

الإيقاظ العلمي -
السنة الثانية الثلاثي الثاني

تقييم عدد

1- أكمل بالتغليل المناسب :

✦ الرِّيَاضة لَا تُفيدُ الجِسمَ / المفاصلُ تُسهِّلُ حركةَ الجِسمِ
✦ قال أحمدُ: " أعضاء جِسمي تتحركُ بسهولةٍ لأن....."

✦ العلوي / السفلي

✦ يوجد مفصل الرقبة في الطرف

✦ الجسم / القدم / المفاصل / مكسرة

✦ تيسر حركة

2 - اَتَمِّمْ بِذِكْرِ المَفَاصِلِ :



3- اَكْتُبْ "أوافق" أو "لا أوافق" :

✦ أَلعبُ العابا عَنيفةً أحافظُ على سلامة جِسمي

✦ أَقفزُ من مكان عالٍ أזורُ الطبيبَ كلما أَحسستُ بالـم

✦ مفصل الركبة غير ضروري لتحريك الرجل.

الليقاظ العلمي
السنة الثانية الثلاثي الثاني

4- أَرْبَطْ بِمَا يُنَاسِبُ :

◆ غِذَاءٌ نَبَاتِيٌّ

مصدره الحيوان

◆ غِذَاءٌ حَيَوَانِيٌّ

مصدره النبات

يوفر الطاقة والنشاط للجسم

◆ فطور الصباح أهم

وجبة في اليوم لأنه

وجبة يمكن أن تعوضها اللمجة

5- اكْتُبْ أَمَامَ كُلِّ وَجِبَةٍ : (متوازنة / غير متوازنة)

◆ كُنْسُكِي + لَحْمٌ + حُضْرَوَاتٌ

◆ بَيْضٌ + حَلِيبٌ + حَلَوِيَّاتٌ

◆ مَقْرُونَةٌ + خَبِزٌ + بُزْتَقَالٌ

◆ مَقْرُونَةٌ + حَلَوِيَّاتٌ + قَهْوَةٌ + مَثَلَجَاتٌ

6- أَضِلِحِ الْخَطَأَ إِنْ وَجِدَ:

◆ يَتَنَاوَلُ الْإِنْسَانُ 4 وَجِبَاتٍ رَئِيسِيَّةٍ فِي الْيَوْمِ.

◆ الْفَاءُ غَيْرُ صَرُورِي لِتَعْدِيَّةِ الْإِنْسَانِ.

◆ فَطُورَ الصَّبَاحِ وَجِبَةٌ أَسَاسِيَّةٌ.

◆ أَكَلُ فِي كُلِّ الْأَوْقَاتِ وَلَا أَحْتَرِمُ مَوَاعِيدَ الْأَكْلِ.

الإيقاظ العلمي
السنة الثانية والثاني الثاني

تقييم عدد

يَوْمُ الْأَحَدِ حَضَرَ الْأَطْفَالَ فَطِيْرَةٌ ثُمَّ زَارُوا جَدَّتَهُمْ الَّتِي تَقْطُنُ بِالْقَرْيَةِ .

1- أَكْفَلُ بِالْتَّغْلِيلِ الْمُنَاسِبِ : أضع كلمة (الشُّكْرُ - العَسَلُ) فِي أَمَاكِنِهِمْ :

- ♦ بيض + + حليب ← أَعْذِيَّةٌ حَيَوَانِيَّةٌ
♦ الزيت + اللوز + ← أَعْذِيَّةٌ نَبَاتِيَّةٌ

2- أَرْبُطُ بِمَا يَنْاسِبُ :

- ♦ لِأَنَّهُ يَتَكَرَّرُ كُلَّ أُسْبُوعٍ
♦ لِأَنَّهُ يَتَكَرَّرُ بِانْتِظَامٍ
♦ لِأَنَّهُ لَا يَتَكَرَّرُ بِانْتِظَامٍ .

زِيَارَةُ الْأَقَارِبِ حَدَثٌ
غَيْرٌ دَوْرِي

- ♦ لَيْسَمَنْ
♦ لِيَكُونَ عِدَاؤُهُ مُتَنَوِّعًا وَ مُتَوَازِنًا .
♦ لِيُضْبِحَ هَذِيْلًا .

يَتَغَذَى الْإِنْسَانُ بِأَعْذِيَّةٍ
حَيَوَانِيَّةٍ وَ نَبَاتِيَّةٍ

3- أَضْلِحِ الْخَطَأَ إِنْ وُجِدَ :

- ♦ مفصل الكتف يسهل حركة الرأس .
♦ صلاة الفجر حدث غير دوري .
♦ الرَبْدَةُ عِدَاءٌ نَبَاتِي .
♦ الدقيق غذاء حيواني .
♦ البيض غذاء حيواني .