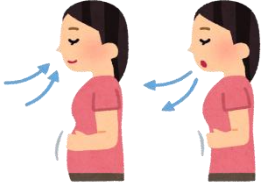


ابتدائية الزناتي المخلط الجلفة	السنة الثانية ابتدائي
السنة الدراسية 2021/2022	الاسم واللقب :



## التّمرين الأول :



إربط بَسْهَم

يَرْتَفِعُ صَدْرِي .

- عِنْدَمَا يُدْخِلُ الْهَوَاءَ إِلَى جِسْمِي .

عَنِ الْهَوَاءِ الْمُلَوَّثِ .

- عِنْدَمَا يَخْرُجُ الْهَوَاءُ مِنْ جِسْمِي .

يُنْخَفِضُ صَدْرِي .

- أَحَافِظُ عَلَى صِحَّتِي بِالِابْتِعَادِ .

وَتَطُولُ قَامَتِي .

- عِنْدَمَا أَنْمُو يَزْدَادُ وَزْنِي .

**التّمرين الثاني :** - أكمل ماييلي (الأوراق - يموت - الجذور ) .



1- يَمْتَصُّ النَّبَاتُ الْأَخْضَرُ الْمَاءَ بِوَاسِطَةِ .....

2- عِنْدَمَا يَغِيبُ الْمَاءُ عَنِ النَّبَاتِ .....

3- يَصْعَدُ الْمَاءُ عَبْرَ السَّاقِ إِلَى .....

## الْوَضْعِيَّةُ الْإِدْمَاجِيَّةُ:

ذَهَبَتْ مَرْيَمُ إِلَى السُّوقِ وَاشْتَرَتْ هَذِهِ اللَّوْازِمَ (خُضْر - مُتَلَجَات - فَوَاكِه - سَمَك - حُلُويَات - شوكولاتة )

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

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

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

-أنا أنصح مَرْيَمَ بِتَنَاوُلِ الْأَغْذِيَةِ ..... وَمُمَارَسَةِ .....