

### التمرين الأول: (3ن)

يوجد نمطان من الحركة أذكرهما:

\*حركة.....

\*حركة.....

### التمرين الثاني: (3ن)

اربط بين كل عبارة و أخرى مناسبة لها:

- \* 6\*لترات في الدقيقة - تبلغ كمية الدم التي يضخها القلب في حالة الراحة
- \* 20\*لترا في الدقيقة - تصل كمية الدم التي يضخها القلب عند القيام بمجهود عضلي كبير
- \* 5\* لترات في الدقيقة - تزيد كمية الدم التي يضخها القلب عند الجلوس أو الوقوف فتصبح

### التمرين الثالث: (4ن)

أكمل ما يلي :نسمي اليوم الذي يصادف 21 من كل شهر من الشهور التالية بـ:

21جوان يسمى بـ..... 21جوان يسمى بـ.....

21جوان يسمى بـ..... 21جوان يسمى بـ.....