**CÂU HỎI TRẮC NGHIỆM BÀI 11 – SINH HỌC 11** (Sách Ctst)

1. **Câu hỏi trắc nghiệm nhiều phương án lựa chọn**

**Câu 1:**Dụng cụ nào sau đây được sử dụng để đo huyết áp?

**A.** Máy kích thích điện.

**B.** Đồng hồ bấm giây.

**C.** Ống nghe tim phổi.

**D.** Huyết áp kế điện tử.

**Câu 2:**Khẳng định nào dưới đây về thứ tự các bước thực hiện trong thực hành đo huyết áp bằng máy đo huyết áp điện tử bắp tay là đúng?

(1) Ấn nút khởi động đo trên máy đo huyết áp.

(2) Quấn túi khí quanh cánh tay, phía trên khuỷu tay 2 – 3cm.

(3) Đọc kết quả giá trị huyết áp tối đa, giá trị huyết áp tối thiểu và nhịp tim hiển thị trên màn hình.

(4) Người được đo ngồi ở tư thế thoải mái hoặc ngồi duỗi thẳng cánh tay lên bàn.

**A.** (1) → (2) → (3) → (4).

**B.** (1) → (3) → (4) → (2).

**C.** (4) → (2) → (1) → (3).

**D.** (4) → (1) → (2) → (3).

 **Câu 3:**Nếu một người có trị số huyết áp tâm thu là 140 mmHg và huyết áp tâm trương là 90 mmHg. Nhận định nào sau đây là đúng?

**A.** Người này có nguy cơ mắc bệnh huyết áp thấp.

**B.** Người này có nguy cơ mắc bệnh huyết áp cao.

**C.** Người này có trị số huyết áp bình thường.

**D.** Người này trị số huyết áp tâm thu và huyết áp tâm trương thấp hơn mức trung bình.

**Câu 3:**Nếu một người có trị số huyết áp tâm thu là 140 mmHg và huyết áp tâm trương là 90 mmHg. Nhận định nào sau đây là đúng?

**A.** Người này có nguy cơ mắc bệnh huyết áp thấp.

**B.** Người này có nguy cơ mắc bệnh huyết áp cao.

**C.** Người này có trị số huyết áp bình thường.

**D.** Người này trị số huyết áp tâm thu và huyết áp tâm trương thấp hơn mức trung bình.

**GÓP Ý: Đáp án bị lập từ => Đổi sang câu khẳng định**

**Ví dụ: Nếu …… mmHg. Nhận định đúng khi nói về người này là**

**A.** có nguy cơ mắc bệnh huyết áp thấp.

**B.** có nguy cơ mắc bệnh huyết áp cao.

**C.** có trị số huyết áp bình thường.

**D.** trị số huyết áp tâm thu và huyết áp tâm trương thấp hơn mức trung bình.

**Câu 4:**Nhịp tim sau khi hoạt động lại nhanh hơn so với khi nghỉ ngơi vì

**A.** khi hoạt động, nhu cầu về năng lượng và oxygen của cơ thể tăng, dẫn đến tăng nhịp tim để đẩy máu đến các cơ quan.

**B.** khi hoạt động, nhu cầu về năng lượng và oxygen của cơ thể giảm, dẫn đến tăng nhịp tim để đẩy máu đến các cơ quan.

**C.** khi hoạt động, nhu cầu về năng lượng và carbon dioxide của cơ thể tăng, dẫn đến tăng nhịp tim để đẩy máu đến các cơ quan.

**D.** khi hoạt động, cơ thể nóng dần lên, tăng nhịp tim giúp cơ thể tỏa nhiệt.

**Câu 5:**Trước khi tiến hành mổ ếch, ta cần thực hiện thao tác nào sau đây?

**A.** Đặt ếch lên khay mổ.

**B.** Cố định ếch bằng kim.

**C.** Gây tê ếch.

**D.** Huỷ tuỷ ếch.

**Câu 6:**Nếu đo nhịp tim trong các thời điểm sau, thời điểm nào đo được số nhịp tim thấp nhất?

**A.** Khi nghỉ ngơi.

**B.** Khi đi bộ.

**C.** Khi đạp xe.

**D.** Sau khi chạy.

**Câu 7:**Để đếm nhịp tim thông qua bắt mạch cổ tay, người ta dùng

**A.** ba ngón tay: ngón trỏ, ngón giữa và ngón áp út.

**B.** ba ngón tay: ngón cái, ngón trỏ và ngón út.

**C.** hai ngón tay: ngón út và ngón giữa.

**D.** hai ngón tay: ngón giữa và ngón áp út.

**Câu 8:**Ở thí nghiệm mổ tim ếch và tìm hiểu tính tự động của tim, sau khi tách rời tim khỏi cơ thể thành công, tim ếch có trạng thái hoạt động như thế nào?

**A.** Tim ếch ngừng hoạt động.

**B.** Tim ếch vẫn còn khả năng hoạt động.

**C.** Tim ếch hoạt động mạnh hơn.

**D.** Tim ếch ngừng hoạt động một thời gian sau đó hoạt động mạnh.

**Câu 9:**Adrenalin tác động đến sự hoạt động của tim làm cho

**A.** tim đập nhanh hơn, mạnh hơn, mạch máu co và huyết áp tăng.

**B.**tim đập chậm hơn, yếu hơn, mạch máu co và huyết áp tăng.

**C.**tim đập nhanh hơn, mạnh hơn, mạch máu dãn và huyết áp giảm.

**D.**tim đập chậm hơn, yếu hơn, mạch máu co và huyết áp tăng.

**Câu 10:**Nguồn điện được sử dụng để kích thích thần kinh giao cảm – đối giao cảm ở ếch có hiệu điện thế là

**A.** 3 V.

**B.** 6 V.

**C.** 9 V.

**D.** 12 V.

**II. CÂU HỎI ĐÚNG – SAI:**

Câu 1: Khi nói về kỹ thuật đo huyết áp, phát biểu nào sau đây là đúng: => đúng hoặc sai?

1. Khi đo huyết áp cần nằm ở tư thế thoải mái hoặc ngồi duỗi thẳng cánh tay trái lên bàn, vắn tay áo lên cao gần nách. (Đ)
2. Đo huyết áp ở tay trái và tay phải có cho kết quả như nhau. (S)
3. Ở người, có thể đo huyết áp ở bất kỳ nơi nào trên cánh tay. (S)
4. Trong những trường hợp bệnh nhân mất máu quá nhiều, huyết áp sẽ giảm so với lúc bình thường. (Đ)

GÓP Ý: Cần có sự giải thích đúng cho những câu Sai

Câu 2: Khi nói về nhịp tim, phát biểu nào sau đây sai: => đúng hoặc sai?

1. Khi đếm nhịp tim, phải đặt ống nghe tim phổi vào phía ngực bên phải. (S)
2. Huyết áp và nhịp tim của mọi người đều giống nhau trong khi chạy và lúc nghỉ ngơi sau khi chạy xong. (S)
3. Nhịp tim của ếch ở thời điểm trước và sau khi nhỏ dung dịch adrenaline đều giống nhau. (S)
4. Nhịp tim trong và ngay sau khi kích thích dây thần kinh giao cảm - đối giao cảm nhanh hơn so với nhịp tim lúc bình thường. (Đ)

GÓP Ý: Cần có sự giải thích đúng cho những câu Sai

Câu 3: Phát biểu nào đúng: => Khi nói về ……….. Phát biểu nào sau đây là đúng hoặc sai?

1. Khi Có kích thích của dòng điện phù hợp đã gây hưng phấn và khi đó dây thần kinh giao cảm xuất hiện xung thần kinh tới tìm làm cho tim hoạt động nhanh hơn lúc bình thường. (Đ)
2. Nhịp tim khi chưa thắt chỉ với nhịp đập xoang nhĩ, nhịp tim sau khi thắt chỉ như nhau. Bởi vì tim có tính tự động, có khả năng co dãn tự động theo chu kì tim do hệ dẫn truyền tim. (Đ)
3. Adrenalin (thể dịch) tác động đến sự hoạt động của tim, làm cho tim đập nhanh hơn, mạnh hơn, mạch máu và huyết áp tăng. (Đ)
4. Không cần phải tách tim ra khỏi cơ thể ếch (làm tim rời) khi nghiên cứu tác động của adrenalin lên hoạt động của tim ếch. (S)

GÓP Ý: Cần có sự giải thích đúng cho những câu Sai

**Câu 1:** Bảng dưới đây thể hiện kết quả đo chỉ số huyết áp và nhịp tim ở một người. Dựa vào bảng kết quả hãy cho biết nhận định đúng hay sai?

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Nhịp tim (nhịp/ phút)** | **Huyết áp tối đa (mmHg)** | **Huyết áp tối thiểu (mmHg)** |
| Trước khi chạy nhanh tại chỗ | 75 | 118 | 78 |
| Ngay sau khi chạy nhanh | 90 | 125 | 83 |
| Sau khi nghỉ chạy 5 phút | 80 | 119 | 79 |

a. Ngay sau khi chạy nhanh nhịp tim tăng lên.

b. Huyết áp giảm ngay sau khi chạy nhanh do nhịp tim tăng lên.

c. Sau khi ngồi nghỉ ngơi, sự giảm tiêu thụ O2 và đào thải CO2 lúc này sẽ làm giảm kích thích lên hệ thần kinh giao cảm dẫn đến nhịp tim dần giảm về trạng thái bình thường.

d. Nên tập thể dục đều đặn và hợp lý sẽ tốt cho tim và hệ tuần hoàn.

*Hướng dẫn giải*

a. Biết 🡺 Đúng.

b. Biết 🡺 sai.

c. Hiểu 🡺 Sai.

d. Vận dụng 🡺 Đúng.

**GÓP Ý: Cần có sự giải thích đúng cho những câu Sai**

**Câu 2:** Trong giờ thực hành, Bạn Ấn và bạn Tín đo huyết áp cho nhau:

- Lúc Ấn đo huyết áp Tín thì Tín ngồi im lặng, nghiêm túc, không để điện thoại gần mình, không căng thẳng.

- Lúc Tín đo huyết áp thì Ấn ngồi nghịch ngợm, chọc ghẹo hết bạn này đến bạn khác, một tay để cho Tín đo huyết áp, tay còn lại xô đẩy, đùa giỡn với các bạn trong lớp.

 Kết quả: của Tín: huyết áp tối đa 121mm Hg, tói thiểu 79mm Hg, còn của Ấn: huyết áp tối đa là 77 huyết áp tối thiểu 78.

 Dựa vào kết quả trên hãy cho biết nhận định đúng sai.

a. Kết quả Tín đo huyết của Ấn là đúng

b. Các bước đo huyết áp: Người được đo ngồi ở tư thế thoải mái hoặc ngồi duỗi thẳng cánh tay lên bàn → Quấn túi khí quanh cánh tay, phía trên khuỷu tay 2 – 3cm → Ấn nút khởi động đo trên máy đo huyết áp → Đọc kết quả giá trị huyết áp tối đa, giá trị huyết áp tối thiểu và nhịp tim hiển thị trên màn hình.

c. khi đo huyết áp phải tránh bị căng thẳng thần kinh, không nói chuyện, nghỉ ngơi ít phút trước khi đo nếu từ nơi khác đến nên kết quả huyết áp của Tín là đúng.

d. Nên thường xuyên kiểm tra huyết áp và đo đúng cách để biết tình trạng sức khoẻ và tự bảo vệ mình, vì những bệnh liên quan đến huyết áp rất nguy hiểm.

*Hướng dẫn giải*

a. Biết 🡺 Sai.

b. Biết 🡺 Đúng.

c. Hiểu 🡺 Đúng.

d. Vận dụng 🡺 Đúng.

**GÓP Ý: Cần có sự giải thích đúng cho những câu Sai**

**Câu 3:** Ngày xưa khi chưa dùng ống khám, các ngự y thường bắt mạch cho bệnh nhân qua hình ảnh sau:


Dựa vào hình ảnh trên hãy nhận định đúng sai.

a. Ngón tay cái thường được dùng để bắt mạch qua cổ tay.

b. Để đếm nhịp tim thông qua bắt mạch cổ tay, người ta dùng: ngón trỏ, ngón giữa và ngón áp út.

c. Dựa vào việc bắt mạch qua cổ tay có thể đếm được nhịp tim và từ đó có thể biết được tình trạng sức khoẻ.

d. Việc bắt mạch qua cổ tay được y học cổ truyền ứng dụng từ rất lâu, đến nay y học cổ truyền vẫn đóng góp rất lớn trong việc điều trị bệnh.

*Hướng dẫn giải*

a. Biết 🡺 Sai.

b. Biết 🡺 Đúng.

c. Hiểu 🡺 Đúng.

d. Vận dụng 🡺 Đúng.

**GÓP Ý:**

**- Cần có sự giải thích đúng cho những câu Sai**

**- Hình ảnh phim cổ trang Trung Quốc, mờ, chưa thể hiện cách bắt mạch thế nào => đổi hình phù hợp và thể hiện rõ cách bắt mạch để HS dễ quan sát.**

**Ví dụ: hình ảnh bắt mạch trong Đông y**

****

**Câu 4:** Đây là hình ảnh phải tách tim ra khỏi cơ thể ếch (làm tim rời) khi nghiên cứu tác động của adrenalin lên hoạt động của tim ếch. Dựa vào hình ảnh trên hãy nhận định đúng sai.



1. Các bước tách tim ếch khỏi cơ thể:

Thắt chặt chỉ, buộc động mạch trái vào canuyl rồi dùng kéo con cắt rời tim ra khỏi lồng ngực ếch → quả tim sau khi tách rời khỏi cơ thể mà vẫn đập → đẩy cột dung dịch sinh lý trong canuyl lên xuống nhịp nhàng thì việc tách rời (hay cô lập) tim ếch mới đạt yêu cầu.

b. Phải tách tim ra khỏi cơ thể ếch (làm tim rời) để xác định adrenalin có tác động như thế nào đối với tim. Khi tim được gắn liền với cơ thể, việc tim đập nhanh hay chậm phụ thuộc vào việc các cơ quan của cơ thể hoạt động như thế nào. Vì vậy, thí nghiệm đang chứng minh sự tác động của adrenalin lên hoạt động của tim ếch, phải loại bỏ tối đa những yếu tố ảnh hưởng đến tim ếch.

c. Tim ếch sau khi tách khỏi cơ thể sẽ ngừng đâp vì đã chết.

d. Nhờ có hệ dẫn truyền tim nên tim có tính tự động, khi nghiên cứu hiểu rõ điều này sẽ có tác dụng lớn trong nghiên cứu điều trị các bệnh về tim.

*Hướng dẫn giải*

a. Biết 🡺 Đúng.

b. Hiểu 🡺 Đúng.

c. Biết 🡺 sai.

d. Vận dụng 🡺 Đúng.

**GÓP Ý:**

**- Cần có sự giải thích đúng cho những câu Sai**

**- Hình ảnh mờ => đổi hình rõ hơn để HS dễ quan sát hoặc có thể không cần hình ảnh**

**Câu 5:** Qua buổi thực hành tìm hiểu về hoạt động của hệ tuần hoàn em hãy nhận định: trong các phương pháp bảo vệ hệ tuần hoan, phòng chống các bệnh về tim mạch sau đây, phương pháp nào đúng? Phương pháp nào sai?

a. Nên ăn nhiều thức ăn cay để kích thích tim hoạt động.

b. Bỏ thuốc lá, hạn chế tối đa sử dụng chất kíc thích.

c. Cắt giảm bớt chất béo và đồ ăn ngọt có hại cho sức khoẻ.

d. Biết rõ tình trạng sức khoẻ của mình sẽ giúp bạn khỏe mạnh hơn. Hãy tới cơ sở y tế để kiểm tra lượng cholesterol, lượng đường trong máu và các dấu hiệu của bệnh tiểu đường, bệnh tăng huyết áp để biết chắc chắn về tình trạng sức khoẻ hiện tại của mình.

Khi khám bệnh, các bác sĩ sẽ hướng dẫn cách điều chỉnh chế độ ăn uống, làm việc, tập thể dục, ..… sao cho phù hợp nhất với bạn.

*Hướng dẫn giải*

a. Vận dụng 🡺 Sai.

b. Vận dụng 🡺 Đúng.

c. Vận dụng 🡺 Đúng.

c. Vận dụng 🡺 Đúng.

**GÓP Ý: Cần có sự giải thích đúng cho những câu Sai**

**Câu 6:** Đây là kết quả đo huyết áp và nhịp tim của bạn Hương và bạn Hoàng. Dựa vào bảng kết quả hãy cho biết nhận định đúng hay sai?

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Nhịp tim (nhịp/ phút)** | **Huyết áp tối đa (mmHg)** | **Huyết áp tối thiểu (mmHg)** |
| Bạn Hoàng | 75 | 120 | 79 |
| Bạn Hương | 90 | 140 | 91 |
| Ghi chú: bạn Hương có ba mẹ và em gái bị bệnh tim. |

a. Hoàng có nguy cơ bị bệnh cao huyết áp.

b. Hương có ba mẹ và em giá bị bệnh tim nên chắc chắn bị bệnh tim.

c. Hương và Hoàng nên tiến hành đo lại thực hiện thao tác chính xác theo sự hướng dẫn của thầy cô và đối chiếu lại kết quả.

d. Hương có nguy cơ mắc bệnh về huyết áp và tim mạch nên đi khám và cần sự chăm sóc theo dõi phù hợp.

*Hướng dẫn giải*

a. Biết 🡺 Sai.

b. Hiểu 🡺 Sai.

c. Hiểu 🡺 Đúng.

d. Vận dụng 🡺 Đúng.

**GÓP Ý: Cần có sự giải thích đúng cho những câu Sai**

**Câu 7:** Đây là hình ảnh được tiến hành khi nghiên cứu tính tự động và tìm hiểu vai trò của dây thần kinh giao cảm – đối giao cảm đối với hoạt động của tim ếch. Dựa vào hình trên hãy nhận định đúng sai.



a.Trước khi mổ tim nên làm cho ếch chết.

b. Các bước huỷ tuỷ ếch: Tay trái cầm ếch, tay phải cầm kim mũi nhọn. Dùng kim mũi nhọn dò theo đường thẳng giữa 2 mắt đến khi nào thấy hố lõm trên đỉnh đầu thì dùng mũi kim và đâm thẳng xuống đến khi ếch có phản ứng che mặt hoặc há miệng, sau đó đâm mũi kim về phía sau, xoáy nhẹ đến khi 2 chi sau duỗi thắng là hủy tủy thành công.

c. Thực hành mổ lộ tim ếch là bài thực hành mổ quan sát tim ếch và đo, đếm nhịp tim trong các trường hợp kích thích khác nhau nên khi mô không được làm ếch chết và tim ngừng đập. Chính vì vậy phải tiến hành hủy tủy sống của ếch để ếch năm yên và dễ thao tác, dễ quan sát hơn.

*Hướng dẫn giải*

a. Biết 🡺 Sai.

b. Biết 🡺 Đúng.

c. Hiểu 🡺 Đúng.

**GÓP Ý:**

**- Cần có sự giải thích đúng cho những câu Sai**

**- Hình ảnh mờ => đổi hình rõ hơn để HS dễ quan sát hoặc có thể không cần hình ảnh**

**- Bổ sung thêm ý d**

**Câu 8:** Một buổi sáng đi dạo ở công viên tình cờ nghe được hai vợ chồng nói chuyện với nhau: Ông lão nói với bà lão: “Bà nhìn đi! Thật vô lý! Người già thì siêng năng tập luyện thể dục thể thao vẫn đau nhức hoài. Nhìn bọn trẻ kia kìa, ở quán ngồi gác chân uống bia, hút thuốc, bấm điện thoại, nó có tập đâu nó vẫn khoẻ hay chúng ta về đi bà.”

Bà lão nhẹ nhàng đáp: “Ông ạ! Do hồi trẻ mình cũng lười tập thể dục như bọn trẻ nên bây giờ vậy nè. Thôi ráng đi ông. Tập thể dục tốt lắm ông.”
Qua câu chuyện trên hãy nhận định đúng sai.

a. Người trẻ không cần tập thể dục vì tim mạch của người trẻ rất khoẻ rồi.

b. Đối với tim: Luyện tập thể dục thể thao thường xuyên giúp cơ tim phát triển, thành tim dày, buồng tim dãn rộng hơn và co mạnh hơn dẫn đến tăng thể tích tâm thu cả khi nghỉ ngơi và khi đang luyện tập; nhịp tim khi nghỉ ngơi giảm nhưng lưu lượng tim vẫn giữ nguyên; lưu lượng tim cao hơn khi lao động nặng.

c. Đối với mạch máu: Luyện tập thể dục thể thao thường xuyên giúp mạch máu bền hơn và tăng khả năng đàn hồi, nhờ đó tăng lưu lượng máu khi lao động nặng; tăng thêm mao mạch ở cơ xương, nhờ đó tăng khả năng điều chỉnh huyết áp; tăng thể tích máu, tăng số lượng hồng cầu, nhờ đó tăng khả năng cung cấp O2.

d. Người già nên thường xuyên tập luyện những môn thể thao vận động mạnh để rèn luyện tim và mạch máu.

*Hướng dẫn giải*

a. Biết 🡺 Sai.

b. Hiểu 🡺 Đúng.

c. Hiểu 🡺 Đúng.

d. Hiểu 🡺Sai

**GÓP Ý: Cần có sự giải thích đúng cho những câu Sai**

Câu 9: Khi nói về kỹ thuật đo huyết áp, phát biểu nào sau đây là đúng:

a. Khi đo huyết áp cần nằm ở tư thế thoải mái hoặc ngồi duỗi thẳng cánh tay trái lên bàn, vắn tay áo lên cao gần nách.

b. Đo huyết áp ở tay trái và tay phải có cho kết quả như nhau.

c. Ở người, có thể đo huyết áp ở bất kỳ nơi nào trên cánh tay.

d. Trong những trường hợp bệnh nhân mất máu quá nhiều, huyết áp sẽ giảm so với lúc bình thường.

*Hướng dẫn giải*

a. Hiểu 🡺 Đúng.

b. Biết 🡺 Sai.

c. Hiểu 🡺Sai

d. Hiểu 🡺 Đúng.

**GÓP Ý: Cần có sự giải thích đúng cho những câu Sai**

Câu 10: Khi nói về nhịp tim, phát biểu nào sau đây đúng, sai:

a. Khi đếm nhịp tim, phải đặt ống nghe tim phổi vào phía ngực bên phải.

b. Huyết áp và nhịp tim của mọi người đều giống nhau trong khi chạy và lúc nghỉ ngơi sau khi chạy xong.

c. Nhịp tim của ếch ở thời điểm trước và sau khi nhỏ dung dịch adrenaline đều giống nhau.

d. Nhịp tim trong và ngay sau khi kích thích dây thần kinh giao cảm - đối giao cảm nhanh hơn so với nhịp tim lúc bình thường.

*Hướng dẫn giải*

a. Biết 🡺 Sai.

b. Hiểu 🡺 Sai.

c. Hiểu 🡺Sai

d. Hiểu 🡺 Đúng.

**GÓP Ý: Cần có sự giải thích đúng cho những câu Sai**

**III. DẠNG CÂU TRẮC NGHIỆM TRẢ LỜI NGẮN.**

Câu 1: Vi sao khi đo huyết áp, ngyowif được đo phải tránh bị căng thẳng thần kinh, không nói chuyện, nghỉ ngơi ít phút trước khi đo nếu từ nơi khác đến?” Vì:

I. Huyết áp sẽ thay đổi khi thần kinh căng thẳng.

II. Muốn biết nhịp tim chính xác thì cần phải tránh những yếu tố làm ảnh hưởng.

III. Khi vận động nhiều (đang ở xa đến) thì nhu cầu năng lượng cao, nên tim đập nhanh hơn, mạnh hơn bình thường.

IV. Các hoạt động cơ thể (nói chuyện, đi xa đến,…) sẽ sinh nhiều nhiệt. mà nhiệt độ tăng tim tăng khả năng hoạt động.

**Số câu trả lời đúng là: 3**

GÓP Ý: đổi sang câu khẳng định

Ví dụ: Khi đo huyết áp, người được đo phải tránh bị căng thẳng thần kinh, không nói chuyện, nghỉ ngơi ít phút trước khi đo nếu từ nơi khác đến vì

Câu 1: Trị số huyết áp tối đa của người Việt Nam trưởng thành khoảng bao nhiêu? 🡪 110- 120 mmHg.

Câu 2: Trị số huyết áp tối đa của người Việt Nam trưởng thành khoảng bao nhiêu? 🡪 70- 80 mmHg. => tối thiểu

Câu 3: Khi mất máu nhiều thì huyết áp thay đổi như thế nào 🡪 Giảm

Câu 4: Khi ăn mặn thì huyết áp thay đổi như thế nào 🡪 Tăng

Câu 5: Khi vận động mạnh và nhiều thì nhịp tim thay đổi như thế nào 🡪 Tăng

Câu 6: Khi lo lắng hồi hộp thì nhịp tim thay đổi như thế nào 🡪 Tăng

**GÓP Ý: dạng câu trả lời ngắn cần chuyển sang dạng mã hóa đáp án bằng con số**

**Ví dụ:**

Câu 1: Trong tiết học, có bốn học sinh phát biểu về trị số huyết áp tối đa của người Việt Nam trưởng thành như sau:

Phát biểu 1: 110 - 120 mmHg.

Phát biểu 2: 130 - 140 mmHg.

Phát biểu 3: 100 - 110 mmHg.

Phát biểu 4: 120 - 140 mmHg.

Theo em, phát biểu thứ mấy là đúng?

**Đáp án: 1**