

# EL CUERPO HUMANO Y LA SALUD

**Marca las respuestas correctas**

**1.- El cuerpo humano está formado por:**

☐

Cabeza, tórax y extremidades

☐

Cabeza, tronco y extremidades

☐

Cráneo, abdomen y piernas

☐

Cabeza, abdomen y extremidades

**2.- Tenemos dos tipos de extremidades:**

☐

Superiores e inferiores

☐

Los brazos y los antebrazos

☐

Tórax y abdomen

☐

El cráneo y la cara

**3.- Las personas nos diferenciamos unas de otras en muchos aspectos:**

☐

En el sexo

☐

En la estatura

☐

En los rasgos personales

☐

En el sexo, la estatura, los rasgos personales y la constitución de nuestro cuerpo

**4.- Las etapas de la vida son:**

☐

Ancianidad, edad adulta e infancia

☐

Pubertad e infancia

☐

Infancia, adolescencia y ancianidad

☐

Infancia, adolescencia, edad adulta y ancianidad

**5.- En la adolescencia:**

☐

Salen los dientes definitivos.

☐

Se es más independiente y se desarrollan los gustos personales.

☐

Se está preparado para trabajar y cuidar a hijos e hijas.

☐

Se tiene mucha experiencia sobre la vida.

**6.- ¿Cuántas horas debes dormir tú?**

☐

Unas 7 horas al día

☐

Unas 10 horas al día

☐

Unas 8 horas al día

☐

Unas 6 horas al día

**7.- ¿Cuáles son los hábitos personales que nos ayudan a crecer sanos y fuertes?.**

- |                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                        |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Hacer ejercicio físico, descansar, tener tiempo de ocio, mantener la higiene y cuidar que las posturas sean correctas. | <input type="checkbox"/> No se debe hacer ejercicio físico, hay que descansar,prohibido el tiempo de ocio,tener higiene y mantener posturas correctas. |
| <input type="checkbox"/> Son la limpieza y el aseo de nuestro cuerpo, de los alimentos y objetos que nos rodean.                                | <input type="checkbox"/> Debemos cuidar nuestro cuerpo y mente, haciendo ejercicio físico, cuidando la postura y manteniendo la higiene.               |

**8.- ¿Qué son las actividades de ocio?**

- |                                                                                            |                                                                                                                         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Son los deberes que nos manda la profesora/or para hacer en casa. | <input type="checkbox"/> Son las horas que usamos para dormir.                                                          |
| <input type="checkbox"/> Son las actividades que siempre hacemos solos.                    | <input type="checkbox"/> Son aquellas actividades que realizamos con gusto durante nuestro tiempo libre como diversión. |

**9.- Marca las respuestas correctas.**

- ☐ El ocio en familia ayuda a mantenernos unidos.
- ☐ El ejercicio físico fortalece los huesos, los músculos, nos ayuda a dormir bien y a mantener el peso adecuado.
- ☐ Podemos llevar la mochila colgada solo de un brazo.
- ☐ Es suficiente lavarnos los dientes solo una vez al día.
- ☐ El ocio electrónico puede suponer un problema si es los único que hacemos para divertirnos.

**10.- Arrastra cada etapa de la vida con las personas correspondientes.**

INFANCIA

ADOLESCENCIA

EDAD ADULTA

ANCIANIDAD

