



مرقة عمل للأسيمء الرابع _ الصفر : ثانمي / مسارات

•	ورع، حص عبر الأراض - الصحا
	أذكر فوائد الانتظام على ممارسة النشاط البدني ؟
	••••••
ضع علامة (√) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (×) أمام العبارة الخاطئة	
ى الكولسترول الجيد ؟	تزيد ممارسة النشاط البدني من مستو
ى الكولسترول الجيد ؟ إجابة خاطئة	تزيد ممارسة النشاط البدني من مستو
إجابة خاطئة	<u>"</u>
إجابة خاطئة	إجابة صحيحة
إجابة خاطئة التمارين الرياضية؟ التمارين الرياضية المياضية الجابة خاطئة	إجابة صحيحة الفرد بنفسه عند ممارسة ا
إجابة خاطئة التمارين الرياضية؟ التمارين الرياضية المياضية الجابة خاطئة	إجابة صحيحة لا تزيد ثقة الفرد بنفسه عند ممارسة ا
إجابة خاطئة التمارين الرياضية؟ إجابة خاطئة إجابة خاطئة الخلود للنوم بشكل أسرع؟	اجابة صحيحة لا تزيد ثقة الفرد بنفسه عند ممارسة الجابة صحيحة تساعد ممارسة النشاط البدني بانتظام على