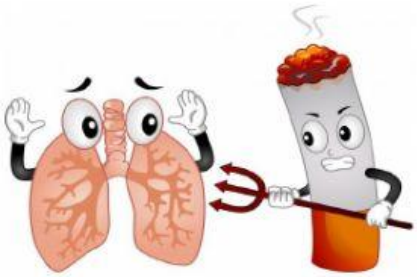
Όνομα: ..... ημερομηνία: .....

ΦΕ 2 – ΑΝΑΠΝΟΗ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ

1. Δείξτε δύο βλαβερές και δύο υγιεινές συνήθειες για το αναπνευστικό μας σύστημα.

κάπνισμα **ορειβασία** **αναπνοή από το στόμα**

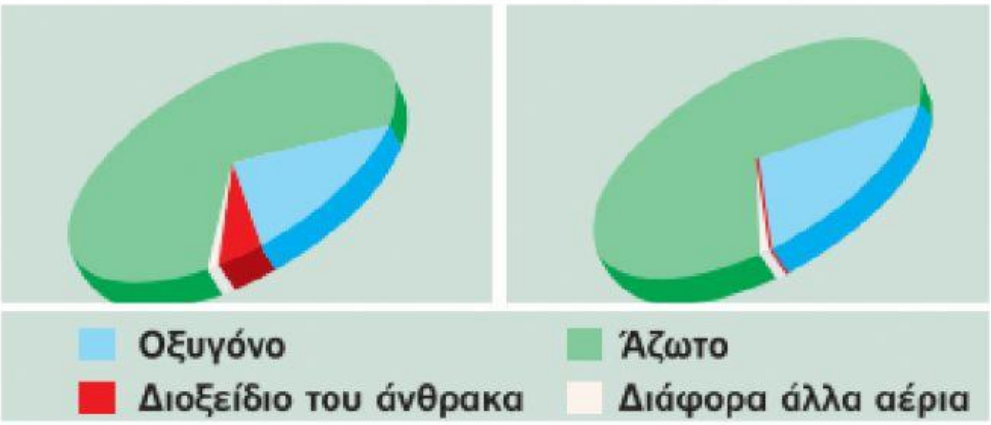
άσκηση **καλός αερισμός εσωτερικών χώρων**



2. Συμπληρώστε με Σ για Σωστό και Λ για Λάθος.

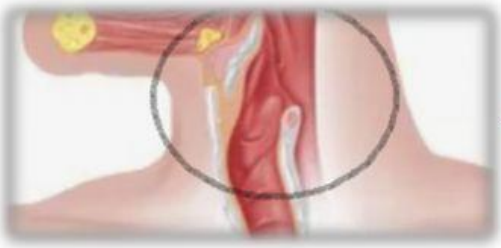
- Όταν εισπνέουμε, εφοδιαζόμαστε με διοξείδιο του άνθρακα. ☐
- Ο μέσος άνθρωπος δεν μπορεί να αντέξει χωρίς να αναπνέει για παραπάνω από μερικά δευτερόλεπτα. ☐
- Αν μιλάμε ενώ τρώμε, υπάρχει κίνδυνος να περάσει τροφή στον λάρυγγα. ☐
- Είναι πιο υγιεινό να αναπνέουμε από το στόμα, παρά από τη μύτη. ☐
- Οι παθητικοί καπνιστές αντιμετωπίζουν τους ίδιους κινδύνους με τους καπνιστές. ☐
- Η ανταλλαγή αερίων στους πνεύμονες γίνονται μέσω των κυψελίδων. ☐

3. Ποια εικόνα αντιστοιχεί στον αέρα που εισπνέουμε;



4. Δείξτε την πορεία του αέρα που μπαίνει στο σώμα μας όταν εισπνέουμε
(Επιλέξτε τα σωστά ονόματα)

1 λάρυγγας
ρινική κοιλότητα
βρόγχοι



2. λάρυγγας
στοματική κοιλότητα
πνεύμονες

3. τραχεία
βρόγχοι
πνεύμονες

4. πνεύμονες
βρόγχοι
τραχεία

6. τραχεία
βρόγχοι
πνεύμονες

7. πνεύμονες
βρόγχοι
κυψελίδες