

Școala Gimnazială „Mircea cel Bătrân” Pitești

CONCURSUL JUDEȚEAN

„COPII SĂNĂTOȘI ȘI FRUMOȘI”

EDIȚIA 2016

CLASA I

NUMELE _____

PRENUMELE _____

CLASA _____

ȘCOALA _____

LOCALITATEA _____

Varianta 1

Timpul efectiv de lucru este 60 de minute.

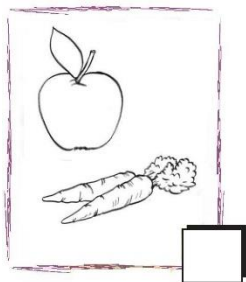
Mult succes! 😊

Partea I (70 de puncte)

Citește cu multă atenție și marchează cu un X pătrățelul din dreptul răspunsului corect.

Un singur răspuns este corect pentru fiecare întrebare.

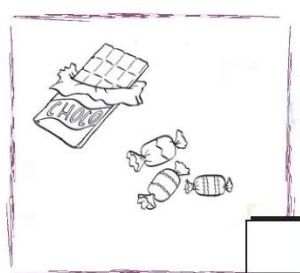
1. Unele alimente ne ajută să fim sănătoși, iar altele, nu. Care imagine conține alimente de care trebuie să te ferești atunci când vrei să fii sănătos.



a)

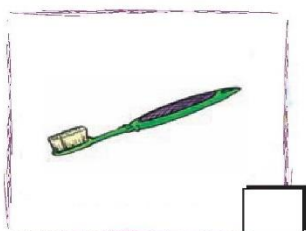


b)

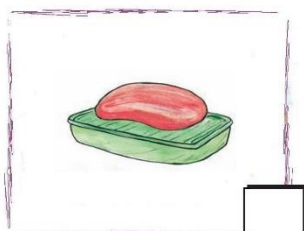


c)

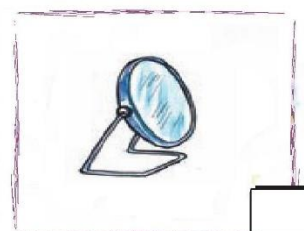
2. Pentru igiena mâinilor folosim:



a)



b)



c)

3. Pentru a avea dinți sănătoși trebuie să-i curățăm. De câte ori pe zi este absolut necesar să ne spălăm dinții?

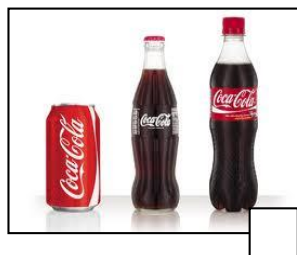
5	3	1
☐	☐	☐

a)

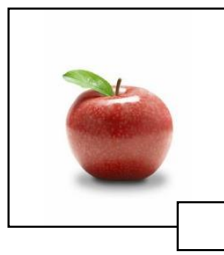
b)

c)

4. O alimentație sănătoasă poate preveni unele boli. Ce alegi ca desert dacă vrei să fii sănătos?



a)



b)



c)

5. Oamenii își schimbă dinții. La început ei au dinți de lapte care se vor înlocui cu dinți permanenți. Această schimbare apare atunci când:



a)



b)



c)

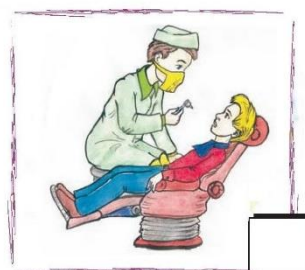
6. Atunci când nu ne îngrijim corect dantura trebuie să mergem la specialist. Alege persoana cu care te vei întâlni.



a)

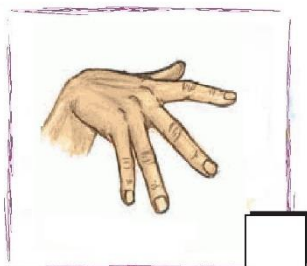


b)

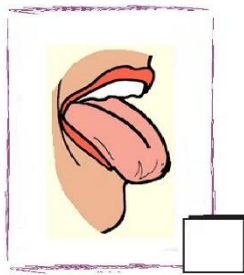


c)

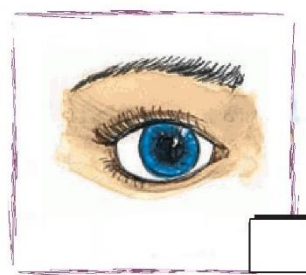
7. Care este organul de simț pentru vază?



a)



b)



c)

Partea a II-a (30 de puncte)

Redă printr-un desen sugestiv prietenia dintre un copil și fructele primite ca desert.

Școala Gimnazială „Mircea cel Bătrân” Pitești

CONCURSUL JUDEȚEAN

„COPII SĂNĂTOȘI ȘI FRUMOȘI”

EDIȚIA 2016

CLASA A II-A

NUMELE _____

PRENUMELE _____

CLASA _____

ȘCOALA _____

LOCALITATEA _____

Varianta 1

Timpul efectiv de lucru este 60 de minute.

Mult succes! 😊

Partea I (70 de puncte)

Citește cu multă atenție și marchează cu X un singur răspuns corect pentru fiecare întrebare.

1. Dezechilibrul organismului nostru este provocat de:

- ☐ a) consumul regulat de fructe și legume;
- ☐ b) exercițiile fizice în aer liber;
- ☐ c) consumul excesiv de preparate fast-food.

2. Este cunoscută sub denumirea de *boala mâinilor murdare*:

- ☐ a) Varicela;
- ☐ b) Hepatita A;
- ☐ c) Rujeola.

3. Se produce carie atunci când smalțul dinților este atacat de:

- ☐ a) acizii produși de bacterii;
- ☐ b) apa de gură;
- ☐ c) alimente moi.

4. Stabilește care din următoarele propoziții este adevărată:

- ☐ a) Exercițiile fizice îmbunătățesc gândirea noastră.
- ☐ b) Dezvoltarea armonioasă a corpului nu se face prin mișcare în aer liber.
- ☐ c) O persoană obișnuită cu exercițiile fizice este obeză.

5. *Halena* sau respirația urât mirositoare apare atunci când:

- ☐ a) folosim pasta de dinți și apă de gură;
- ☐ b) ne spălăm pe dinți după fiecare masă;
- ☐ c) acționează bacteriile pe dinți și pe limbă.

6. O dietă alimentară sănătoasă, nu trebuie să conțină:

- ☐ a) pește;
- ☐ b) legume și fructe;
- ☐ c) dulciuri și sucuri carbogazoase.

7. Absența mineralelor și a vitaminelor din alimentație duce la:

- ☐ a) însănătoșirea organismului;
- ☐ b) slăbirea capacității de apărare împotriva bolilor;
- ☐ c) creșterea rezistenței la efort fizic și intelectual.

Partea a II-a (30 de puncte)

Redă printr-un desen sugestiv **fericirea unui dinte care a fost curățat de caria care îl deranja foarte tare.**

Școala Gimnazială „Mircea cel Bătrân” Pitești

CONCURSUL JUDEȚEAN

„COPII SĂNĂTOȘI ȘI FRUMOȘI”

EDIȚIA 2016

CLASA A III-A

NUMELE _____

PRENUMELE _____

CLASA _____

ȘCOALA _____

LOCALITATEA _____

Varianta 1

Timpul efectiv de lucru este 60 de minute.

Mult succes! 😊

Partea I (70 de puncte)

Citește cu multă atenție și încercuiește varianta corectă. Un singur răspuns este corect pentru fiecare întrebare.

1. Din alimentație nu trebuie să lipsească:
 - a) ciocolata;
 - b) fructele și legumele;
 - c) alimentele sărate.
2. Informațiile primite de organele de simț se numesc:
 - a) stimuli;
 - b) reflexe;
 - c) comenzi.
3. Îngrijirea danturii începe cu:
 - a) apariția primelor carii;
 - b) îngrijirea dinților permanenți;
 - c) îngrijirea dinților de lapte.
4. Ca să ne păstrăm sănătatea este nevoie să:
 - a) petrecem mult timp în fața calculatorului;
 - b) consumăm dulciuri;
 - c) facem multă mișcare.
5. Controlul stomatologic se efectuează:
 - a) când apar cariile;
 - b) anual;
 - c) cel puțin o dată la șase luni.
6. Sângele circulă în corp împins de:
 - a) inimă;
 - b) stomac;
 - c) rinichi.

7. Reflexele sunt comandate de:

- a) organele de simț;
- b) organele interne;
- c) creier.

Partea a II-a (30 de puncte)

Acum, că ai terminat de răspuns la întrebări, va trebui să realizezi un desen cu tema:
„Rețetă” pentru o viață sănătoasă.

Verifică toate răspunsurile și apoi poți preda lucrarea!

Școala Gimnazială „Mircea cel Bătrân” Pitești

CONCURSUL JUDEȚEAN

„COPII SĂNĂTOȘI ȘI FRUMOȘI”

EDIȚIA 2016

CLASA A IV-A

NUMELE _____

PRENUMELE _____

CLASA _____

ȘCOALA _____

LOCALITATEA _____

Varianta 1

Timpul efectiv de lucru este 60 de minute.

Mult succes! 😊

Partea I (70 de puncte)

Citește cu multă atenție și marchează cu X un singur răspuns corect pentru fiecare întrebare.

1. Pentru o dezvoltare armonioasă un copil trebuie să mănânce de:

- ☐ a) două ori pe zi (dimineața și seara)
- ☐ b) trei ori pe zi (dimineața, la prânz și seara)
- ☐ c) cinci ori pe zi (dimineața, la prânz, seara și câte o gustare între mesele principale)

2. Primii molari permanenți apar în jurul vârstei:

- ☐ a) 10-12 ani
- ☐ b) 6-7 ani
- ☐ c) 8-9 ani

3. Microbii sunt peste tot: în aerul pe care îl respiri, în alimentele pe care le mănânci, în apa pe care o bei și pe tot ce atingi! Mereu încearcă să pătrundă în corpul tău. Care sunt barierele acestuia, care îl apără:

- ☐ a) pielea, lacrimile, firicelele de păr
- ☐ b) hainele
- ☐ c) săpunul și pasta de dinți

4. Caria se produce când smalțul dinților este atacat de:

- ☐ a) alimente moi
- ☐ b) apa de gură
- ☐ c) acizii produși de bacterii

5. Un copil sănătos mănâncă întotdeauna micul dejun. Micul dejun sănătos trebuie să conțină:

- ☐ a) salamul, parizerul, crenvurști
- ☐ b) ouă, pâine, cereale integrale, lapte, produse lactate (iaurt, sana, brânză) și fructe
- ☐ c) hamburger, sucuri acidulate și dulciuri

6. Organismul uman este un mecanism complex. Pentru menținerea lui într-o stare de sănătate trebuie:

- ☐ a) să ne jucăm și să petrecem timp cu prietenii
- ☐ b) să avem o alimentație sănătoasă, să facem mișcare în fiecare zi și să ne odihnim corespunzător
- ☐ c) să ascultăm sfaturile părinților

7. Sistemul respirator este format din: plămâni, trahee, bronhii și diafragmă. Rolul sistemului respirator este:

- ☐ a) să ajute corpul să se deplaseze;
- ☐ b) să transfere oxigen în sânge și să elimine reziduurile de dioxid de carbon prin expirație;
- ☐ c) să nu ne îmbolnăvim.

Partea a II-a (30 de puncte)

Ionel iubește mâncarea. Deși mama îl hrănește cu mâncare sănătoasă (supe, salate, legume, fructe etc.) el nu acceptă decât mâncare de tip fast-food, sucuri acidulate, mâncăruri piperate, multe dulciuri și alte alimente nesănătoase.

Folosește-ți imaginația și arată-ne printr-un desen sugestiv „lupta” care se dă în stomacul copilului pentru a digera toate aceste mâncăruri nesănătoase.

Verifică toate răspunsurile și apoi poți preda lucrarea!