

الوضعية الأولى

شاركت منى في نادي الكهرباء بدار الشباب. كانت حصتها الأولى مع الكهرباء. فوق طاولة بمقرّ النادي انتشرت العديد من المواد مرهما ما هو عازل ومنها ما هو ناقل.

المقارن

التمرين عدد 1: أصنّف هذه المواد إلى عوازل ونواقل.

المادة	عازل للتيار الكهربائي	ناقل للتيار الكهربائي
قطعة خشب		
ماء+ملح		
ماء نقي		
مسطرة من اللدائن		
صهيرة		
جسم إنسان		

المعايير

1 مع

--	--

التمرين عدد 2: أحضرت منى وبقية مشاركي النادي ما يحتاجونه لتركيب دائرة كهربائية. أرسم رمز كلّ عنصر:

مصباح	خلية	سلك	صهيرة	قاطعة

1 مع

--	--	--

التمرين عدد 3: توصّلوا إلى تكوين دائرة كهربائية لكنّ المصباح لم يضيء.

أعرّف الخطأ و أصلحه.

3 مع

--	--

التمرين عدد 4: بعد العمل الجماعي أرادت منى أن تقوم بنشاط فردي فأحضرت خلية ذات 4.5 فولط ومصباحا ذا 9 فولط وأسلاكاً و كوّنّت دائرة مغلقة.

ماهي النتيجة؟

2 مع

--	--	--

أفسّر ذلك:

الوضعية الثانية.

تعب المشاركون فخرجوا إلى ساحة دار الشباب وقاموا ببعض الحركات الاحماية قبل الجري.

التمرين عدد 1: أشطب العنصر الدخيل. تصاب العضلات ب:

التمدّد الانفصام الخلع

1 مع

--	--

التمرين عدد2: إثر الجري احمرّت وجوههم وتسارعت دقات قلوبهم. لماذا؟

مع2

أضع علامة (x) أمام التعليل الصائب:

- لأن الحركات التنفسية تزداد عند بذل جهد.

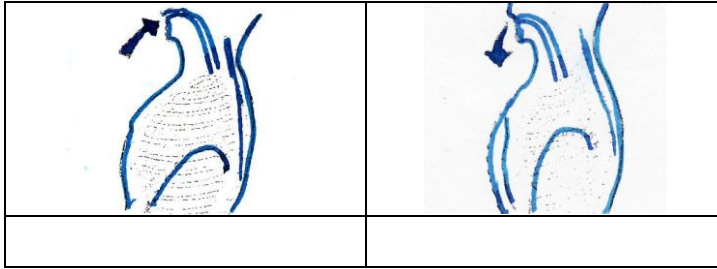
- لأن حاجة الجسم إلى الأكسجين ازدادت.

- لأن الجسم تعرّق بمفعول الحرارة.

التمرين عدد3: تشتمل الحركة التنفسية على طورين.

مع1

أكتب تحت كلّ صورة الطور الذي تمثّله:



التمرين عدد4: أصلح الخطأ:

مع3

من مظاهر الشهيق ارتفاع القفص الصدري وتقلّص عضلة الحجاب الحاجز وخروج الهواء من الرئتين فعملية الشهيق هي عملية نشيطة تتطلب ارتخاء عضلات التنفس.

التمرين عدد5: يخرج الدم من القلب إلى الرئتين حيث يقع التبادل الغازي.

مع1

ماذا يقع في مستوى الرئتين؟

ماذا تسمّى هذه الدورة؟

التمرين عدد6: بعد الجري جلس أحد المشاركين في النادي يدخن سيجارة فنصحوه بترك التدخين لتأثيره السلبي على الجهاز التنفسي.

مع3

أذكر 3 تأثيرات سلبية للتدخين:

جدول المعايير

معيّار التميّز	معايير الحد الأدنى						المعايير
	مع2			مع1			
مع3	0			0			مستويات التملك
0	0			0			-
2	3	2	1	3	2	1	+
3	4			6	5	4	++
5	6	5		9	8	7	+++