

التاريخ: 2022/03/15
المدة: 1 ساعة و30د

المادة: التربية العلمية
المستوى: الخامسة ابتدائي

اختبار الفصل الثاني

الاسم واللقب:

التمرين الأول:

أكمل كل فراغ بالكلمة المناسبة مما يلي:

ثني - العظام - القابضة - الأوتار - الباسطة - طولها - الثني - البسط .

هناك نمطان من الحركة هما: حركة وحركة
ترتبط العضلات ب بواسطة
تتقلص العضلة يقصر
العضلة بالتالي حركة
الساعد بينما تسترخي
عندما

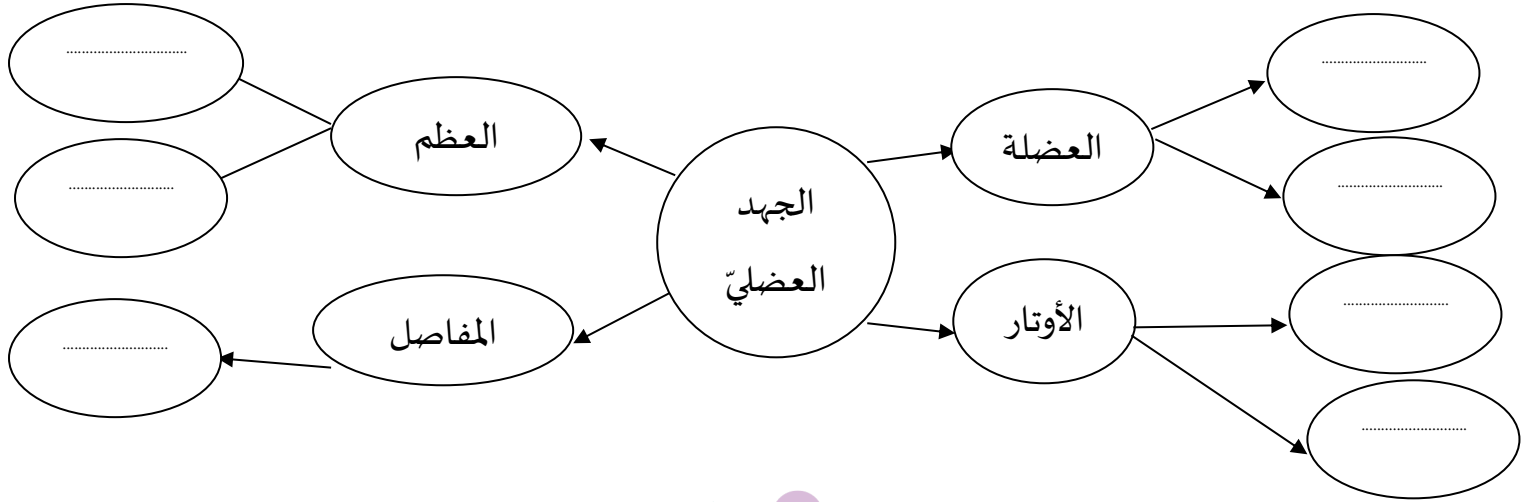
التمرين الثاني:

تستجيب العضوية لزيادة الجهد العضلي وتتكيف بحدوث جملة من التغيرات إليك بعضها.
Ecole Erradja wa Tafaouk
ÉCOLE PRIVÉE

- ازدياد سرعة نبضات القلب .
- ازدياد سرعة التنفس .
- امتداد العضوية بالعناصر الغذائية .
- الإحساس بالعطش .
- ارتفاع حرارة الجسم والتعرق .
- الإحساس بالجوع .
- حاجة الجسم إلى الأكسجين .
- دفع الدم إلى العضلات .

التّمرين الثالث:

الجهد العضلي مثل المشي والجري أو ممارسة الرياضة مفيدة للصّحة لكنها لا تخلو من الأخطار. (1) أكمل الفراغات بالإصابات التي يمكن أن تتعرّض لها العضويّة أثناء الجهد العضلي



(2) أذكر القواعد الصحيّة التي يجب تطبيقها للمحافظة على الصّحة أثناء الجهد العضلي.

مدرسة "الرجاء والتفوق" الخاصة

Ecole Erradja wa Tafaouk
ÉCOLE PRIVÉE