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

Respuesta correcta:
A.

Aumentar de tamaño y peso

2.

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

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

Respuesta correcta:
C.

Adolescencia

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

Respuesta correcta:
C.

Pérdida de todos los dientes

4.

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

Respuesta: _____

Respuesta correcta:

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

Respuesta correcta:
D.

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

Respuesta correcta:
B.

Se vuelven más graves

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

Respuesta correcta:
D.

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

Respuesta correcta:
C.

Espinacas

9.

¿Cuántos dientes de leche tiene normalmente un niño?

Respuesta: _____

Respuesta correcta:

20

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

Respuesta correcta:
B.

Ensanchamiento de caderas

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

Respuesta correcta:
B.

Para fortalecer huesos y músculos

12.

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

Respuesta: _____

Respuesta correcta:

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

Respuesta correcta:
B.

Crecimiento es solo aumentar de tamaño, desarrollo es adquirir nuevas habilidades

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

Respuesta correcta:
C.

La nariz y las orejas

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

Respuesta correcta:
C.

Usar protector solar

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

Respuesta correcta:
B.

Entre 10 y 11 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

Respuesta correcta:
B.

Para mantener el cuerpo hidratado y ayudar a las funciones vitales

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

Respuesta correcta:
B.

Tener cambios de humor frecuentes

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

Respuesta correcta:
B.

Frutas y cereales integrales

20.

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

Respuesta: _____

Respuesta correcta:

Respuestas

1. **A.**

   Aumentar de tamaño y peso

2. **C.**

   Adolescencia

3. **C.**

   Pérdida de todos los dientes

4. **D.**

   Hacer ejercicio regularmente

6. **B.**

   Se vuelven más graves

7. **D.**

   Infancia, niñez, adolescencia, adultez, vejez

8. **C.**

   Espinacas

9. 20

10. **B.**

    Ensanchamiento de caderas

11. **B.**

    Para fortalecer huesos y músculos

12. **B.**

    Crecimiento es solo aumentar de tamaño, desarrollo es adquirir nuevas habilidades

14. **C.**

    La nariz y las orejas

15. **C.**

    Usar protector solar

16. **B.**

    Entre 10 y 11 años

17. **B.**

    Para mantener el cuerpo hidratado y ayudar a las funciones vitales

18. **B.**

    Tener cambios de humor frecuentes

19. **B.**

    Frutas y cereales integrales

20.