

الواجب الأول الصحة واللياقة

سؤال ١ : الممارسة الصحية هي "ما يؤديه الفرد بلا تفكير أو شعور نتيجة كثرة تكراره".

صواب

خطأ (العادة الصحية)

السؤال ٢ : تعتبر الصحة هي اعلى مستويات الصحة.

العالية

المتوسطة

المثالية

الإيجابية

السؤال ٣ : الحرارة والضوء من العوامل الطبيعية المسببة للأمراض.

صواب

خطأ

السؤال ٤ : يحتوي جسم الانسان على عظمة.

٣٠٦

١٢٦

٦٠٠

٢٠٦

السؤال ٥ : تعمل التهيئة البدنية على رفع كفاءة الجهاز الدوري؟

صواب

خطأ

السؤال ٦ : يعتبر العمود الفقري من المفاصل.....

الغير متحركة

متحرك

محدود الحركة

محوري الحركة