



1. Gün içerisinde yaptığımız yürüme, koşma, yazma ve konuşma gibi hareketlerimiz destek ve hareket sistemi tarafından gerçekleştirilir. Hangi seçenekte destek ve hareket sistemimizi oluşturan yapılar birlikte verilmiştir?

- A) İskelet – Kas sistemi.
- B) İskelet – Dolaşım sistemi.
- C) Kas – Sindirim sistemi.
- D) Kas – Solunum sitemi.

2. Aşağıdakilerden hangisi iskelet sistemini oluşturan yapılardan birisi değildir?

- A) Kemik
- B) Kıkırdak
- C) Eklem
- D) Lif

3. İskeletle ilgili aşağıdaki bilgilerden hangisi yanlıştır?

- A) İnsan iskeleti kemik ve kıkırdaktan oluşmaktadır.
- B) Kemiklerimiz kıkırdak dokunun sertleşmesi ile oluşur.
- C) Yeni doğan bebeklerin kafatasının üst kısmı bingıldak adı verilen yumuşak bir kıkırdak dokudan oluşur.
- D) Kıkırdak dokular zamanla sertleşerek kemiklere dönüşür ve eklemler oluşur.

4. İskelet sistemimiz vücudumuzun çatısını oluşturan üç bölümden oluşur. Aşağıdakilerden hangisi bu bölümlerden birisi değildir?

- A) Kollar ve bacaklar
- B) Omurga
- C) Gövde iskeleti
- D) Kafatası

5. Kaburga ve omurga kemikleri iskeletimizin hangi bölümün oluşturur?

- A) Gövde
- B) Kollar ve bacaklar
- C) Omurga
- D) Kafatası

6. İskeletimizin görevleri ile ilgili aşağıdaki bilgilerden hangisi yanlıştır?

- A) Tek başına vücudumuza şekil verir.
- B) Vücudumuzu dik tutar.
- C) Beyin, omurilik, kalp gibi yaşamsal önem taşıyan organlarımızı korur.
- D) Kaslar ve eklemlerle beraber hareketimizi sağlar.



7. İskeletimizle ilgili aşağıdaki bilgilerden hangisi yanlıştır?

- A) Kan hücrelerini üretir.
- B) Kalsiyum, fosfor, magnezyum gibi mineralleri depolar.
- C) Kaslarımız ve iç organlarımız için tutunma yüzeyi sağlar.
- D) Vücudumuzdaki sistemlerin çalışmasını sağlar.

8. *Kemiklerin uç kısımlarında ve eklem kısımlarında bulunur. Hareket sırasında kemiklerin aşınmasını önler. Uzun kemiklerde kemiğin boyca uzamasını sağlar. Burnumuzun ucu, kulak kepçemiz, soluk borumuz ve kemiklerimizin eklem başları bu yapıdadır. Bu yapılarımız kemiğe göre daha yumuşak ve esnektir. Yukarıdaki anlatım aşağıdaki yapılardan hangisine aittir?

- A) Kemik
- B) Kıkırdak
- C) Kemik iliği
- D) Kas

9. Kemiğin yapısı ile ilgili aşağıdaki bilgilerin hangisinde bir yanlışlık yapılmıştır?

- A) Kırmızı Kemik İliği: Kan hücresi üretir. Süngerimsi kemik içerisinde bulunur.
- B) Süngerimsi Kemik: Uzun kemiğin uç kısımlarında bulunur. Sünger gibi gözenekli yapıya sahiptir.
- C) Kemik Zarı: Kemiğin enine büyümesini ve beslenmesini sağlar. Kemiğin üzerini örter. Kemik kırıldığında onarır.
- D) Sert (Sıkı) Kemik: Uzun kemiği oluşturur. Sert ve sağlamdır. Yapısında gözenekler bulunur.



10. Aşağıdakilerden hangisi yanlıştır?

- A) Sarı Kemik İliği: Uzun kemiğin ortasında bulunur. Yağ depolar, ihtiyaç olursa kan hücresi üretir.
- B) Kıkırdak Doku: Kemiğin uç kısımlarında bulunur. Kemiğin boyuna büyümesini sağlar.
- C) Kan Damarları: Kemik hücrelerine besin ve oksijen taşır.
- D) Kemik Zarı: Kemiği dış etkilere korur. Seçici geçirgendir.



11. Uyluk, kaval, baldır, dirsek, ön kol, pazı kemiklerinin çeşidi hangisidir?

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

12. El ve ayak bilek kemikleri, omurlar, ve parmak kemiklerinin çeşidi hangisidir?

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

13. aşağıdakilerden hangisi düzensiz şekilli kemiklerden oluşmuştur?

- A) Omurga
- B) Kaburga
- C) Kafatası
- D) Leğen kemiği

14. Kafatası, kaburga, leğen, kürek kemiklerinin yapısı nasıldır?

- A) Uzun
- B) Kısa
- C) Yassı
- D) Düzensiz



15. *Hareket yeteneği fazladır. Kemikler arasında boşluk ve eklem sıvısı vardır. Eklem sıvısı ve eklem kıkırdığı kemiklerin aşınmasını önler. Kol, bacak, parmak, bilek, omuz ve çenede bulunur.. Yukarıdaki anlatım hangi eklem çeşidine aittir?

- A) Oynamaz eklem
- B) Yarı oynar eklem
- C) Oynar eklem
- D) Düzensiz eklem

16. *Çok az hareket edebilir. Göğüs kafesi ve omurgadaki eklemler bu guruba girer..Yukarıdaki anlatım hangi eklem çeşidine aittir?

- A) Oynamaz eklem
- B) Yarı oynar eklem
- C) Oynar eklem
- D) Düzensiz eklem

17. *Hareketsiz eklemlerdir. Testere dişleri gibi birbirine bağlanmışlardır. Kafatası, kalça ve kuyruk sokumunda bulunan eklemdir..Yukarıdaki anlatım hangi eklem çeşidine aittir?

- A) Oynamaz eklem
- B) Yarı oynar eklem
- C) Oynar eklem
- D) Düzensiz eklem



18. İskeletimizin hareket etmesini sağlayan yapılara kas denir. Kaslarımız hareketin yanı sıra, vücudumuza destek sağlar ve şekil verir. Kaslarımız özelliklerine ve vücutta bulundukları yere göre üç gruba ayrılır. Aşağıdakilerden hangisi bu gruplardan birisi değildir?

- A) Düz kaslar
- B) Çizgili kaslar
- C) Kalp kası
- D) Kısa kaslar

I-Çizgili Kaslar: Kırmızı renklidir. Kemiklere tendonla bağlanır. İsteğimizle çalışır. Hızlı çalışır, çabuk yorulur. Çiftler şeklinde bulunur. Birbirine zıt olarak çalışır. Kaslardan biri kasılırken diğeri gevşer.

II- Düz Kaslar: İç organlarımızda bulunur. İsteğimiz dışında çalışır. Beyaz renklidir. Yorulmazlar, sürekli ve yavaş çalışır.

III- Kalp Kası: Yapısı çizgili kas, çalışması da düz kasa benzer. Kırmızı renklidir. Hızlı kasılır, yorulmaz, isteğimiz dışında çalışır. Kaslar çiftler halindedir.

19. Yukarıdaki anlatımların hangisi ya da hangileri doğrudur?

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

- Kemiklerimizin gelişmesi için kalsiyum ve fosfor mineralleri ile D vitamini gereklidir. Süt,kalsiyum ve fosfor kaynağıdır. D vitamini ise kemik dokusunda kalsiyumun birikmesini sağlar. Kalsiyumun bağırsaklardan emilebilmesi için D vitamini gereklidir. Balık, süt, yumurta D vitamini bakımından zengindir. Güneş, vücudumuzda D vitamininin sentezlenmesini sağlar. Bu nedenle her gün güneş ışığı almalıyız.
- Vücut duruşumuzu kontrol etmeliyiz. Sandalyede, sırada, kanepede otururken dik oturmalıyız.
- Yerden herhangi bir şey alırken dizlerimizi bükerek eğilmeliyiz. Ağırlığımızı belimize vermemeliyiz.
- Ağır yük taşımamalıyız. Okul çantalarımızı günlük ders programımızı dikkate alarak hazırlamalıyız.
- Düzenli olarak egzersiz yapmalıyız. Böylece hem kaslarımız gelişir hem de eklemlerimiz esnekliğini kaybetmez.

• Kaza ya da darbe sonucu kemiklerimiz zarar gördüğünde en yakın sağlık kuruluşuna gitmeliyiz.

20. Yukarıda destek ve hareket sistemimiz sağlığı ile ilgili verilen bilgilerden kaç tanesi doğrudur?

- A) 5
- B) 6
- C) 4
- D) 3