najah213.com · نجاح 213

- الاسم:.....	مدرسة ينينة علي شعايب تيزي وزو
- اللقب:	السنة الخامسة ابتدائي 2022/2021

اختبار الفصل الثاني في التربية العلمية

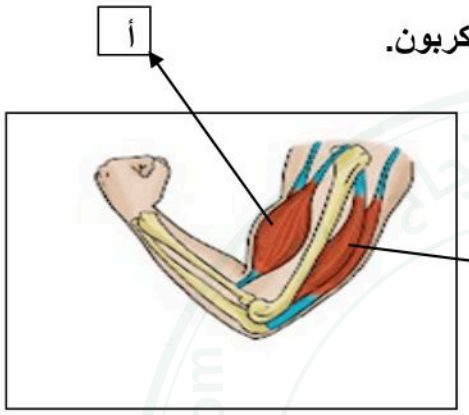
النّشاط الأول:

اجب بصحيح أو خطأ و صحّح الخطأ

- يستجيب الجسم للجهد العضلي بانخفاض وتيرة النبض و شدّة التّنفس.
- إن كلّ حركات جسم الإنسان تتحقّق بفضل تقلّص العضلات.
- ترتكز العضلات على الأوتار بواسطة العظام.
- تحتاج عضويتنا إلى إمداد مستمر بالغذاء وغاز ثنائي أكسيد الكربون.

النّشاط الثاني:

إليك الرّسم المبين



- سمّ العنصرين أ و ب
- ما هو نمط الحركة التّي يؤديها هذا الشّخص؟

أكمل الجدول:

أنماط الحركة	العضلة القابضة	العضلة الباسطة
حركة		
حركة		

النشاط الثالث:

أكمل الفراغ بما يناسب: - العظام - ترتخي - تتقلص - الوتيرتين - ثنائي الاكسجين - الفضلات - العضلات – زيادة.

عندما.....العضلة تقصر مما يؤدي إلى تحرك.....المتّصلة بها متسبّبة في حركة. وفي نفس الوقت.....العضلة المقابلة لها (المضادة).

يتطلب الجهد العضلي ..... في كمية العناصر الغذائية و .....لتلبية حاجيات..... و تخليصها من .....

تستجيب العضوية لهذه المتطلبات بزيادة .....التّنفسية و القلبية.

الوضعية الادماجية:

الجهد العضلي مثل المشي و الجري أو ممارسة الرياضة مفيدة للصّحة لكنّها لا تخلو من الأخطار .

- ماهي الإصابات التّي يمكن أن تتعرض لها العضوية أثناء الجهد العضلي؟

للمحافظة على الصّحة أثناء الجهد العضلي يجب تطبيق بعض القواعد الصّحية، أذكر 3 منها.

www.dzexams.com

فروض واختبارات مع الحلول لكل المستويات — مجاناً

najah213.com