

DOĞRU:..... Yanlış:.....

Adı Soyadı:.....

1) Aşağıdakilerden hangisi eklemlerimizin temel özelliğidir?

- a) Sindirimi kolaylaştırır.
- b) Kemiklerimize dayanıklılık sağlar.
- c) Hareketimizi sağlar.
- c) Büyümemize yardımcı olur.

2) Aşağıdakilerden hangisi eklemlerimizi olumsuz etkiler?(5 puan)

- a) dengeli beslenme
- b) ağır kaldırmak
- c) düzenli spor yapma
- d) düzenli uyku

3) Kemikleri birbirine bağlayan ve kemiklerimizin uygun yerlerden bükülmelerini sağlayan yapı hangisidir?

- A) Kas
- B) Eklem
- C) Omurga
- D) Yassı kemik

4) Kol ve bacak kemikleri hangi tür kemiklerdir?

- A) Yassı kemik
- B) Uzun kemik
- C) Kısa kemik
- D) Düz kemik

5) Çadırın direği

Apartmanın temelindeki beton çubuklar  
Arabanın kaportası

Yukarıdaki örnekler vücudumuzda aşağıdakilerden hangisini ifade eder?

- A) sağlık
- B) iskelet
- C) solunum
- D) zeka

6) Aşağıdakilerden hangisi iskeletin görevlerinden biri değildir?

- A) Vücudun hareket etmesini sağlar.
- B) Vücudu dik tutar.
- C) Vücuttaki organları yönetir.
- D) Vücudun hayati organlarını korur.

7) Kemiklerin sağlıklı gelişiminde aşağıdakilerden hangisi etkilidir?

- A) yağmur suyu
- B) güneş ışığı
- C) deniz suyu
- D) su buharı

8) I. Kafatasımız bir tek kemikten oluşur.  
II. Vücudumuzda iskeletimizi oluşturan, kemikler birbirinden ayrı değildir.

III. Kaburga kemikleri yassı kemiklerden oluşur.

Yukarıdaki ifadelerden hangisi veya hangileri doğrudur?

- A) I-III
- B) II-III
- C) Yalnız II
- D) I-II-III

9) I. Koşmak  
III. oturmak

II. nabız atması  
IV. yüzmek

Yukarıdakilerden hangisi isteğimiz dışında yaptığımız harekettir?

- A) I
- B) II
- C) III
- D) IV

10) Yusuf: Kaslar

Gülen: Eklemler

Çağlar: Kalp

Burhan: Kemikler

Yukarıdaki öğrenciler vücudumuzun hareketini sağlayan organları söylemiştir. İçlerinden hangisi yanlış bilgi vermiştir?

- A) Gülen
- B) Yusuf
- C) Burhan
- D) Çağlar

11) Vücudumuzda aşağıdaki kemiklerden hangisi hareket etmez?

- A) omuzdaki kemikler
- B) bilekteki kemikler
- C) kafatasındaki kemikler
- D) ayak kemikleri

12) Aşağıdaki canlılardan hangisi hareket etmez?

- A) çiçek
- B) karınca
- C) solucan
- D) bebek

13) Aşağıdakilerin hangisinin kasları güçlü olur?

- A) Bol vitamin alanların
- B) Zararlı alışkanlıklardan uzak olanların
- C) Düzenli spor yapanların
- D) Bol su içenlerin

14) I. Kasılan kas, bağlı olduğu kemiği çeker.

II. Kasılan kas, daha kısa, kalın ve sert bir hal alır.

III. Kasılan kas, bağlı olduğu kemiği iter.

Yukarıdaki bilgilerden hangisi veya hangileri yanlıştır?

- A) Yalnız III
- B) I-II
- C) Yalnız II
- D) I-II-III

15) Aşağıdakilerden hangisi ağır yükleri kaldıracak kişilerin dikkat etmesi gereken kurallardan biri değildir?

- A) Kendilerini zorlamamaları
- B) Bütün yükleri kendilerinin kaldırabileceklerine inanmaları
- C) Başka bir obje veya kişiden destek almaları
- D) Ani hareket yapmaktan kaçınmaları

16) İskelet ve kas sağlığımız açısından aşağıdakilerden hangisi yanlış olur?

- A) Dik yürümek
- B) Yazarken, otururken dik durmak
- C) Ağır yük taşırken beli bükmek
- D) Egzersiz öncesi ısınma hareketleri yapmak

17) Kas sağlığı ve gelişimi için aşağıdaki hangi besinlerin tüketilmesi gerekir?

- A) bal-pekmez-yoğurt
- B) yumurta-süt-et
- C) balık-makarna-tavuk
- D) zeytin-peynir-süt

18) Aşağıdakilerden hangisi lifli yapıdadır?

- A) Kaslar
- B) kemikler
- C) eklemler
- D) akciğer

19) Kemiklerin ve dişlerin gelişebilmesi için gerekli olan kalsiyumun en önemli kaynağı aşağıdakilerden hangisidir?

- A) bal
- B) ayran
- C) süt
- D) balık

20) Kemiklerin iki veya daha fazla parçaya bölünmesi aşağıdakilerden hangisiyle ifade edilebilir?

- A) incinme B) çıkık C) burkulma D) kırık

21- Aşağıdakilerden hangisi iskelet ile ilgili yanlış bilgidir?

- A) İskelet sert bir yapıya sahip kemiklerden oluşur.  
B) Canlılarda iskelet vücuda şekil verir.  
C) Bazı organları korur.  
D) Hareket etmeye yardımcı olmaz.

22- Yassı kemikleri araştıran bir öğrenci aşağıdaki iskelet kısımlarından hangisini incelemelidir?

- A) Kollar ve bacaklar B) Bacaklar ve omurga  
C) Kafatası ve göğüs kafesi D) Kollar ve bacaklar

23- Hangisi iskeletimizin temel kısımlarından biri değildir?

- A) Kafatası B) Bel C) Göğüs kafesi D) Kollar

24- Aşağıdakilerden hangisi kemikler ve kaslar için ortak özellik değildir?

- A) Kasılıp gevşeyebilirler B) Vücuda şekil verirler  
C) Egzersiz ile geliştirilebilirler  
D) Vücudun hareketini sağlarlar

25- Aşağıdaki kemiklerden hangisi yassı kemiklere örnek olarak verilebilir?

- A) el ve parmak kemikler B) kol kemiği  
C) kafatası kemiği D) bacak kemiği

26- Hangisinin yapısında kısa kemikler vardır?

- A) kafatası B) el parmakları  
C) göğüs kafesi D) uyluk kemiği

27- İskeletimiz tek başına vücudumuza şekil veremez. İskeletimize şekil veren, hareketinizi sağlayan yapı nedir?

- A) bacaklarımız B) kas C) kemiklerimiz D) kalp

28- 1. Vücudumuzda her kemiğin şekli aynıdır.

2. Kemiklerin bir araya gelmesiyle iskelet oluşur.

3. Vücudumuzda herhangi bir kemik kırıldığında kırık-çıkıkçıya gideriz.

4. Doktor kırık çıkık olup olmadığının anlamak için röntgen filmim çekilmesini ister.

Yukarıdaki cümlelerden hangileri yanlıştır?

- A) 1.2. B) 2.4. C) 1.3 D) 2.3.

29- Aşağıdakilerden davranışlardan hangisi iskelet ve kas sistemimize zarar verir?

- A) Dengesiz ve ağır yük taşımak B) Dans etmek  
C) Futbol oynamak D) Uyumak

30- Vücudumuzdaki irili ufaklı bütün kemiklerin oluşturduğu yapıya ne denir?

- A) eklem B) adam C) iskelet D) kemik yığını

31- "Vücudumuzu ayakta tutan yapıya iskelet denir." Aşağıda iskeletle ilgili verilen bilgilerden hangisi yanlıştır?

- A) İskelet, sert bir yapıya sahiptir.  
B) Canlılarda iskelet vücuda şekil verir.  
C) İskeletimiz, kaslarla birlikte hareket etmemizi sağlar.  
D) Kanın vücutta dolaşmasını sağlayan yapı iskelettir.

32- Aşağıdakilerden hangisi iskeletin temel kısımlarından birisi değildir?

- A) Kafatası B) Omurga C) Göğüs kafesi D) Damarlar

33- Kaburgalar ve göğüs kemiği hangi tür kemiklerdir?

- A) Yassı kemik B) Kısa kemik  
C) Uzun kemik D) Düz kemik

34- Kemikleri birbirine bağlayan ve kemikleri uygun yerlerden bükülmelerini sağlayan yapı hangisidir?

- A) kas B) eklem C) omurga D) yassı kemik

35- Hangisi yassı kemiktir?

- A) uyluk kemiği B) parmak kemiği  
C) kaval kemiği D) kafatası kemiği

36- Öğretmen öğrencilerine "iskeletimiz olmasaydı ne olurdu?" sorusunu yöneltiyor. Ayşe: Vücudumuz desteksiz kalır ve ayakta duramazdık. Hasan: Bir et yığını haline geldik hiçbir iş yapamazdık. Can: Konuşamazdık, duyamazdık, göremezdik, cevaplarını veriyor. Hangi öğrencilerin verdiği cevaplar doğrudur?

- A) Ayşe , Hasan, Can B) Hasan, Can  
C) Ayşe, Can D) Ayşe, Hasan

37- Aşağıdakilerden hangisi olmasaydı kemiklerimiz birbirine bağlanmazdı?

- A) eklemler B) kaslar C) omurga D) kafatası

38- Kol ve bacak kemikleri hangi tür kemiklerdir?

- A) kısa kemik B) uzun kemik  
C) yassı kemik D) düz kemik

39- Vücudumuzdaki kemikler aşağıdaki etkinliklerden hangisinin gerçekleşmesinde görev yapmaz?

- A) Kalp ve akciğerlerin dış etkilere korunmasını sağlama  
B) Bir takım minerallerin depolanmasını sağlama  
C) Kanın damarlar içinde akmasını sağlama  
D) Besinlerin çiğnenmesini sağlama

40- Aşağıdakilerden hangisi iskeletin temel kısımlarından değildir?

- A) kafatası B) kalp C) omurga D) göğüs kafesi

NOT: Her soru 2,5 puandır.