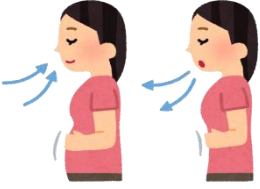




## التّمرين الأول :



اربط بسهم

- عِنْدَمَا يُدْخِلُ الْهَوَاءَ إِلَى جِسْمِي .
- عِنْدَمَا يَخْرُجُ الْهَوَاءُ مِنْ جِسْمِي .
- أَحَافِظُ عَلَى صِحَّتِي بِالْإِبْتِعَادِ .
- عِنْدَمَا أَنْمُو يَزِدَادُ وَزْنِي .
- يَرْتَفِعُ صَدْرِي .
- عَنِ الْهَوَاءِ الْمُلَوَّثِ .
- يَنْخَفِضُ صَدْرِي .
- وَتَطْوِلُ قَامَتِي .

## التّمرين الثاني : - أكمل مايلي (الأوراق - يموت - الجذور ) .



- 1- يَمْتَصُّ النَّبَاتُ الْأَخْضَرَ الْمَاءَ بِوَأَسِطَةِ .....
- 2- عِنْدَمَا يَغِيبُ الْمَاءُ عَنِ النَّبَاتِ .....
- 3- يَصْعَدُ الْمَاءُ عَبْرَ السَّاقِ إِلَى .....

## الْوَضْعِيَّةُ الْإِدْمَاجِيَّةُ:

ذَهَبَتْ مَرْيَمُ إِلَى السُّوقِ وَإِشْتَرَتْ هَذِهِ الْوَأَزِمَ (خُضْر - مَثَلَّجَات - فَوَاكِه - سَمَك - حُلُويَّات - شوكولاتة )

- سَاعِدِ مَرْيَمَ عَلَى فَرْزِ الْأَغْذِيَّةِ الصَّحِيَّةِ وَ الْأَغْذِيَّةِ غَيْرِ صَحِيَّةِ .

أغذية غير صحيّة	أغذية صحيّة
..... -	..... -
..... -	..... -
..... -	..... -

مَرْيَمُ تُعَانِي مِنْ مَرَضِ السَّمْنَةِ لِأَنَّهَا تَأْكُلُ الْكَثِيرَ مِنَ الْحُلُويَّاتِ بِمَاذَا تَنْصَحُهَا ؟

-أنا أنصح مريم بتناول الأغذية ..... وممارسة .....