

التقويم	الأنشطة	الوضعيات		
		<p><b>01</b></p> <p><u>ضع " ص " أو " خ " أمام كل عبارة مما يأتي :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- تختلف كمية الغذاء اللازمة في حالة الراحة و حالة بذل الجهد. (.....)</li> <li>- نكون أكثر قربا من الشمس في فصل الصيف . (.....)</li> <li>- تتزود العضلات بكمية أوفر من الدم أثناء الجهد العضلي . (.....)</li> <li>- التنفس ليس له علاقة بنبض القلب عند الحركة . (.....)</li> <li>- يحتاج الرياضي إلى راتب غذائي غني بالسكريات . (.....)</li> <li>- يوجد في جسم الإنسان البالغ 260 قطعة عظم . (.....)</li> </ul>		
		<p><b>02</b></p> <p><u>املأ الفراغ بما يناسب :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- النهار الموافق ل ..... يكون أطول نهار و نسميه .....</li> <li>- النهار الموافق ل ..... يكون أقصر نهار و نسميه .....</li> <li>- النهار و الليل الموافقان ل ..... يكونان لهما وقت واحد و نسميهما .....</li> <li>- النهار و الليل الموافقان ل ..... يكونان لهما وقت واحد و نسميهما .....</li> </ul>		
		<p><b>03</b></p> <p><u>صل بسهم بين العبارة و ما يناسبها :</u></p> <table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50%; text-align: center;"> <p>الحركة نمطان</p> <p>ترتكز العضلات على العظام</p> <p>عندما تتقلص العضلة</p> <p>يتم تحريك معظم المفاصل</p> </td> <td style="width: 50%; text-align: center;"> <p>بواسطة الأوتار</p> <p>تقصر</p> <p>بواسطة مجموعة من العضلات</p> <p>الغني و البسط</p> </td> </tr> </table>	<p>الحركة نمطان</p> <p>ترتكز العضلات على العظام</p> <p>عندما تتقلص العضلة</p> <p>يتم تحريك معظم المفاصل</p>	<p>بواسطة الأوتار</p> <p>تقصر</p> <p>بواسطة مجموعة من العضلات</p> <p>الغني و البسط</p>
<p>الحركة نمطان</p> <p>ترتكز العضلات على العظام</p> <p>عندما تتقلص العضلة</p> <p>يتم تحريك معظم المفاصل</p>	<p>بواسطة الأوتار</p> <p>تقصر</p> <p>بواسطة مجموعة من العضلات</p> <p>الغني و البسط</p>			
		<p><b>04</b></p> <p><u>أكمل ما يلي :</u></p> <p>الراتب الغذائي هو : .....</p> <p>.....</p>		

التلميذ	العلامة	إمضاء الولي
.....		