

## حل اسئلة الدرس

### مُراجَعَةُ الدَّرْسِ

1 الفِكرَةُ الرَّئِيسَةُ: ما العاداتُ الصِّحِّيَّةُ الَّتِي يَجِبُ اتِّباعُها لِیُصبحَ جِسمي قوياً؟

1- تَنَاوُلُ العِذاءِ الصِّحِّيِّ / الفواكِهِ وَالخَضراواتِ

مُمارَسَةُ أنواعٍ مُختلِفَةٍ مِنَ الرِّياضَةِ -2

3- النُّومُ باكرًا

2 المَفاهيمُ وَالْمُصنَطَلحاتُ: أصِلْ بِخَطِّ بَيْنَ المُفردَةِ وَالصُّورَةِ الَّتِي تَدُلُّ عَلَیها:



:أَسْتَخْدِمُ الْأَرْقَامَ 3

يُنْصَحُ بِشُرْبِ كَمِّيَّةٍ كَافِيَةٍ مِنَ الْمَاءِ مِقْدَارُهَا تَقْرِيْبًا 7  
أَكْوَابٍ يَوْمِيًّا، أَحْسَبُ مِقْدَارَ مَا أَحْتَاجُهُ مِنَ الْمَاءِ فِي

ثَلَاثَةَ أَيَّامٍ

كوبًا 21

المعلم الإلكتروني الشامل