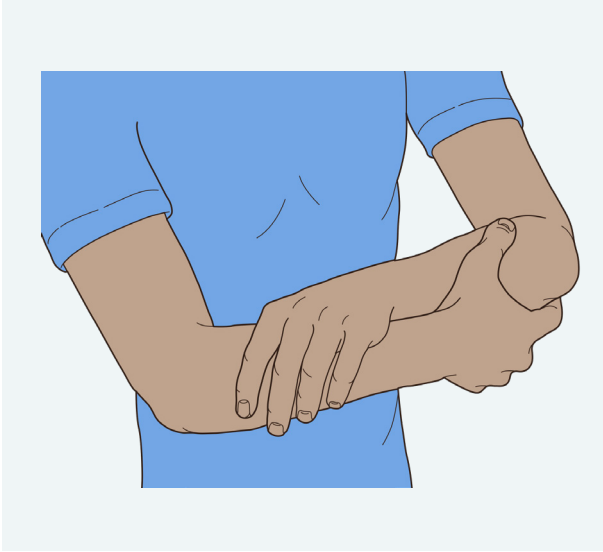
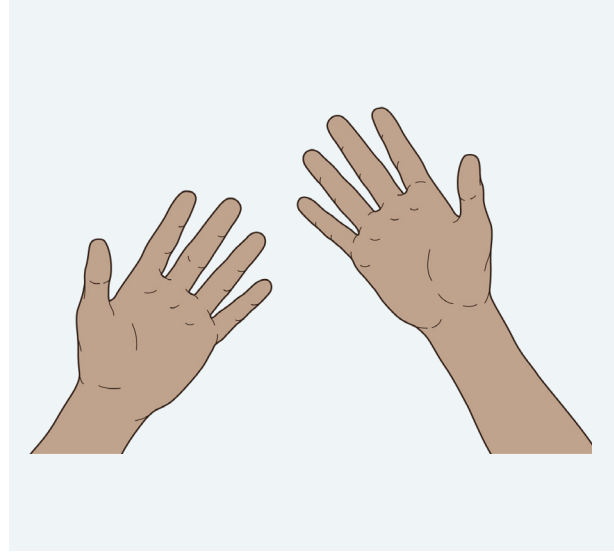


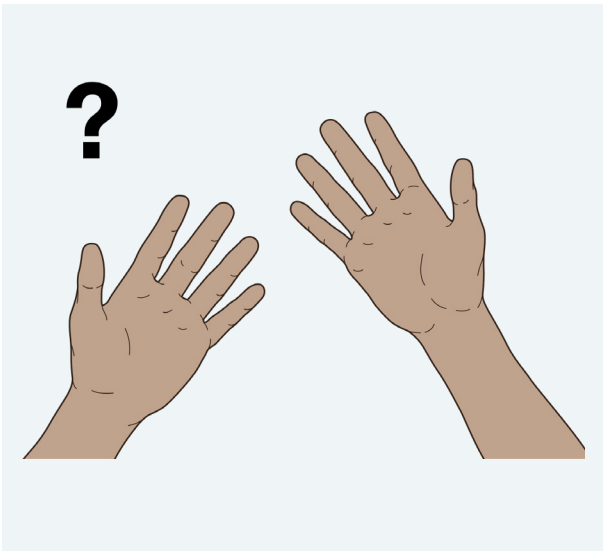
## النشاط 6: الشعور بالحرارة #1



2. والآن المس الذراعين بيديك. هل الذراعين أكثر دفئاً أم أكثر برودةً من يديك؟

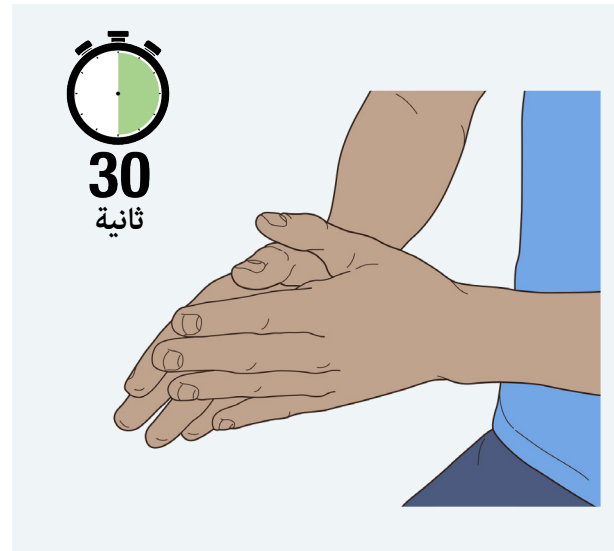


1. قف ساكناً وركز بما تشعر به اليدين.



4. توقف بعد 30 ثانية. هل تشعر بأن اليدين أكثر دفئاً أم أكثر برودةً من ذي قبل؟ المس الذراعين بيديك. هل الذراعين أكثر دفئاً أم أكثر برودةً من يديك؟

5. كرر الخطوات من 1 إلى 4 ولكن في الخطوة 4، المس الوجه بدلاً من الذراعين بيديك .



3. افرك الآن اليدين معاً بسرعة كبيرة لمدة 30 ثانية.

كيف يمكنك تبريد اليدين عندما تكون اليدين ساخنتين؟ ما هو نطاق درجة الحرارة الآمن لجسم الإنسان؟ كيف يبرد/يدفأ البشر؟

نشاط المتابعة: