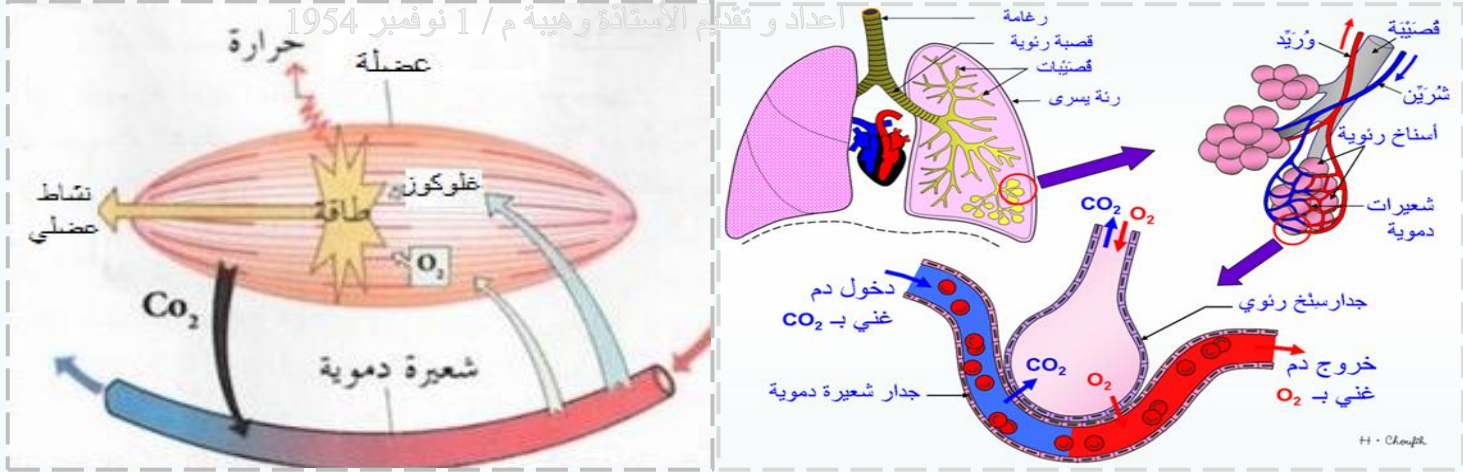


ما يظهر لنا جميعا أنه أثناء التنفس ندخل للجسم غازات و تخرج أخرى لا غير، إلا أن المحير انه عند القيام بمجهود كبير كممارسة الرياضة تزيد حركاتك التنفسية، كما ينصح دائما في تناول عصير سكري قبل الشروع بهذا الجهد. مما يدل عن تواجد علاقة بين التنفس و التغذية. كما ان الكثير من العوامل والسلوكيات السلبية تؤثر على سلامة الوظيفة التنفسية مما يستوجب منا الحفاظ على وظيفة التنفس .



السند الثاني: مخطط يشرح معنى التنفس

السند الأول: وثائق تدرس المبادلات التنفسية ومقرها.



التدخين



التلوث



ممارسة الرياضة

السند الثالث: بعض إصابات وظيفة التنفس وتأثيراتها على الصحة



الزكام



الربو

- كيف وأين تتم المبادلات الغازية؟
- ما هو تعريف التنفس؟
- كيف تحافظ على سلامة الوظيفة التنفسية.

اعداد و تقديم الأستاذة وهيبة متوسطة 1 نوفمبر 1954