# Oefentoets vragen en antwoorden GZK-AF1

1. Vraag 1 wat is anatomie?= bouw van het lichaam

Vraag 2 wat is fysiologie?= werking van het lichaam

1. In welk lichaamsdeel liggen je longen je buik holte of je borst holte?= borst
2. Uit weke 3 lagen bestaat de huid?= opperhuid. Lederhuid. Onderhuid
3. Vraag 1 Welke 2 Dingen uit je lichaam vormen samen de schoudergordel?= 1 sleutelbeenderen 2 schouderbladen

Vraag 2 uit welke 2 boten bestaat de onderarm?= ellepijp en spaakbeen

1. Wat gebeurt er met de spieren in je been als je onderbeen 6 weken in het gips hebben gezeten? = dat worden de spieren weer helemaal slank en moeten ze de kracht opnieuw oppakken
2. Vraag 1 techniek en tactiek zijn ondergeschikt is dat juist of onjuist? = onjuist

Vraag 2 sport heeft geen vastgestelde spelregel is dat juist of onjuist?= onjuist

Vraag 3 sport is prestatiegericht, er is vaak competitie is dat juist of onjuist? = juist

1. Vraag1 : nadelen van zonnebaden

Antwoord : huidkanker, zonnesteek, uitdroging en verbranding

1. Vraag2 : uit welke drie lagen bestaat je huid ?

Antwoord : opperhuid, lederhuid en onderhuids bindweefsel

1. Vraag1 : wat betekent anatomie ?

Antwoord : bouw van het lichaam / ontleedkunde

1. Vraag 2 : wat is fysiologie ?

Antwoord : werking van het lichaam

1. Vraag1 : de huid is een orgaan

Antwoord : Juist

1. Vraag2 : wat zijn de drie functies van de persoonlijke verzorging ?

Antwoord : lichamelijke functie, sociale functie en psychische functie

1. Vraag1 : wat zijn de gevolgen van een hoge tonus ?

Antwoord : spasticiteit en epilepsie

1. Vraag2 : kenmerken van een lage tonus

Antwoord : verlamming

1. Vraag1 :wat is leefstijl

Antwoord : persoonlijke manier van leven

1. Vraag2 : wat is NNGB

Antwoord : Nederlandse Norm Gezond Bewegen

1. Zet het in de goede volgorde ( begin bij de kleinste)

**Weefsel – cel – orgaan – organisme - orgaanstelsel**

***Antwoord***

***Cel – weefsel – orgaan – orgaanstelsel – organisme***

1. Wat betekend anatomie?

***Antwoord***

***Bouw van het lichaam***

1. Wat betekend fysiologie?

***De werking van het lichaam***

1. Hebben anatomie en fysiologie elkaar nodig?

***Antwoord***

***JA***

1. Hoeveel tanden heeft een volwassen mens

***Antwoord***

***32 tanden***

1. Noem de lagen uit de huid op

***O***

***L***

***O B***

***Antwoorden***

***Opperhuid***

***Lederhuid***

***Onderhuids Bindweefsel***

1. Wat is onjuist
2. Het skelet geeft stevigheid
3. Het skelet is een voorraadplaats voor kalk
4. Het skelet beschermt de maag

***Antwoorden***

***C***

1. Welke 4 gewrichten heb je?

1.

2.

3

4

***Antwoorden***

***Schanier, rol, kogel en zadel***

1. Wat is tonus

***Antwoord***

***De spanning van de spieren***

1. Hoeveel wervels heeft een mens

***Antwoorden***

***32 wervels***

1. Wat is een zwaar intensieve activiteit

***Antwoord***

***Hardlopen***

1. Hoe heet het vermindering van het spierweefsel door het niet gebruiken van spieren

***Antwoord***

***Spieratrofie***

1. Wat is actief bewegen

***Antwoorden***

***Zelf je ledematen bewegen***

1. Wat is een leefstijl

***Antwoorden***

***De manier waarop en hoe je leeft***

1. Anatomie en fysiologie: wat is het verband tussen deze twee

Antwoord: als je de bouw van het lichaam niet weet, weet je de werking ook niet.

1. Waaruit is een cel opgebouwd:

Antwoord: cytoplasma, celmembraam, celkern, celorganellen.

1. Hoeveel hoektanden heeft een mens:

Antwoord: 8

1. Noem 3 gewrichten:

1. Scharniergewricht

2. Kogelgewricht

3. Zadelgewricht

4. Rolgewricht

1. Noem de vier botverbindingen:

1. Naadverbinding

2. Gewrichten

3. Kraakbeen

4. Vergroeid

1. Bij het samentrekken van de biceps verdunt de spier. Juist/onjuist

Antwoord: onjuist

1. Wat is een heupluxatie?

Antwoord: dan ontwricht de heup. De gewrichtskop en de gewrichtskom zijn blijvend uit elkaar geraakt.