

Drogi uczniu! Na poniższej karcie znajduje się test składający się z 30 pytań. Do każdego z tych pytań podane są 4 odpowiedzi, z których tylko 1 jest poprawna. Pamiętaj aby ostateczne odpowiedzi zaznaczyć na Karcie Odpowiedzi. Powodzenia!

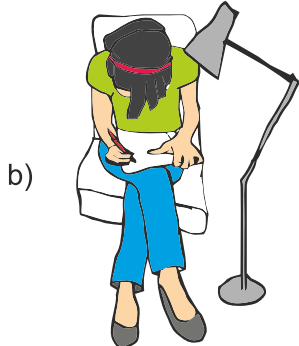
**1. Który składnik pokarmu jest najważniejszy przy wzroście organizmu?**

- a) cukier                      b) tłuszcz                      c) białko                      d) oleje roślinne

**2. Który z poniższych elementów jest niezbędny do życia człowiekowi?**

- a) rozrywka                      b) komfort                      c) jedzenie mięsa                      d) sen

**3. Który rysunek przedstawia prawidłową postawę podczas odrabiania lekcji?**



**4. Do form wypoczynku aktywnego nie możemy zaliczyć:**

- a) jazdy na rowerze                      b) spaceru z psem                      c) grania w szachy                      d) pływania w jeziorze

**5. Który w wymienionych czynników nie może wywoływać alergii?**

- a) jedzenie                      b) sierść zwierząt                      c) hałas                      d) pyłki roślin

**6. Dzwoniąc na numer 999 dodzwonisz się do:**

- a) straży pożarnej                      b) pogotowia ratunkowego                      c) policji                      d) wszystkich wymienionych

**7. Potrzeby pokarmowe człowieka zależą od:**

- a) inteligencji                      b) długości włosów                      c) pory roku                      d) wszystkich wymienionych

**8. Układ kostny człowieka obejmuje:**

- a) tylko kości                      b) kości i chrząstki                      c) tylko czaszkę                      d) kości i paznokcie

**9. Jak nazywamy przegrzanie organizmu spowodowane zbyt długim przebywaniem na słońcu?**

- a) hipotermia                      b) udar cieplny                      c) gorączka                      d) migrena

**10. W jakim celu stosujemy antybiotyki?**

- a) dla zwiększenia odporności organizmu                      b) dla zwalczania infekcji wirusowych np. grypy  
c) dla zwalczania infekcji bakteryjnych np. anginy                      d) wszystkie wymienione odpowiedzi

**11. Stojąc przed przejściem dla pieszych z zielonym światłem, widzisz nadjeżdżającą karetkę pogotowia na sygnale. Co robisz?**

- a) pewnym krokiem wchodzisz na przejście dla pieszych i czekasz aż karetka się zatrzyma  
b) przechodzisz przez przejście po upewnieniu się, że światło jest na pewno zielone i oprócz karetki nic nie jedzie  
c) czekasz aż przejedzie karetka, mimo iż masz zielone światło  
d) jeśli widzisz, że karetka nieco zwolniła, szybko przebiegasz na zielonym świetle

**12. Dieta to:**

- a) inaczej głodzenie się                      b) spadek wagi ciała  
c) prawidłowy stosunek masy do wzrostu organizmu                      d) sposób odżywiania się bazujący na określonych produktach oraz ich ilości

13. Ile kręgów znajduje się w odcinku piersiowym kręgosłupa?

- a) 7                                      b) 12                                      c) od 13 do 14                                      d) 15

14. Który czynnik powoduje osłabienie zmysłu dotyku?

- a) ciepło                                      b) zimno                                      c) hałas                                      d) cisza

15. Do lekarza której specjalizacji należy się udać w celu leczenia wady zgryzu?

- a) ortopedy                                      b) ortodonty                                      c) onkologa                                      d) laryngologa

16. W jamie nosowej powietrze nie jest:

- a) natleniane                                      b) ogrzewane                                      c) oczyszczane                                      d) nawilżane

17. Wskaż prawdziwe zdanie dotyczące rysunków.

- a) rys. I i II przedstawiają kolana koślawe  
b) rys. I pokazuje kolana koślawe a II kolana szpotawe  
c) rys. I pokazuje kolana szpotawe a II kolana koślawe  
d) rys. I przedstawia lordozę a II krzywicę



18. Który z poniższych pierwiastków pełni ważną rolę w funkcjonowaniu organizmów i powinien być dostarczany w pokarmie?

- a) złoto                                      b) żelazo                                      c) aluminium                                      d) ołów

19. Ospa wietrzna jest chorobą zakaźną objawiającą się:

- a) brakiem snu                                      b) spuchniętą szyją                                      c) skrzywieniem kręgosłupa                                      d) wykwitami na skórze

20. Które z poniższych warzyw, nie nadaje się do spożycia na surowo?

- a) marchewka                                      b) rzodkiewka                                      c) kapusta                                      d) ziemniak

21. Do zachowań profilaktycznych przeciw rozprzestrzenianiu się chorób zakaźnych nie można zaliczyć:

- a) częstego mycia rąk                                      b) stosowania szczepionek  
c) unikania kontaktu z osobami chorymi                                      d) unikania wietrzenia pomieszczeń

22. Antybiotyki są głównie wytwarzane przez:

- a) grzyby                                      b) cytrusy                                      c) ryby                                      d) ptaki

23. Wskaż prawidłowe zakończenie zdania: *Palenie bierne...*

- a) jest nieszkodliwe w przeciwieństwie do palenia czynnego.  
b) pomaga uodpornić się na szkodliwe substancje zawarte w dymie papierosowym.  
c) polega na udawaniu, że pali się papierosy.  
d) jest tak samo szkodliwe dla zdrowia jak palenie czynne.

24. Krzywica u dzieci jest spowodowana niedoborem:

- a) witaminy D                                      b) witaminy A                                      c) witaminy C                                      d) błonnika

25. Tłuszczem zwierzęcym zwiększającym odporność organizmu jest:

- a) smalec                                      b) słonina                                      c) tran                                      d) masło

26. Nauka zajmująca się budową wewnętrzną np. człowieka to:

- a) mikrobiologia                                      b) filozofia                                      c) genetyka                                      d) anatomia

27. Do narządów parzystych w ciele człowiek nie zaliczymy:

- a) płuc                                      b) nerek                                      c) jelit                                      d) oskrzeli

28. Chcąc założyć opatrunek bezpośrednio na ranę należy zastosować:

- a) chustę trójkątną                                      b) watę  
c) opatrunek jałowy                                      d) ligninę

29. Do chorób, które przechodzimy tylko raz ze względu na nabytą odporność po jej przejściu zaliczamy:

- a) grypę                                      b) gruźlicę                                      c) zapalenie płuc                                      d) różyczkę

30. Gdzie znajduje się odpowiadający za równowagę człowieka błędnik?

- a) w oku                                      b) w uchu                                      c) w kolanach                                      d) w mózgu