

4  أختارُ الإجابةَ الصحيحة.

عندَ مُمارَسةِ التَّمارينِ الرِّياضيَّةِ يَتَدَفَّقُ الدَّمُ بِسُرْعَةٍ أَكْبَرَ / أَقْلُ مِنْ أَجْلِ أَنْ تَسْتَمِرَّ العضلاتُ في العَمَلِ.

5*  ماذا يَحْدُثُ لِمُعَدَّلِ نَبْضِ القَلْبِ وَمُعَدَّلِ التَّنَفُّسِ لِشَخْصٍ يَرْكُضُ فِي سَبَاقِ مَسَافَةِ 500 متر؟

- (أ) سَيَنْخَفِضُ مُعَدَّلُ النِّبْضِ وَمُعَدَّلُ التَّنَفُّسِ.
- (ب) لَا يَحْدُثُ تَغْيِيرٌ فِي مُعَدَّلِ النِّبْضِ أَوْ فِي مُعَدَّلِ التَّنَفُّسِ.
- (ج) سَيَرْتَفِعُ مُعَدَّلُ النِّبْضِ وَلَنْ يَحْدُثَ تَغْيِيرٌ فِي مُعَدَّلِ التَّنَفُّسِ.
- (د) سَيَرْتَفِعُ مُعَدَّلُ النِّبْضِ وَمُعَدَّلُ التَّنَفُّسِ.