保健プリント②（教科書P,１２～P,１３）

**１　呼吸器の発達**

　　　下記の文に当てはまる適切な語句を書きなさい。

　（１）（　　　　　　　）には、鼻（口）、のど、気管、気管支、肺などから成り立っています。灰

の中には小さな肺胞が無数にあり、それらは（　　　　　　）によって覆われています。空気

中から取り入れた（　　　　　）と体の中でできた（　　　　　　）は、この肺胞と毛細血管

の間で交換さえています。これを（　　　　　　）といいます。

　（２）呼吸器の発達は、呼吸数の（　　　　　）や、肺活量の（　　　　　）によって知ることが

出来ます。

　（３）呼吸数が体の発育とともに少なくなるのは、肺胞の数が増えたり、肺全体が大きくなったり

して、１回の（　　　　　　）が増えるからです。

**２　循環器の発達**

　　　下記の文に当てはまる適切な語句を書きなさい。

（１）（　　　　　　）は、心臓、動脈、静脈、毛細血管などから成り立っています。血液は、心

臓の（　　　　　　　　）によって全身をめぐり、（　　　　　　　）や栄養物質などを運

びます。

（２）循環器の発達は、脈拍数の（　　　　　　）や、拍出量の（　　　　　　）によって知るこ

とが出来ます脈拍数が体の発育に伴って少なくなるのは、心臓が大きくなったり、収縮す

る力が強くなったりして、１回の（　　　　　）が増えるからです。

**３　呼吸器・循環器の発達と運動**

　　　下記の文の（　　）に当てはまる適切な語句や数字を書きなさい。

（１）思春期は、呼吸器・循環器の機能とかかわりの深い（　　　　　）を高めるのに最も適した

時期です。

（２）持久力を高めるための運動を週に（　　　　　　）日、継続的に行うと効果的です。それに

よって（　　　　　　）や（　　　　　　）が増え、毛細血管が細かく張り巡らされて、いっ

そう呼吸器・循環器の機能が発達します。