

تم تحميل هذا الملف من موقع المناهج العمانية



الملف نشاط الحفاظ على اللياقة البدنية متبوع بالحل

[موقع المناهج](#) ⇨ [المناهج العمانية](#) ⇨ [الصف الثامن](#) ⇨ [علوم](#) ⇨ [الفصل الثاني](#)

روابط مواقع التواصل الاجتماعي بحسب الصف الثامن



روابط مواد الصف الثامن على تلغرام

[الرياضيات](#)

[اللغة الانجليزية](#)

[اللغة العربية](#)

[التربية الاسلامية](#)

المزيد من الملفات بحسب الصف الثامن والمادة علوم في الفصل الثاني

امتحان وإجابة الأسئلة الرسمية للفصل الدراسي الثاني الدور الأول 20162017	1
امتحان وإجابة الأسئلة الرسمية للفصل الدراسي الثاني الدور الثاني 20162017	2
كراسة العلوم	3
كتيب الاستكشافات والتجارب العملية	4
كتاب الطالب وفق منهج كامبردج	5



نشاط (٧ - ٨) الحفاظ على اللياقة البدنية

١- بعض المؤسسات عند طلب تعيين موظفين جدد تشترط ان يكون لأثقا طبييا و بدنيا.

[١]

ما معنى لأثقا بدنيا.

[٢]

٢- ضع علامه (√) أمام العبارات الآتية

خطأ	صح

3- زميل لك لاعب بفريق رأس مدركة أنهى مشاركته فى دورى عمان لكرة القدم للمدارس ، بالتتويج بالمركز الأول على مستوى محافظه الوسطى.

[٢]

فيما تنصحه لكى يحافظ على لياقته البدنية.

نموذج أجابة نشاط (٧ - ٨) الحفاظ على اللياقة البدنية

رقم السؤال	المفردة	الإجابة	الدرجة	معلومات أخرى	رقم الهدف	مستوى التعلم
١	-	القدرة على ممارسه تمارين رياضيه معتدله دون الشعور بالتعب بسرعه .	١	درجة للمفهوم كامل أو مايوذى المعنى	8Bh5	معرفة
٢		كل العبارات خاطئه عدا رقم ٢	٢	درجتان للـ ٤ عبارات صحيحه درجة لـ ٣ أجابات صحيحه صفر لأقل من ذلك	8Bh5	تطبيق
٣		يمارس تمارين بانتظام يتبع نظام غذائى سليم يتجنب أكل الدهون التى تترسب بالشرايين	٢	درجتين عند ذكر ٣ أسباب درجة عند ذكر ٢ أو ١ من الأسباب	8Ep6	استدلال