

ΦΥΛΛΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ 1 (ΑΝΑΠΝΟΗ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ)

ΑΣΚΗΣΗ 1

Να χαρακτηρίσετε τις προτάσεις ως σωστές (Σ) ή λάθος (Λ).

1. Κατά την αναπνοή , μαζί με τον αέρα εισπνέουμε μικρόβια, σκόνη και άλλα βλαβερά σωματίδια. Σ Λ
2. Η υγεία μας σε μεγάλο βαθμό εξαρτάται από το πόσο καθαρός είναι ο αέρας που αναπνέουμε. Σ Λ
3. Η ατμοσφαιρική ρύπανση δεν μπορεί να προκαλέσει αναπνευστικά προβλήματα. Σ Λ
4. Είναι πιο υγιεινό να αναπνέουμε από το στόμα και όχι από τη μύτη. Σ Λ
5. Μέσα στη μύτη μας έχουμε μικρές τρίχες που αφήνουν τη σκόνη και τα μικρόβια να μπουν μέσα στους πνεύμονές μας. Σ Λ

ΑΣΚΗΣΗ 2

Να χαρακτηρίσετε τις προτάσεις ως σωστές (Σ) ή λάθος (Λ).

1. Στο καπνό των τσιγάρων υπάρχουν πολλές βλαβερές ουσίες. Σ Λ
2. Το κάπνισμα προκαλεί πολλά προβλήματα στο αναπνευστικό, αλλά και στο κυκλοφορικό σύστημα. Σ Λ
3. Ο αερισμός των χώρων που ζούμε ή εργαζόμαστε δεν έχει σχέση με την υγεία του αναπνευστικού συστήματος. Σ Λ
4. Η σωστή διατροφή συμβάλλει στην καλή υγεία του αναπνευστικού συστήματος. Σ Λ
5. Οι παθητικοί καπνιστές αντιμετωπίζουν τους ίδιους κινδύνους με τους καπνιστές. Σ Λ

ΑΣΚΗΣΗ 3

Να επιλέξετε τη σωστή απάντηση.

1. Κατά την αναπνοή αναπνέουμε :
 - α. μόνο αέρα
 - β. μαζί με τον αέρα και άλλα βλαβερά σωματίδια.

2. Στην καλή λειτουργία του αναπνευστικού συστήματος συμβάλλει:
 - α. το κάπνισμα
 - β. η αποφυγή αναπνοής από το στόμα

3. Είναι πιο υγιεινό να αναπνέουμε από:
 - α. τη μύτη
 - β. το στόμα

4. Το άσθμα είναι πάθηση του:
 - α. κυκλοφορικού συστήματος
 - β. αναπνευστικού συστήματος

5. Παθητικός καπνιστής είναι αυτός που:
 - α. καπνίζει
 - β. αναπνέει τον καπνό από το τσιγάρο άλλων καπνιστών