

الثاني متوسط – المرحلة المتوسطة

الصف / المرحلة

الثاني

الفصل الدراسي

العلوم

المادة

مراجعة الفصل السادس / الاختبار المقنن

موضوع الدرس

فوزيه سيف الوقيت

اسم المعلمة

سميرة بن حميد

اسم معلم لغة الإشارة

مادة : العلوم
مراجعة الفصل السادس / الاختبار المقتن

علوم الصف الثاني متوسط
الفصل الدراسي الثاني



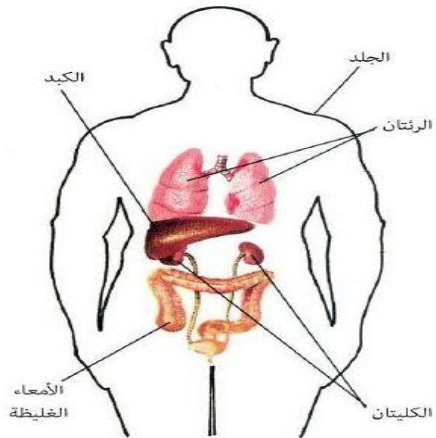
مادة : العلوم
مراجعة الفصل السادس / الاختبار المقتن - صفحة ٧

أجهزة جسم الإنسان - ١

الوحدة ٢

الفصل ٦

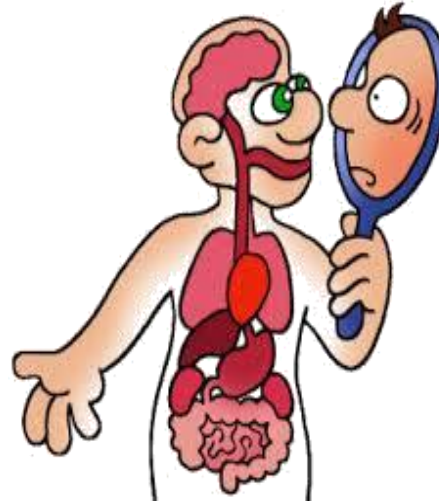
الهضم والتنفس والإخراج



أعضاء الإخراج في جسم الإنسان

الفصل ٥

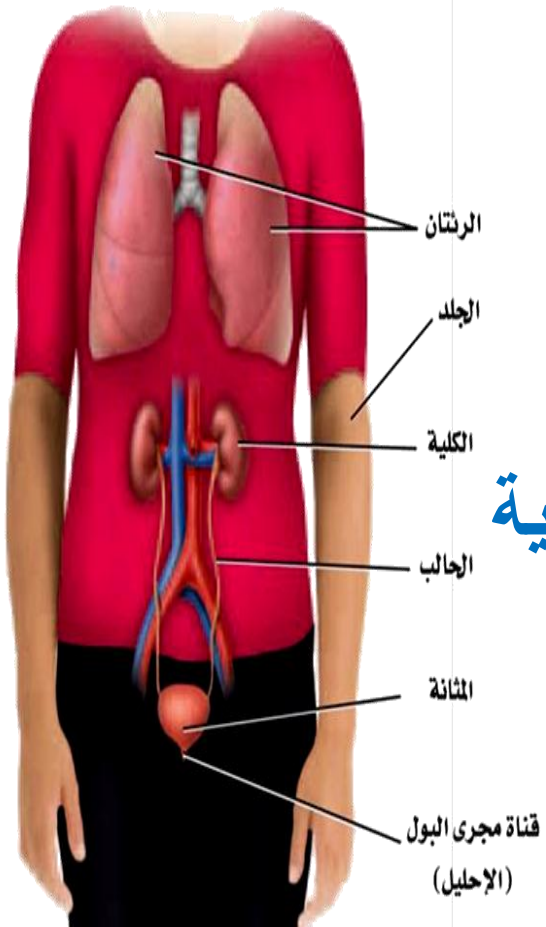
جهاز الدوران والمناعة



مادة : العلوم
مراجعة الفصل السادس / الاختبار المقتن - صفحة ١٥٨

أجهزة جسم الإنسان - ١

الوحدة ٢



الهضم والتنفس والإخراج

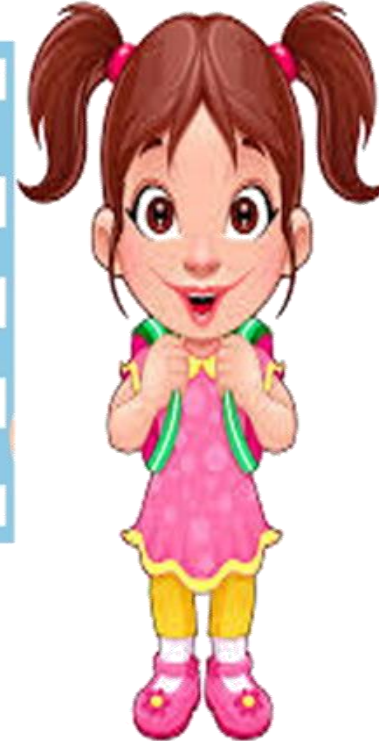
الفصل ٦

الدرس الأول : الجهاز الهضمي والمواد الغذائية

الدرس الثاني : جهاز التنفس والإخراج

مادة : العلوم
مراجعة الفصل السادس / الاختبار المقتن – صفحة ١٨٥

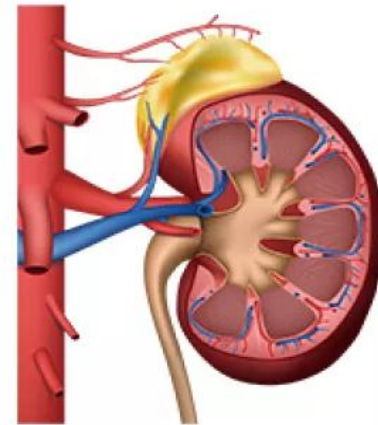
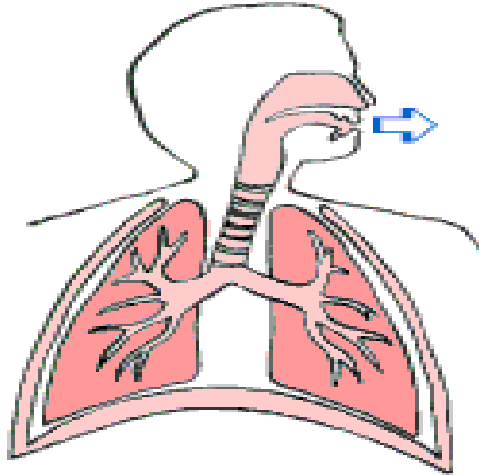
مراجعة



مادة : العلوم
مراجعة الفصل السادس / الاختبار المقنن - صفحة ١٨٥

تطبيق المهارات

١١. الخريطة المفاهيمية باستعمال الخريطة المفاهيمية،
قارن بين وظيفة الإخراج في كل من الكلية
والرئة.



اختبر نفسك :

مادة : العلوم
مراجعة الفصل السادس / الاختبار المقنن - صفحة ١٨٥

اختبر نفسك :



مادة : العلوم
مراجعة الفصل السادس / الاختبار المقتن - صفحة ١٦١

أتهياً للقراءة

بعد القراءة م أوغ	العبارة	قبل القراءة م أوغ
ش	١. الدهون هي المصدر الرئيس للطاقة في الجسم.	
ش	٢. يستطيع الإنسان العيش دون ماء فترة أطول من العيش دون طعام.	
ش	٣. الإنزيمات في المريء تساعد على هضم الطعام.	
ش	٤. تنتج البكتيريا الموجودة في الأمعاء الغليظة فيتامين د.	
ش	٥. تحدث عملية امتصاص معظم الماء في الأمعاء الدقيقة.	
م	٦. يدخل الهواء إلى الجسم ويخرج منه نتيجة انقباض عضلة الحجاب الحاجز وانبساطها.	
ش	٧. تحدث عملية تبادل الأكسجين وثنائي أكسيد الكربون في الشعبة الهوائية.	
ش	٨. عملية التنفس هي نفسها عملية التنفس الخلوي.	
م	٩. تعمل الكلية في الجسم مرشحاً للدم من الفضلات.	
م	١٠. الجلد جزء من الجهاز الإخراجي.	



مادة : العلوم

مراجعة الفصل السادس / الاختبار المقتن



وزارة التعليم
Ministry of Education



مادة : العلوم

مراجعة الفصل السادس / الاختبار المقنن - صفحة ١٨٩



وزارة التعليم
Ministry of Education

الدرس الثاني جهاز التنفس والإخراج

١. يساعد الجهاز التنفسي الجسم على الحصول على الأكسجين والتخلص من ثاني أكسيد الكربون.
٢. في عملية التنفس يتحرك القفص الصدري بحيث يدخل الهواء إلى الرئتين، وتخرج الفضلات الغازية منهما.
٣. التنفس الخلوي تفاعل كيميائي يحدث داخل الخلايا، ويحتاج إلى الأكسجين لتحرير الطاقة، وينتج عنه ثاني أكسيد الكربون.
٤. يسبب التدخين مشكلات صحية في الجهاز التنفسي كالتهاب القصبات وانتفاخ الرئة والسرطان.
٥. الجهاز البولي جزء من الجهاز الإخراجي. الجلد والرئتان والأمعاء الغليظة هي كذلك أجزاء من الجهاز الإخراجي.
٦. الكلية هي العضو الرئيس في الجهاز البولي، وفيها تتم عملية ترشيح الفضلات على مرحلتين.
٧. عندما تُصاب الكلية بالفشل قد تُستعمل كلية اصطناعية لترشيح الدم.

مراجعة الأفكار الرئيسة

الدرس الأول الجهاز الهضمي والمواد الغذائية

١. يحلل الهضم الميكانيكي الطعام بالتقطيع والطحن. وتقوم الإنزيمات والمواد الكيميائية الأخرى بهضمه كيميائياً.
٢. يمر الطعام بالفم فالبلعوم فالمرىء فالمعدة فالأمعاء الدقيقة ثم الأمعاء الغليظة ثم المستقيم ففتحة الشرج.
٣. تمتص الأمعاء الغليظة الماء لتحافظ على اتزان الجسم الداخلي.
٤. تقع الأطعمة في ست مجموعات غذائية، هي: الكربوهيدرات والدهون والبروتينات والفيتامينات والأملاح المعدنية والماء.
٥. تتأثر الصحة بالغذاء الذي تتناوله يومياً.

مادة : العلوم

مراجعة الفصل السادس / الاختبار المقتن – صفحة ١٨٩



وزارة التعليم
Ministry of Education

أعد رسم الجدول التالي، عن جهازي التنفس والإخراج، ثم أكمله.

المقارنة	الجهاز التنفسي	الجهاز الإخراجي
الأعضاء الرئيسية	الأنف – البلعوم – القصبة الهوائية – القصيبيتان الهوائيتان – الشعب الهوائية – الحويصلات الهوائية – الرئتان	الجهاز الهضمي الجهاز التنفسي – الجهاز الدوراني الجهاز البولي – الجلد
الفضلات	فضلات غازية (ثاني أكسيد الكربون بخار الماء)	فضلات صلبة فضلات غازية فضلات سائلة
الأمراض	منها : الأزمة الصدرية – الربو – سرطان الرئة الانتفاخ الرئوي	منها : تراكم الفضلات والسموم – الذبحة القلبية - الفشل الكلوي



استخدام المفردات

أكمل/ي الفراغات التالية بالكلمة المناسبة :

مادة : العلوم

مراجعة الفصل السادس / الاختبار المقتن - صفحة ١٩٠



١- الحركة الدودية انقباض في عضلات المرئ

٢- الوحدات البروتينية الأحماض الأمينية

٣- مواد غذائية غير عضوية الأملاح المعدنية

٤- وحدات الترشيح في الكلية النفرونات

٥- الأكياس الرقيقة الموجودة بالرئة الحويصلات الهوائية

٦- كيس عضلي يخزن البول المثانة

مادة : العلوم
مراجعة الفصل السادس / الاختبار المقنن – صفحة ١٩٠



تثبيت المفاهيم

اختر- اختاري الإجابة الصحيحة فيما يلي :

مادة : العلوم

مراجعة الفصل السادس / الاختبار المقنن - صفحة ١٩٠



وزارة التعليم
Ministry of Education

١٠. أي المواد الغذائية التالية تصنعها البكتيريا في الأمعاء الغليظة؟

أ. الدهون

ب. الفيتامينات

ج. الأملاح المعدنية

د. البروتينات

١١. إلى أي المجموعات الغذائية ينتمي اللبن والجبن؟

أ. الأطعمة الغنية بالكالسيوم

ب. البروتينات

ج. الحبوب

د. الفواكه

٧. ما الجزء الذي يحدث فيه معظم الهضم الكيميائي؟

أ. الاثنا عشر

ب. المعدة

ج. الكبد

د. الأمعاء الغليظة

٨. أي الأعضاء التالية يتم فيها امتصاص معظم الماء؟

أ. الكبد

ب. الأمعاء الدقيقة

ج. البلعوم

د. الأمعاء الغليظة

٩. أي الأعضاء التالية عضو ملحق بالقناة الهضمية؟

أ. الفم

ب. الأمعاء الغليظة

ج. المعدة

د. الكبد

مادة : العلوم

مراجعة الفصل السادس / الاختبار المقتن - صفحة ١٩١



١٢. أي مما يلي ينقبض عند الشهيق ويتحرك إلى أسفل؟

أ. الشعبتان الهوائيتان

ب. الحويصلات الهوائية

ج. الحجاب الحاجز

د. القصبة الهوائية

١٣. التراكيب التي تحدث بينها وبين الشعيرات الدموية

عملية تبادل الغازات، هي:

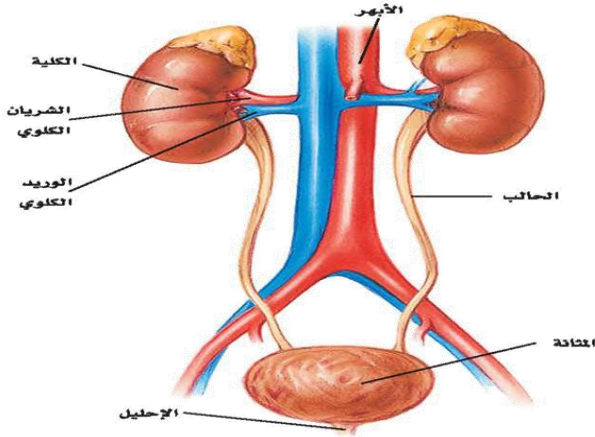
أ. الحويصلات

ب. الشعبتان الهوائيتان

ج. القصبات

د. الشعبيات

١٤. أي الأجزاء الموضحة في الرسم التالي يُجمع فيه البول؟



أ. الكلية

ب. الحالب

ج. المثانة

د. الإحليل

١٥. أي المواد التالية لا يتم إعادة امتصاصها بعد مرورها في الكلية؟

أ. الأملاح

ب. الفضلات

ج. السكر



التفكير النقّاد

أجب – أجيبي عن الأسئلة التالية :

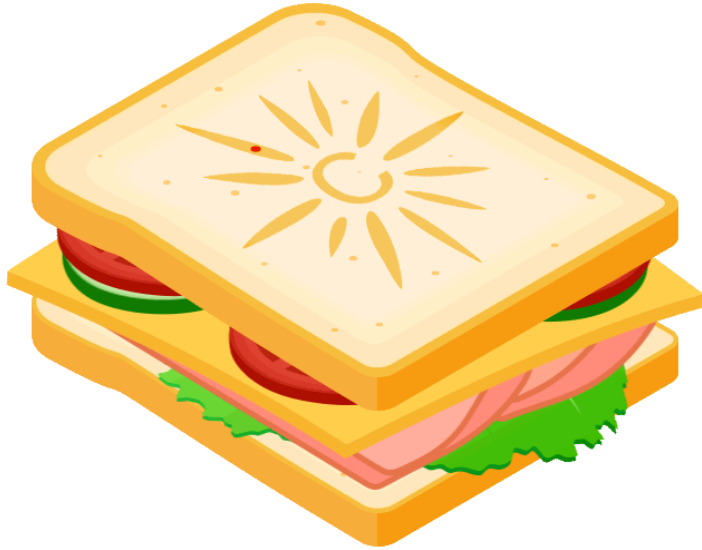
مادة : العلوم
مراجعة الفصل السادس / الاختبار المقتن – صفحة ١٩١

١٧. قارن بين الأنواع الثلاثة من الكربوهيدرات (السكر والنشا والألياف).

وجه المقارنة	السكريات	النشويات	الألياف
نوعها	كربوهيدرات بسيطة	كربوهيدرات معقدة	كربوهيدرات معقدة
الذوبان في الماء	تذوب في الماء	لا تذوب في الماء	لا تذوب في الماء
أين توجد ؟	سكر المائدة والفواكه والعسل والحليب	البطاطس الحبوب	جدران الخلايا النباتية الخبز والفواكه والخضروات

مادة : العلوم
مراجعة الفصل السادس / الاختبار المقتن - صفحة ١٩١

١٨. صنف ثلاثة مكوّنات من الشطائر (الساندويشات) المفضلة لديك إلى مجموعة المواد الغذائية التي تنتمي إليها:
كربوهيدرات، أو بروتينات، أو دهون.



- ١/ الخبز : كربوهيدرات
- ٢/ اللحم والجبن: بروتينات ودهون
- ٣/ الزبدة :دهون
- ٤/ الطماطم والخيار والخس : خضروات
وأملح معدنية

مادة : العلوم
مراجعة الفصل السادس / الاختبار المقتن – صفحة ١٩١

١٩. ميّز السبب والنتيجة. ناقش العلاقة بين نقص

الأكسجين في الجسم ونقص الطاقة التي يحتاج إليها.

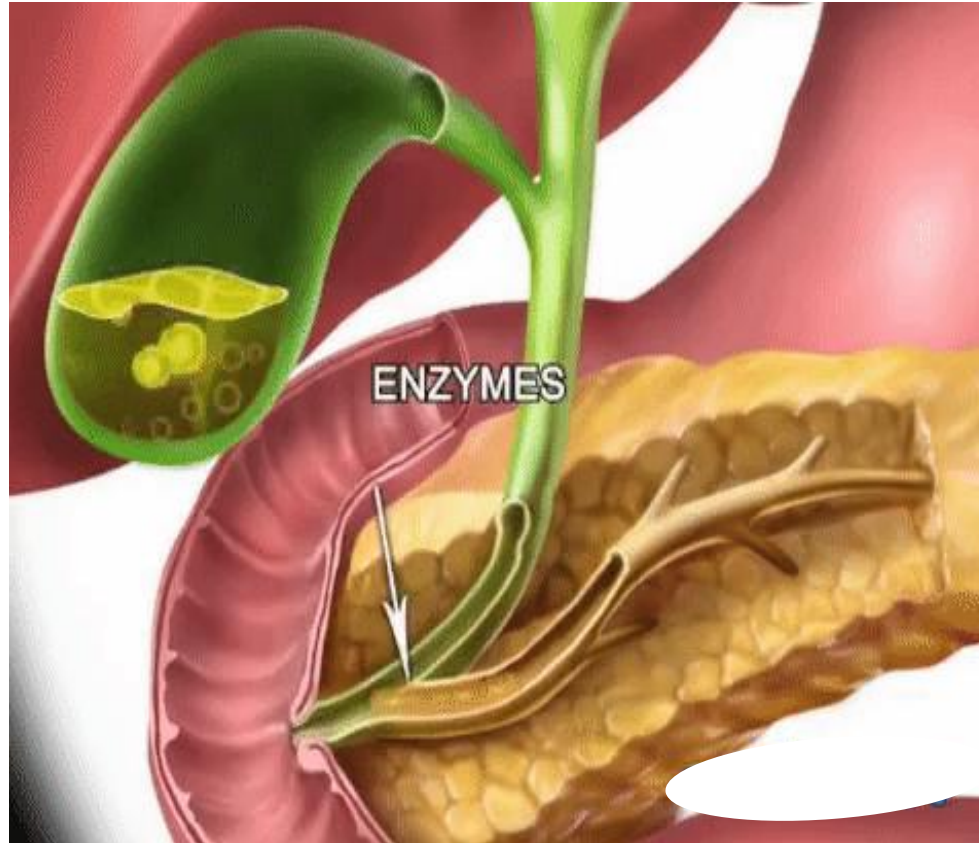
تحتاج الخلايا للأكسجين لتحليل الغذاء
وتحرير الطاقة
فإذا نقصت كمية الأكسجين في الجسم
انخفض معدل التنفس الخلوي



مادة : العلوم
مراجعة الفصل السادس / الاختبار المقتن - صفحة ١٩١

٢٢. صف كيف تؤثر الحويصلة الصفراء في عملية الهضم؟

الحويصلة الصفراء تفرز
أنزيم يعمل على تحليل
جزيئات الدهون



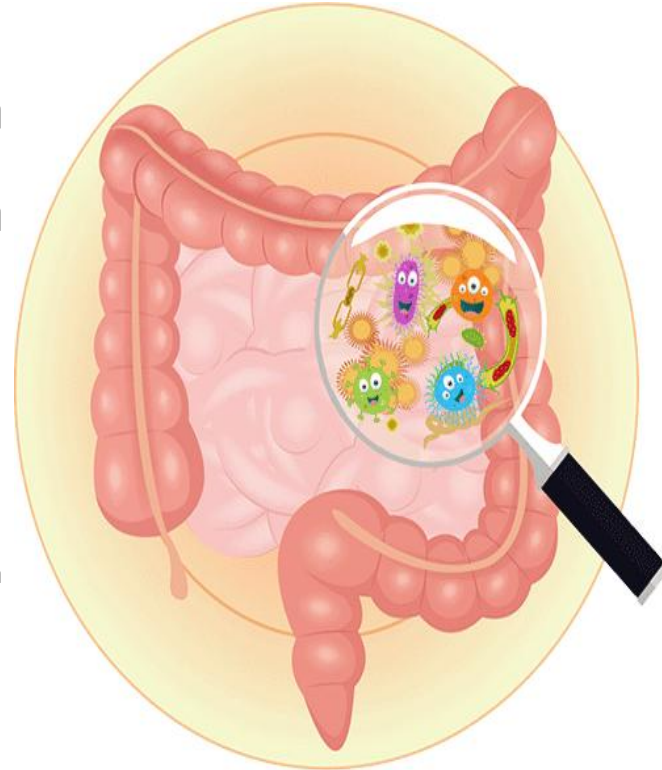
مادة : العلوم
مراجعة الفصل السادس / الاختبار المقنن - صفحة ١٩٢

٢٣. وضح أهمية البكتيريا التي تعيش في الأمعاء الغليظة.

١/ تصنع عدة فيتامينات من بقايا الطعام مثل:
فيتامين (ك) المهم في تجلط الدم
فيتامين (ب) نوعين : النياسين والثيامين - للجهاز العصبي

٢/ تحول صبغات الحويصلة الصفراوية إلى
مركبات جديدة

٣/ تنتج غازات عن عمليات التحطيم للمواد





تقويم الأداء

أجب - أجبني عن الأسئلة التالية :

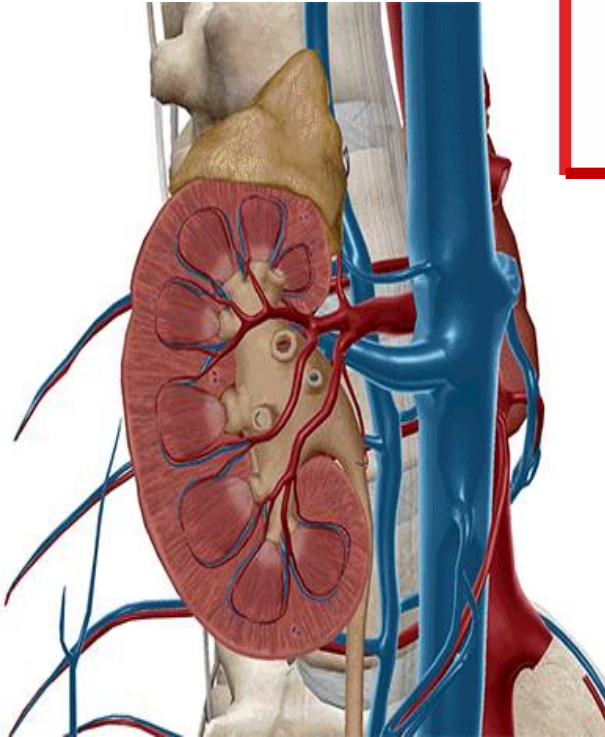
مادة : العلوم
مراجعة الفصل السادس / الاختبار المقنن – صفحة ١٩٢

تطبيق الرياضيات

٢٥. جريان الدم في الكلية يمر في الكليتين
٥ لترات من الدم (جميع الدم في الجسم) كل
خمس دقائق تقريبًا. احسب متوسط معدل
جريان الدم في الكليتين باللتر لكل دقيقة.

متوسط معدل جريان الدم =
الكمية باللتر ÷ الدقائق

متوسط معدل جريان الدم
= ٥ ÷ ٥ = ١ لتر/ دقيقة



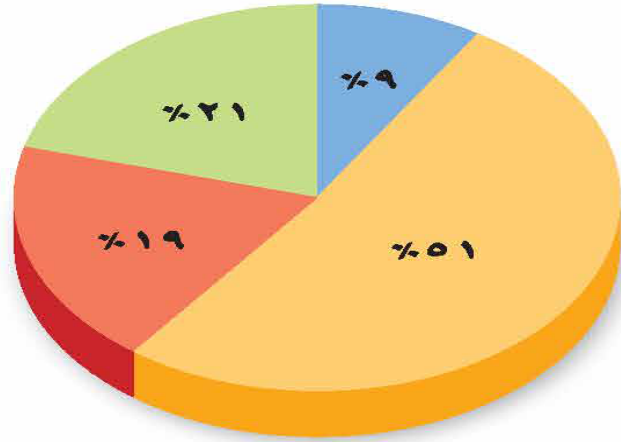
مادة : العلوم

مراجعة الفصل السادس / الاختبار المقنن - صفحة ١٩٢



وزارة التعليم

السعة الكلية للرئتين



تطبيق الرياضيات

٢٦. السعة الكلية للرئتين ما حجم الهواء (مل)
المتبقي في الرئتين بعد كل عملية زفير قوية؟

حجم الهواء المتبقي في الرئتين (مل) =

(السعة الكلية × نسبة حجم الهواء المتبقي) ÷ ١٠٠

السعة الكلية للرئتين = ٥٨٠٠ مل

■ حجم الهواء عند الاستنشاق والزفير بصورة طبيعية.

■ حجم الهواء الإضافي الذي يمكن استنشاقه بقوة.

■ حجم الهواء الإضافي الذي يمكن إخراج (في الزفير) بقوة.

■ حجم الهواء المتبقي في الرئتين بعد زفير قوي.

حجم الهواء المتبقي في الرئتين (مل) =

$(٥٨٠٠ \times ٢١) \div ١٠٠ = ١٢١٨$ مل

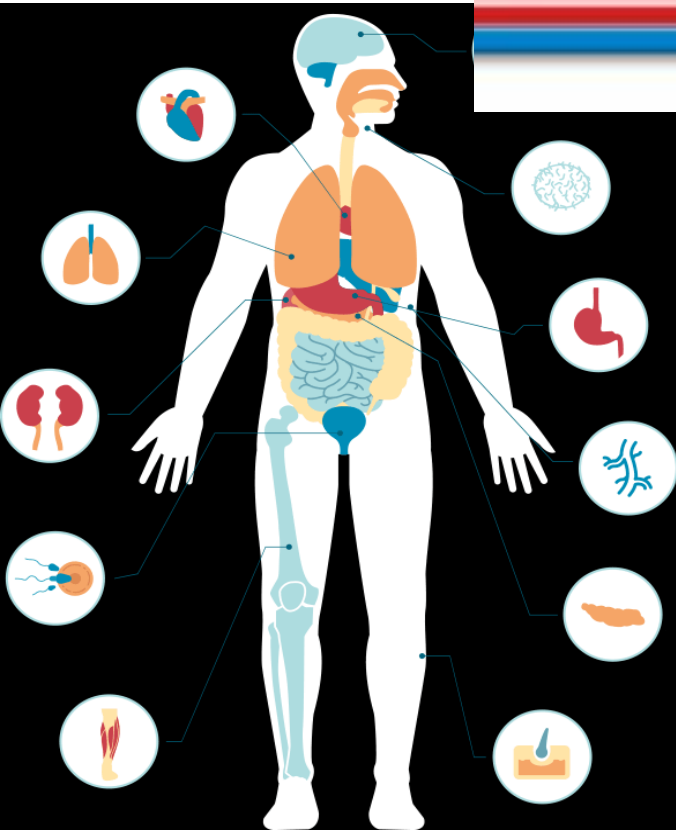
مادة : العلوم
مراجعة الفصل السادس / الاختبار المقتن - صفحة ١٩٣

اختبار مقتن

الوحدة



أجهزة الإنسان (١)



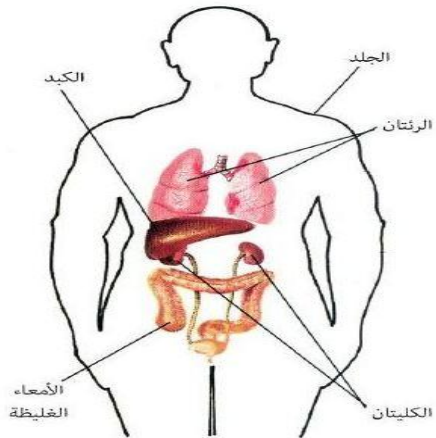
مادة : العلوم
مراجعة الفصل السادس / الاختبار المقتن - صفحة ٧

أجهزة جسم الإنسان - ١

الوحدة ٢

الفصل ٦

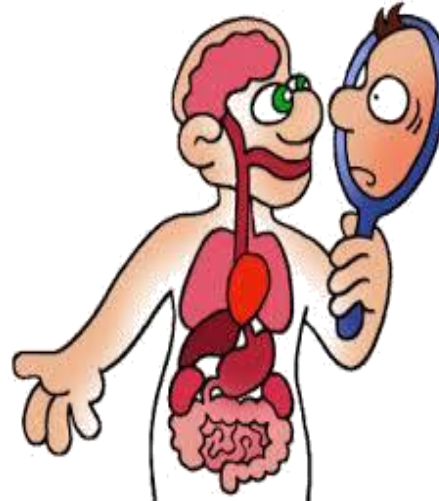
الهضم والتنفس والإخراج



أعضاء الإخراج في جسم الإنسان

الفصل ٥

جهاز الدوران والمناعة





أسئلة الاختيار من متعدد

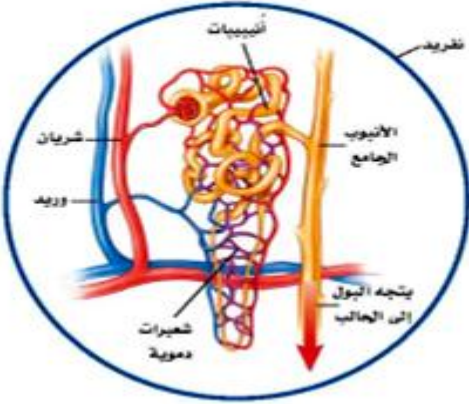
اختر- اختاري الإجابة الصحيحة فيما يلي :

مادة : العلوم

مراجعة الفصل السادس / الاختبار المقنن - صفحة ١٩٣



استعمل الشكل التالي للإجابة عن السؤال ٣.



٣. ما التركيب الذي يظهر في الشكل؟ وما الجهاز الذي ينتمي إليه؟

أ. الشعيرات الدموية - جهاز الدوران.

ب. الحويصلات الهوائية - جهاز التنفس.

ج. الوحدات الأنبوبية الكلوية - الجهاز البولي.

د. الحالب - جهاز الإخراج.

١. أي مما يلي يسبب أمراض جهاز الدوران؟

أ. التدخين ج. استخدام مادة الأسبست

ب. الجري د. التعرض للأشعة فوق البنفسجية

٢. أي مما يلي يعد من وظائف الدم؟

أ. إفراز اللعاب في الفم

ب. إفراز الأملاح خارج الجسم

ج. نقل المواد الغذائية إلى خلايا الجسم

د. التخلص من اللفف المحيط بالخلايا

مادة : العلوم

مراجعة الفصل السادس / الاختبار المقنن - صفحة ١٩٣



جمعت البيانات الموضحة في الجدول أدناه، خلال أداء أحد أنشطة مختلفة.

النشاط	معدل النبض (نبضة/ دقيقة)	درجة حرارة الجسم	كمية التعرق
١	٨٠	٣٧	لا يوجد
٢	٩٠	٣٧, ١	متدنية جداً
٣	١٠٠	٣٧, ١	قليلة
٤	١٢٠	٣٧, ٣	متوسطة
٥	١٥٠	٣٧, ٥	كثيرة

استخدم الجدول أعلاه في الإجابة عن السؤالين ٧ و ٦.

٦. أي الأنشطة سببت خفض معدل نبض أحمد دون (١٠٠ نبضة/ دقيقة)؟

جـ. نشاط ٤

د. نشاط ٥

أ. نشاط ٢

ب. نشاط ٣

٤. أي الأمراض التالية يسببها التدخين؟

جـ. الأنفلونزا

د. التهاب المثانة

أ. سرطان الرئة

ب. السكري

٥. أي مما يلي لا تفرزه الغدة العرقية؟

جـ. الفضلات

د. الدهون

أ. الماء

ب. الملح

مادة : العلوم مراجعة الفصل السادس / الاختبار المقنن – صفحة ١٩٣

٧. ما المتوقع أن يفعله أحمد في النشاط ٢:

- أ. الركض
ب. المشي
ج. الجلوس
د. المشي ببطء

٨. أي الأمراض التالية غير معدٍ؟

- أ. التيتانوس
ب. الأنفلونزا
ج. الملاريا
د. السكري

جمعت البيانات الموضحة في الجدول أدناه، خلال أداء أحمد أنشطة مختلفة.

النشاط	معدل النبض (نبضة/دقيقة)	درجة حرارة الجسم	كمية التعرق
١	٨٠	٣٧	لا يوجد
٢	٩٠	٣٧,١	متدنية جداً
٣	١٠٠	٣٧,١	قليلة
٤	١٢٠	٣٧,٣	متوسطة
٥	١٥٠	٣٧,٥	كثيرة

استخدم الجدول أعلاه في الإجابة عن السؤالين ٧ و ٨.

مادة : العلوم
مراجعة الفصل السادس / الاختبار المقتن – صفحة ١٩٤



أسئلة الإجابات القصيرة

أجب – أجبني عن الأسئلة التالية :

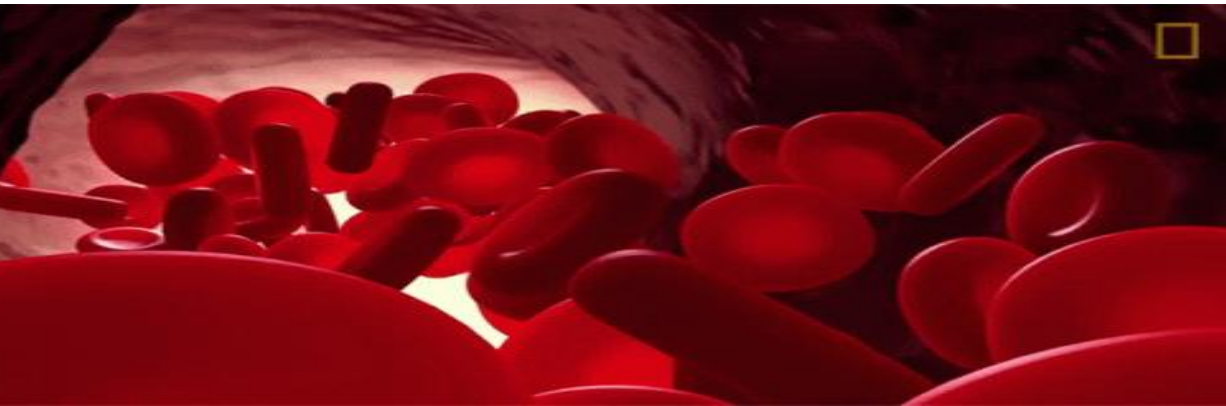
مادة : العلوم
مراجعة الفصل السادس / الاختبار المقتن – صفحة ١٩٤

٩. تُتَجَّ خلايا الدم الحمراء في نخاع العظم بمعدل مليوني خلية في الثانية.
ما عدد خلايا الدم الحمراء التي تُتَجَّ خلال ساعة؟

التحويل من ثانية إلى ساعة = $60 \times 60 = 3600$

عدد خلايا الدم الحمراء خلال ساعة = 3600×20000000

عدد خلايا الدم الحمراء خلال ساعة = 72000000000 خلية / ساعة



مادة : العلوم

مراجعة الفصل السادس / الاختبار المقنن – صفحة ١٩٤

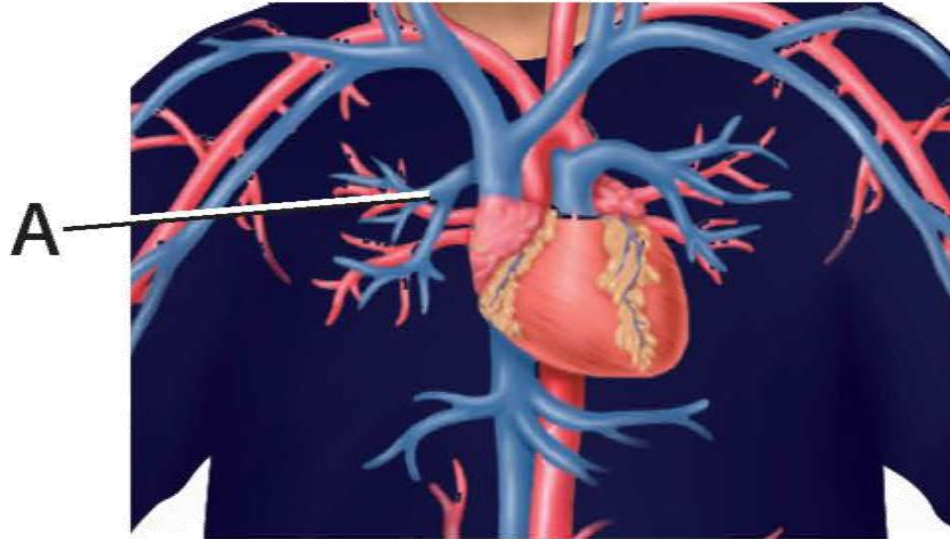


وزارة التعليم
Ministry of Education

A هو الشريان الرئوي

وبالتالي عند انسداده لن
يصل الدم إلى الرئتين
ليتخلص من ثاني أكسيد
الكربون والفضلات
ولن يزود بالأكسجين
كما أنه لن يتم التخلص من
الفضلات بصورة كاملة

استعمل الشكل التالي للإجابة عن السؤال ١١.



١١. ماذا نتوقع أن يحدث إذا أغلقت خثرة دم الوعاء
الدموي المشار إليه بالرمز A ؟

مادة : العلوم

مراجعة الفصل السادس / الاختبار المقتن - صفحة ١٩٤



وزارة التعليم
Ministry of Education - Kingdom of Saudi Arabia

استعن بالفقرة التالية، والجدول الذي يليها للإجابة عن الأسئلة ١٤-١٦.

جمع الأطباء خلال أيام معلومات تبين كمية الماء التي يكسبها أو يفقدها أربعة مرضى. ويظهر الجدول التالي النتائج التي حصلوا عليها.

(+), كمية الماء المكتسب		(-), كمية الماء المفقود		
المرضى	اليوم الأول (لتر)	اليوم الثاني (لتر)	اليوم الثالث (لتر)	اليوم الرابع (لتر)
أحمد	٠,١٥+	٠,١٥+	٠,٣٥-	٠,١٢+
عامر	٠,٠١-	٠,٠	٠,٢-	٠,٠١-
سعيد	٠	٠,٢+	٠,٢٨-	٠,٠١+
عبدالله	٠,٥-	٠,٥-	٠,٥٥-	٠,٣٢-

١٤. ما متوسط الماء الذي فقده عبد الله خلال أربعة أيام؟

متوسط فقد الماء = $\frac{\text{مجموع المفقود من الماء}}{\text{عدد الأيام}}$

$$\text{متوسط فقد الماء} = \frac{٠,٣٢ + ٠,٥٥ + ٠,٥ + ٠,٥}{٤}$$

$$\text{متوسط فقد الماء} = ١,٨٧ \div ٤ = ٠,٤٧ \text{ لتر}$$

مادة : العلوم

مراجعة الفصل السادس / الاختبار المقتن - صفحة ١٩٤

١٥. أي المرضى كسب أكبر كمية من الماء في اليومين الأول والثاني؟

أحمد

مقدار ما اكتسبه من الماء

$$= ٠.١٥ + ٠.١٥ = ٠.٣٠ \text{ لتر}$$

استعن بالفقرة التالية، والجدول الذي يليها للإجابة عن الأسئلة ١٤-١٦.

جمع الأطباء خلال أيام معلومات تبين كمية الماء التي يكسبها أو يفقدها أربعة مرضى. ويظهر الجدول التالي النتائج التي حصلوا عليها.

(+), كمية الماء المكتسب		(-), كمية الماء المفقود		
المرضى	اليوم الأول (لتر)	اليوم الثاني (لتر)	اليوم الثالث (لتر)	اليوم الرابع (لتر)
أحمد	٠,١٥+	٠,١٥+	٠,٣٥-	٠,١٢+
عامر	٠,٠١-	٠,٠	٠,٢-	٠,٠١-
سعيد	٠	٠,٢+	٠,٢٨-	٠,٠١+
عبدالله	٠,٥-	٠,٥-	٠,٥٥-	٠,٣٢-

مادة : العلوم مراجعة الفصل السادس / الاختبار المقتن - صفحة ١٩٤

١٦. اعتمادًا على البيانات أعلاه، ما اليوم الذي تتوقع أن تكون قد سُجلت فيه أعلى درجة حرارة في غرفة كل مريض؟

اليوم الثالث

لأن معدل الفقد للماء
لجميع المرضى أكثر

استعن بالفقرة التالية، والجدول الذي يليها للإجابة عن الأسئلة ١٤-١٦.

جَمَعَ الأطباء خلال أيام معلومات تبين كمية الماء التي يكسبها أو يفقدها أربعة مرضى. ويظهر الجدول التالي النتائج التي حصلوا عليها.

(+), كمية الماء المكتسب		(-), كمية الماء المفقود		
المريض	اليوم الأول (لتر)	اليوم الثاني (لتر)	اليوم الثالث (لتر)	اليوم الرابع (لتر)
أحمد	٠,١٥+	٠,١٥+	٠,٣٥-	٠,١٢+
عامر	٠,٠١-	٠,٠	٠,٢-	٠,٠١-
سعيد	٠	٠,٢+	٠,٢٨-	٠,٠١+
عبدالله	٠,٥-	٠,٥-	٠,٥٥-	٠,٣٢-

مادة : العلوم
مراجعة الفصل السادس / الاختبار المقنن – صفحة ١٩٥



أسئلة الإجابات المفتوحة

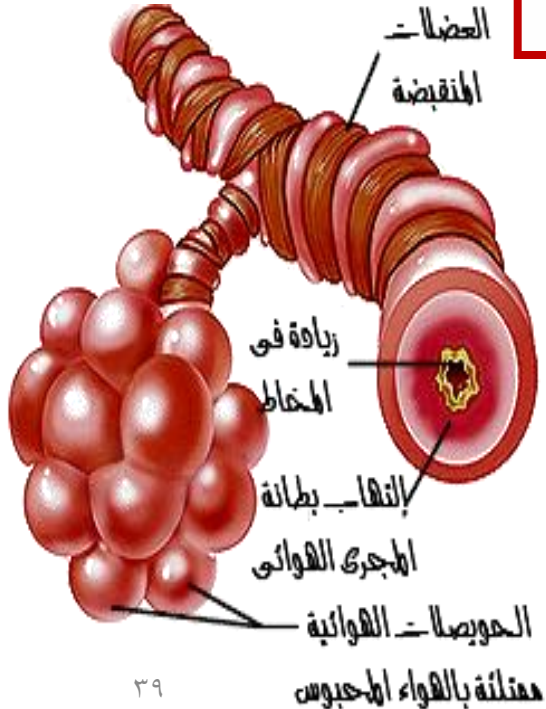
أجب – أجبني عن الأسئلة التالية :

مادة : العلوم مراجعة الفصل السادس / الاختبار المقنن – صفحة ١٩٥

٢١. تتضرر الأهداب خلال التهاب القصيبات. وضح دور الأهداب في الجهاز التنفسي. وما تأثير ذلك في الجهاز التنفسي؟

تعمل الأهداب على إزالة المخاط والبكتيريا والأجسام الغريبة من الجهاز التنفسي

لكن إذا تحطمت أو تضررت فلن تزال تلك المواد ومن ثم تتراكم في الشعب الهوائية ولن تعمل الشعب الهوائية على نحو سليم



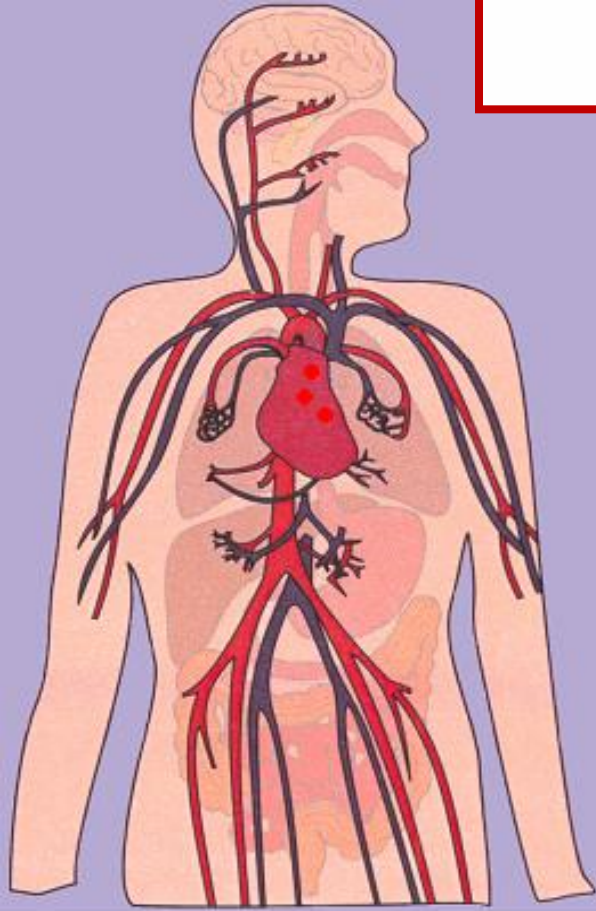
مادة : العلوم
مراجعة الفصل السادس / الاختبار المقنن – صفحة ١٩٥

٢٣. ما الذي قد يحدث لدرجة حرارة الجسم إذا لم تحتوِ
الأوعية الدموية على العضلات الملساء؟

بدون العضلات الملساء لن تتمكن الأوعية الدموية
من زيادة قطرها

فعندما تزداد يتدفق الدم بصورة أكبر وتحرر الطاقة
الحرارية

أما عندما يبرد جسمك تضيق الأوعية الدموية مما
يؤدي إلى انخفاض درجة الحرارة



مادة : العلوم
مراجعة الفصل السادس / الاختبار المقنن – صفحة ١٩٥



مادة : العلوم مراجعة الفصل السادس / الاختبار المقتن - صفحة ١٩٥

اختبار مقتن

٢٤. استنتج طبيب من خلال نتائج فحص البول لمريض ما أن البول به نسبة من البروتين. ماذا يعني ذلك؟
استعمل الشكل الآتي للإجابة عن السؤال ٢٥.

٢٥. ما الملح المعدني الموجود في الأطعمة التي توضحها الصورة؟ وضح أهمية تناول الأطفال والبالغين كميات مناسبة من هذه الأطعمة.



مادة : العلوم
مراجعة الفصل السادس / الاختبار المقتن

ودمتم سالمين

العقل السليم في الجسم السليم

