

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

التلميذ	العلامة	إمضاء الولي
.....		