

المستوى 1

التمرين 1: صحيح أم خطأ؟

أقرأ كلّ جملة، ثمّ أجدّد هل هي صحيحة أم خاطئة.

(1) يفرز المبيضان الإستروجينات.

☐ صحيح ☐ خطأ

(2) الهرمونات الجنسية تنتقل في الأعصاب.

☐ صحيح ☐ خطأ

(3) ظهور أوّل حيض صفة جنسية ثانوية.

☐ صحيح ☐ خطأ

(4) يمكن أن يختلف سنّ البلوغ بين شخصين سليمين.

☐ صحيح ☐ خطأ

المستوى 1

التمرين 2: أكمل بالكلمة المناسبة

أختار الكلمة التي تكمل كلّ جملة (مكان النقاط ...).

(1) يبدأ البلوغ عند الفتاة تقريباً بين 10 و... سنة

☐ 12 ☐ 8 ☐ 18

(2) تسمّى التغيّرات التي تخصّ الأعضاء التناسلية نفسها صفات جنسية ...

☐ أولية ☐ سلوكية ☐ ثانوية

(3) الغدّة التي تراقب نشاط الخصيتين والمبيضين هي الغدّة ...

☐ اللعابية ☐ النخامية ☐ الدرقية

المستوى 2

التمرين 3: أختار الإجابة الصحيحة

أختار الإجابة الصحيحة.

(1) نموّ العضلات واتّساع الصدر يميّزان أكثر:

☐ الطفل قبل البلوغ ☐ الفتاة البالغة ☐ الفتى البالغ

(2) تلميذ عمره 13 سنة تغيّر صوته وظهر شعر الإبط عنده. هذه التغيّرات:

☐ أعراض مرض ☐ صفات جنسية أولية ☐ صفات جنسية ثانوية عادية

(3) أفضل مصدر لمعلومات صحيحة عن البلوغ:

☐ الإعلانات التجارية ☐ الأولياء والطبيب والمرّبون ☐ الإشاعات بين الأصدقاء

المستوى 2

التمرين 4: أصنّف

أصنّف مظاهر البلوغ.

(1) اتّسع الحوض

☐ صفة جنسية أولية ☐ صفة جنسية ثانوية

(2) نموّ الخصيتين

☐ صفة جنسية أولية ☐ صفة جنسية ثانوية

(3) نضج المبيضين

☐ صفة جنسية أولية ☐ صفة جنسية ثانوية

(4) ظهور أوّل حيض

☐ صفة جنسية أولية ☐ صفة جنسية ثانوية

(5) ظهور اللحية

☐ صفة جنسية أولية ☐ صفة جنسية ثانوية

المستوى 3

التمرين 5: وضعيّة مشكل 1

جدول مقارنة

سامي (14 سنة): نموّ الخصيتين، ظهور الشارب. ليلي (12 سنة): أوّل حيض، نموّ الثديين.

(1) أيّ مظهر عند سامي صفة أولية؟

☐ ظهور الشارب ☐ نموّ الخصيتين ☐ لا شيء

(2) أيّ مظهر عند ليلي صفة ثانوية؟

☐ نضج المبيض ☐ أوّل حيض ☐ نموّ الثديين

(3) الهرمون المسؤول عن مظاهر ليلي:

☐ التستوستيرون ☐ الأدرينالين ☐ الإستروجينات

المستوى 3

التمرين 6: وضعيّة مشكل 2

قلق تلميذ

يبلغ كريم 13 سنة ولم يتغيّر صوته بعد، بينما تغيّر صوت أغلب زملائه، فأصبح قلقًا.

(1) ما التفسير الأرجح؟

□ بداية البلوغ تختلف من شخص لآخر □ كريم مريض حتمًا □ الصوت لا يتغيّر أبدًا

(2) ما التصرف المناسب؟

□ إخفاء القلق □ الحديث مع الأولياء أو الطبيب المدرسي □ تناول أدوية دون وصفة

الإصلاح: البلوغ ومظاهر النضج الجنسي

التمرين 1: صحيح أم خطأ؟

1. يفرز المبيضان الإستروجينات. ← صحيحة. وهي المسؤولة عن الصفات الأنثوية.
2. الهرمونات الجنسية تنتقل في الأعصاب. ← خاطئة. تنتقل في الدم إلى الأعضاء التي تؤثر فيها.
3. ظهور أول حيض صفة جنسية ثانوية. ← خاطئة. هو صفة أولية لأنه يدلّ على بداية نشاط المبيضين والرحم.
4. يمكن أن يختلف سنّ البلوغ بين شخصين سليمين. ← صحيحة. حسب الوراثة والتغذية والصحة.

التمرين 2: أكمل بالكلمة المناسبة

1. يبدأ البلوغ عند الفتاة تقريبًا بين 10 و 12 سنة
2. تسمى التغيرات التي تخصّ الأعضاء التناسلية نفسها صفات جنسية أولية
3. الغدة التي تراقب نشاط الخصيتين والمبيضين هي الغدة النخامية

التمرين 3: أختار الإجابة الصحيحة

1. نموّ العضلات واتّساع الصدر يميّزان أكثر: ← **الفتى البالغ**. تأثير التستوستيرون.
2. تلميذ عمره 13 سنة تغبّر صوته وظهر شعر الإبط عنده. هذه التغيّرات: ← **صفات جنسية ثانوية عادية**. تظهر بتأثير التستوستيرون.
3. أفضل مصدر لمعلومات صحيحة عن البلوغ: ← **الأولياء والطبيب والمربّون**. مصادر موثوقة ومسؤولة.

التمرين 4: أصنّف

1. اتّساع الحوض ← صفة جنسية ثانوية
2. نموّ الخصيتين ← صفة جنسية أولية
3. نضج المبيضين ← صفة جنسية أولية
4. ظهور أول حيض ← صفة جنسية أولية
5. ظهور اللحية ← صفة جنسية ثانوية

التمرين 5: وضعيّة مشكل 1

1. أيّ مظهر عند سامي صفة أولية؟ ← **نموّ الخصيتين**. يخصّ العضو التناسلي.
2. أيّ مظهر عند ليلي صفة ثانوية؟ ← **نموّ الثديين**. تغبّر في شكل الجسم.
3. الهرمون المسؤول عن مظاهر ليلي: ← **الإستروجينات**. يفرزها المبيضان.

التمرين 6: وضعيّة مشكل 2

1. ما التفسير الأرجح؟ ← **بداية البلوغ تختلف من شخص لآخر**. المجال العمري واسع.
2. ما التصرف المناسب؟ ← **الحديث مع الأولياء أو الطبيب المدرسي**. معلومات صحيحة ومتابعة إن لزم.