NOME_____DATA_____

a) **ESCOLLE a palabra correcta.**

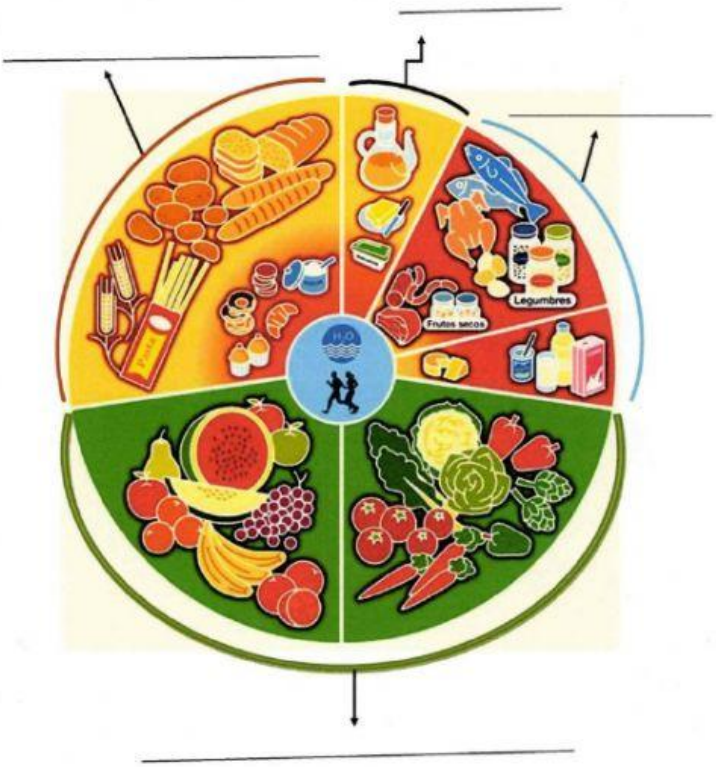
Para levar unha vida saudable necesitamos ter:

- **Unha alimentación _____ . (abundante/ variada/ rica).**
- **Beber _____ auga. (pouca/ suficiente/ algo de).**
- **Facer _____. (turismo/ pesas/ exercicio físico).**
- **Durmir _____ . (de 9 a 10 horas/ de 4 a 5 horas/ de 12 a 15 horas).**

b) **Os alimentos conteñen NUTRIENTES que o noso corpo necesita para vivir.**

Coloca o nome dos nutrientes en cada grupo de alimentos.

Proteínas – graxas – vitaminas e minerais – hidratos de carbono



LIVEWORKSHEETS

c) **NON TODOS OS ALIMENTOS SE PODEN CONSUMIR COA MESMA FRECUENCIA.**

Según A PIRÁMIDE DOS ALIMENTOS escribe no cadro de abaixo as veces que podemos consumir os seguintes alimentos:



Refrescos – pan – tarta - peixe – froitas – xeado – ovos – verduras - legumes

HAI QUE COMELOS TODOS OS DÍAS	HAI QUE COMELOS VARIAS VECES Á SEMANA	SÓ DEBEN TOMARSE DE CANDO EN CANDO

d) Como se chama a FUNCIÓN do corpo que fai que estemos informados do que ocorre ao noso arredor e advirte dos perigos?

Rodea a resposta correcta.

- **FUNCIÓN DE NUTRICIÓN**
- **FUNCIÓN DE RELACIÓN**
- **FUNCIÓN DE REPRODUCCIÓN**

LIVEWORKSHEETS

e) **A FUNCIÓN DE RELACIÓN nos informa do que ocorre ao noso arredor.**

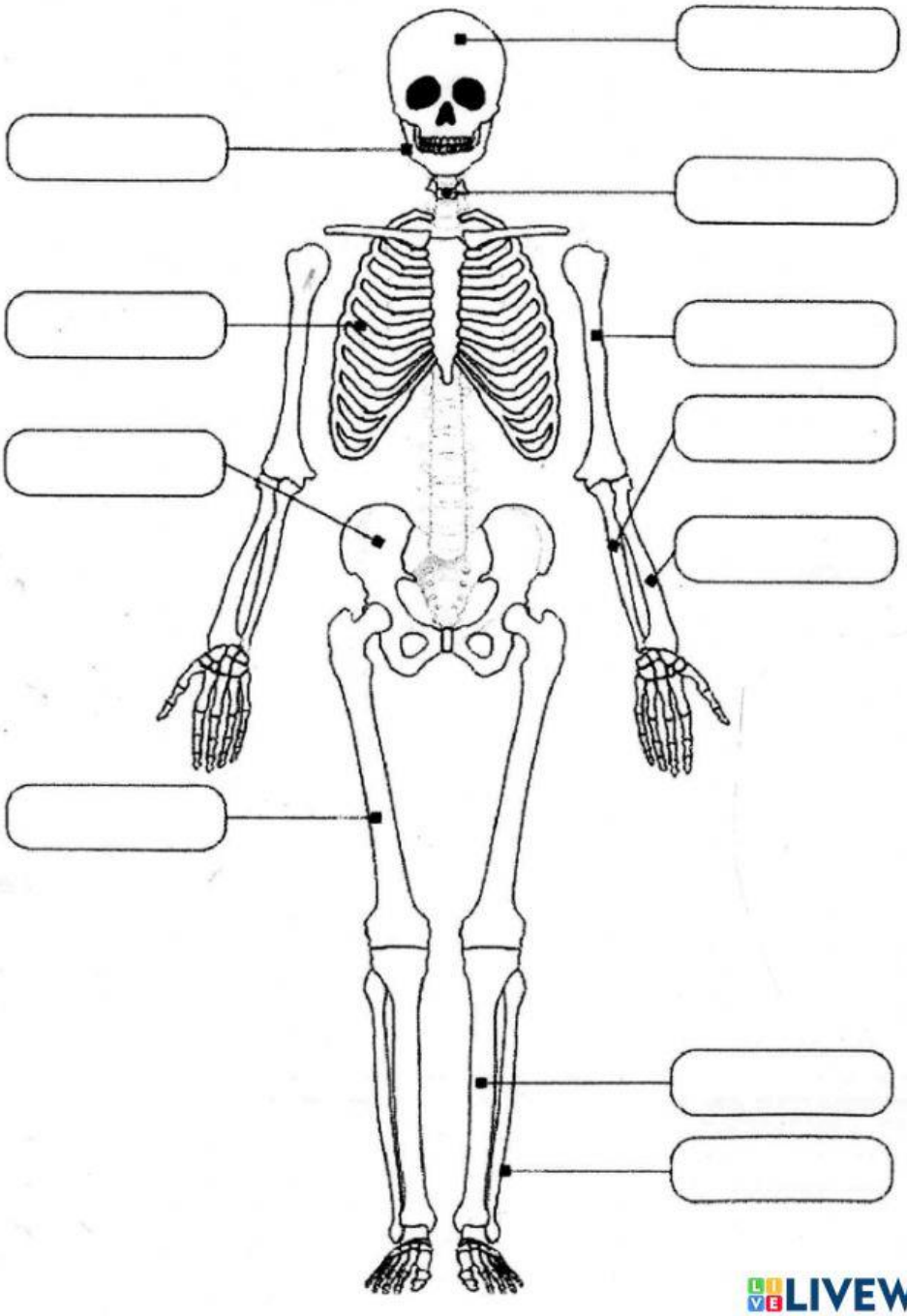
Para levar a cabo **a FUNCIÓN DE RELACIÓN** necesitamos poñer a Funcionar:

1. os órganos dos _____ .
2. o sistema _____ .
3. o aparello _____ .

f) O aparello locomotor o forman os **ósos**, os **músculos** e as **articulacións**.

Pónlle nome aos ósos:

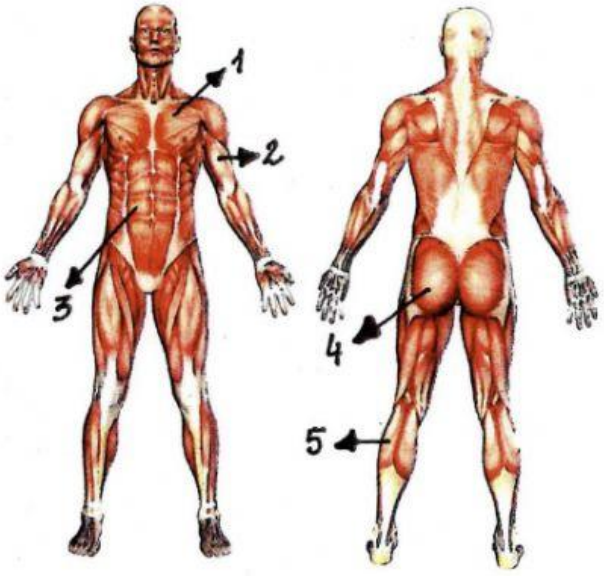
cránio – mandíbula – costelas – vértebra – úmero - cúbito – radio- pelve – fémur – tibia - peroné



LIVEWORKSHEETS

g) Coloca o nome dos músculos.

Pectorais – glúteos – bíceps – xemelgos – abdominais



1- _____

2- _____

3- _____

4- _____

5- _____

h) A información do exterior recibímola a través dos órganos dos sentidos.

Indica cal é o órgano de cada sentido e como se chama a parte encargada de levar a información ao cerebro.

sentido	órgano	Os receptores están en ...
VISTA		r_____
OÍDO		c_____
OLFACTO		pituitaria _____
GUSTO		_____ gustativas
TACTO		interior da _____

LIVEWORKSHEETS

i) **Relaciona cada FUNCIÓN co APARELLO onde se realiza.**

Respiración	**Aparello excretor**
Dixestión	**Aparello circulatorio**
Circulación	**Aparello dixestivo**
Excreción	**Aparello respiratorio**

j) **Indica verdadeiro (V) ou falso (F).**

- **Durante a infancia o crecemento é moi lento.** ☐
- **Na adolescencia ás rapazas desenvólveselles as mamas.** ☐
- **Na xuventude crécese moito.** ☐
- **A madurez abarca desde os 25 ata os 70 anos.** ☐
- **Na ancianidade os ósos e músculos son máis fortes.** ☐

LIVEWORKSHEETS