



ТЕСТ №5

Човекът и здравословният начин на живот

1. Как се наричат меките тръбички, по които се движи кръвта в човешкото тяло?

- кръвни тръби;
- кръвоносни съдове;
- черва;

2. Коя от изброените дейности укрепва здравено?

- туризъм;
- компютърни игри;
- тютюнопушене;

3. Кое от изброените твърдения НЕ е вярно?

За да запазя зъбите си здрави, трябва:

- да ги почиствам с паста за зъби;
- да посещавам редовно зъболекаря;
- да ги закалявам, като чупя с тях орехи;

4. Отбележи кое е вярното твърдение.

- В устата на човека живеят невидими организми.
- В устата на човека не живеят никакви организми.
- При миене на зъбите бактериите не могат да премахнат от устата на човека.



5. Отбележете вярното твърдение.

- Зъбите служат за красота.
- Зъбите служат за раздробяване, разкъсване и отхапване на храна.
- Зъбите служат за предпазване от врагове.

6. На кой ред са изброени само полезни храни?

- зелена салата, чипс, хот-дог;
- домати, леща, поничка;
- сирене, варено яйце, праскова;

7. Отбележете вярното твърдение.

- Приемането на течности води до затлъстяване.
- Приемането на течности затруднява движението.
- Приемането на течности е полезно за организма.

8. Отбележи кои от изброените храни са богати на витамини.

- краставици, бонбони, торта, домати;
- спанак, риба, пшеница, чушки;
- мляко, риба, палачинка, вафла;

9. Отбележи как би довършил твърдението.

Скелетът служи за ...

- защита на меките органи и опора на тялото;
- предпазване от врагове;
- снабдяване на меките органи с кислород;



10. Отбележете вярното, за да довършите твърдението.

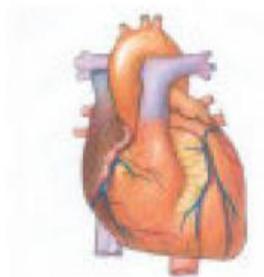
Неправилната стойка най-често води до...

- по-бързо придвижване;
- по-бързо израстване;
- изкривяване на гръбначния стълб;

11. Отбележете кои от следните храни са богати на вещества, необходими за растежа на детския организъм.



12. Органът от рисунката.



- управлява цялото тяло;
- движи кръвта в човешкото тяло;
- смила храната;



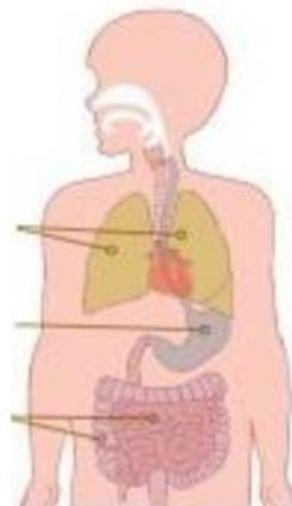
13. Кое от децата носи правилно своята раница?



14. Отбележи кои са верните твърдения.

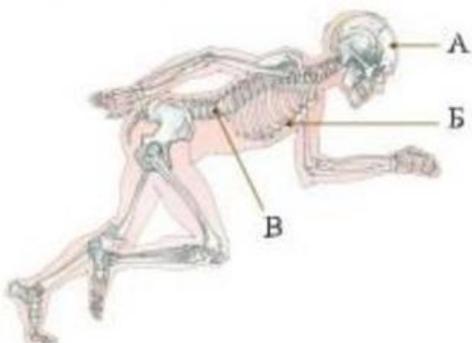
- Сърцето движи кръвта в нашето тяло.
- Когато вдишваме въздухът изпълва стомаха.
- Черепът предпазва сърцето.
- Скелетът служи за опора.
- Мускулите движат тялото като се свиват и отпускат.
- Зъбният емайл е най-мекото вещество в човешкото тяло.

15. Запишете имената на посочените органи на човешкото тяло.





16. Как се наричат трите части на скелета, означени на рисункаата?



А

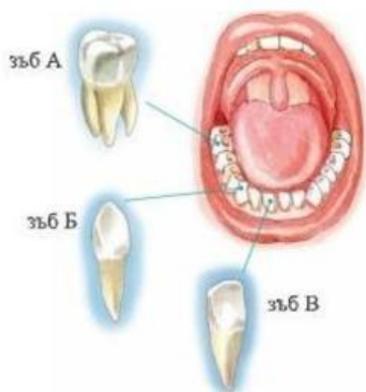
Б

Б

17. Изберете вярното, за да довършите твърденията.

- Белите дробове са органи на
- Всички сетивни органи изпращат информация към
- Скелетът и мускулите осигуряват жизнения процес
- Смилането на храната се извършва в
- _____ е мускулест орган.
- Кръвта получава хранителни вещества от
- Зъбите трябва да се почистват с
- Млякото и сиренето _____ зъбите.
- Изкълчването е _____ на крайник.
- Децата трябва да приемат

18. Разгледайте картинката и попълнете наименованията на зъбите.



Зъб А

Зъб Б

Зъб В

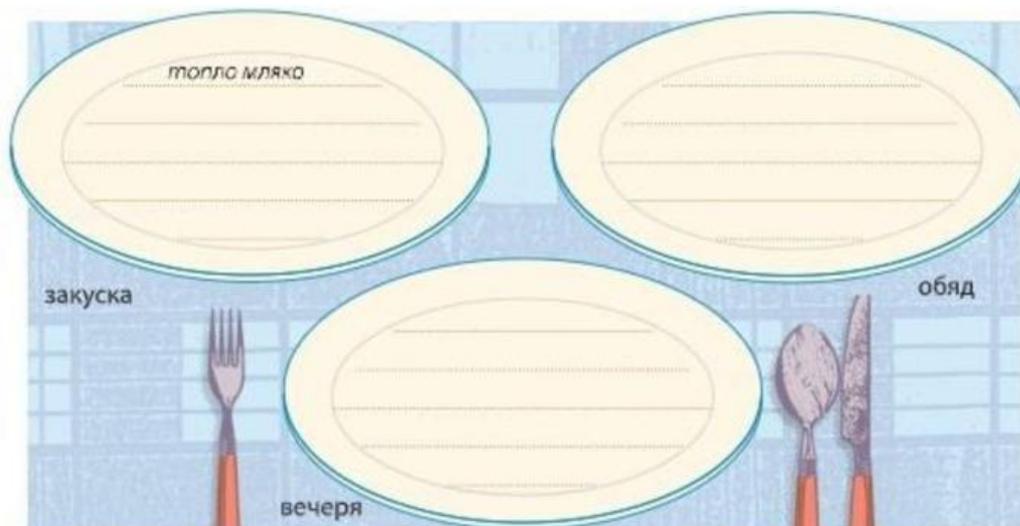


19. Попълни пропуснатите думи в изреченията:

- В устата на човек живеят невидими организми, наречени ▪
- Бактериите превръщат захарта в ▪
- Киселината разяжда ▪
- При измиване на зъбите с четка и паста за зъби се премахват , които са полепнали по зъбите.

бактериите и захарта масата киселина бактерии зъбния емайл

20. Изберете ястия и напитки от списъка и съставете здравословно дневно меню.



Списък:

Вода хляб топло мляко сладка газирана напитка чай
Сирене варено яйце чипс хотдог ябълка праскова
портокал зеленчукова супа супа с месо зелена салата
салата от зеле и моркови домати и краставици пиле с ориз
вафла тлъсто месо боб яхния риба леща чорба
ориз със зеленчуци поничка дъвчащи бонбони

Браво!