
- B. Tẩm sụn ở 2 đầu

C. Sự phân chia ở tế bào màng xương

D. Sự phân chia ở mô xương cứng

11. Mô sụn , mô xương thuộc loại mô nào:

a.Mô biểu bì

b. Mô liên kết

c.Mô thần kinh

d.Mô cơ

12. Khoang ngực và khoang bụng được ngăn cách bởi loại cơ nào:

a.Cơ bụng , cơ ngực

b.Cơ liên sườn trong

c. Cơ hoành

d.Cơ liên sườn ngoài

13. Tạo nên những vẻ mặt khác nhau của con người là tác dụng của:

a.Nhóm cơ ngực

b.Nhóm cơ lưng

c. Nhóm cơ nét mặt

d.Nhóm cơ bụng

14. Hệ vận động của cơ thể gồm có :

A. Cơ và xương

B. Cơ và tim

C. Xương và phổi

D. Xương và dạ dày

15. Xương dài nhất trong cơ thể là :

A. Xương sống

B. Xương đùi

C. Xương cánh tay

D. Xương sườn

16. Ở người già xương thường bị gãy là do:

A. Tỷ lệ chất vô cơ giảm xuống

B. Tỷ lệ chất hữu cơ giảm xuống

C. Tỷ lệ chất hữu cơ tăng lên

D. Tỷ lệ sụn tăng lên

17. Đánh dấu tick vào ô trống của các ý đúng:

Để xương và cơ phát triển cân đối, chúng ta cần:

- Có một chế độ dinh dưỡng hợp lí.

- Tập thể dục thể thao thật nhiều, tắm nước lạnh

- Tắm nắng tạo điều kiện cho tiền vitamin D chuyển hóa thành vitamin D để sử dụng trong quá trình tạo xương.

- Rèn luyện thân thể và lao động vừa sức.

18. Tại sao ở người già xương dễ bị gãy và khi gãy khó phục hồi?