

3

مركز نونفا التعليمي / المرحلة الابتدائية

العلوم

الصف الثالث الابتدائي

الفصل الدراسي الأول – الوحدة الأولى: الأسنان والأعضاء والعظام والعضلات

ملزمة مراجعة اختبار منتصف الفصل الدراسي الأول

ملخص مصور لكل درس من كتاب الطالب، وتدريبات بنفس شكل أسئلة الاختبار (اختيار من متعدد ومقالي)، ونموذج اختبار كامل وفق جدول المواصفات.

تتضمن هذه الملزمة

الدروس	من الدرس 1.1 إلى الدرس 1.7
التدريبات	أسئلة موضوعية + أسئلة مقالية لكل درس
التقويم	نموذج اختبار (30 درجة)

اسم الطالب / الطالبة:

قبل أن نبدأ خطة المراجعة

إرشادات للطالب وولي الأمر

- الاختبار يشمل الوحدة الأولى فقط: الدروس من 1.1 إلى 1.7.
- راجع درسًا واحدًا في اليوم: اقرأ «أتذكر» والصور، ثم حلّ التدريبات.
- في الاختبار اقرأ السؤال جيدًا، واختر إجابة واحدة فقط في أسئلة الاختيار من متعدد.
- اختبارات المنتصف من 14 إلى 22 أكتوبر 2026.

جدول الإنجاز – لَوْن نجمة بعد كل درس ★

☆☆☆	3	الدرس 1.1: ما أنواع الأسنان لدى الإنسان؟	1
☆☆☆	6	الدرس 1.2: ما الفرق بين أسنان الإنسان وأسنان الحيوانات؟	2
☆☆☆	9	الدرس 1.3: ما الأعضاء الرئيسة في جسمي؟	3
☆☆☆	12	الدرس 1.4: ما وظائف أعضائي؟	4
☆☆☆	15	الدرس 1.5: أيّ عظام لديّ؟	5
☆☆☆	18	الدرس 1.6: ما وظيفة العضلات؟	6
☆☆☆	21	الدرس 1.7: كيف تعمل عضلاتي؟	7
☆☆☆	23	نموذج اختبار منتصف الفصل الدراسي الأول	8

شكل الاختبار (30 درجة)

القسم	نوع الأسئلة	العدد	درجة السؤال	المجموع
السؤال الأول	اختيار من متعدد (4 بدائل)	9 فقرات	2	18
الأسئلة 2 – 4	أسئلة مقالية قصيرة (فرعان على الأقل)	3 أسئلة	4	12



الوحدة 1 – الأسنان والأعضاء والعظام والعضلات

1 الدرس 1.1: ما أنواع الأسنان لدى الإنسان؟

أَتَذَكَّرُ الأسنان اللبنية والدائمة كتاب الطالب ص 5 – 6

- تنمو لدى الإنسان مجموعتان فقط من الأسنان: الأسنان اللبنية والأسنان الدائمة.
- لدى معظم الأطفال بعمر 3 سنوات مجموعة كاملة تضم 20 سنًا تسمى الأسنان اللبنية.
- بعمر 5 أو 6 سنوات تبدأ الأسنان اللبنية بالسقوط، وتنمو بدلًا منها الأسنان الدائمة.
- تنمو معظم الأسنان الدائمة بين سن 12 و14، ويبلغ مجموعها 28 سنًا.
- في بداية العشرينيات قد تنمو 4 أسنان إضافية تسمى أضراس العقل، فيصبح العدد 32 سنًا.
- سُميت الأسنان الدائمة بهذا الاسم لأنها لن تنمو مجددًا إذا فقدت.

أنواع الأسنان الدائمة الأربعة كتاب الطالب ص 7 – 11

السن	اسمها	شكلها	مكانها	وظيفتها
	القاطع	حاد، مستقيم، نحيف، مسطح	مقدمة الفكين	يقضم الطعام ويقطعه
	الثاب	حاد ومدبب	بعد القواطع	يساعد على تمزيق الطعام
	الصاحك	أقل عرضًا من الطاجن، مسطح	بعد الأنياب	يمضغ الطعام ويطحنه
	الطاجن	عريض مسطح	المنطقة الخلفية من الفكين	يمضغ الطعام ويطحنه ويسهل بلعه بمساعدة اللسان

💡 **سِرُّ الحِفْظ:** ترتب الأسنان من مقدمة الفم إلى الخلف: قواطع – أنياب – صواحك – طواجن. وتقع الأسنان في الفكين العلوي والسفلي. ويتبعي تنظيف الأسنان بانتظام لتفادي تسوسها.

أَتَدَرَّبُ: أختارُ الإجابةَ الصحيحةَ

1 عددُ الأسنانِ اللَّبَنِيَّةِ لدى مُعْظَمِ الأطفالِ بِعُمْرِ 3 سَنَوَاتٍ:

☐ 32 سِنًا

☐ 28 سِنًا

☐ 24 سِنًا

☐ 20 سِنًا

2 أَسْنَانُ عَرِيضَةٌ مُسَطَّحَةٌ تَقَعُ فِي الْمِنْطَقَةِ الْخَلْفِيَّةِ مِنَ الْفَكِّينِ:

☐ الطَّوَاجِئُ

☐ الصَّوَاكِ

☐ الْأَنْبِيَابُ

☐ الْقَوَاطِعُ

3 الْأَسْنَانُ الَّتِي تُسَاعِدُ عَلَى تَمْزِيقِ الطَّعَامِ:

☐ الطَّوَاجِئُ

☐ الصَّوَاكِ

☐ الْأَنْبِيَابُ

☐ الْقَوَاطِعُ

4 تَقَعُ الْقَوَاطِعُ فِي:

☐ الْمِنْطَقَةِ الْخَلْفِيَّةِ مِنَ الْفَكِّينِ

☐ مُقَدِّمَةِ الْفَكِّينِ

☐ الْفَكُّ الْعُلَوِيُّ فَقَطْ

☐ بَيْنَ الصَّوَاكِ وَالطَّوَاجِئِ

5 الْأَسْنَانُ الْأَرْبَعَةُ الْإِضَافِيَّةُ الَّتِي قَدْ تَنُمُو فِي بِدَايَةِ الْعَشْرِينِيَّاتِ تُسَمَّى:

☐ الْأَنْبِيَابُ

☐ الْقَوَاطِعُ

☐ أَضْرَاسُ الْعَقْلِ

☐ الْأَسْنَانُ اللَّبَنِيَّةُ



السِّنُّ الظَّاهِرَةُ فِي الصَّوْرَةِ هِيَ:

☐ الطَّاحِنُ

☐ الصَّاحِكُ

☐ النَّابُ

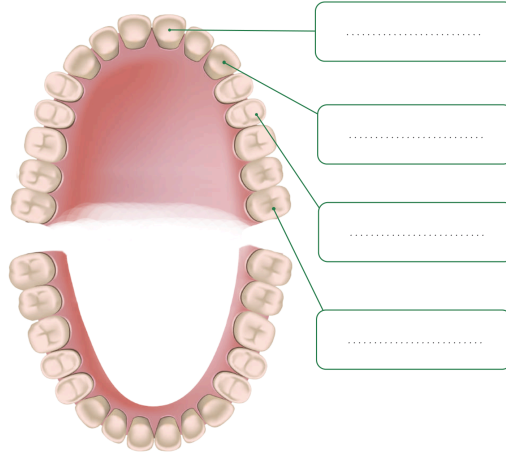
☐ الْقَاطِعُ



أَسْئَلَةٌ مَقَالِيَّةٌ



7 أ) أَكْتُبْ اسْمَ نَوْعِ السِّنِّ فِي الْمَكَانِ الْمُنَاسِبِ عَلَى الصَّوْرَةِ. ب) أَيُّ هَذِهِ الْأَسْنَانِ تَقْضِمُ الطَّعَامَ وَتَقْطَعُهُ؟



8 أ) لِمَاذَا سُمِّيَتِ الْأَسْنَانُ الدَّائِمَةُ بِهَذَا الْاسْمِ؟ ب) مَاذَا يَحْدُثُ لِلْأَسْنَانِ إِذَا لَمْ تُنْظَفَ بِإِنْتِظَامٍ؟

2 الدرس 1.2: ما الفرق بين أسنان الإنسان وأسنان الحيوانات؟

أَتَذَكَّرُ أسنان الحيوانات

كتاب الطالب ص 15 – 20

- لدى العديد من الحيوانات أنواع من الأسنان تُشبه أنواع أسنان الإنسان، ولكن قد تختلف قليلاً في الشكل.
- يختلف شكل أسنان الحيوانات بحسب نوع الغذاء الذي تتغذى عليه، ويمكن تصنيف الحيوانات بناءً على طريقة تغذيتها.
- قرد الشمبانزي: أسنانه تُشبه أسنان الإنسان، ولكن لديه أنياب أكبر؛ بسبب نظامه الغذائي الذي يعتمد على النباتات واللحوم.
- الحيوانات التي تتغذى على اللحوم (مثل الأسد): لها أسنان حادة وأنياب طويلة تمكنها من تمزيق اللحوم؛ لذلك أسنان الأسد أطول من أسنان الإنسان وأكثر حدة.
- الحيوانات التي تتغذى على النباتات (مثل الحصان): لها أنياب صغيرة وطواحين مسطحة ومستقيمة؛ لأن النبات يحتاج إلى أن تطحنه الطواحين قبل أن يُبلع.



جُمُعة حيوان يتغذى على النباتات



جُمُعة حيوان يتغذى على اللحوم



الأسد: أنياب طويلة حادة

الحيوان	نوع غذائه	أسنانه مقارنة بالإنسان
الأسد / النمر / الفهد / الذئب	اللحوم	أنياب أطول وأكثر حدة
الحصان / الخروف / الجمار الوحشي	النباتات	أنياب صغيرة، وأسنان مسطحة أكثر
قرد الشمبانزي	النباتات واللحوم	تُشبه أسنان الإنسان، وأنيابه أكبر
سمك القرش	اللحوم	أسنانه أكثر حدة

أَتَدَرَّبُ: أَخْتَارُ الإِجَابَةَ الصَّحِيحَةَ

1 الحَيَوَانَاتُ الَّتِي تَتَغَذَّى عَلَى اللَّحُومِ لَهَا:

- ☐ أنيابٌ طَوِيلَةٌ وَحَادَةٌ ☐ أنيابٌ صَغِيرَةٌ
- ☐ طَوَاحِنُ مُسَطَّحَةٌ فَقَطْ ☐ قَوَاطِعُ عَرِيضَةٌ

2 يَتَغَذَّى الحِصَانُ بِشَكْلِ أَسَاسِيٍّ عَلَى:

- ☐ اللُّحُوم ☐ النِّبَاتَاتِ ☐ الأَسْمَاكِ ☐ الحَشَرَاتِ

3 تُشَبِّهُ أَسْنَانَ قِرْدِ الشُّمْبَانْزِي أَسْنَانَ الْإِنْسَانِ، وَلَكِنْ لَدَيْهِ:

- ☐ أَنْيَابٌ أَكْبَرُ ☐ طَوَاحِنُ أَقْلُ
- ☐ قَوَاطِعُ أَصْغَرُ ☐ أَسْنَانُ لَبْنِيَّةٌ فَقَطْ

4 الحَيَوَانُ الَّذِي أَسْنَانُهُ أَطْوَلُ مِنْ أَسْنَانِ الْإِنْسَانِ وَأَكْثَرُ حَدَّةً:

- ☐ الحِصَانُ ☐ الحُرُوفُ ☐ الأَسَدُ ☐ الجِمَارُ الْوَحْشِيُّ

5 يَخْتَلِفُ شَكْلُ أَسْنَانِ الحَيَوَانَاتِ قَلِيلًا عَنْ أَسْنَانِ الْإِنْسَانِ بِسَبَبِ:

- ☐ لَوْنِ الحَيَوَانِ ☐ حَجْمِ الحَيَوَانِ
- ☐ نَوْعِ الغِذَاءِ الَّذِي يَتَغَذَّى عَلَيْهِ ☐ مَكَانِ عَيْشِهِ

أَسْئَلَةُ مَقَالِيَّةٍ

6 أ) أَيُّ الْجُمُجْمَتَيْنِ تَعُودُ إِلَى حَيَوَانٍ يَتَغَذَّى عَلَى النِّبَاتَاتِ: (1) أَمْ (2)؟ ب) أَفَسِّرُ إِجَابَتِي.



(2)



(1)



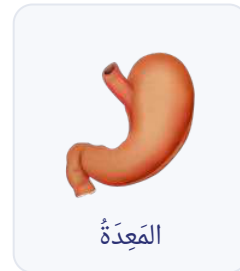
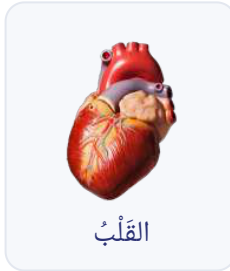
7 أَوْصَحُ الْخَطَأِ فِيمَا تَحْتَهُ خَطُّ: أ) يَتَغَذَّى الْأَسَدُ عَلَى النَّبَاتَاتِ. ب) لِلْحَيَوَانَاتِ الَّتِي تَتَغَذَّى عَلَى النَّبَاتَاتِ أَنْيَابٌ طَوِيلَةٌ.

8 لِلْحَيَوَانَاتِ الَّتِي تَتَغَذَّى عَلَى اللَّحُومِ أَنْيَابٌ طَوِيلَةٌ وَحَادَّةٌ. بِرَأْيِكَ، إِذَا فَقَدَ النَّمْرُ أَنْيَابَهُ فَمَا تَأْثِيرُ ذَلِكَ عَلَيْهِ؟

3 الدرس 1.3: ما الأعضاء الرئيسة في جسمي؟

أَتَذَكَّرُ أعضاء جسم الإنسان الداخليَّة كتاب الطالب ص 23 – 25

- يُمكننا أن نرى الأجزاء الخارجيّة من جسم الإنسان بسهولة (مثل: الرأس واليدين والقدمين والأذنين).
- الأجزاء الداخليَّة من جسم الإنسان تُسمَّى أعضاء جسم الإنسان الداخليَّة.
- الأعضاء الرئيسة الداخليَّة: الدماغ – القلب – الرئتان – المعدة – الأمعاء – الكليتان.
- لكل عضو رئيس شكلٌ مختلفٌ ووظيفةٌ مختلفة، وتوجد في مواقعٌ محدَّدة في الجسم.
- تعملُ أعضاؤنا الداخليَّة معًا لِتُبَقِّينا على قيد الحياة، حتَّى عندما ننام.
- لدى الحيوانات (مثل الزرافة) أعضاء رئيسة داخليَّة، بعضها يُشبه أعضاء الإنسان الداخليَّة.



أَتَدَرَّبُ: أختارُ الإجابةَ الصحيحةَ



1



العضو الظاهر في الصورة هو:

☐ القلب

☐ الرئتان

☐ الكليتان

☐ المعدة

2

العضو الداخلي الذي يوجد في الرأس:

☐ الكليتان

☐ المعدة

☐ القلب

☐ الدماغ

3

أحد الأجزاء الآتية يُعَدُّ مِنَ الأعضاء الداخلية:

☐ القدم

☐ الأمعاء

☐ اليد

☐ الأذن

4

العضوان الموجودان في منطقة الصدر:

☐ المعدة والأمعاء

☐ القلب والرئتان

☐ الكليتان والمعدة

☐ الدماغ والقلب

5

أصل كل صورة باسم العضو المناسب:

القلب



المعدة



الأمعاء



الرئتان

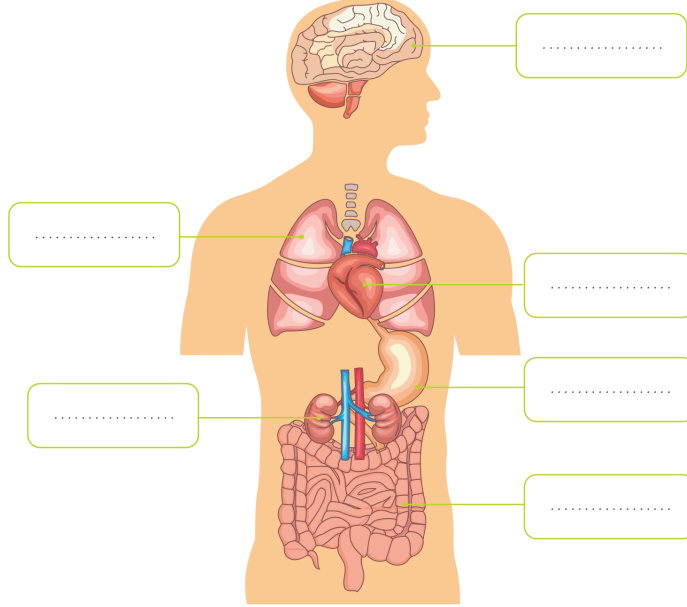


سؤال مقالي



6

أ) أدوّن اسم كل عضو على نموذج جسم الإنسان. ب) أذكر عضوين من أجزاء الجسم الخارجية.



الوحدة 1 – الأسنان والأعضاء والعظام والعضلات

4 الدرس 1.4: ما وظائف أعضائي؟

العضو	مكانه	وظيفته
 القلب	الصدر	يُضخّ الدّم في أنحاء الجسم.
 الرئتان	الصدر (التجويف الصدري)	عندما نتنفس يدخل الهواء إليهما، فتأخذان الأكسجين من الهواء، وتخرجان ثاني أكسيد الكربون كفضلات.
 الكليتان	الجزء الخلفي من التجويف البطني، وشكلهما كحبة الفاصولياء	تُفَيّان الدّم وتزيلان منه الفضلات التي تمتزج بالماء وتخرج على شكل بول.
 المعدة	منطقة البطن	تُفَكِّك الطعام إلى قطع صغيرة، وتخلطه بسوائل هاضمة.
 الأمعاء	منطقة البطن	تُفَكِّك الطعام إلى أجزاء أصغر، وتمتص المواد الغذائية والماء الزائد.

أندكر معلومات مهمة كتاب الطالب ص 29 – 35

- **النّْبُضُ:** يُمكن الإحساس بالنّْبُض في منطقة المِعَصَمِ وَعَدَهُ (وأيضاً في الرّقبة والصّدغ وحلّى الرّكبة وظهر القدم)؛ وهذا يُعطينا عدّد المرات التي يَنْبُض فيها القلب في الدّقيقة.
- يَنْبُض القلب بِشكّلٍ أسرع أو أبطأ حسب حالة الجسم؛ فعند القيام بنشاط يزداد معدّل النّْبُض.
- عندما نَسْتَنشِقُ الهواء يُصْبِح صدرنا أَكْبَرَ (مثل البالون عندما يُملأ)، وعندما نَزْفِرُهُ يُصْبِح أَصْغَرَ.
- **عملية الهضم:** تشارك فيها المعدة والأمعاء وأجزاء أخرى. ويشمل الجهاز الهضمي: الفم والمريء والمعدة والأمعاء وفتحة الشرج، وتخرج الفضلات على شكل براز.

فتحة الشرج

الأمعاء

المعدة

المريء

الفم

أَتَدَرَّبُ: أختارُ الإجابةَ الصحيحةَ

1 العضو الذي يضح الدم في أنحاء الجسم:

☐ الكليتان

☐ المعدة

☐ القلب

☐ الرئتان

2 تأخذ الرئتان من الهواء:

☐ الطعام

☐ الماء

☐ ثاني أكسيد
الكربون

☐ الأكسجين

3 العضوان اللذان ينقيان الدم ويزيلان منه الفضلات على شكل بول:

☐ المعدة

☐ الكليتان

☐ الأمعاء

☐ الرئتان

4 يمتص هذا العضو المواد الغذائية بعد تفكيكها:

☐ المريء

☐ القلب

☐ الأمعاء

☐ المعدة

5 ركض خالد في الساحة ثم قاس نبضه. ماذا سيحدث لمعدل نبضه؟

☐ يبقى كما هو

☐ يتوقف

☐ يقل

☐ يزداد

6 يمر الطعام بعد الفم مباشرة في:

☐ الكليتين

☐ المريء

☐ الأمعاء

☐ المعدة

7 أصل كل جزء بما يناسبه:

هنا يتم امتصاص الطعام

الفم

الفضلات الناتجة عن عملية الهضم

المعدة

المكان الذي تبدأ فيه عملية الهضم

الأمعاء

المكان الذي يكون فيه الطعام مفككا
ومخلوطا بسوائل هاضمة

البراز

أَسْئَلَةٌ مَقَالِيَّةٌ



8 أ) أَرْتَبُ أَجْزَاءَ الْجِهَازِ الْهَضْمِيِّ حَسَبَ مُرُورِ الطَّعَامِ: (الْمَعِدَةُ - الْقَم - الْأَمْعَاءُ - الْمَرِيءُ). ب) ما وَظِيفَةُ الْمَعِدَةِ؟

9 أ) أَصِفْ وَظِيفَةَ الْكُلَيْتَيْنِ مُسْتَحْدِمًا الْكَلِمَاتِ: (الدَّم - الْفَصَلَاتِ - تُنْقِي - بَوْلٍ). ب) ماذا يَحْدُثُ لِحَجَمِ الصَّدْرِ عِنْدَمَا نَسْتَنْشِقُ الْهَوَاءَ؟



5 الدرس 1.5: أي عظام لدي؟

تذكر الهيكل العظمي

كتاب الطالب ص 39 – 44

- عظام الإنسان بيضاء وقاسية، وتوجد 206 عظمة في جسم الإنسان، وليس لها الحجم نفسه ولا الشكل نفسه.
- يتكوّن الهيكل العظمي من عظام بيضاء وقاسية، ويُعطي جسم الإنسان شكله الفريد.
- بعض العظام الرئيسية: الجمجمة – الضلوع – العمود الفقري – المرفق – الحوض – الركبة.
- الجمجمة تحمي الدماغ، والضلوع تحمي القلب والرئتين.
- المفصل: المكان الذي تتصل فيه عظام الهيكل العظمي ببعضها، مثل الركبة والمرفق، وتسمح المفاصل بأداء أنواع كثيرة من الحركات (العمود الفقري يسمح لنا بأن نثني).

★ وظائف الهيكل العظمي الثلاث

1. يحمي الأعضاء الداخلية.
2. يدعم الجسم من خلال إبقائه مستقيماً.
3. يساعده على التحرك.



الهيكل العظمي

العظمة	مكانها / وظيفتها
الجمجمة	في الرأس، تحمي الدماغ، وتتصل بالعمود الفقري
الضلوع	في الصدر، تحمي القلب والرئتين
المرفق	في الذراع
الركبة	في الرجل

أَتَدَرَّبُ: أختارُ الإجابةَ الصحيحةَ

1 عَدَدُ الْعِظَامِ فِي جِسْمِ الْإِنْسَانِ:

32 ☐

260 ☐

206 ☐

106 ☐

2 الْعِظَامُ الَّتِي تَحْمِي الْقَلْبَ وَالرِّئَتَيْنِ:

الرُّكْبَةُ ☐

الْحَوْضُ ☐

الضُّلُوعُ ☐

الْجُمُجُمَةُ ☐

3 تَحْمِي الْجُمُجُمَةُ:

الْكُلَيْتَيْنِ ☐

الْقَلْبُ ☐

الْمَعِدَّةُ ☐

الدِّمَاغُ ☐

4 الْمَكَانُ الَّذِي تَتَّصِلُ فِيهِ عَظْمَتَانِ بِبَعْضِهِمَا يُسَمَّى:

الْهَيْكَلُ ☐

الضُّلْعُ ☐

الْمَفْصِلُ ☐

الْعَظْلَةُ ☐

5 الْعِظَامُ الَّتِي تُسَاعِدُنَا عَلَى ثَنِي أَجْسَامِنَا إِلَى الْأَمَامِ وَإِلَى الْخَلْفِ:

عِظَامُ الْعَمُودِ الْفَقْرِيِّ ☐

عِظَامُ الرُّكْبَةِ ☐

عِظَامُ الْحَوْضِ ☐

عِظَامُ الْجُمُجُمَةِ ☐



6 الْعَظْمَةُ الظَّاهِرَةُ فِي الصُّورَةِ:

الْمِرْفَقُ ☐

الْحَوْضُ ☐

الضُّلُوعُ ☐

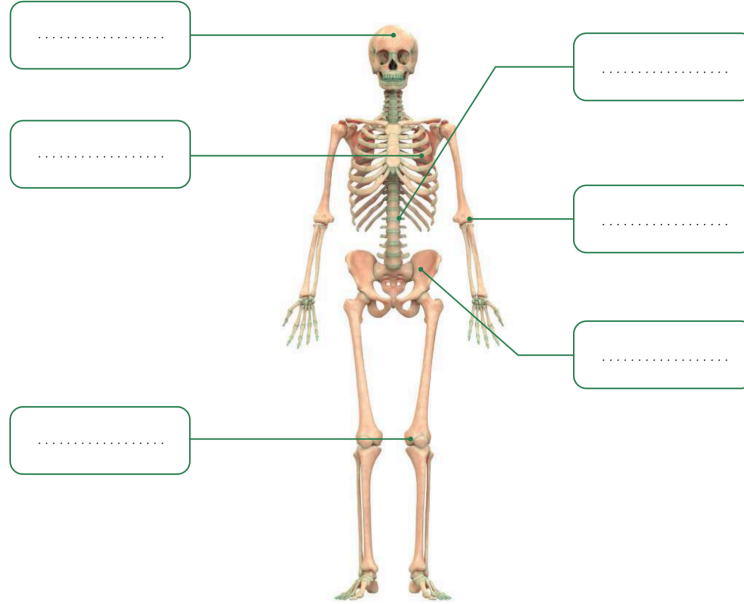
الْجُمُجُمَةُ ☐



أَسْئَلَةٌ مَقَالِيَّةٌ



- 7 أ) أَدَوِّنْ أَسْمَاءَ الْعِظَامِ عَلَى صَوْرَةِ الْهَيْكَلِ الْعَظْمِيِّ: (جُمْجُمَةٌ – ضِلْعُ – الْعَمُودُ الْفِقْرِيّ – مِرْفَقُ – حَوْضُ – رُكْبَةٌ). ب) أَذْكَرُ مِثَالَيْنِ عَلَى الْمَفَاصِلِ.



- 8 أ) أَذْكَرُ وَظِيفَتَيْنِ لِلْهَيْكَلِ الْعَظْمِيِّ. ب) يَمْتَلِكُ الْإِنْسَانُ الْعِظَامَ الْأَقْوَى بَيْنَ 20 إِلَى 35. لِمَاذَا يُعَدُّ الْأَطْفَالُ أَكْثَرَ عُرْصَةً لِكَسْرِ عِظَامِهِمْ؟

6 الدرس 1.6: ما وظيفة العضلات؟

أَتَذَكَّرُ العَضَلَاتُ كتاب الطالب ص 49 – 52

- لدى الإنسان عَضَلَاتٌ فِي جَمِيعِ أُنْحَاءِ الْجِسْمِ.
- تَتَّصِلُ الْعَضَلَاتُ بِالْعِظَامِ وَتُسَاعِدُنَا كَيْ نَتَحَرَّكَ، وَلَا يَسْتَطِيعُ الْهَيْكَلُ الْعَظْمِيُّ أَنْ يَتَحَرَّكَ مِنْ دُونِ الْعَضَلَاتِ.
- تَعْمَلُ الْعَضَلَاتُ عِنْدَمَا تَنْقَبِضُ وَتَنْبَسِطُ، وَتَنْتُجُ الْحَرَكَةَ بِسَبَبِ انْقِبَاضِ الْعَضَلَاتِ وَانْبِسَاطِهَا.
- تَعْمَلُ الْعَضَلَاتُ فِي أَزْوَاجٍ لِتَصْنَعَ الْحَرَكَةَ.
- يُمْكِنُ لِعَضَلَاتِ الْوَجْهِ أَنْ تَنْقَبِضَ وَتَنْبَسِطَ لِتَشْكَلَ تَعَابِيرَ وَجْهِ مُخْتَلِفَةً (عِنْدَمَا نَقْبِضُ عَضَلَاتِ الْوَجْهِ نَاحِيَةَ الْجَبِينِ يُصْبِحُ الْوَجْهُ عَابِسًا).
- عِنْدَمَا تَنْبَسِطُ الْعَضَلَةُ يَكُونُ مَلَمْسُهَا أَكْثَرَ طَرَاوَةً.

العَضَلَاتُ الرَّئِيسَةُ فِي الْجِسْمِ كتاب الطالب ص 49

الْمَنْطِقَةُ	العَضَلَاتُ
الرَّأْسُ وَالرَّقَبَةُ	عَضَلَاتُ الْوَجْهِ – عَضَلَاتُ الرَّقَبَةِ
الذَّرَاعُ	الْعَضَلَةُ الْأَمَامِيَّةُ لِلذَّرَاعِ الْعُلْوِيَّةِ – الْعَضَلَةُ الْخَلْفِيَّةُ لِلذَّرَاعِ الْعُلْوِيَّةِ
الرَّجْلُ	عَضَلَاتُ الْفَخْذِ الْأَمَامِيَّةِ – الْعَضَلَاتُ الْأَمَامِيَّةُ لِلْسَّاقِ – الْعَضَلَاتُ الْخَلْفِيَّةُ لِلْسَّاقِ

💡 **مثال:** عِنْدَمَا نَسْتَخْدِمُ الْعَضَلَاتِ الْخَلْفِيَّةَ وَالْأَمَامِيَّةَ لِلْسَّاقِ وَعَضَلَاتِ الْفَخْذِ مَعًا، نَتَمَكَّنُ مِنْ أَنْ نَجْلِسَ وَأَنْ نَقِفَ.



أَتَدَرَّبُ: أختارُ الإجابةَ الصحيحةَ

1 توجَدُ العَصَلَاتُ في:

☐ الوجه فقط

☐ جميع أنحاء الجسم

☐ الرجلين فقط

☐ الذراعين فقط

2 تتَّصِلُ العَصَلَاتُ بِ:

☐ الرِّئَتَيْنِ

☐ المَعِدَّة

☐ الأسنان

☐ العِظَام

3 تَعْمَلُ العَصَلَاتُ لِتَصْنَعَ الحَرَكَةَ عِنْدَمَا:

☐ تَنكَسِرُ

☐ تَنْقَبِضُ وَتَنْبَسِطُ

☐ تَبْقَى مُنْبَسِطَةً دَائِمًا

☐ تَتَوَقَّفُ عَنِ الْعَمَلِ

4 عِنْدَمَا يَقْبِضُ شَخْصٌ عَصَلَاتِ وَجْهِهِ نَاحِيَةَ الْجَبِينِ يُصْبِحُ وَجْهُهُ:

☐ مُضْحِكًا

☐ نَائِمًا

☐ عَابِسًا

☐ بَاسِمًا

5 تَعْمَلُ العَصَلَاتُ لِتَصْنَعَ الحَرَكَةَ:

☐ وَحْدَهَا دُونَ الْعِظَامِ

☐ فِي أَزْوَاجٍ

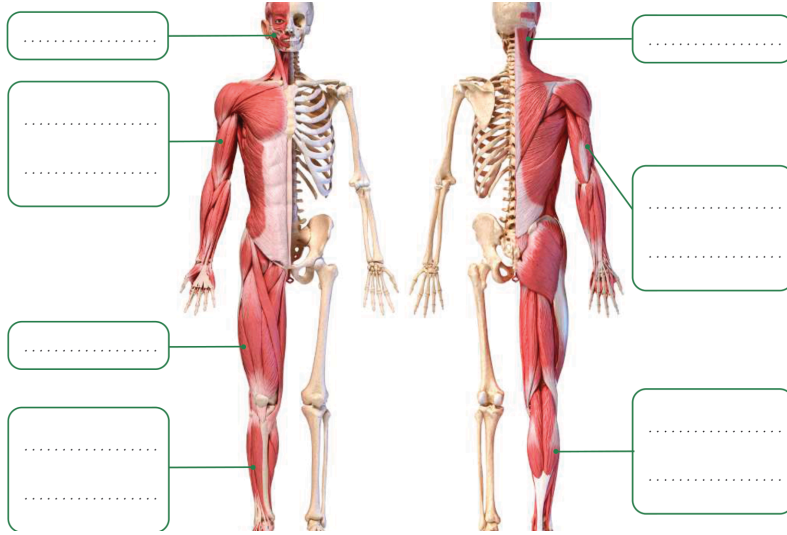
☐ فِي الذَّرَاعِ فَقَطْ

☐ عِنْدَ النَّوْمِ فَقَطْ

أَسْئَلَةٌ مَقَالِيَّةٌ



6 أ) أَكْتُبْ أَسْمَاءَ الْعَضَلَاتِ عَلَى الصُّورَةِ مُسْتَعِينًا بِالْجَدُولِ فِي الصَّفْحَةِ السَّابِقَةِ. (ب) هَلْ يَسْتَطِيعُ الْهَيْكَلُ الْعَظْمِيُّ أَنْ يَتَحَرَّكَ مِنْ دُونِ الْعَضَلَاتِ؟



7 أ) أَيُّ الْعَضَلَاتِ نُسْتَخْدِمُهَا مَعًا لِكَيْ نَجْلِسَ وَنَقِفَ؟ (ب) كَيْفَ يَكُونُ مَلْمَسُ الْعَصَلَةِ عِنْدَمَا تَنْبَسِطُ؟

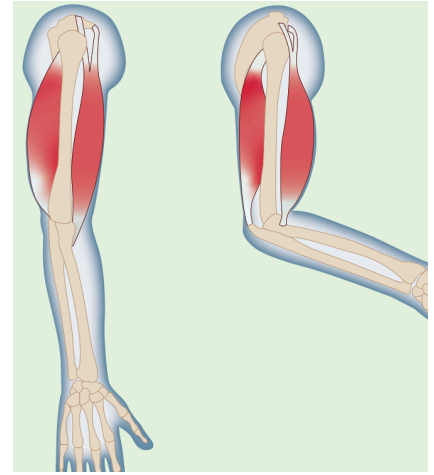


7 الدرس 1.7: كَيْفَ تَعْمَلُ عَضَلَاتِي؟

أَتَذَكَّرُ العَضَلَتَانِ الْأَمَامِيَّةُ وَالْخَلْفِيَّةُ لِلذَّرَاعِ الْعُلْوِيَّةِ كتاب الطالب ص 55 – 59

- نَسْتَخْدِمُ العَضَلَتَيْنِ الْأَمَامِيَّةِ وَالْخَلْفِيَّةِ لِلذَّرَاعِ الْعُلْوِيَّةِ عِنْدَ ثَنِي الذَّرَاعِ وَتَحْرِيكِهَا.
- تَقَعُ العَضَلَتَانِ فَوْقَ المِرْفَقِ، وَتَرْتَبِطَانِ بِالمِرْفَقِ وَبِالكَتِفِ، وَتَعْمَلَانِ مَعًا عِنْدَ تَحْرِيكِ الذَّرَاعِ.
- عِنْدَمَا تَنْقَبِضُ العَضَلَةُ الْأَمَامِيَّةُ تَشُدُّ العِظَامَ إِلَى أَنْ تَنْحِنِي الذَّرَاعَ.
- عِنْدَمَا تَنْقَبِضُ العَضَلَةُ الْخَلْفِيَّةُ تَشُدُّ العِظَامَ إِلَى أَنْ تَتَمَدَّدَ الذَّرَاعَ.
- عِنْدَمَا تَنْقَبِضُ العَضَلَةُ الْأَمَامِيَّةُ تُصْبِحُ أَقْصَرَ وَأَعْرَضَ، وَعِنْدَمَا تَنْبَسِطُ تُصْبِحُ أَطْوَلَ وَأَرْفَعَ.
- عَكْسُ الانْقِبَاضِ هُوَ الانْبِسَاطُ، وَتَعْمَلُ العَضَلَاتُ فِي أَزْوَاجٍ عِنْدَ تَحْرِيكِ أَجْسَامِنَا.

مَدُّ الذَّرَاعِ	ثَنِي الذَّرَاعِ	
مُنْبَسِطَةٌ (أَطْوَلُ وَأَرْفَعُ)	مُنْقَبِضَةٌ (أَقْصَرُ وَأَعْرَضُ)	العَضَلَةُ الْأَمَامِيَّةُ
مُنْقَبِضَةٌ	مُنْبَسِطَةٌ	العَضَلَةُ الْخَلْفِيَّةُ



الذَّرَاعُ مَمْدُودَةٌ (يَمِينًا) وَمَنْثَبِتَةٌ (يَسَارًا)

أَتَدَرَّبُ: أَخْتَارُ الإِجَابَةَ الصَّحِيحَةَ

1 العَضَلَاتُ الَّتِي نَسْتَخْدِمُهَا لِثَنِي الذَّرَاعِ:

☐ العَضَلَتَانِ الْأَمَامِيَّةُ وَالْخَلْفِيَّةُ لِلذَّرَاعِ الْعُلْوِيَّةِ

☐ عَضَلَاتُ الْفَخِذِ

☐ عَضَلَاتُ السَّاقِ

☐ عَضَلَاتُ الْوَجْهِ

2 عِنْدَمَا تَنْقَبِضُ العَضَلَةُ الْأَمَامِيَّةُ لِلذَّرَاعِ الْعُلْوِيَّةِ فَإِنَّ الذَّرَاعَ:

☐ تَنْكَسِرُ

☐ لَا تَتَحَرَّكُ

☐ تَتَمَدَّدُ

☐ تَنْحِنِي

3 عِنْدَمَا تَنْقَبِضُ الْعَصَلَةُ تُصْبِحُ:

- ☐ أَطْوَلُ وَأَرْفَعُ ☐ أَقْصَرَ وَأَعْرَضُ ☐ أَطْوَلُ وَأَعْرَضُ ☐ أَقْصَرَ وَأَرْفَعُ

4 تَرْتَبِطُ الْعَصَلَتَانِ الْأَمَامِيَّةُ وَالْخَلْفِيَّةُ لِلذَّرَاعِ الْعُلْوِيَّةِ بِ:

- ☐ الْمِرْفَقِ وَالْكَتِفِ ☐ الرُّكْبَةِ وَالْحَوْضِ ☐ الْجُمُجْمَةِ وَالضُّلُوعِ ☐ الْمَعِدَةِ وَالْقَلْبِ

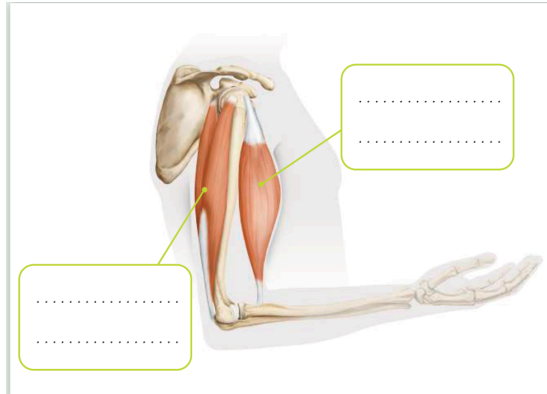
5 عَكْسُ الانْقِبَاضِ هُوَ:

- ☐ الانْحِنَاءُ ☐ الانْبِسَاطُ ☐ الْحَرَكَةُ ☐ التَّنَفُّسُ

أَسْئَلَةٌ مَقَالِيَّةٌ



6 أ) أَكْتُبْ اسْمَ كُلِّ مِنَ الْعَصَلَتَيْنِ عَلَى الصُّورَةِ. ب) أَيُّ الْعَصَلَتَيْنِ تَنْقَبِضُ عِنْدَمَا أَمُدُّ ذِرَاعِي؟



7 أَكْمِلْ مُسْتَعِينًا بِالْكَلِمَاتِ: (مُنْقَبِضَةً – مُنْبَسِطَةً – أَطْوَل – أَرْفَع).

عِنْدَمَا أَثْنِي ذِرَاعِي تَكُونُ الْعَصَلَةُ الْأَمَامِيَّةُ، وَحِينَ أَمُدُّ ذِرَاعِي تَكُونُ، فَتُصْبِحُ وَ.....

8 عِنْدَمَا يَنْمُو الطِّفْلُ وَيُصْبِحُ بِالْعَا تُصْبِحُ عَصَلَاتُهُ أَعْرَضَ وَأَقْوَى. أَصِفْ تَغْيِيرًا جَسَدِيًّا آخَرَ يَحْدُثُ عِنْدَمَا يَنْمُو الطِّفْلُ.

8 نموذج اختبار مُنتَصَفِ الفَصْلِ الدَّرَاسِيِّ الأول

المادة: العلوم		المستوى: الثالث		الزمن: حصتان دراسيتان		الدرجة: 30					
الأسئلة		السؤال الأول		السؤال الثاني		السؤال الثالث		السؤال الرابع		المجموع	
الدرجة الكلية		18		4		4		4		30	
درجة الطالب											

18 درجة

السؤال الأول: الأسئلة الموضوعية – أختار الإجابة الصحيحة

1.1 أسنان حادة مُستقيمة نحيفة تقع في مقدمة الفكّين، وتضمّ الطعام وتقطّعه: (درجتان)

☐ الطّواحين ☐ الصّواحيك ☐ الأنياب ☐ القواطع

1.2 تبدأ الأسنان اللَّبَنِيَّة بالسقوط عندما يبلغ الطّفل عُمرَ: (درجتان)

☐ سنة واحدة ☐ 3 سنوات

☐ 5 أو 6 سنوات ☐ 12 سنة

1.3 حيوان أنيابه صغيرة وطواحينه مُسطحة ومُستقيمة. نُسْتنتج أنه يتغذى على: (درجتان)

☐ اللحوم ☐ النباتات ☐ الأسماك ☐ الحشرات

1.4 العضو الظاهر في الصورة هو: (درجتان)



☐ القلب ☐ المعدة ☐ الرئتان ☐ الدماغ

1.5 العضو الذي يخلط الطعام بسوائل هاضمة: (درجتان)

☐ المعدة ☐ القلب ☐ الرئتان ☐ الكليتان

1.6 قاست مريم نبضها وهي جالسة، ثم قاسته بعد أن قفزت بالجل. ماذا تتوقع أن تجد؟ (درجتان)

☐ النبض بعد القفز أسرع ☐ النبض بعد القفز أبطأ

☐ النبض متساو في الحالتين ☐ القلب يتوقف بعد القفز

1.7 سَقَطَ عَلَيَّ عَنْ دَرَجَتِهِ وَاضْطَدَمَ رَأْسُهُ بِالْأَرْضِ، وَلَمْ يُصَبِّ دِمَاغُهُ بِأَدَى. الْعِظَامُ الَّتِي حَمَتْ دِمَاغَهُ

هِيَ: (درجتان)

☐ الحَوْضُ

☐ الضُّلُوعُ

☐ العَمُودُ الْفَقْرِيُّ

☐ الْجُمُجُمَةُ

1.8 الْعِبَارَةُ الصَّحِيحَةُ عَنِ الْعَصَلَاتِ: (درجتان)

☐ تَعْمَلُ فِي أَزْوَاجٍ لِتَصْنَعَ الْحَرَكَةَ

☐ تَوْجَدُ فِي الذَّرَاعَيْنِ فَقَطْ

☐ تَعْمَلُ دُونَ أَنْ تَنْقَبِضَ

☐ لَا تَتَّصِلُ بِالْعِظَامِ

1.9 عِنْدَمَا أُمْدُ ذِرَاعِي تَكُونُ الْعَصَلَةُ الْأَمَامِيَّةُ لِلذَّرَاعِ الْعُلْوِيَّةِ: (درجتان)

☐ مُنْبَسِطَةٌ وَأَطْوَلُ

☐ مُنْقَبِضَةٌ وَأَقْصَرُ

☐ مُنْبَسِطَةٌ وَأَقْصَرُ

☐ مُنْقَبِضَةٌ وَأَعْرَضُ



12 درجة

الأسئلة المقلية: أجب عن جميع الأسئلة الآتية

4 درجات

السؤال الثاني

أ أكتب اسم كل سن تحت صورتها: (درجتان)



ب أوضح كيف يساعد شكل كل من السنين السابقين على أداء وظيفته. (درجتان)

.....

.....

4 درجات

السؤال الثالث

أ أرتب أجزاء الجهاز الهضمي حسب مرور الطعام فيها: (الأمعاء – الفم – المعدة – المريء) (درجتان)



ب أصف وظيفة الكليتين. (درجتان)

.....

.....

السؤال الرابع

4 درجات

أ أكمل: تحمي الجمجمة ، وتحمي الضلوع

و..... (درجتان)

ب رفع أحمد حقيبته فثنى ذراعَهُ. أفسر ماذا حدث للعَصَلَةِ الأمامية لِذِرَاعِهِ العُلويةِ، وماذا حدث لِشَكْلِهَا. (درجتان)

انتهت الأسئلة – مع تمنياتنا لك بالتوفيق

