

		INSTITUCIÓN EDUCATIVA HÉCTOR ABAD GÓMEZ			
Proceso: GESTION CURRICULAR				Código	
Nombre del Documento: Examen de periodo				Versión 01	
Fecha:				Página 1 de 1	
PERIODO: 3		GRADO: QUINTO			
Áreas: Ética y valores		Elaborado por:			
NOMBRE DEL ESTUDIANTE:					

1. Para cuidar mi cuerpo debo:
 - A. Alimentarme poco y, con comida chatarra.
 - B. Comer mucho y pasar mucho tiempo sin hacer nada
 - C. Cuidar mi alimentación y hacer ejercicio
 - D. Dejar que los demás se preocupen por eso.
2. Cuando eres saludable mentalmente, estas en condiciones de , **excepto**:
 - A. Dar y recibir afecto.
 - B. Ejercer tu libertad de elección.
 - C. Reconocer y aceptar tus limitaciones.
 - D. Responder con golpes cuando peleas con tus compañeros.
3. Controlar tus emociones permite :
 - A. Estar en desacuerdo con tu familia.
 - B. Rechazar las diferencias de los compañeros
 - C. Resolver agresivamente los conflictos
 - D. Vivir armoniosamente en la comunidad
4. El desarrollo de los senos es un cambio que sufre :
 - A. Las mujeres.
 - B. Las niñas.
 - C. Los hombres.
 - D. Los animales.
5. El desarrollo de los senos se da en la :
 - A. pubertad.
 - B. niñez.
 - C. Adolescencia.
 - D. adultez.
6. Es función de los senos:
 - A. Dar elegancia a la mujer.
 - B. Crecer.
 - C. Nacer.
 - D. Producir leche materna.
7. La hormona encargada de producir leche materna se llama :
 - A. célula.
 - B prolactina.
 - C. lactosa.
 - D. calostro.
8. Comprender que emociones como la tristeza, la rabia, el temor y la alegría entre otras, son importantes, nos ayuda a mejorar:
 - A. Las reacciones propias y las de las demás personas.
 - B. El sentido que le damos a la vida.
 - C. El trabajo de las personas.
 - D. La actitud hacia las demás personas
9. Cuando estas de malgenio en tu casa tu actitud es :
 - A. Coger a golpes las cosas.
 - B. desquitarte con tus padres.
 - C. tomar el tiempo para calmarte.
 - D. encerrarte en tu cuarto y no hablar.
10. Completa la frase :la ética nos enseña a vivir en

Lee y contesta la pregunta número 2.

El bienestar mental tiene que ver con la manera como piensas, sientes y actúas en tu familia, colegio, juegos, trabajo y en la comunidad en general

Lee atentamente y contesta la pregunta 4,5, 6,7 y 8.

El desarrollo de los senos es uno de los principales cambios que sufren las mujeres en la pubertad. La hormona llamada prolactina estimula la producción de leche materna la cual brinda al bebe muchos nutrientes. La pubertad es una hermosa etapa donde se produce cambios físicos y hormonales en las niñas y en los niños.

La producción de ciertas hormonas influirá en tu forma de sentir y de pensar. Puede necesitarse algún tiempo para que tu cuerpo, tus sentimientos y tus pensamientos armonicen entre sí.