



БОЛОВСРОЛ,
ШИНЖЛЭХ УХААНЫ ЯАМ



БОЛОВСРОЛ, ШИНЖЛЭХ УХААНЫ ЯАМ
БОЛОВСРОЛЫН ҮНЭЛГЭЭНИЙ ТӨВ

ГҮЙЦЭТГЭЛИЙН ҮНЭЛГЭЭ-2023 БҮРЭН ДУНД БОЛОВСРОЛ

10
АНГИ

ЭРҮҮЛ МЭНД

ХУВИЛБАР А

Аймаг / дүүрэг:

Сум / сургууль:

Анги / бүлэг:

Сурагчийн овог:

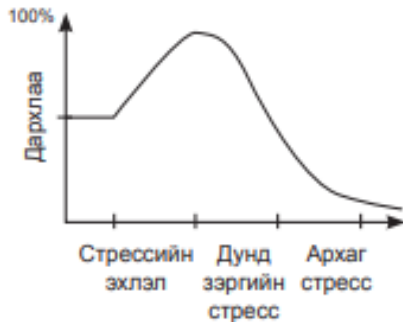
Сурагчийн нэр:

Сурагчийн код:

САНАМЖ

- Даалгаврыг 40 минутад гүйцэтгээрэй.
- Даалгавар тус бүрээс зөвхөн нэг хариултын хувилбарыг сонгож, хариултын хуудсанд зааврын дагуу харандаагаар будаарай.

1. Стресс ба дархлааны графикт тохирохгүй дүгнэлтийг сонгоно уу.



A. Багахан хэмжээний стресс дархлааны тогтолцоог идэвхжүүлдэг.

B. Архаг стресс вирусын халдварыг сэдрээж дархлааг сулруулдаг.

C. Стресс хүний хоолны дуршил ихэсгэж, жин нэмэхэд хүчтэй нөлөөлдөг.

D. Удаан хугацааны стресстэй нөхцөлд үрэвсэл үүсгэгч бодисын ялгарал нэмэгдэж, дархлаа аажмаар буурна.

2. Хавдрын үед илрэх нийтлэг шинжид хамаарах хэсгийг сонгоно уу.

A. Гэдэс гүйлгэх.

B. Ууц, нуруугаар чилж өвдөх.

C. Шүд өвдөх, буйл үрэвсэх.

D. Биеийн аль нэг хэсэгт булдруу үүсэх.

3. Усыг бохирдуулагч биологийн гаралтай үүсвэрийг сонгоно уу.

A. хог хаягдал

B. саарал ус

C. шимэгч хорхой

D. химийн бодис

4. Хүүхдэд сульдаа өвчин үүсэх нь ямар амин дэмийн дутагдалтай байгааг илтгэх вэ?

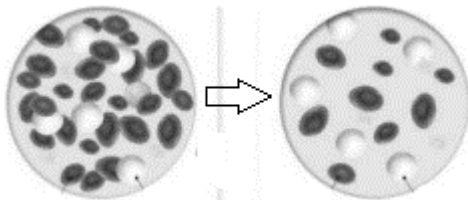
A. амин дэм А

B. амин дэм С

C. амин дэм Д

D. амин дэм Е

5. Цусны улаан эсийн өөрчлөлтийг зургаар харуулав. Ямар амин дэмийн дутагдлын үед ийм өөрчлөлт үүсэх вэ?



A. Амин дэм Е

B. Амин дэм В2

C. Амин дэм В12

D. Амин дэм А

6. Эрдэс бодисын үүрэг болон дутлын үед биед үзүүлэх нөлөөг зөв тодорхойлсон мөрийг сонгоно уу.

	Эрдэс бодис	Үүрэг	Дутлын үед үүсэх нөлөө
A	Кальци	Мэдрэл, зүрхний олон ферментийн үйл ажиллагаанд болон ясны эдэд оролцоно.	Зүрхний хэм алдагдах, булчин өвдөх зэрэг шинж илэрнэ.
B	Фосфор	Ясны найрлаганд оролцоно.	Яс хэврэгших, ядрах, хоолонд дургүй болох шинж илэрнэ.
C	Магни	Эсийн бүрэлдэхүүн хэсэгт оролцоно.	Булчингийн үйл ажиллагаа хямрах, шөрмөс татах шинж илэрнэ.
D	Кали	Уурагтай нэгдэж их биеийн ясны гол хэсэг болно.	Ясны буруу хөгжил явагдаж, харшил болон үрэвсэлд өртөмтгий шинж илэрнэ.

7. Хүнсний аюулгүй байдлын түлхүүр зарчмыг буруу тодорхойлсон хэсгийг сонгоно уу.

A. Хоол хүнсийг гүйцэд болгосноор бичил биетнүүд үржин олширно.

B. Цэвэр байх нь бичил биетнүүд өсч үржин, тархахаас урьдчилан сэргийлнэ.

C. Хоол, хүнсийг зохих хэмд зөв хадгалах нь бичил биетэн өсч, үржихээс сэргийлнэ.

D. Ундны цэвэр ус, хүнсний аюулгүй түүхий эдийг сонгох нь бохирдлоос сэргийлнэ.

8. Стрессийг даван туулах эерэг аргыг сонгоно уу.
- A. Хичээлээ тасалж өөртөө цаг гаргах.
 - B. Бусдад уураа гаргаж сэтгэлээ онгойлгох.
 - C. Тамхи татаж сэтгэлээ тайвшруулах.
 - D. Спортоор хичээллэж өөртөө цаг гаргах.
9. Архины мэдрэлийн тогтолцоонд үзүүлэх нөлөөг сонгоно уу.
- A. Сэтгэх чадварыг нэмэгдүүлдэг.
 - B. Ой тогтоолт сайжруулдаг.
 - C. Шийдвэр гаргалт оновчтой болдог.
 - D. Ой санамж үүсгэх чадвар алдагддаг.
10. Тамхины хүний биед үзүүлэх нөлөөллийг зөв тодорхойлсон мөрийг сонгоно уу. (үнэн-Ү үсгээр, худал-Х үсгээр тэмдэглэв)

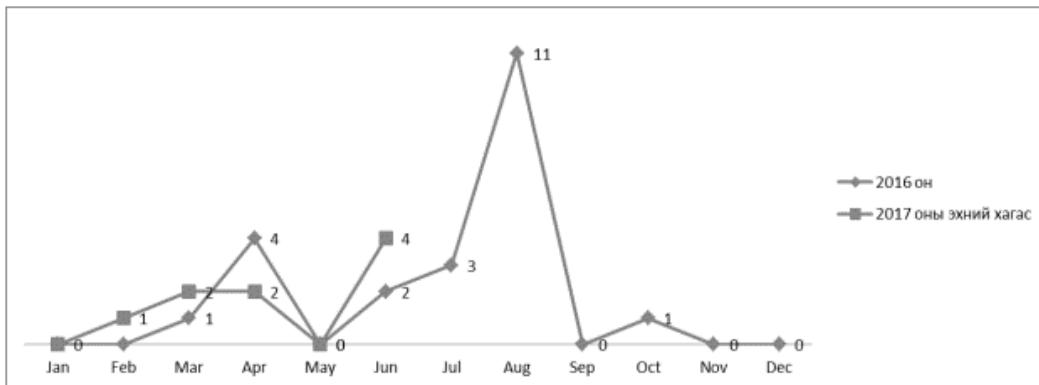
	Тамхи татах нь үнэрлэх чадварт сөргөөр нөлөөлнө.	Тамхины найрлаган дахь никотин нь тархины мэдрэлийн эстэй холбогддог.	Тамхидалтын үр дүнд чихний цусан хангамж нэмэгдэнэ.
A	Ү	Ү	Х
B	Х	Х	Ү
C	Х	Х	Ү
D	Ү	Х	Ү

11. Аливаа хорт зуршилд автаж донтох нь хэд хэдэн үе шатыг дамждаг. Эдгээр үе шатыг зөв дараалалд оруулсан хувилбарыг сонгоно уу.
1. дасал болох
 2. үргэлжлүүлэн хэрэглэх
 3. сонирхож хэрэглэх
 4. хамааралтай болох
 5. донтолт үүсэх
- A. 3 → 2 → 1 → 4 → 5
 - B. 5 → 2 → 1 → 4 → 3
 - C. 3 → 1 → 4 → 2 → 5
 - D. 2 → 3 → 1 → 4 → 5
12. Жирэмслэлтээс сэргийлэх мэс ажилбараар хийгддэг аргыг сонгоно уу.
- A. дааврын арга
 - B. хаалтын арга
 - C. ерөндөг тавиулах арга
 - D. үрийн сувгийг боох арга
13. Сурагчид “Эрүүл зохистой хооллолт” сэдвээр мэдээлэл бэлтгэж, бусад ангийнханд танилцуулахаар болжээ. Найдвартай, үнэн, зөв мэдээллийг хаанаас цуглуулбал илүү үр дүнтэй байх вэ?
- A. Фэйсбүүкээс
 - B. Интернэтээс
 - C. Танил хүмүүсээс
 - D. Ном, сурах бичгээс

14. Малаас хүн амьтанд халдварладаг боом өвчний талаар зөв илэрхийлсэн мөрийг сонгоно уу.

	Халдварын эх уурхай	Халдвар дамжих зам	Дам халдвар
A	Үхсэн мал амьтан	Үс ноос	Хөхтүрүү, шумуул
B	Сэг зэм	Арьс шир	Шумуул
C	Хөрсний бохирдол	Цусаар гүйлгэх	Гэдэсний хэлбэр
D	Үс ноос	Уушгины хэлбэр	Ханиалгах

15. Малын боом өвчний гаралтыг харьцуулан графикаар харуулав. Графикийг оновчтой, зөв тайлбарласан хэсгийг сонгоно уу.



- A. 1 болон 5 сард малын боом өвчин хамгийн их гарсан.
- B. Малын боом өвчин сар бүр бүртгэгддэг.
- C. 2016 онд хамгийн их өвчний гаралт бүртгэгдсэн нь 4 сар байна.
- D. 2017 оны 4 болон 6 сард тус бүр дөрвөн тохиолдол бүртгэгдсэн.

Бусад хүмүүсийн тухай өөрийн бодол болон сэтгэл мэдрэмжээ эргэцүүлэн хариултын хуудсанд зааврын дагуу бөглөнө үү.

Доорх зүйлс чамтай хэр тохирч байна вэ?	Би огт тэгдэггүй.	Надтай бага зэрэг адилхан.	Надтай нилээд адилхан.	Би яг тэгдэг.
16. Надад байгаа зүйл хэн нэгэнд байхгүй бол би өрөвддөг.	(A)	(B)	(C)	(D)
17. Би юмыг олон талаас нь бодож үздэг.	(A)	(B)	(C)	(D)
18. Би бусдад юм хэлэхээсээ өмнө тэрэнд ямар санагдаж байгаа бол гэж боддог.	(A)	(B)	(C)	(D)
19. Миний зөв гэдгийг мэдэж байгаа үед бусдын юу гэх надад хамаагүй.	(A)	(B)	(C)	(D)
20. Би бусдад муухай зүйл хэлэхээсээ өмнө түүнд ямар санагдах бол гэж байнга боддог.	(A)	(B)	(C)	(D)
21. Бусдад хэцүү байгаа ажилд би санаа тавьдаггүй.	(A)	(B)	(C)	(D)



22. Би заримдаа мэдрэмжээ сайн ойлгодоггүй.	(A)	(B)	(C)	(D)
23. Би сэтгэлээр унаснаа бусдад хэлж чаддаггүй.	(A)	(B)	(C)	(D)
24. Би ихэнхдээ мэдрэмжээ ойлгодоггүй.	(A)	(B)	(C)	(D)
25. Би өөрийгөө яагаад уурлаад байгааг ойлгодоггүй.	(A)	(B)	(C)	(D)
26. Заримдаа сэтгэл санаагаа ямар байгааг бусдад хэлж чаддаггүй.	(A)	(B)	(C)	(D)
27. Би сэтгэлээр унасан үедээ бусадтай ярилцаж тайвширдаг.	(A)	(B)	(C)	(D)
28. Би өөрийн мэдрэмжээ бүрэн хянаж, илэрхийлж чаддаг.	(A)	(B)	(C)	(D)