

ورقة نشاط · جلسة صحية أمام الشاشة

نسق تعلم · صغار نسق (6 - 9) · الدرس 6 · صفحة 1 من 2

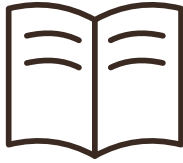


اسمي:

التاريخ:

1 لَوْن العادات الصحية

لَوْن الصور التي تحافظ على عينيك وجسمك.



قصة قبل النوم



قاعدة ٢٠



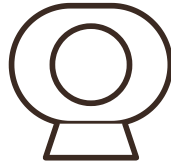
مسافة ذراع



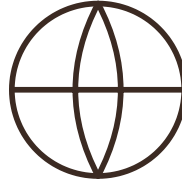
جلسة البطل



قدمان على الأرض



نرمش



نلعب خارجاً

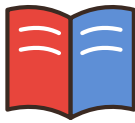


نتحرّك

2 صل العادة بفائدتها

ارسم خطأ.

نوم هادئ



جلسة البطل

ظهر مرتاح



مسافة ذراع

عين مرتاحة



قصة قبل النوم

ورقة نشاط · جلسة صحية أمام الشاشة

نسق تعلم · صغار نسق (6 - 9) · الدرس 6 · صفحة 2 من 2



3 أكمل الجملة

اختر من الكلمات في الأسفل.

الشاشة بعيدة _____، وكل ٢٠ دقيقة ننظر _____، وقبل النوم نقرأ _____.

بعيداً

بطول الذراع

قصة

4 ارسم نفسك تجلس جلسة البطل أمام الشاشة

ظهر مستقيم، قدما على الأرض!

قيم نفسك:



أنت بطل الجلسة الصحية!

لولي الأمر: الإجابات في صفحة الدرس على موقع نسق.

studionasaq.com

