الريضة

استمع واختر الاجابة الصحيحة المربع!



الرِّيَاضَةُ هِيَ نَشَاطٌ _____ أَوْ عَقْلِيٌّ يُمَارَسُ لِتَحْسِينِ الصِّحَّةِ وَتَنْشِيطِ _____. تَشْمَلُ الرِّيَاضَةُ أَنْوَاعًا كَثِيرَةً مِثْلَ _____، كُرَةِ السَّلَّةِ، الجَرْيِ، السِّبَاحَةِ، وَغَيْرِهَا.الرِّيَاضَةُ تُسَاعِدُ فِي تَقْوِيَةِ القَلْبِ، تَحْسِينِ الدَّوْرَةِ الدَّمَوِيَّةِ، وَتَقْوِيَةِ العَضَلَاتِ. كَمَا أَنَّهَا تُسَاعِدُ فِي التَّخْفِيفِ مِنَ الضُّغُوطِ النَّفْسِيَّةِ وَتَزِيدُ مِنَ الطَّاقَةِ _____.مِنَ المُهِمِّ أَنْ يُمَارِسَ النَّاسُ الرِّيَاضَةَ بِانتِظَامٍ لِلْحِفَاظِ عَلَى صِحَّتِهِمْ _____. يُوصَى بِمُوَاظَبَةِ التَّمَارِينِ لِمُدَّةِ نِصْفِ سَاعَةٍ يَوْمِ

LIVEWORKSHEETS

المفردات

Tenis meja	كُرَةُ الطَّاوِلَةِ
Olahraga	الرِّيَاضَةُ
Sepak bola	كُرَةُ القَدَمِ
Bola basket	كُرَةُ السَّلَّةِ
Renang	السِّبَاحَةُ
Lari	الجَرْيُ

LIVEWORKSHEETS

التدربات









الجَرْيُ

كُرَةُ القَدَمِ

كُرَةُ الطَّاوِلَةِ

السِّبَاحَةُ

LIVEWORKSHEETS

التدربات

ا. اختر على الحرف (ا, ب, ج, د) امام الاجبة الصحيحة لكل سؤال مما يلي :

1. مَاذَايَعْنِيْ كَلِمَة "كُرَةُ ٱلقَدَم" بِاللُّغَةِ الإِنْدُوْنِيْسِية؟

- [ ] Bola basket
- [ ] Sepak bola
- [ ] Bola voli
- [ ] Tenis meja

2. أيُّ مِنْ الأَدَوَات التَالِيْةِ تُسْتَخْدَمُ فِي كُرَةِ السَلَةِ؟

- [ ] كُرَةِ صَغِيْرِة
- [ ] كُرَةِ كَبِيْرَة
- [ ] مَضْرَبٌ
- [ ] شَبَكَةٌ

3. مَا الرِيَاضَة الَّتِيْ تَحْتَاج إِلَى مَضْرَب وَكُرَةَ صَغِيْرة؟

- [ ] كُرَةُ الطَاوِلَة
- [ ] كُرَةُ السَلَةِ
- [ ] كُرَةُ القَدَمِ
- [ ] كُرَةُ الطَائِرَةِ

4. مَا الفَائِدَة الرَئِيْسَية مِنْ مُمَارَسَة الرِيَاضَة؟

- [ ] التَرْفِيْه فَقَط
- [ ] تَحْسِيْنُ الصِحَة
- [ ] تَضِيع الوَقْت
- [ ] لَجلُوْس مَعَ الأَصْدِقَاءِ

5. أَيْنَ تُلْعَبُ كُرَةُ القَدَمِ عَادَة؟

- [ ] فِي الصَالَة الرِيَاضَية
- [ ] فِي المَسْبَح
- [ ] فِي المَلْعَب
- [ ] فِي الحَدِيْقَةِ

LIVEWORKSHEETS

الْمِهَنُ

استمع واختر الاجابة الصحيحة المربع!



المِهَنُ هِيَ الْأَعْمَالُ الَّتِي يَقُومُ بِهَا النَّاسُ لِكَسْبِ الْمَعِيشَةِ. مِنَ الْمِهَنِ الْمُهِمَّةِ: الطَّبِيبُ هُوَ الَّذِي يُعَالِجُ _____,الْمُعَلِّمُ هُوَ الَّذِي يُعَلِّمُ الطُّلَّابَ _____,الْمُهَنْدِسُ هُوَ الَّذِي يُصَمِّمُ الْبِنَايَاتِ_____,الشُّرْطِيُّ هُوَ الَّذِي يُحَافِظُ عَلَى _____,الطَّيَّارُ هُوَ الَّذِي يَقُودُ_____.الْمِهَنُ مُهِمَّةٌ فِي حَيَاتِنَا، وَلِكُلِّ شَخْصٍ دَوْرٌ يُسَاعِدُ بِهِ الْمُجْتَمَعَ.

LIVEWORKSHEETS

المفردات

Dokter	الطَّبِيبُ
Guru	الْمُعَلِّمُ
Insiyur	الْمُهَنْدِسُ
Polisi	الشُّرْطِيُّ
Pilot	الطَّيَّارُ

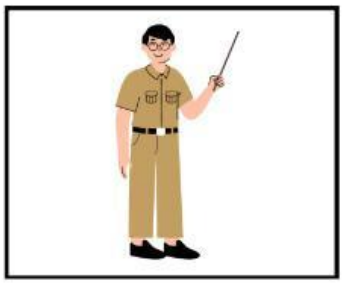
LIVEWORKSHEETS

التدربات











- الَّذِي يَقُودُ الطَّائِرَةَ
- هُوَ الَّذِي يُعَلِّمُ الطُّلَّابَ الْعِلْمَ
- هُوَ الَّذِي يُعَالِجُ الْمَرْضَى
- هُوَ الَّذِي يُصَمِّمُ الْبِنَايَاتِ وَالْمَشَارِيعَ
- هُوَ الَّذِي يُحَافِظُ عَلَى الْأَمْنِ

LIVEWORKSHEETS

التدربات

ا. اختر على الحرف (ا, ب, ج, د) امام الاجبة الصحيحة لكل سؤال مما يلي :

1. مَنْ هُوَ الَّذِي يُعَالِجُ الْمَرْضَى؟

- [ ] الطَّبِيبُ
- [ ] الطَّيَّارُ
- [ ] الْمُهَنْدِسُ
- [ ] الْمُعَلِّمُ

2. مَا عَمَلُ الشُّرْطِيِّ؟

- [ ] يُحَافِظُ عَلَى الْأَمْنِ
- [ ] يُقَاوِمُ الْمَرَضَ
- [ ] يُصَمِّمُ الْمَبَانِي
- [ ] يُعَلِّمُ الطُّلَّابَ

3. مَنْ هُوَ الَّذِي يُصَمِّمُ الْبِنَايَاتِ؟

- [ ] الْمُعَلِّمُ
- [ ] الطَّبِيبُ
- [ ] الْمُهَنْدِسُ
- [ ] الطَّيَّارُ

4. مَنْ هُوَ الَّذِي يَقُودُ الطَّائِرَةَ؟

- [ ] الْمُهَنْدِسُ
- [ ] الشُّرْطِيُّ
- [ ] الطَّيَّارُ
- [ ] الطَّبِيبُ

5. مَا عَمَلُ الْمُعَلِّمِ؟

- [ ] يَقُودُ السَّيَّارَةَ
- [ ] يُعَلِّمُ الطُّلَّابَ
- [ ] يَبِيعُ الْكُتُبَ
- [ ] يُصَمِّمُ الطَّائِرَةَ

LIVEWORKSHEETS