

الاسم: / القسم: الخامسة ابتدائي / الفوج : / التاريخ:



إمضاء الإدارة

إمضاء الأب أو الولي

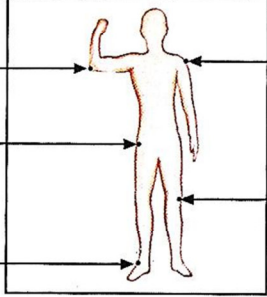
النقطة



الحركة

التمرين 1: (1.5)

- يُبَيِّنُ الرَّسْمُ الْآتِي مَوَاقِعَ بَعْضِ مَفَاصِلِ جِسْمِ الْإِنْسَانِ.
 - أَكْتُبْ اسْمَ كُلِّ مَفْصِلٍ فِي الْخَانَةِ الْمُنَاسِبَةِ.



التمرين 2: (3.5)

خَطَأً	صَحِيحٌ	إِفْتِرَاحَاتٌ
		- أَلْعِظَامُ أَعْضَاءٌ غَيْرُ نَشِيطَةٍ فِي الْحَرَكَةِ عِنْدَ الْإِنْسَانِ.
		- التَّغْدِيَةُ السَّلِيمَةُ لَا تُؤَثِّرُ عَلَى صَلَابَةِ الْعِظَامِ.
		- الْحَرَكَاتُ الْعَنِيفَةُ لَا تُؤَثِّرُ عَلَى سَلَامَةِ الْعِظَامِ.
		- التَّمَارِينُ الْبَدَنِيَّةُ تُقَوِّي عَضَلَاتِ الْجِسْمِ.
		- بَعْضُ مَفَاصِلِ الْجِسْمِ تُوجَّهُ الْحَرَكَاتِ.
		- الْمَفْصَلُ هُوَ مَكَانُ اتِّقَاءِ عَضَلَتَيْنِ.
		- الْمَفْصَلُ هُوَ مَكَانُ اتِّقَاءِ عَظْمَيْنِ أَوْ أَكْثَرَ مِنَ الْجِسْمِ.

التمرين 3: (2.5)

ضع كلا من الكلمات التالية في مكانها المناسب:

تحريك - الأوتار - المفاصل - تقلصها - العضلة

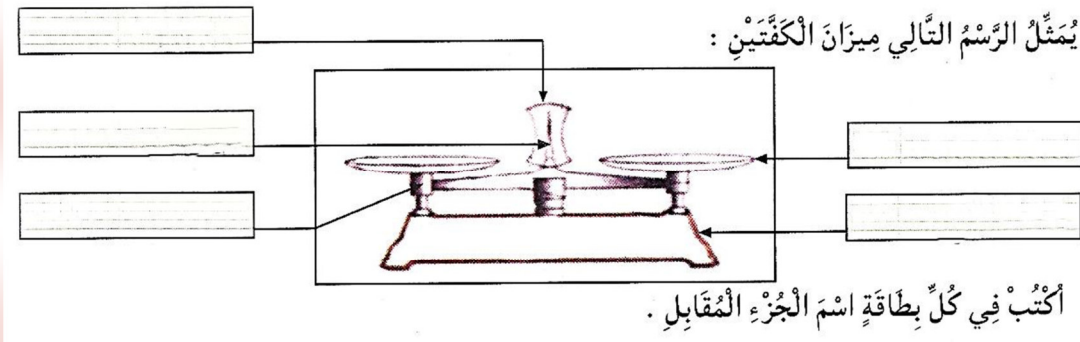
ينقص طول عند مما يسمح بجذب العظام بواسطة المثبتة عليها. وهذا يؤدي إلى هذه العظام على مستوى فتحدث الحركة.

التوازن

التمرين 1: (3ن)

- اذكر بعض أنواع الموازين (ثلاثة أنواع)
- ماهي المميزات التي يتميز بها الميزان الأوتوماتيكي عن ميزان الكفتين؟ (اذكر ثلاث منها)
- ما فائدة معرفة الكتلة القصوى المحددة على الميزان؟

التمرين 2: (2.5ن)



التغذية

التمرين 1: (5ن)

- اتم العبارات مستعملا الكلمات التالية:
يكتشف - يتربص - يطارد - حواسه - يقترب
..... الفهد الفريسة باستعمال
..... الفهد بالفريسة و منها.
..... الفهد الفريسة ليمسك بها.

التمرين 2: (2ن)

