

شكراً لتحميلك هذا الملف من موقع المناهج القطرية



أوراق عمل نهاية الفصل مدرسة الأندلس

[موقع المناهج](#) ⇨ [المناهج القطرية](#) ⇨ [المستوى الرابع](#) ⇨ [علوم](#) ⇨ [الفصل الأول](#) ⇨ [الملف](#)

تاريخ نشر الملف على موقع المناهج: 2023-12-02 16:51:08

التواصل الاجتماعي بحسب المستوى الرابع



روابط مواد المستوى الرابع على تلغرام

[الرياضيات](#)

[اللغة الانجليزية](#)

[اللغة العربية](#)

[التربية الاسلامية](#)

المزيد من الملفات بحسب المستوى الرابع والمادة علوم في الفصل الأول

[تدريبات دعم وإثراء الفرقان نهاية الفصل](#)

1

[جدول مواصفات اختبار نهاية الفصل](#)

2

[نماذج امتحانية منتصف الفصل](#)

3

[كتاب الطالب الجزء الثاني](#)

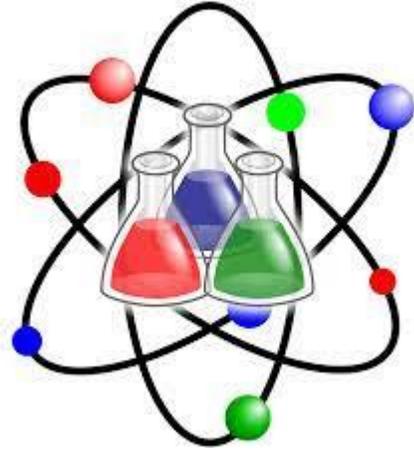
4

[كتاب الطالب الجزء الأول](#)

5

قسم العلوم

العام الأكاديمي 2023 / 2024



أوراق العمل الإثرائية

نهاية الفصل الدراسي الأول

الصف الرابع الابتدائي

اسم الطالب

الصف والشعبة

الرابع /

## السؤال الأول: اختر الإجابة الصحيحة فيما يلي:

|   |  |
|---|--|
| 2 | أي من الحيوانات التالية تتكاثر بالولادة؟ |
| A | النمل                                    |
| B | النسر                                    |
| C | الجمل                                    |
| D | سمك القرش                                |

|   |   |
|---|---|
| 1 | ما اسم المرحلة التي يكون فيها الإنسان قادراً على التكاثر؟ |
| A | الطفل   |
| B | البالغ  |
| C | الصغير  |
| D | حديث الولادة  |

|   |  |
|---|--|
| 4 | أي من الحيوانات التالية يمكن العثور عليه في بيئة رطبة؟ |
| A | الجمل  |
| B | الضفدع   |
| C | الضب   |
| D | الدعسوقة   |

|   |  |
|---|--|
| 3 | أي من صفوف الحيوانات الآتية له دورة حياة تشمل اليرقات؟ |
| A | الحشرات  |
| B | الطيور   |
| C | الثدييات   |
| D | البرمائيات   |

|   |  |
|---|--|
| 6 | ما هي المرحلة المشتركة بين جميع دورات حياة الكائنات الحية؟ |
| A | البيض  |
| B | الفرخ  |
| C | البالغ   |
| D | الصغير   |

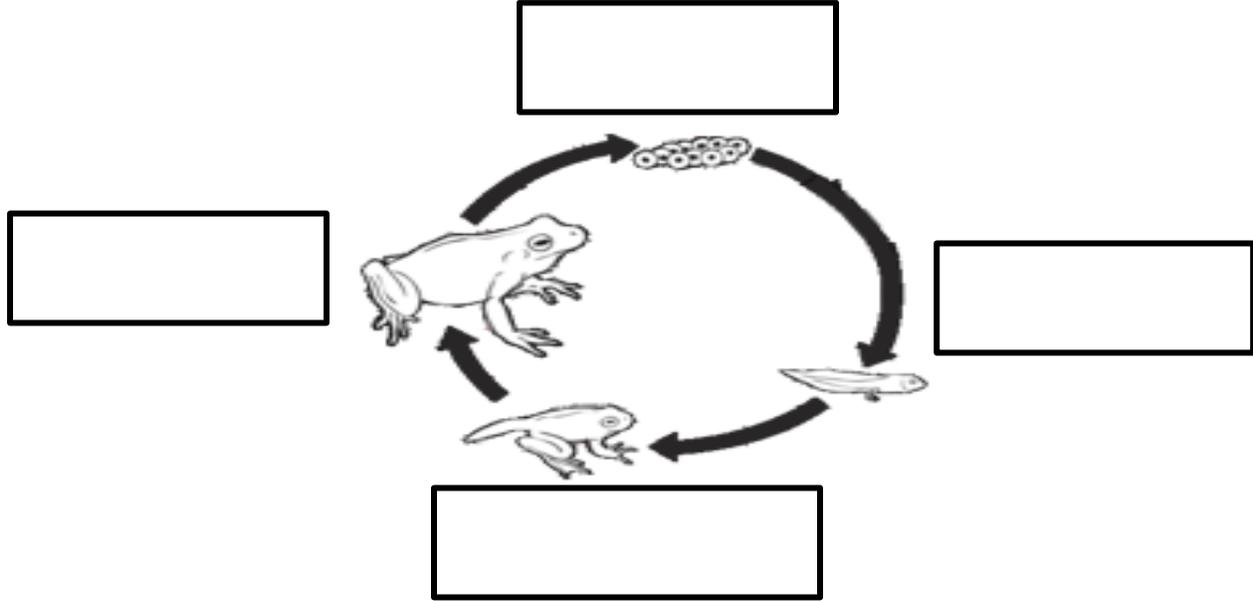
|   |  |
|---|--|
| 5 | في أي مرحلة من مراحل الحياة يتعلم الطائر الاعتناء بنفسه كي يعتمد على نفسه حين يصبح بالغاً؟ |
| A | البيض  |
| B | الفرخ  |
| C | الطائر الصغير  |
| D | الطائر البالغ  |

|   |  |
|---|--|
| 8 | ما اسم المرحلة الثانية في دورة حياة الاسماك؟ |
| A | الفرخ  |
| B | اليرقة                                       |
| C | سمكة صغيرة                                   |
| D | سمكة بالغة                                   |

|   |                                      |
|---|--------------------------------------|
| 7 | كم تبلغ عدد مراحل دورة حياة الزواحف؟ |
| A | 3                                    |
| B | 4                                    |
| C | 5                                    |
| D | 6                                    |

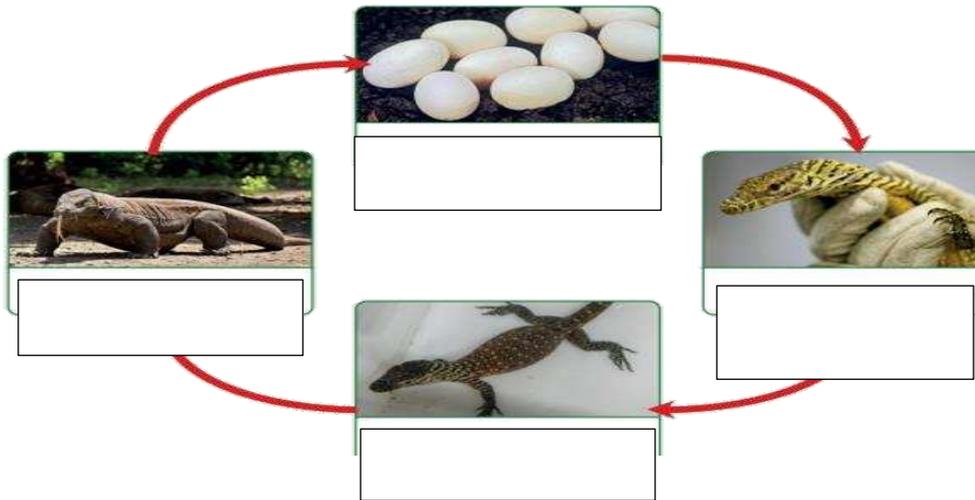
السؤال الثاني: أكمل دورة حياة الضفدع التالية بالاستعانة بصندوق المفردات التالي: -

بالغ - أبو ذئبيه - بيضة - ضفدع صغير



السؤال الثالث: أكمل دور حياة تنين الكومودو التالي بالاستعانة بصندوق المفردات التالي: -

تنين صغير - فرخ - بيضة - تنين بالغ

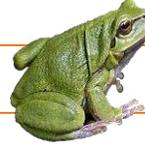


السؤال الرابع: يتراوح المدى العمري للفهد ما بين 17 - 20 عامًا، وتعيش النعامة ما بين 50 - 70 عامًا. اكتب سببين لاختلاف المدى العمري بين النعامة والفهد؟

## السؤال الأول: اختر الإجابة الصحيحة فيما يلي:

|   |   |
|---|---|
| 2 | ما اسم المرحلة الثانية من دورة حياة الضفدع؟ |
| A | ضفدع بالغ                                   |
| B | أبو ذنبيه                                   |
| C | ضفدع صغير                                   |
| D | البيضة                                      |

|   |                            |
|---|----------------------------|
| 1 | أين تضع أنثى الضفدع البيض؟ |
| A | في العش                    |
| B | في الماء                   |
| C | على اليابس                 |
| D | في حفرة رملية              |

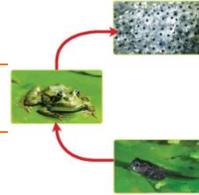


|   |  |
|---|--|
| 4 | ماذا يسمى الحيوان الزاحف قبل ان يصبح بالغاً؟ |
| A | فرخ  |
| B | يرقة   |
| C | أبو ذنبيه                                    |
| D | زاحف صغير                                    |

|   |   |
|---|---|
| 3 | في أي مرحلة تكون الفراشة قادرة على انتاج أفراد جديدة؟ |
| A | البيضة  |
| B | اليرقة  |
| C | العذراء   |
| D | الفراشة البالغة                                       |

|   |  |
|---|--|
| 6 | أي من الآتي يعد من أسباب طول المدى العمري لسلاحف غالا باغوس؟ |
| A | سرعتها الكبيرة   |
| B | أنها مفترسة  |
| C | غطاء جسدها الصلب   |
| D | أن لها الكثير من الأعداء في الطبيعة                          |

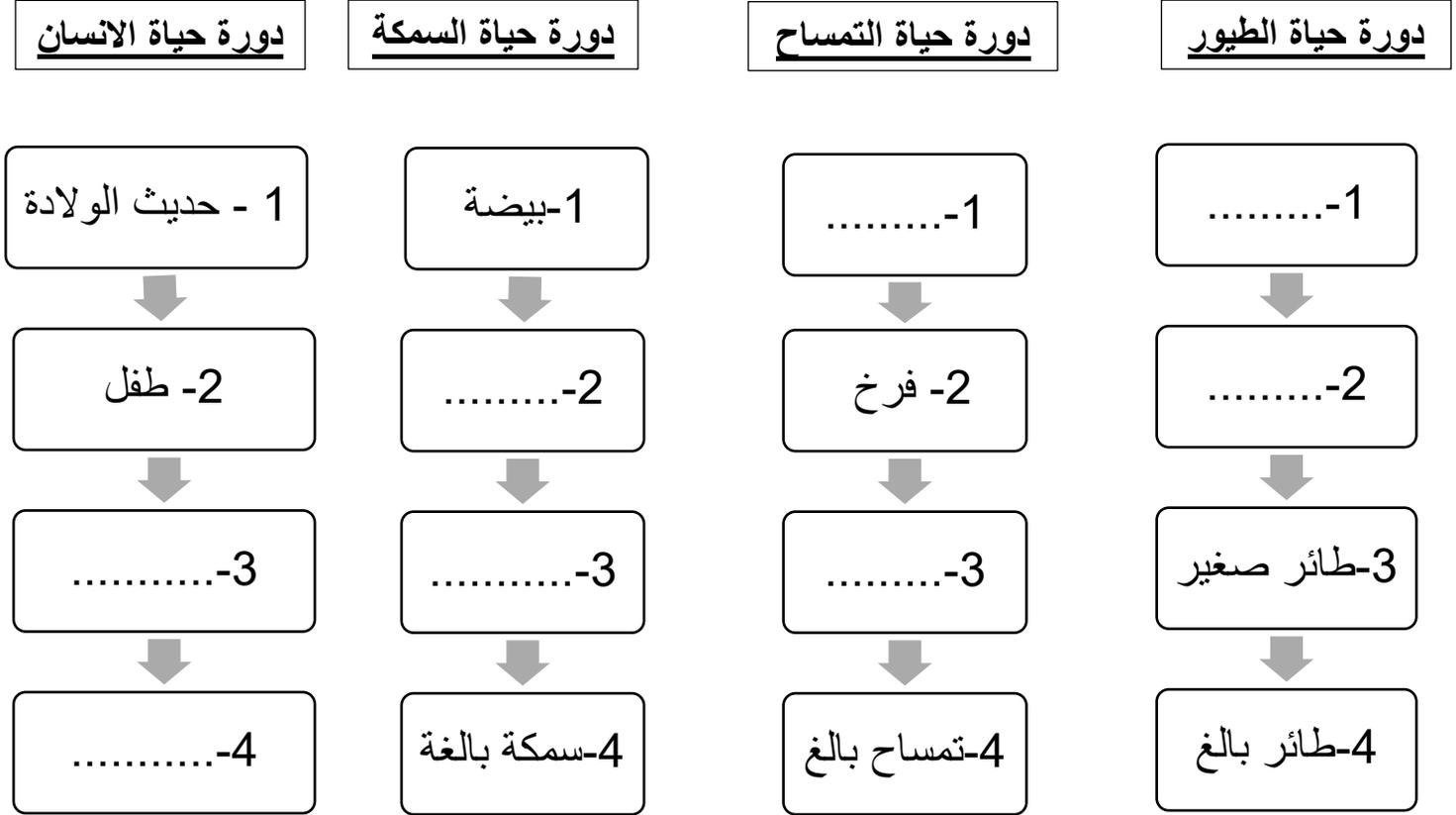
|   |  |
|---|--|
| 5 | ما المرحلة الناقصة من دورة حياة الضفدع بالمخطط التالي؟ |
| A | بيضة   |
| B | أبو ذنبيه  |
| C | ضفدع صغير  |
| D | ضفدع بالغ  |

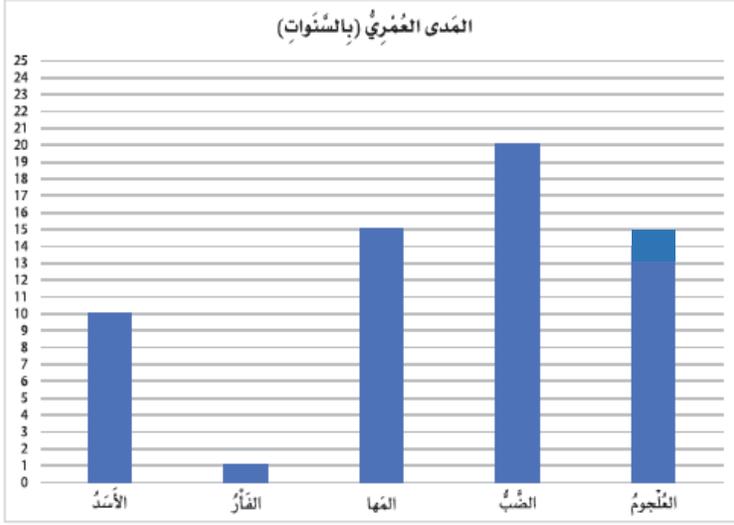


|   |  |
|---|--|
| 8 | ما المقصود بأكبر عمر قد يبلغه الكائن الحي؟ |
| A | دورة الحياة                                |
| B | غطاء الجسم                                 |
| C | طريقة التنفس                               |
| D | المدى العمري                               |

|   |                                     |
|---|-------------------------------------|
| 7 | كم تبلغ عدد مراحل دورة حياة الطيور؟ |
| A | 3                                   |
| B | 4                                   |
| C | 5                                   |
| D | 6                                   |

السؤال الثاني - أكمل المخططات التالية من دورات حياة الكائنات الحية:



**السؤال الثالث - من خلال الرسم البياني التالي أجب عن الأسئلة التالية:**

1- أي الحيوانات السابقة لها أقصر مدى عمري؟

الإجابة: .....

2- أي الحيوانات السابقة لها أطول مدى عمري؟

الإجابة: .....

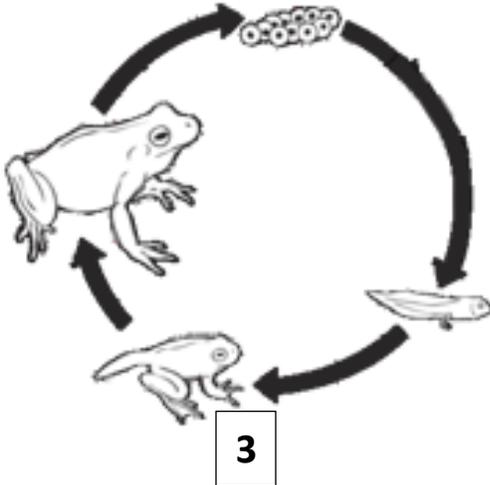
3- ما الحيوانات التي لها نفس المدى العمري؟

4- ما سبب ان المدى العمري للضب كبير؟

**السؤال الرابع:**

أ. انظر إلى دورة حياة الضفدع المجاورة ثم اجب عن الأسئلة التالية.

1



4

2

3

1- لأي من صفوف الحيوانات ينتمي إليها الضفدع؟

2- أين تضع انثى الضفدع بيضها؟

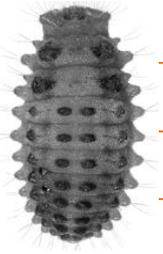
3- ما اسم المرحلة رقم (2) ؟

## السؤال الأول: اختر الإجابة الصحيحة فيما يلي:

|   |  |
|---|--|
| 2 | أي من الكائنات الحية التالية ينتمي إلى صف الزواحف؟ |
| A | حوت  |
| B | ضفدع   |
| C | تمساح  |
| D | سمندل  |

|   |  |
|---|--|
| 1 | أي مما يأتي خاصية من خصائص البرمائيات؟ |
| A | القشور                                 |
| B | الجلد الجاف                            |
| C | وضع البيض في الماء                     |
| D | درجة حرارة الجسم ثابتة                 |

|   |   |
|---|---|
| 4 | يبين الشكل مرحلة من مراحل دورة حياة الدعسوقة، ما اسم هذه المرحلة؟ |
| A | يرقة  |
| B | عذراء   |
| C | بيض   |
| D | الدعسوقة البالغة  |



|   |   |
|---|---|
| 3 | أي مرحلة من دورة حياة الصقر يمثلها الشكل؟ |
| A | فرخ                                       |
| B | بيضة                                      |
| C | صقر بالغ                                  |
| D | صغير الصقر                                |

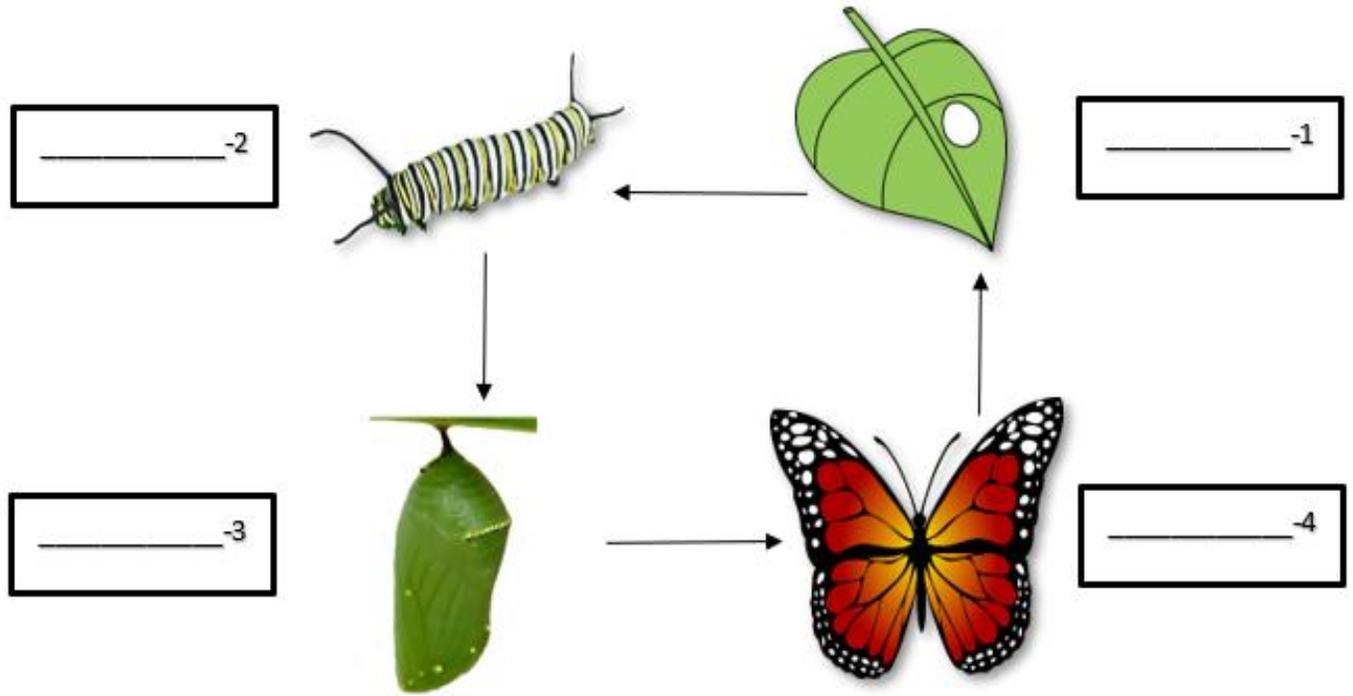


|   |   |
|---|---|
| 6 | ما المرحلة التي توجد في دورة حياة السمكة ولا توجد في دورة حياة الفراشة؟ |
| A | البيض   |
| B | اليرقة  |
| C | الصغير  |
| D | البالغ  |

|   |   |
|---|---|
| 5 | ما المرحلة التي نجدها في دورة حياة الحشرات فقط؟ |
| A | البيضة  |
| B | الفرخ   |
| C | العذراء   |
| D | اليرقة  |

السؤال الثاني: أكمل دور حياة الفراشة التالية بالاستعانة بصندوق المفردات التالي: -

عذراء - يرقة - بيضة - حشرة بالغة



## السؤال الأول: اختر الإجابة الصحيحة فيما يلي:

|   |  |
|---|--|
| 2 | المصطلح العلمي الدال على مقدار ما يحتويه الشيء من مادة يسمى؟ |
| A | الكتلة   |
| B | الوزن  |
| C | الشكل  |
| D | التسارع  |

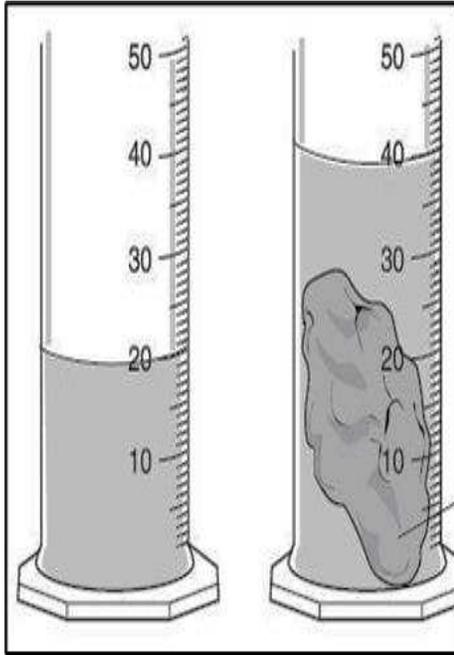
|   |  |
|---|--|
| 1 | اي مما يلي يعبر عن خصائص الحالة السائلة؟ |
| A | تندفق                                    |
| B | لها شكل ثابت                             |
| C | ليس لها حجم ثابت                         |
| D | لها جسيمات متقاربة جدا                   |

|   |  |
|---|--|
| 4 | اي مما يلي يستخدم لقياس حجم جسم منتظم الشكل؟ |
| A | المسطرة                                      |
| B | المخبار المدرج                               |
| C | مقياس الكتلة                                 |
| D | كأس الإزاحة                                  |

|   |  |
|---|--|
| 3 | ما التغير الذي يحدث لقطعة من الشوكولاتة تم تركها في مكان دافئ؟ |
| A | تتغير كتلتها   |
| B | يتغير حجمها  |
| C | يتغير شكلها  |
| D | تبقى كما هي  |

|   |   |
|---|---|
| 6 | ما الجملة التي تصف ترتيب الجسيمات في المواد الصلبة؟ |
| A | تملأ الجسيمات الحيز الذي تشغله                      |
| B | الجسيمات متباعدة جدا وسريعة الحركة                  |
| C | الجسيمات متقاربة ولكنها تتحرك وتندفق                |
| D | الجسيمات قريبة جدا من بعضها وفي ترتيب ثابت          |

|   |  |
|---|--|
| 5 | قطعة من الشوكولاتة كتلتها 100 جرام قام بتسخينها حتى انصهرت فكم تكون كتلتها بعد الانصهار؟ |
| A | 20 جرام  |
| B | 30 جرام  |
| C | 50 جرام  |
| D | 100 جرام   |



2

1

السؤال الثاني: ادرس الشكل المجاور ثم أجب عن الأسئلة الآتية:

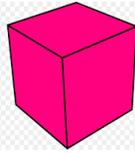
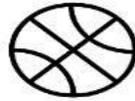
1 - كم يساوي حجم الحجر؟

الإجابة \_\_\_\_\_

2 - ما اسم الطريقة المستخدمة لقياس حجم الحجر في الصورة؟

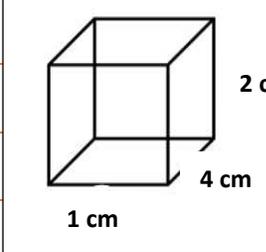
الإجابة \_\_\_\_\_

السؤال الثالث: قارن بين الأشياء الموجودة في الجدول من حيث طريقة قياس الحجم والشكل:

| طريقة قياس الحجم | الشكل | المادة   |
|------------------|-------|--|
|                  |       | شبه مكعب<br>  |
|                  |       | مجسم لعبة<br> |
|                  |       | الكرة<br>     |
|                  |       | حجر<br>       |

## السؤال الأول: اختر الإجابة الصحيحة فيما يلي:

|   |  |   |
|---|--|---|
| 2 | ما المصطلح العلمي الدال على الهيئة الخارجية لشيء معين؟ |   |
|   | الشكل  | A |
|   | الكتلة   | B |
|   | الطول  | C |
|   | الحجم  | D |

|   |  |                      |
|---|--|----------------------|
| 1 | ما حجم شبه المكعب في الشكل الآتي؟  |                      |
|   |  | 6 cm <sup>3</sup> A  |
|   |  | 8 cm <sup>3</sup> B  |
|   |  | 10 cm <sup>3</sup> C |
|   |  | 12 cm <sup>3</sup> D |

|   |   |   |
|---|---|---|
| 4 | ما الأداة المستخدمة في قياس <u>حجم جسم غير منتظم</u> الشكل؟ |   |
|   | المسطرة   | A |
|   | الشريط المترى   | B |
|   | كأس الإزاحة   | C |
|   | الميزان ذو الكفتين  | D |

|   |  |   |
|---|--|---|
| 3 | ما الأداة المناسبة لقياس <u>كتلة حجر</u> ؟ |   |
|   | المسطرة                                    | A |
|   | الشريط المترى                              | B |
|   | الميزان ذو الكفتين                         | C |
|   | المخبار المدرج                             | D |

|   |  |   |
|---|--|---|
| 6 | أي من الوحدات التالية تستخدم لقياس كتلة الأجسام؟ |   |
|   | L  | A |
|   | ml   | B |
|   | cm <sup>3</sup>                                  | C |
|   | kg   | D |

|   |   |   |
|---|---|---|
| 5 | ماذا نسمي مقدار الحيز الذي يشغله الجسم؟ |   |
|   | الوزن                                   | A |
|   | الشكل                                   | B |
|   | الحجم                                   | C |
|   | الجاذبية                                | D |

السؤال الثاني

1 - صف شكل الصخر الذي أمامك؟

الإجابة: \_\_\_\_\_

2- ما الطريقة المناسبة لقياس حجم الشكل الذي أمامك

الإجابة: \_\_\_\_\_

3- ما وحدة قياس حجم الصخر؟

الإجابة: \_\_\_\_\_

السؤال الثالث: أكتب الوحدة المناسبة في قياس كتل الأشياء الموجودة ( Kg ، g ) ؟

-----



-----



-----

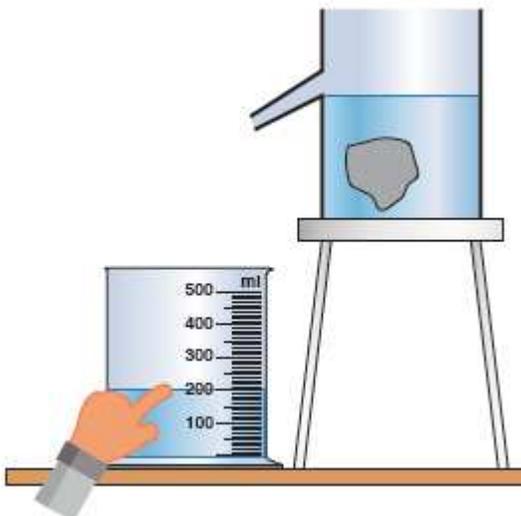
السؤال الرابع: ادرس الشكل المجاور ثم أجب عن الأسئلة الآتية:

1 - كم يساوي حجم الحجر؟

الإجابة \_\_\_\_\_

2 - ما اسم الطريقة المستخدمة لقياس حجم الحجر في الصورة؟

الإجابة \_\_\_\_\_



## السؤال الأول: اختر الإجابة الصحيحة فيما يلي:

|   |   |
|---|---|
| 2 | أي من الخصائص التالية تصف جسيمات المواد الصلبة؟ |
| A | غير متماسكة                                     |
| B | متقاربة جداً                                    |
| C | متباعدة نسبياً                                  |
| D | متباعدة جدا                                     |

|   |   |
|---|---|
| 1 | ما الكميات التي نضربها معا لإيجاد <u>حجم المكعب</u> ؟ |
| A | الارتفاع والطول والكتلة                               |
| B | الارتفاع والكتلة والعرض                               |
| C | الطول والكتلة والعرض                                  |
| D | الارتفاع والطول والعرض                                |

|   |   |
|---|---|
| 4 | اي من المواد التالية يتخذ شكل الوعاء الذي يحتويه؟ |
| A | الماء   |
| B | المقعد  |
| C | الحقيبة   |
| D | مكعب الخشب  |

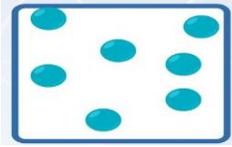
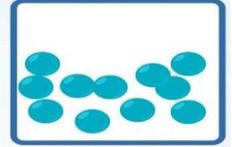
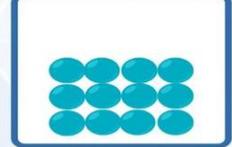
|   |  |
|---|--|
| 3 | ما الأداة المستخدمة لقياس <u>حجم السوائل</u> ؟ |
| A | المتر  |
| B | المسطرة  |
| C | المخبار المدرج                                 |
| D | الميزان الالكتروني                             |

|   |   |
|---|---|
| 6 | ما مقدار الكتلة التي يقيسها الميزان الالكتروني في الصورة؟ |
| A | 35 جرام   |
| B | 35 كيلوجرام   |
| C | 35 سنتيمتر  |
| D | 35 ملي لتر  |

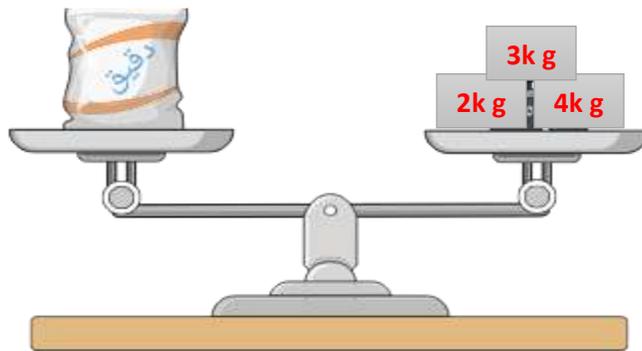


|   |  |
|---|--|
| 5 | أي الاجسام التالية تقاس بوحدة الكيلو جرام؟ |
| A |  |
| B |  |
| C |  |
| D |  |

ب - اكمل الجدول الآتى بكتابة حالة المادة :-

| حالة المادة | الجسيمات   |
|-------------|--|
| .....       |   |
| .....       |   |
| .....       |  |

ج. تأمل الشكل المجاور ثم أجب عن الأسئلة التي تليه:



1- ما كتلة كيس الدقيق المبين في الشكل الآتي؟

.....

2- ما اسم الجهاز المبين في الصورة؟

.....

## السؤال الأول: اختر الإجابة الصحيحة فيما يلي:

|   |                                 |
|---|---------------------------------|
| 2 | ما سبب خاصية التدفق في السوائل؟ |
| A | جسيمات السائل متقاربة           |
| B | جسيمات السائل تهتز في مكانها    |
| C | جسيمات السائل متقاربة جداً      |
| D | جسيمات السائل متباعدة جداً      |

|   |   |
|---|---|
| 1 | أي المواد الآتية تأخذ شكل الوعاء الذي توضع فيه وقابلة للانضغاط؟ |
| A | الماء   |
| B | الطحين  |
| C | الهواء الجوي  |
| D | عصير البرتقال   |

|   |                                     |
|---|-------------------------------------|
| 4 | أي خواص الغاز يظهرها الشكل المجاور؟ |
| A | قابل للانتشار                       |
| B | قابل للانضغاط                       |
| C | له شكل ثابت                         |
| D | له حجم ثابت                         |

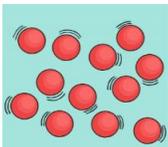


|   |  |
|---|--|
| 3 | ما الأداة المستخدمة لقياس حجم السوائل؟ |
| A | المتر                                  |
| B | المسطرة                                |
| C | الميزان الإلكتروني                     |
| D | المخبار المدرج                         |

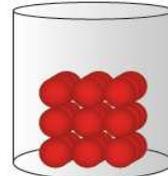
|   |   |
|---|---|
| 6 | ما الخاصية التي تتشابه بها المادة السائلة والغازية؟ |
| A | الحجم ثابت  |
| B | الشكل ثابت  |
| C | الشكل غير ثابت                                      |
| D | لا تأخذ شكل الوعاء                                  |

|   |   |
|---|---|
| 5 | ترك حمد أسطوانة الغاز مفتوحة في المطبخ وخرج من المنزل وبعد فترة قصيرة تنبهت الأم ما لخاصية التي ساعدت الأم على اكتشاف تسرب الغاز؟ |
| A | الانتشار  |
| B | الجريان   |
| C | الانضغاط  |
| D | الانسكاب  |

|   |   |
|---|---|
| 8 | ما حالة المادة التي تكون جزيئاتها بهذا الترتيب؟ |
| A | المادة الصلبة                                   |
| B | المادة الغازية                                  |
| C | المادة السائلة                                  |
| D | المادة الصلبة والسائلة                          |



|   |   |
|---|---|
| 7 | أي من الصفات التالية تناسب المادة في الصورة المجاورة؟ |
| A | شكل غير ثابت  |
| B | حجم غير ثابت  |
| C | شكلها وحجمها ثابت                                     |
| D | لها قدرة عالية على الانضغاط                           |





السؤال الثاني من خلال الشكل المجاور اجب على الأسئلة التالية:

أ- ما الخاصية التي توضحها الصورة المجاورة؟

.....

ب - ارسم ترتيب الجسيمات في الحالة الغازية:



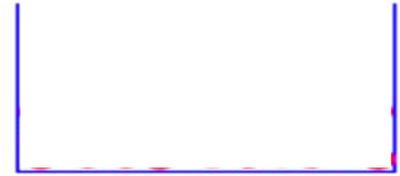
ج - بما تفسر قدرة الغازات على الانضغاط؟

.....

سؤال الثالث: أرسم مخططاً يبين تغير حالة مادة سائلة الى مادة غازية؟

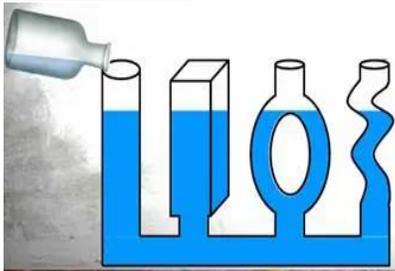


حالة مادة سائلة



حالة مادة غازية

ارتفاع درجة الحرارة



السؤال الرابع ادرس الشكل المجاور ثم أجب عن الأسئلة الآتية:

أ- ما الخاصية التي توضحها الصورة المجاورة؟

.....

ب- ارسم الجسيمات التي تعبر عن ترتيب جسيمات السائل؟



ج- لماذا يتدفق الماء؟

.....

## السؤال الأول: اختر الإجابة الصحيحة فيما يلي:

|   |  |
|---|--|
| 2 | أي الخطوات التالية هي الأولى في التخطيط لإجراء الاستقصاء العلمي؟ |
| A | التوقع   |
| B | تحديد الأدوات  |
| C | السؤال الأساسي   |
| D | تحديد إجراءات الأمن والسلامة                                     |

|   |  |
|---|--|
| 1 | أي التمارين التالية تجعل ضربات القلب أسرع؟ |
| A | المشي                                      |
| B | الركض                                      |
| C | صيد السمك                                  |
| D | تمارين التمدد                              |

|   |  |
|---|--|
| 4 | أي الحالات التالية يكون معدل نبض القلب فيها أقل؟ |
| A | النوم  |
| B | الجلوس   |
| C | المشي  |
| D | الركض  |

|   |   |
|---|---|
| 3 | أي الأغذية التالية يوصي الدليل الغذاء القطري بتناولها بكميات قليلة؟ |
| A | الخضار  |
| B | الحبوب  |
| C | الفواكه   |
| D | الأملاح السكرية والدهون   |

|   |   |
|---|---|
| 6 | كم خطوة تتضمن الخطة التفصيلية للاستقصاء العلمي؟ |
| A | 30  |
| B | 25  |
| C | 15  |
| D | 10  |

|   |   |
|---|---|
| 5 | لماذا يتعرق الجسم عند ممارسة تمرين رياضي؟ |
| A | لخفض معدل التنفس                          |
| B | لخفض درجة حرارة الجسم                     |
| C | لرفع درجة حرارة الجسم                     |
| D | لخفض معدل ضربات القلب                     |

أ . صف الأغذية التالية الى أغذية صحية وغير صحية مستعيناً بالجدول التالي؟

برجر - فواكه - حلويات - الخضروات - حليب - مشروبات غازية

| طعام غير صحي | طعام صحي |
|--------------|----------|
| .....        | .....    |
| .....        | .....    |
| .....        | .....    |

ب . ما دور الماء في كل من العمليات التالية:

عملية الهضم: .....

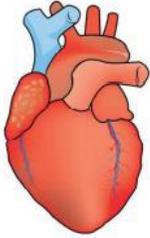
عملية التنفس: .....

## السؤال الأول: اختر الإجابة الصحيحة فيما يلي:

|   |   |
|---|---|
| 2 | ماذا نسمي السائل الموجود في الأنف والذي يمنع دخول البكتيريا ويرطب الهواء الذي نتنفسه؟ |
| A | اللغاب  |
| B | المخاط  |
| C | العرق   |
| D | الأحماض   |

|   |   |
|---|---|
| 1 | ماذا نسمي السائل الموجود في الفم ويساعد على هضم الطعام؟ |
| A | العرق   |
| B | الماء   |
| C | المخاط  |
| D | اللغاب  |

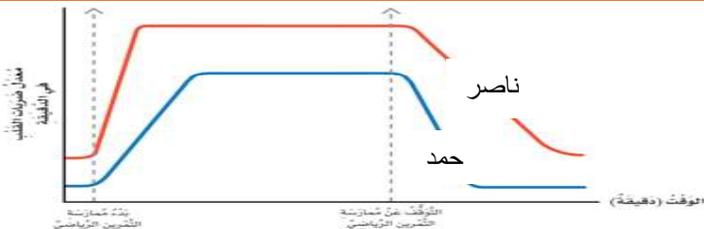
|   |   |
|---|---|
| 4 | ما الحالة التي يمثلها القلب في الشكل المجاور؟ |
| A | النبض   |
| B | الانقباض                                      |
| C | الانبساط                                      |
| D | الانقباض والانبساط                            |



|   |   |
|---|---|
| 3 | عندما نقيس نبضاً لمدة دقيقة فإننا نقيس؟ |
| A | النبض                                   |
| B | ضربات القلب                             |
| C | معدل ضربات القلب                        |
| D | ضربات القلب والنبض                      |

|   |  |
|---|--|
| 6 | يوضح الرسم البياني التالي معدل ضربات القلب لشخصين أثناء ممارسة رياضة الركض أي الشخصين معدل ضربات قلبه أكثر عند الراحة؟ |
| A | ناصر   |
| B | حمد  |
| C | كلاهما معدل ضربات قلبهما أقل عند الراحة  |
| D | كلاهما معدل ضربات قلبهما أكثر عند الراحة   |

|   |   |
|---|---|
| 5 | ما اسم الأداة التي يستخدمها الأطباء للاستماع الى ضربات القلب؟ |
| A | مقياس الكتلة  |
| B | سماعة الطبيب  |
| C | المخبر المدرج   |
| D | مقياس درجة الحرارة  |



أ . املأ الفراغ بالإجابة الصحيحة فيما يلي مستعيناً بصندوق المفردات التالي.

الماء - التعرق - تقوية العضلات - الجفاف - الارهاق

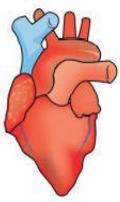
1. يعد ..... ضروري للمحافظة على صحة الإنسان.
2. عدم وجود كمية كافية من الماء تصيب الجلد ب.....
3. يساعدنا ..... على خفض درجة حرارة الجسم والتحكم بها.
4. لممارسة التمارين الرياضية بانتظام فوائد كثيرة منها.....
5. قد تنخفض مستويات الطاقة لدينا فنصاب ب.....

## السؤال الأول: اختر الإجابة الصحيحة فيما يلي:

|   |   |
|---|---|
| 2 | أي الطرق الآتية لقياس الوقت في أثناء الاستقصاء هي الأكثر دقة؟ |
| A | ساعة توقيت  |
| B | الساعة الرملية  |
| C | الحساب الذهني   |
| D | ساعة مع عقارب   |

|   |   |
|---|---|
| 1 | كم تبلغ درجة حرارة جسم الانسان البالغ في الحالة الطبيعية؟ |
| A | 34 C <sup>0</sup>   |
| B | 37 C <sup>0</sup>   |
| C | 41 C <sup>0</sup>   |
| D | 45 C <sup>0</sup>   |

|   |   |
|---|---|
| 4 | ما الحالة التي يمثلها القلب في الشكل المجاور؟ |
| A | النبض   |
| B | الانقباض                                      |
| C | الانبساط                                      |
| D | الانقباض والانبساط                            |



|   |  |
|---|--|
| 3 | أي من التالي يمثل معدل النبض لشخص أثناء النوم؟ |
| A | 65   |
| B | 100  |
| C | 120  |
| D | 125  |

|   |   |
|---|---|
| 6 | الى أي نوع من أنواع التمارين الرياضية ينتمي الوقوف على قدم واحدة؟ |
| A | القوة   |
| B | المرونة   |
| C | التوازن   |
| D | القلب والاعوية الدموية  |

|   |  |            |                |
|---|--|------------|----------------|
| 5 | الجدول المجاور يبين معدل نبضات قلب مجموعة من الطلاب لهم نفس الطول والوزن والحالة الصحية بعد 30 دقيقة من ممارسة رياضة الركض أي من الطلاب يمارس الرياضة بانتظام؟ |            |                |
| A | سعود   | اسم الطالب | معدل نبض القلب |
| B | حمد  | سعود       | 110            |
| C | ناصر   | حمد        | 90             |
| D | فهد  | ناصر       | 105            |
|   |  | فهد        | 100            |

أ . صنف التمارين التالية حسب نوعها.

رفع الاثقال - الوقوف على قدم واحدة - اليوغا - الركض - السباحة

1. تمارين القوة.....
2. تمارين المرونة.....
3. تمارين التوازن.....
4. تمارين القلب والاعوية الدموية.....

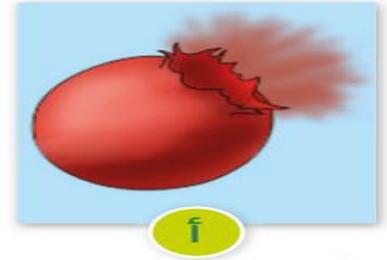
ب- أنظر إلى صور خلايا الدم الحمراء التي تظهر ما يحدث عندما يكون فيها الكثير من الماء أو القليل منه.



ج



ب



أ

1. أكتب حرف خلية الدم الحمراء التي تبدو منكماشة؟

.....

2. أكتب حرف خلية الدم الحمراء التي تبدو طبيعية؟

.....

3. أشرح لم أظن أن خلية الدم الحمراء الأولى قد انفجرت؟

.....