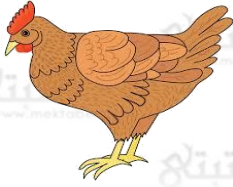


# الحيوانات الأليفة

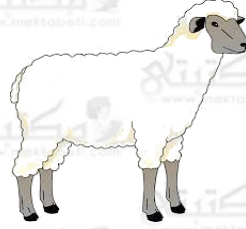
الحيوانات الأليفة هي التي تعيش مع الإنسان ولها منافع كثيرة .  
مثال : البقرة - الحمار - القط - الخروف - الدّجاجة - الكلب - الحصان .

## منافع الحيوانات الأليفة :



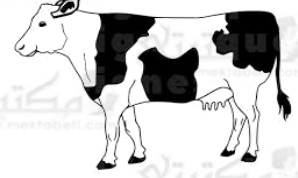
الدّجاجة

تفيدنا بالبيض واللّحم



الخروف

ينفعنا باللّحم  
- الجلد- الصّوف



البقرة

تنفعنا باللّحم-  
الحليب - الجلد



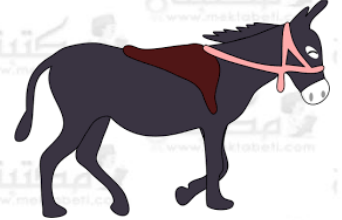
الكلب

للحراسة



القطة

تطرد الفئران من المنزل



الحمار

للزّكوب وحمل الأثقال

أحرص على تلقيح الحيوانات الأليفة دوريًا ولا أتناول الطّعام في الإناء المخصّص للحيوانات .

أحرص على غسل يدي جيّدًا بعد ملامسة الحيوان لتجنّب العدوى .

# الحيوانات البرية

الحيوانات البرية تعيش في الغابات والجبال والصحراء .

الحيوانات التي تعيش في الغابة : الأسد - النمر - الذئب - الفيل .

الحيوانات التي تعيش في الصحراء : الغزالة - الثعلب - الثعبان .

الحيوانات التي تعيش في الجبل : الخنزير - النسر .

**منافع الحيوانات البرية :**



الثعلب

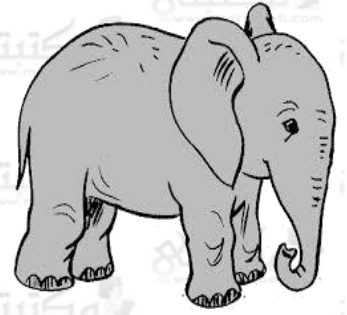
نصنع بوبره الملابس



الغزالة

تعطينا اللحم ووبرها

وقرونها للزينة



الفيل

ينفعنا بأنيابه العاجية

لصنع الأسنان



# جسم الإنسان



يتكون جسم الإنسان من 3 أجزاء رئيسية :

**1/ الرأس :** يوجد في الطرف الأعلى من الجسم .

يتضمن الرأس : العينين والأذنين والأنف والفم .

**2/ الجذع :** يوجد في الطرف الأعلى من جسم الإنسان بين الرأس والرجلين .

يحتوي الجذع : الصدر والبطن والظهر .

**3/ الأطراف :** للإنسان 4 أطراف هي اليدين توجد في الطرف الأعلى والرجلان

توجد في الطرف الأسفل .





# المفاصل

تُسهّلُ المفاصل حركة جسم الإنسان .

1/ مفصل الرقبة : يساعد في تحريك الرأس .

2/ مفصل الكتف : يسهل حركة الذراع .

4/ مفصل المرفق : يساعد في ثني اليد .

5/ مفصل الفخذ : يساعد في تحريك الفخذ .

6/ مفصل الركبة : يساعد في ثني الركبة .

7/ مفصل الكاحل : يساعد في تحريك القدم .

✚ مفاصل الطرف الأسفل تساعد الجسم في عملية المشي .



# المحافظة على سلامة الجسم

## 1/ نظافة الجسم :

- اغتسل مرة واحدة في الأسبوع على الأقل
- اغسل اليدين بالماء والصابون قبل تناول الطعام وبعده
- احرص على نظافة فمي وأسناني
- أقلم أظفاري .
- أحلق شعري .



## 2/ تجنب الأخطار :

- لا أعبأ ألعاباً خطيرة ( الألعاب النارية )
- لا أعبأ بالآلات الحادة ( السكين والمقص )
- لا أقترّب من الأواني الموضوعة على النار
- لا ألمس الأسلاك الكهربائية.
- لا أتسلق الأشجار والجدران.
- التلقيح ضد الأمراض
- ممارسة الرياضة.
- تناول وجبات صحية.
- لا أتناول الدواء دون استشارة الطبيب.



# التغذية عند الإنسان



- الغذاء ضروري للإنسان .
- يتناول الإنسان ثلاثة وجبات رئيسية يوميا .

## 1/ فطور الصباح



فطور الصباح هو أهم وجبة خلال اليوم لأنه يعطي الجسم الطاقة والنشاط للعمل والتركيز .

- أمثلة لفطور الصباح : بيض مسلوق - خبز وزيت - حليب - عسل - زبدة - مربي - بسيسة - تمر - عصير - غلال .

## 2/ الغداء



أتناول وجبة الغداء عند الزوال .

- مثال : العجين - اللحم - السمك - البيض - الخضر - الغلال .

## 3/ وجبة العشاء

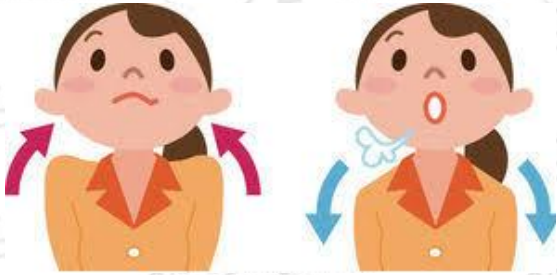
آخر وجبات اليوم وأتناولها ليلا ( لا أتناول العشاء مباشرة قبل النوم) .

- تكون وجبة العشاء خفيفة وتتكون عادة من الحساء - سلطة خضر - غلال .
- الغذاء الصحي يتكون من الخضر والخضر الطازجة - الأسماك - اللحم - العجين .
- الغذاء غير الصحي: الطعام المصنّع (السلامي) رقائق البطاطا (الشيبس) الأغذية الملونة (الأكلات السريعة) .
- يجب الاعتدال في الأكل.



## التنفس عند الإنسان

التنفس هو عملية ضرورية لبقاء الإنسان على قيد الحياة.



1/ التنفس السليم :

يكون في مكان مفتوح.

من الضروري ان يتنفس الإنسان هواءً نقيًا .

2/ الشهيق والزفير .

الشهيق : هو عملية دخول الهواء إلى الرئتين.



← ارتفاع الصدر.

الزفير: خروج الهواء من الصدر.

← انخفاض الصدر.

2/ عسر التنفس والاختناق.

يجد الإنسان صعوبة في التنفس في بعض الأحيان ومن أسبابه:

- استنشاق هواء ملول صادر عن دخان المصانع والسيارات.
- استنشاق الغازات ( غاز تشغيل الموقد ) .
- غاز الكربون الصادر عن الموقد التقليدي (الكانون) .
- المكوث في مكان مغلق لفترات طويلة .
- الإصابة بنزلة برد وخاصة الزكام .

www.grayti.com.tn

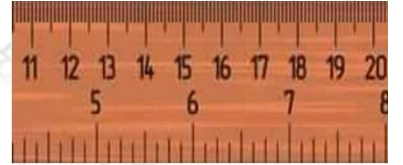
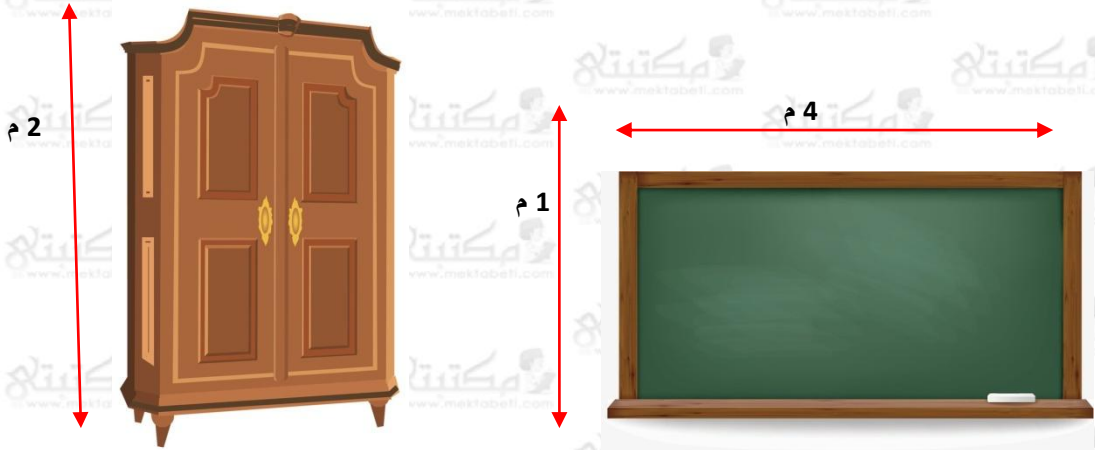
موقع

grayti.com.tn

فضاء المظم و التطبيقي

# المتر

- المتر هو وحدة قيس الأطوال متفق عليها في أغلب دول العالم .
- أستعمل المتر لقيس أطوال بعض الأجسام .
  - مثال طول السبورة 4 أمتار وعرضها متر واحد .
  - طول الخزانة 2 أمتار .



يستعمل البناء  
المتر الشريطي

يستعمل النجار  
المتر المطوي

يستعمل بائع القماش  
المتر الخشبي



# التر

التر هو وحدة قيس السعات المتفق عليها من أغلب دول العالم .

- أستعمل لتر لقيس السوائل .

مثال : نقيس الحليب والزيت والماء والمشتريات الغازية والعصير والبنزين

باستعمال التتر .

- سعة قارورة الزيت النباتي واحد لتر ( 1 ل ) .

- سعة قارورة الحليب واحد لتر ( 1 ل ) .

أرمز إلى وحدة قيس السعات اللتر بحرف ل

أستطيع أن أقيس سعة وعاء باستعمال وعاء سعته أصغر .



سطل كبير



سطل صغير



مكيال 1 لتر

مثال يستعمل اللبان مكيال اللتر في قيس سعات الحليب .

## سرعة تنقل الأجسام

تختلف سرعة تنقل الأجسام من جسم لآخر .

لمقارنة سرعة تنقل جسم مع جسم آخر يجب مقارنة المسافة التي قطعها الجسم الأول مع المسافة التي قطعها الجسم الثاني خلال نفس المدة الزمنية.  
الجسم الأسرع هو الذي يقطع نفس المسافة من جسم آخر في مدة زمنية أقصر.  
الجسم الأبطأ يقطع نفس المسافة مع جسم آخر في مدة زمنية أطول.

مثال :



الدراجة النارية أسرع من الدراجة الهوائية  
الدراجة الهوائية أبطأ من الدراجة النارية  
الدراجة الهوائية تقطع المسافة في وقت أطول  
الدراجة النارية تقطع المسافة في وقت أقصر



الأرنب أسرع من السلحفاة

السلحفاة أبطأ من الأرنب

# الحدث الدّوري / الحدث الغير دوري

هناك أحداث دورية وأخرى غير دورية .

## 1/ الأحداث الدّورية :

هي أحداث تتكرّر بصفة منتظمة ( كل ثانية، كل ساعة، كل يوم، كل شهر، كل سنة ) .  
مثال:



- طلوع الشمس وغروبها .

- دقات القلب .

- صيام شهر رمضان .

- الاحتفال بعيدي الفطروالأضحى .

- دوران عقارب الساعة .

← الحدث الدوري أعلم مسبقا زمن وقوعه .

## 2/ الأحداث غير الدّورية :

هي أحداث تقع بصفة غير دورية وغير منتظمة  
مثال:

- نزول المطر

- عيادة الطبيب

- الخروج في نزهة

← لا أعرف زمن وقوع الحدث غير الدوري مسبقا .





## مقارنة الأجسام من حيث الصلابة

الجسم الصلب هو الذي لا يتغير شكله إذا سلط عليه الإنسان قوّة .  
تختلف درجة الصلابة من جسم إلى آخر

← هناك أجسام أشدّ صلابة من أجسام أخرى .

مثال : الكرة الحديدية أشدّ صلابة من الطاولة الخشبية .

هناك أجسام لها نفس الصلابة .

مثال : الطباشير الأبيض له نفس صلابة الطباشير الملون .



المفاتيح أشدّ صلابة من الاسفنجة

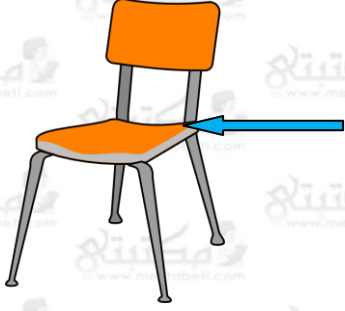


القارورة أشدّ صلابة من البالون



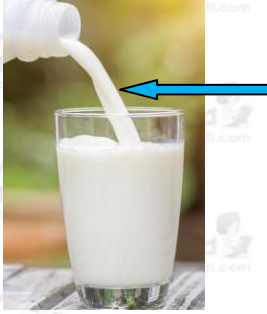
## الحالات الفيزيائية للمادة

هناك 3 حالات فيزيائية للمادة .



### 1/ المادة الصلبة :

- لا تأخذ شكل الإناء الذي تحويه .
- يمكن مسك المادة الصلبة باليدين .



### 2/ المادة السائلة :

- تأخذ شكل الإناء الذي تحويه .
- لا يمكن مسك المادة السائلة باليدين .

مثال: ماء - عصير- حليب-زيت



### 3/ المادة الغازية :

- تأخذ شكل الإناء الذي تحويه .
- لا يمكن مسك المادة الغازية .

مثال: بخار الماء - الهواء- غاز المطبخ .

# أنواع القوّة



## 1/ القوّة العضلية :

القوة العضلية مصدرها الإنسان والحيوان .

تحرك القوة العضلية أجساما ساكنة .

مثال 1 : يصوب اللاعب الكرة فيحركها .

مثال 2: يستعمل الحصان القوة العضلية ليجرّ العربة.

## 2/ القوّة الكهربائية :

نستغل بعض الآلات بفضل القوة الكهربائية .

مثال : يتطلب تشغيل بعض الآلات المنزلية قوة كهربائية (آلة الرحي) (آلة خلط العجين)

مثال : التلفاز- الحاسوب ...

## 3/ القوّة المغناطيسيّة :

تحرك القوة المغناطيسيّة بعض الأجسام .

مثال: يحرك المغناطيس الأجسام الحديدية مثل المسامير .

افرك القلم على شعري فتتولد طاقة مغناطيسية قادرة على تحريك ورقة صغيرة

## 4/ القوة الميكانيكية:

تحتاج الأجسام لمحرك يعمل بالقوّة الميكانيكيّة .

مثال: السيّارة- الحافلة- الطّائرة - الشّاحنة





# مفعول القوّة



تتسبّب القوّة المسلطة على جسم ما في :



1/ تحريكه :

← أسلّط قوّة على جسم ثابت فأحرّكه .

مثال : أسلّط قوّة دفع على سيارة متوقّفة فتحرّك من مكانها.

2/ توقيف حركته :

← أسلّط قوّة على جسم متحرك فأوقف حركته .

مثال : يسلّط حارس المرمى قوّة على الكرة فيوقف حركتها .



3/ تغيير شكله :

← أسلّط قوّة عضليّة على بعض الأجسام فيتغيّر شكلها .

مثال : أسلّط قوّة عضلية على الإسفنج فيتغيّر شكلها .

4/ تغيير الاتجاه :

← أسلّط قوّة على جسم متحرّك فأغيّر اتجاهه .

مثال : يصوّب اللاعب الكرة في اتجاه المرمى فيتصدّى لها الحارس ويغيّر اتجاهها.

5/ صعود الأجسام :

صعود الأجسام إلى أعلى يتطلّب تسليط قوّة .

مثال 1 : إخراج الدلو من البئر يحتاج إلى قوّة .

مثال 2 : يسلّط العامل قوّة ليوصل الأجرالى سطح المنزل .

