

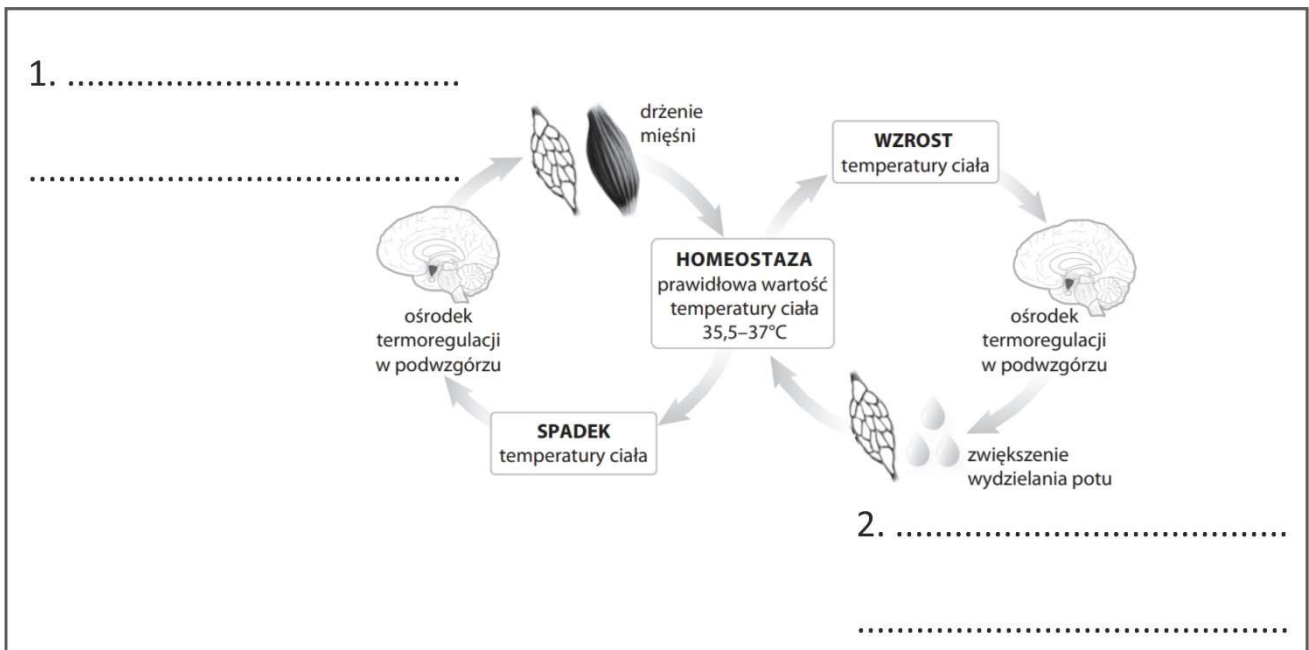
RÓWNOWAGA WEWNĘTRZNA ORGANIZMU

1. Dokończ zdanie. Zaznacz odpowiedź spośród podanych.

Homeostaza to

- A. zdolność organizmu do zachowania stanu równowagi wewnętrznej.
- B. zdolność organizmu do walki z czynnikami chorobotwórczymi.
- C. umiejętność życia społecznego.
- D. zdolność unikania czynników chorobotwórczych

2. Uzupełnij schemat przedstawiający mechanizm termoregulacji. Wpisz w puste miejsca odpowiednią reakcję skórnych naczyń krwionośnych.



3. Podkreśl właściwe wyrazy tak, aby tekst dotyczący gospodarki wodnej organizmu był prawdziwy.

Gdy w chłodny dzień nie uprawiamy sportu i przyjmujemy dużo płynów, wchłanianie wody w kanalikach nerkowych *wzrasta / maleje*, a ilość wydalanego moczu się *zwiększa / zmniejsza*. Jednocześnie gruczoły potowe *ograniczają / zwiększają* wydzielanie potu.

4. Uzupełnij poniższe zdanie. Wybierz odpowiedź spośród podanych.

Gdy poziom glukozy we krwi wzrasta, w podwzgórzu następuje aktywacja ośrodka A / B.

- A. sytości
- B. głodu

5. Podkreśl nazwy trzech chorób przenoszonych drogą pokarmową.

kiła, glistnica, AIDS, salmonelloza, grypa, owsica, odra

6. Przyporządkuj wymienionym rodzajom zdrowia (A–B) odpowiednie opisy (1–3)

1. To umiejętność cieszenia się z życia i radzenia sobie z codziennymi trudnościami.
2. To prawidłowa praca wszystkich narządów.
3. To umiejętność nawiązywania pozytywnych relacji z ludźmi.

A. Zdrowie fizyczne.

B. Zdrowie psychiczne.

7. Podaj dwa argumenty przemawiające za pozytywnym wpływem wysiłku fizycznego na układ krwionośny człowieka.

.....
.....

8. Przeczytaj poniższy tekst. Na jego podstawie określ, czy przerwanie terapii przez Zosię było działaniem prawidłowym. Uzasadnij odpowiedź za pomocą jednego argumentu.

Zosię bardzo bolało gardło i gorączkowała, a na jej migdałkach pojawił się biały nalot. Lekarz stwierdził anginę i przypisał antybiotyk. Zosia miała go przyjmować przez 10 dni, po jednej kapsułce co 12 godzin. Objawy anginy ustąpiły już po 5 dniach od rozpoczęcia terapii, więc dziewczynka bez konsultacji z lekarzem odstawiła lek.

Przerwanie antybiotykoterapii przez Zosię było działaniem,
ponieważ

.....

9. Zaznacz skutki stosowania nadmiernej ilości kofeiny.

- | | | |
|--------------------------|----------------|-------------------------|
| A. Niedotlenienie mózgu. | C. Rak krtani. | E. Uszkodzenia skóry. |
| B. Problemy ze snem. | D. Niepokój. | F. Spadek koncentracji. |

10. Oceń, czy poniższe informacje dotyczące suplementów diety są zgodne z prawdą. Zaznacz literę P, jeśli informacja jest prawdziwa, lub literę F – jeśli jest fałszywa

→ W przypadku niewłaściwego stosowania niektórych suplementów diety istnieje ryzyko przedawkowania i komplikacji zdrowotnych. P / F

→ Suplementy diety stosuje się w celu uzupełnienia w organizmie niedoborów witamin i minerałów. P / F

→ Stosowanie suplementów diety jest jedną z zasad zdrowego żywienia. P / F

→ Podczas odchudzania się posiłki można zastąpić suplementami diety. P / F

11. Podaj dwa argumenty potwierdzające wskazanie, że przed zażyciem leku należy przeczytać informacje zamieszczone w załączonej ulotce.

.....

.....

12. Wyjaśnij, dlaczego nawet jednorazowe zażycie dopalaczy może być niebezpieczne dla organizmu.

.....

.....