



ورقة عمل

تعرق الجسم استجابة للمجهود البدني

التربية البدنية • الأول الابتدائي • الفصل الدراسي الأول

الصف/الشعبة:

اسم الطالب/ة:

الدرجة:

التاريخ:



ملخص الدرس



شرح الدرس واختباره

■ السؤال الأول: اختر الإجابة الصحيحة

- (1) يتعرق جسمي عندما (أنام ، أجري وألعب ، أقرأ)
- (2) العرق (يبرد ، يسخن) جسمي
- (3) بعد التعرق أشرب (الماء ، المشروبات الغازية)

■ السؤال الثاني: ضع علامة صح أو خطأ

- (1) العرق مرض يجب أن أخاف منه. ()
- (2) أمسح عرقي بمنشفتي الخاصة. ()
- (3) ألعب طويلاً تحت الشمس الحارة. ()
- (4) إذا شعرت بدوخة أتوقف وأخبر المعلم. ()

■ السؤال الثالث: أكمل

- (1) يخرج العرق من فتحات صغيرة في الجلد اسمها
- (2) بعد اللعب أرتاح في

■ السؤال الرابع: ماذا تفعل في هذا الموقف؟

- (1) انتهت حصة التربية البدنية وملابسك مبللة بالعرق:

بعد الحل: راجع شرح الدرس واختبر نفسك

امسح الرمز أو زر edu.wrgat.com

