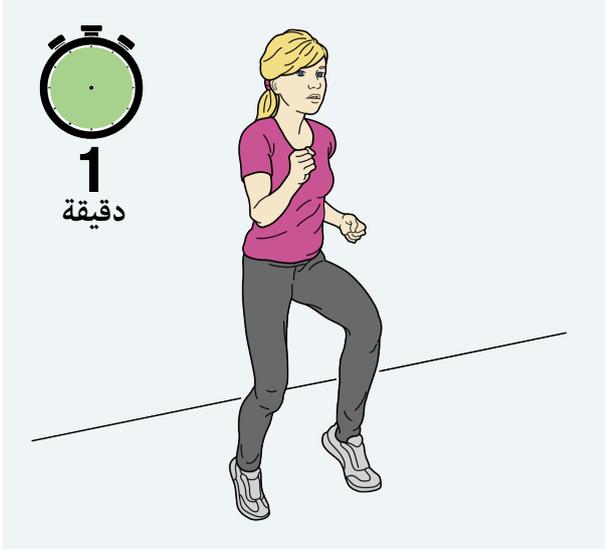


النشاط 7: الشعور بالحرارة #2



2. والآن اركض بسرعة في مكانك لمدة دقيقة واحدة.



1. قف ساكنًا وركز على اليدين. الآن المس وجهك بيديك.

كيف تشعر بوجهك؟ هل تشعر بأن وجهك أكثر دفئًا أم أكثر برودةً من يديك؟



3. توقف بعد دقيقة والمس وجهك بيديك.

كيف تشعر بوجهك الآن؟ هل أصبح وجهك أكثر دفئًا أم أكثر برودةً من ذي قبل؟

كيف يمكنك قياس درجة حرارة الجسم؟ هل يسخن وجهك أو يبرد إذا ذهبت للخارج؟

نشاط المتابعة: