**Isilah titik-titik di bawah ini dengan jawaban yang paling tepat dan sesuai!**

1. Sistem gerak terdiri dari tulang (rangka), otot, dan sistem saraf. Tulang membuat kita dapat berdiri tegak, menggenggam benda, menopang tubuh saat duduk, dan melakukan aktivitas lainnya. Oleh karena itu, tulang tersusun oleh suatu zat yang bersifat keras yang dikenal dengan nama ....

2. Meskipun pada dasarnya kuat, bukan berarti tulang tidak dapat rusak. Seperti halnya otot dan sistem saraf, tulang juga dapat mengalami kerusakan. Salah satu contoh penyakit yang menyerang sistem gerak utamanya tulang adalah penyakit tulang keropos atau mudah patah dikarenakan kepadatan tulang menurun. Penyebabnya adalah kurangnya jumlah kalsium pada tulang. Penyakit itu dikenal dengan nama ....

3. Salah satu contoh penyakit yang menyerang tulang belakang sehingga bentuk bagian punggung atas membulat secara berlebihan disebut dengan ....

4. Kelainan pada tulang punggung yang disebabkan oleh posisi duduk yang tidak tepat sehingga bentuk tulang punggung membengkok ke kanan atau ke kiri dinamakan ....

5. Penyakit kram atau kejang otot biasanya terjadi karena saat melakukan olahraga atau aktivitas berat tanpa diawali dengan kegiatan ....

6. Asupan vitamin yang dibutuhkan oleh tulang yang dapat diperoleh dengan cara berjemur di pagi hari adalah ....

7. Kelainan pada sistem gerak yang disebabkan oleh kelainan sejak lahir, disebut juga dengan kelainan ...

8. Saat melakukan peregangan sebelum berolahraga baik juga untuk menjaga kesehatan ....

9. Berdasarkan zat penyusunnya, jenis tulang dibedakan menjadi dua yaitu ....

10. Contoh makanan yang memiliki nutrisi untuk kesehatan tulang diantaranya ....

LIVEWORKSHEETS

**Berilah tanda centang (√) pada kotak sesuai dengan pernyataan yang tepat!**

11. ☐ Kondisi tulang punggung yang sehat adalah lurus dan tegak.

12. ☐ Penyebab penyakit Tetanus adalah virus yang berbahaya.

13. ☐ Jenis penyakit tulang yang disebabkan oleh kurangnya asupan vitamin D di dalam tubuh dinamakan defisiensi vitamin D.

14. ☐ Jenis kelainan pada tulang belakang ada 3 macam yaitu lordosis, kifosis, skolastis.

15. ☐ Saat beraktivitas di luar rumah sebaiknya menggunakan alas kaki supaya terhindar dari masuknya bakteri *Clostridium Tetani*.

LIVEWORKSHEETS