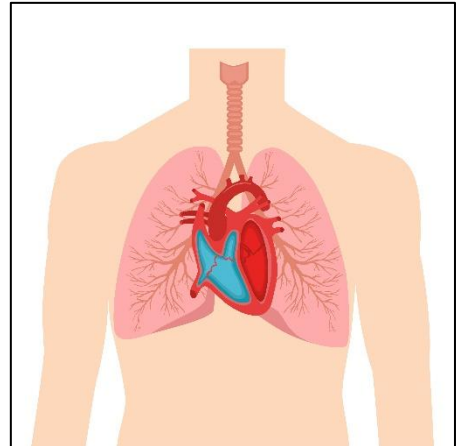


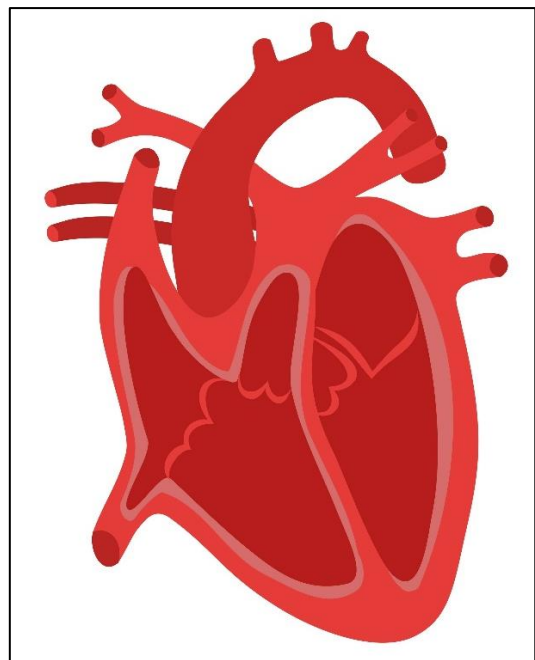
دَل و سیه‌کان



Illustrasjon: Adobe Stock, alla721

دَل

دَل ماسوولکەیه‌که که به هینده‌ی مشتیک گه‌وره‌یه. به‌ده‌وام خوین ده‌نیریت که وزه‌ی خۆراکی بۆ سەرجه‌م به‌شه‌کانی جه‌سته‌ ده‌بات. تۆ ده‌توانیت له‌ریگه‌ی ده‌ستدان له‌ بن ملت یان ژیر مه‌چه‌کی چه‌پت هه‌ست به‌ ڕیتمی لێدانی دَلت بکه‌یت. ئه‌مه‌ پێی ده‌وتریت "لێدان". هه‌ر پێش له‌دایکبوونته‌وه‌ دَلت ده‌ست به‌ لێدان ده‌کات و هه‌تا له‌ ژياندا بیت لێده‌دات.



Illustrasjon: Adobe Stock, alla72

ئەمرک

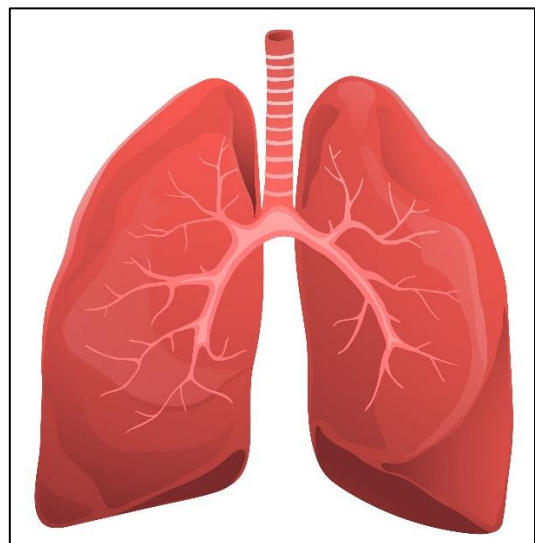
1. لێدانی دڵ لە لەشتندا بدۆزەر موه.
2. بە خێرایێ ماوهیهک رابکه و پاشان بزانه به چ خێراییهک دڵت لێدهدات.

سییهکان

لەشی ئێمه پێویستی به ئۆکسجین ههیه. ئۆکسجین گازیکی نههینراوه که له ههوادا ههیه. کاتیک ههناسه دهدهین، ئۆکسجین بهر مو سییهکانمان دهچیت. لهویدا ملیۆنان کیسهی ههوايي ههمن که به پێستی تهنگ دهوهره دراون. ئهو کیسه ههوايیهانه ئۆکسجین وهردهگرن و دهینێرن بۆ ناو خوین.

دهبیت ئۆکسجینی تهواو لهو ههوايیدا ههبیّت که ههلی دهمژین. کاتیک ئیوه بۆ ماوهیهکی زۆر لهناو پۆلدا دهمیننهوه ئهوا رێژهیهکی زۆر له ئۆکسجینهکه بهکاردهبریت. ههربۆیه گرنکه که ههواي ژوورمه که بگۆردریت.

له کاتی راکردندا به خێرایێ تێبینی دهکهیت که تووشی ههناسهبرکی دهبیّت. ئهوش بههۆی ئهوه موهیه که له کاتی خۆماندووکردندا لهش پێویستی به ئۆکسجینی زیاتر دهبیّت.



Illustrasjon: Adobe Stock, Popmarleo

نەڕک

1. چی پروودەدات گەر ئهو ههوايهی که ههڵیده مژین ئوکسجینی کافی تیدا نهییت؟
2. بۆ ماوهی چهند دهتوانیت ههناسته بگریت؟
3. بۆچی گرنه که پێش ئهوهی بچیته ژێر ئاوهوه ههواى زۆر ههلمژیت؟
4. فوو بکهره میزه لاندنیکهوه. بزانه به سى ههناسه میزه لاندانه که چهنده گهره دهییت؟
میزه لاندانه که بخهره سهر پهریهک و به دهوڕ یدا هیلێک بکێشه.
5. جارێکی تر تاقیکردنهوه که بکه، و بهراوردی بکه بهو میزه لاندانهی وینه کهیت
یهکم جار کێشا به هینانی هیلێک به دهوڕیدا.

سهرچاوه:

Regnbuen 4