

إجابات أسئلة مراجعة الدرس الثاني

صحة جسم الإنسان

السؤال الأول:

الفكرة الرئيسة: أصنف العادات التي يمارسها بعض الطلبة في المدرسة إلى عادات صحيّة، وعادات غير صحيّة.

عادات غير صحيّة	عادات صحيّة
تناول غذاء غير صحي.	تناول غذاء صحي.
عدم شرب كميات كافية من الماء.	ممارسة التمارين الرياضية.
ممارسة ألعاب خطيرة، مثل تسلُّق الأشجار.	الاهتمام بالنظافة الشخصية.
	غسل اليدين قبل تناول الطعام وبعده.

السؤال الثاني:

المفاهيم والمصطلحات: أصل بخط بين المفهوم بالصورة التي تناسبه في ما يأتي:



المَسْكَنُ الصَّحِّيُّ
Healthy Home

السؤال الثالث:

أفسر أهمية التمارين الرياضية لصحة أجسامنا.
للمحافظة على سلامة أجسامنا.

السؤال الرابع:

ما أثر السهر على صحتي؟
يشعر جسمي بالتعب، ويفقدني التركيز.

الغُلُومَ مَعَ الصِّحَّةِ



بإشراف المعلم، وبالتعاون مع زملائي/زميلاتي، أعد وجبة إفطار صحيّة، ثم أتحدث إليهم عن أهمية تناول هذه الوجبة.