中学保健体育　定期テスト対策

体の発育と発達.3

年　　組　　番

名前　　解答

解答

問1　血圧とは何か。　（ 血液が血管の壁を押す力 ）

問2　循環器が発達すると、脈拍数はどうなるか。　（ 減少する ）

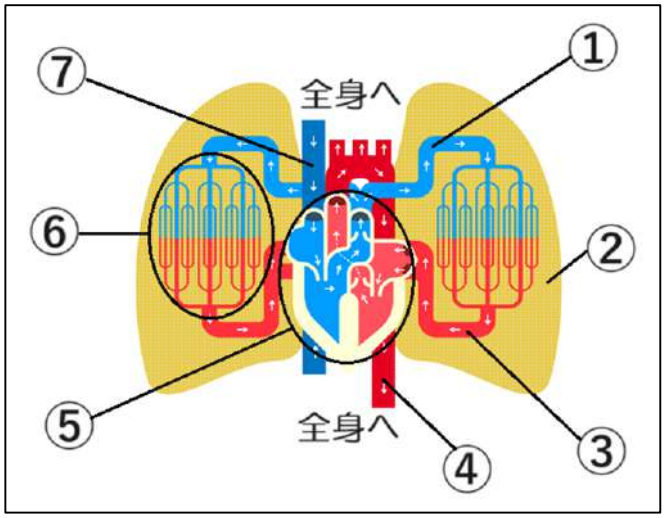
問3　循環器が発達すると、拍出量はどうなるか。　（ 増大する ）

以下の文は、問2･3の解答の理由について述べたものである。（　　）に当てはまる言葉を答えよ。

心臓が（ 大き ）くなったり、収縮する力が（ 強 ）くなることによって、1回の（ 拍出量 ）が増えるから。

問4　拍出量が増えると血圧はどうなるか。　（ 高くなる ）

問5　次の図は心臓と血液の流れについて表している。①～⑦の名前を答えよ。



① （ 肺動脈 ）

② （ 肺 ）

③ （ 肺静脈 ）

④ （ 動脈（大動脈） ）

⑤ （ 心臓 ）

⑥ （ 毛細血管 ）

⑦ （ 静脈(大静脈) ）

問6　次の文の（　　）に当てはまる言葉を答えよ。

思春期は、循環器、呼吸器の機能とかかわりの深い（ 持久 ）力を高めるのにもっとも適した時期である。

激しい運動を行うと、呼吸数と（ 脈拍 ）数が増加する。多量の（ 酸素 ）を体内に取り入れ、（ 血 ）液と一緒に全身に運ぶ必要があるからである。

問7　1回の呼吸量と拍出量を増加させるためには、「少しきつい」と感じる程度の運動を継続的に続けると良い。「少しきつい」と感じるための目安は何か。

（ 120～140拍/分程度の脈拍数 ）

問8　呼吸器や循環器の機能を発達させるのに向いている運動は何か。

（ 長距離走、水泳　など ）

※このプリントは右の【ポテスクプリント】にて無料でダウンロードできます。

Potaschool Print ポテスクプリント