Guia de practica - Cambios del cuerpo durante el crecimiento

Nombre: _____

Fecha: _____

Puntaje: _____

1.

¿Qué significa crecer para el cuerpo humano?

1. Aumentar de tamaño y peso
2. Solo aumentar de altura
3. Cambiar de color de piel

2.

¿En cuál de estas etapas de la vida se crece más rápidamente en altura?

1. Infancia
2. Niñez
3. Adolescencia
4. Adultez

3.

¿Qué cambio NO ocurre comúnmente durante la adolescencia?

1. Crecimiento de vello corporal
2. Cambio de voz
3. Pérdida de todos los dientes
4. Desarrollo de músculos

4.

¿Qué mineral es esencial para tener huesos fuertes y sanos?

Respuesta: _____

5.

¿Cuál de estos hábitos es más importante para mantener una buena salud durante el crecimiento?

1. Comer solo dulces
2. Dormir pocas horas
3. Ver televisión todo el día
4. Hacer ejercicio regularmente

6.

¿Qué les sucede a las voces de los niños durante la pubertad?

1. Se vuelven más agudas
2. Se vuelven más graves
3. No cambian
4. Desaparecen

7.

¿Cuál es el orden correcto de las etapas de la vida, desde el nacimiento?

1. Adultez, adolescencia, niñez, infancia, vejez
2. Vejez, adultez, adolescencia, niñez, infancia
3. Niñez, infancia, adolescencia, vejez, adultez
4. Infancia, niñez, adolescencia, adultez, vejez

8.

¿Qué alimento es rico en hierro, un mineral necesario para la sangre?

1. Manzana
2. Pan
3. Espinacas
4. Galletas

9.

¿Cuántos dientes de leche tiene normalmente un niño?

Respuesta: _____

10.

¿Qué cambio es típico en las niñas durante la pubertad?

1. Crecimiento de barba
2. Ensanchamiento de caderas
3. Voz más grave
4. Calvicie

11.

¿Por qué es importante hacer ejercicio durante el crecimiento?

1. Para evitar estudiar
2. Para fortalecer huesos y músculos
3. Para comer más dulces
4. Para no dormir

12.

¿Qué vitamina es importante para mantener una buena visión y salud de los ojos?

Respuesta: _____

13.

¿Cuál es la diferencia principal entre crecimiento y desarrollo?

1. No hay diferencia
2. Crecimiento es solo aumentar de tamaño, desarrollo es adquirir nuevas habilidades
3. Desarrollo es solo aumentar de peso
4. Crecimiento es solo para plantas

14.

¿Qué parte del cuerpo sigue creciendo durante toda la vida?

1. El corazón
2. Los huesos de las piernas
3. La nariz y las orejas
4. El cerebro

15.

¿Cuál de estos cuidados es esencial para la piel durante el crecimiento?

1. No bañarse nunca
2. Exponerse mucho al sol sin protección
3. Usar protector solar
4. Rascarse fuerte

16.

¿Aproximadamente a qué edad comienza la adolescencia en las niñas?

1. Entre 5 y 6 años
2. Entre 10 y 11 años
3. Entre 15 y 16 años
4. Entre 20 y 21 años

17.

¿Por qué es importante beber suficiente agua cada día?

1. Porque sabe bien
2. Para mantener el cuerpo hidratado y ayudar a las funciones vitales
3. Para no tener sed nunca
4. Porque reemplaza la comida

18.

¿Qué cambio emocional es común durante la adolescencia?

1. No sentir nunca tristeza
2. Tener cambios de humor frecuentes
3. Siempre estar feliz
4. No interesarse por los amigos

19.

¿Qué tipo de alimento nos da energía para jugar y estudiar?

1. Dulces y chocolates
2. Frutas y cereales integrales
3. Refrescos
4. Papas fritas

20.

¿Cómo se llama la etapa de la vida que transcurre entre la niñez y la adultez?

Respuesta: _____