

# Grade 3

# Body Parts & Functions



BN259041.JPG



BN259042.JPG



BN259043.JPG



BN259044.JPG



BN259045.JPG



BN259046.JPG



BN259047.JPG



BN259048.JPG



BN259049.JPG



BN259050.JPG



BN259051.JPG



BN259052.JPG



BN259053.JPG



BN259054.JPG



BN259055.JPG



BN259056.JPG



BN259057.JPG



BN259058.JPG



BN259059.JPG



BN259060.JPG

# Human body جسم الانسان



The human body is like a machine. It has many organs (parts) inside. These organs do not work alone. A number of organs join together to form a system. There are many systems in our body.

They work together to carry out different functions and keep us alive and healthy. Let us learn about some of our body systems  
داخل جسم الانسان اعضاء مختلفة و  
لها ادوار محددة للمحافظة على حياة الانسان سليمة و منها  
ما تشكل نظام او جهاز متكامل

Try to learn these new words.

# my unit dictionary

Word	Meaning	Word	Meaning
body organs	اعضاء الجسم	Organs	أعضاء
functions	الوظائف	heart	قلب
skeleton	الهيكل العظمى	lung	رئة
bones	العظم	kidney	كلية
skull	الجمجمة	Intestines	أمعاء
spinal cord	العمود الفقري	Digestive	هضم
Ribcage - ribs	القفص الصدرى	Muscle	عضلات
support	دعامة	Respiration	تنفس
protection	الوقاية	Oxygen	أكسجين

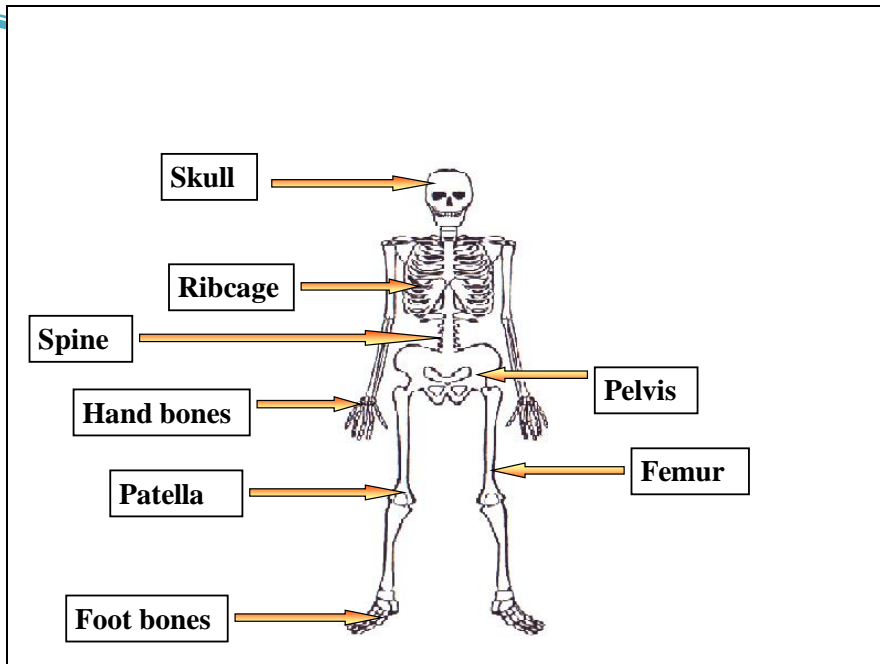
Word	Meaning	Word	Meaning
Carbon-dioxide	ثاني أكسيد كربون	Gas exchange	تبادل الغازات
Heart beat	ضربات القلب	Heart rate	معدل ضربات القلب
Blood	دم	Blood vessels	أوعية دموية
Food	طعام	Fats	دهون
Exercise	تمارين	Vitamins	فيتامينات
Health	صحة	Protein	بروتينات
Pulse	نبض	Vegetables	خضروات
Exhale	زفير	Fruit	فواكه
Inhale	شهيق	Healthy	صحي
Stomach	أمعاء	Waste	فضلات

# Skeletal System

This system is made up of bones. There are about 206 bones in our body. They are made of calcium. The important work of the skeletal system is



- It gives us shape and support.
  - It helps us to bend and move.
  - It protects the inner organs or parts of our body.
- الهيكل العظمي مكون من مجموعة من العظام 206 و المكونة من الكالسيوم و من وظائف هذا الهيكل هو انه يعطي دعامة للجسم و يساعد على حركة الجسم و يحمي بعض الاعضاء منها القلب و الرئتين

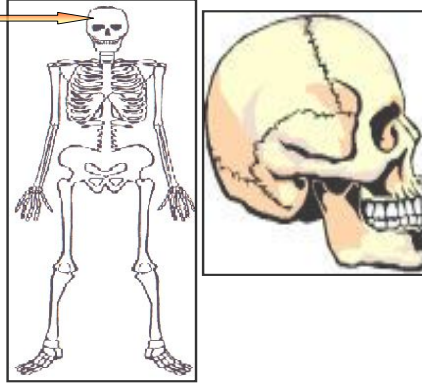


الجمجمة: هناك 29 عظمة في الجمجمة و هي لحماية الدماغ و العين من الصدمات الخارجية.  
القفس الصدري: تحمي القلب و الرئتان فهناك اثنا عشر زوجا من الاعضاء المقوسة تسمى الاضلاع.

## The skull الجمجمة

### Skull

There are 29 bones altogether in the skull and jaw. They make a box to protect the brain, eyes and ears.



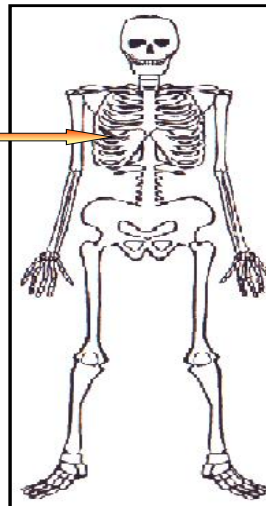
## The ribcage

### القفس الصدري

### Ribcage

This protects the heart and lungs .

There are 12 pairs of curved bones called ribs.



العمود الفقري: مكون من 33 عظمة و تسمى بالفقرة و مجموع الفقرات تشكل العمود الفقري و في داخل هذه الفقرات فجوات و عند ترتيب الفقرات فوق بعضها البعض تشكل تجويفا يمر من خلاله الحبل الشوكي.

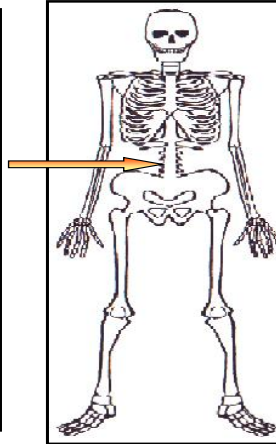
عظم الفخذ: و هو اكبر و اقوى عظمة في جسم الانسان و هي التي تسند الجم و تساعد على الوقوف.

## The spine

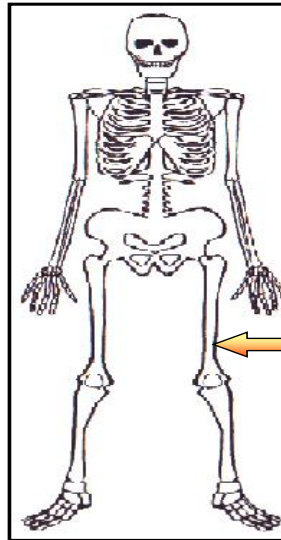
### Spine

#### or back bone

It is made up of 33 individual small bones (called vertebrae). Our spine supports our head and body. It helps us bend. The spine has a hole through which the spinal cord runs.



## Femur



### Femur

This is the thigh bone. It is the longest bone in the body and is one of the strongest. It helps to support our weight when we stand.

المفاصل: يتكون المفصل بين عظمين او اكثر و هذ المفاصل تساعد الهيكل العظمي على الحركة و هناك انواع عديدة من المفاصل مثل مفصل الاصبع و مفصل الركبة و غيرها.

في داخل كل عظم هناك النخاع الاحمر و هو الذي يولد الدم للجسم

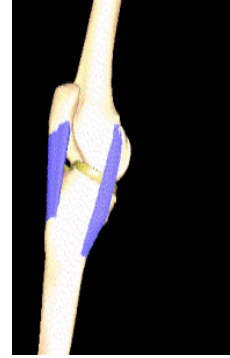
# skeletal system

The bones have joints which help the skeleton move easily.

A **joint** is where two bones meet.

There are many types of joint in our body.

Eg. Finger joint, shoulder joint  
elbow joint, knee joint.



The bones have marrow (red fluid) in them.

If we did not have joints we would find simple tasks like eating very difficult. Any movement needing bending would be impossible!!!!



\*Exercise helps keep your bones strong. التمارين الرياضية تقوي عظام الجسم  
\*Wear a helmet and pads when you play sports. البس ملابس الرياضة المرية عندما تمارس الرياضة.





# Skeletal System

A) Complete the sentences. اكمل الجمل التالي.

1. The skeletal system is made up of \_\_\_\_\_ الهيكا  
العظمي مكون من
2. Our bones are filled with \_\_\_\_\_ عظامنا  
مملوءة بـ
3. The finger joints move like \_\_\_\_\_ joint. يتحرك مفصل  
الاصبع مثل
4. The backbone has \_\_\_\_\_ bones. العمود الفقري فيه.
5. The bones in the head make up the \_\_\_\_\_. عظام  
الرأس مكونة من

Answer the following questions. اجب عن الاسئلة التالية.

6. What are the functions of the skeletal system? Any 3

عدد ثلاثة وظائف للهيكل العظمي

---



---



---

7. Name any 4 joints present in your body? عدد 4 مفاصل

---



---



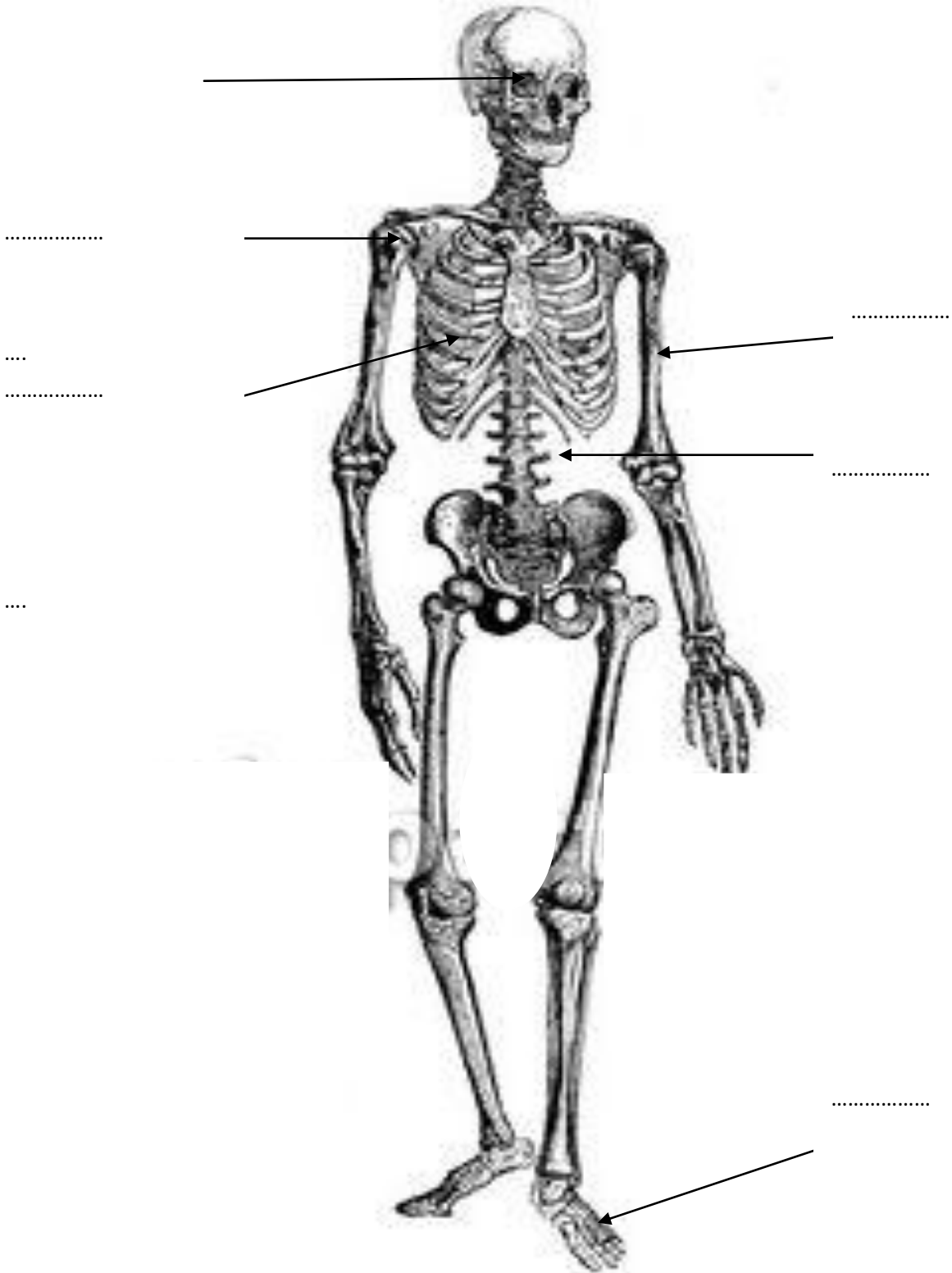
---



---

**Write the correct labels on the skeleton:**

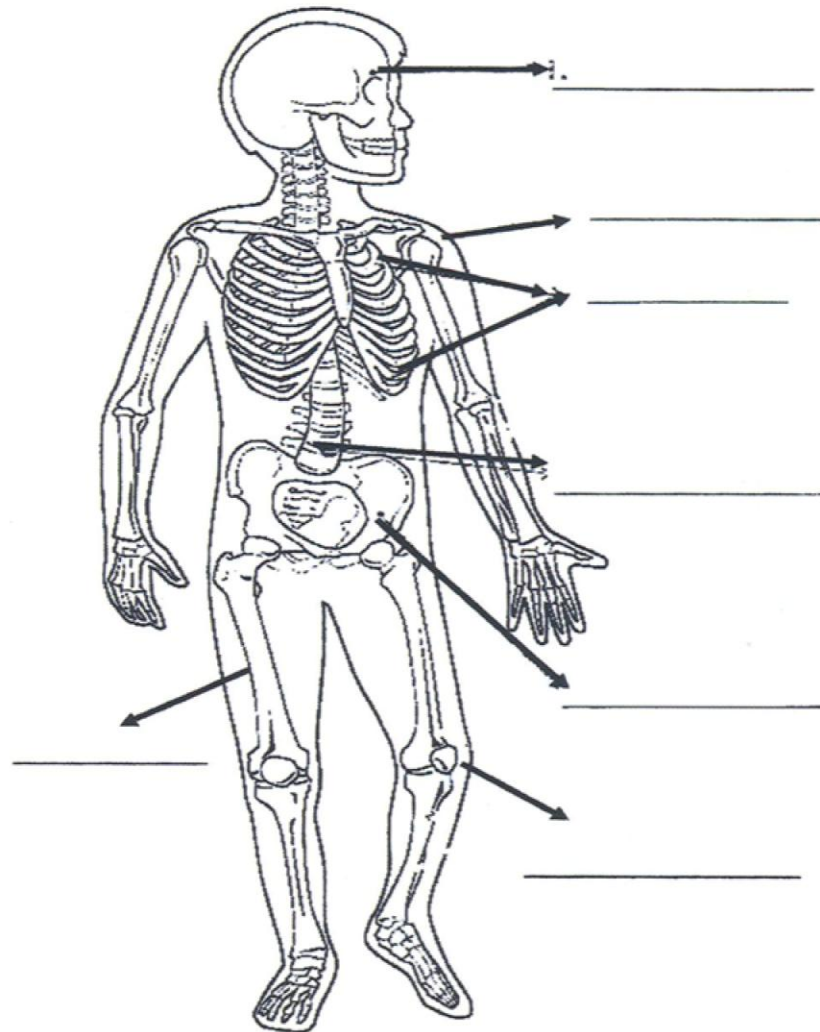
اشر اسماء العظام على هذا الهيكل العظمي





# Skeletal System

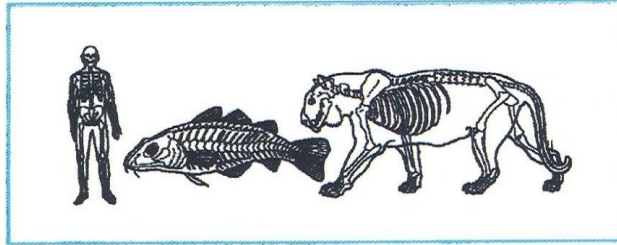
Label the parts of the skeletal system:



يتناسب جسم كل حيوان حسب الطريقة التي يعيشها و له الاسنان المناسبة لذلك وز العمود الفقري الذي يحتاجه للحركة و كذلك الانسان فمثلا انظر الى صورة الطائر و يركيب جسمه كذلك الضفدع.

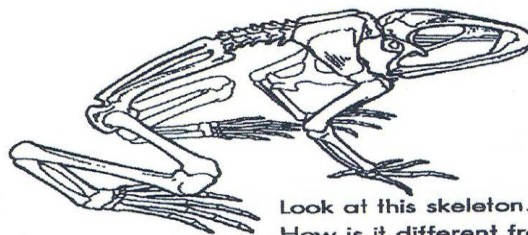
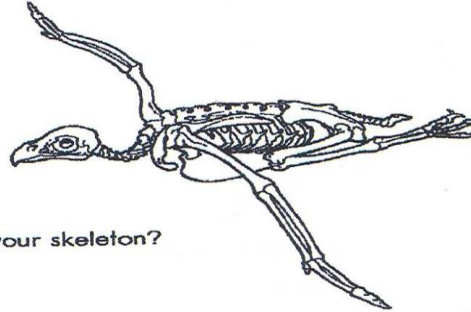
Lesson -2

## Animal Skeletons



Each animal's skeleton is perfect for the way it lives. It has the right kind of teeth for the food it eats. It has the right kind of skeleton for the support it needs. It has the right kind of skeleton for the way it moves. And so do you.

Look at this skeleton.  
How is it different from your skeleton?  
Do you know what it is?  
CLUE: This animal flies.



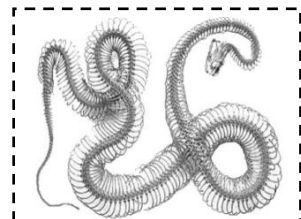
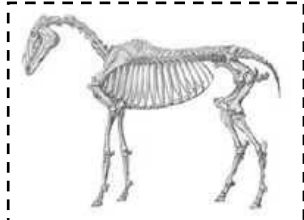
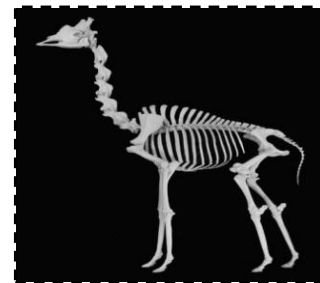
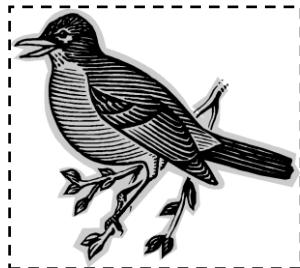
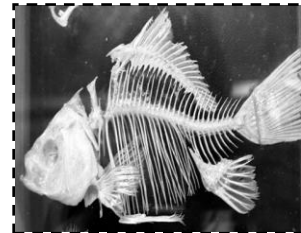
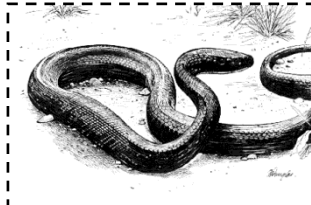
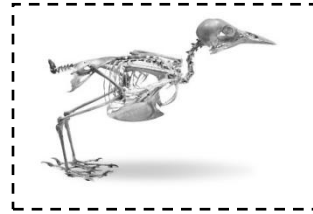
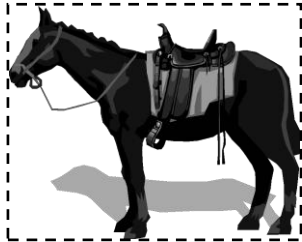
Look at this skeleton.  
How is it different from your skeleton?  
Do you know what it is?  
CLUE: This animal hops.

# skeletal system



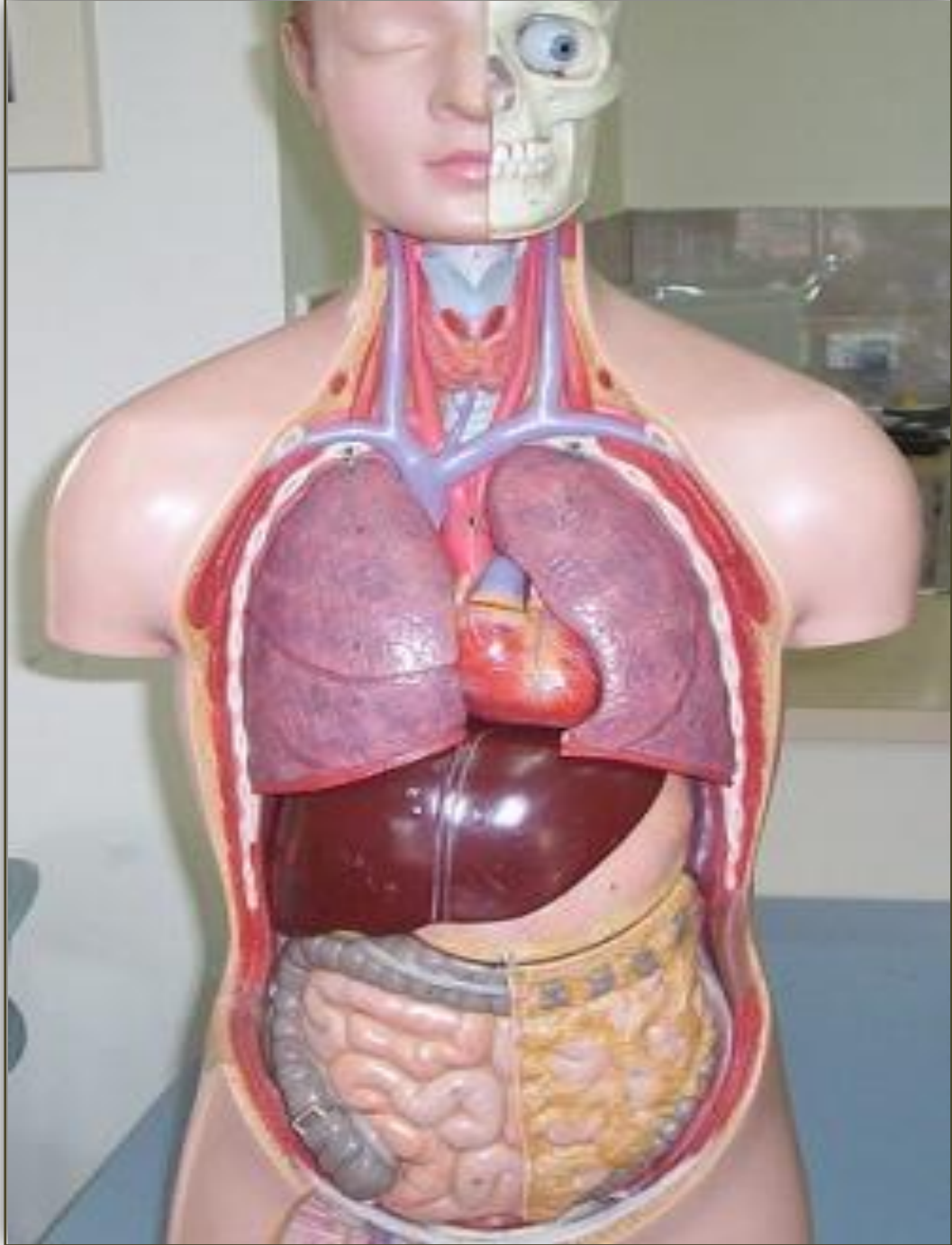
صل كل عمود فقري الى الحيوان المناسب

## Match skeletons to the animal



# My body organs

## اعضاء جسمي



# my unit dictionary قاموس الوحدة

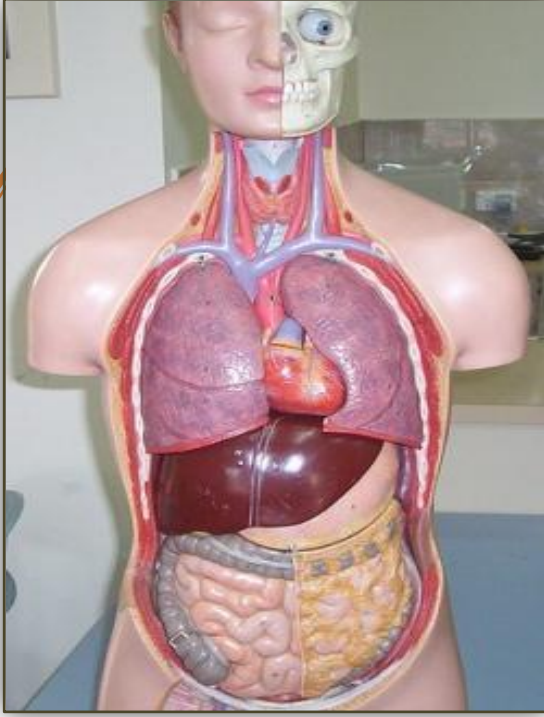
Try to learn these new words.

Word	Meaning	Word	Meaning
body organs	اعضاء الجسم	Organs	أعضاء
functions	الوظائف	heart	قلب
skeleton	الهيكل العظمى	lung	رئة
bones	العظم	kidney	كلية
skull	الجمجمة	Intestines	أمعاء
spinal cord	العمود الفقري	Digestive	هضم
Ribcage - ribs	القفص الصدرى	Muscle	عضلات
support	دعامة	Respiration	تنفس
protection	الوقاية	Oxygen	أكسجين

Word	Meaning	Word	Meaning
Carbon-dioxide	ثاني أكسيد كربون	Gas exchange	تبادل الغازات
Heart beat	ضربات القلب	Heart rate	معدل ضربات القلب
Blood	دم	Blood vessels	أوعية دموية
Food	طعام	Fats	دهون
Exercise	تمارين	Vitamins	فيتامينات
Health	صحة	Protein	بروتينات
Pulse	نبض	Vegetables	خضروات
Exhale	زفير	Fruit	فواكه
Inhale	شهيق	Healthy	صحي
Stomach	أمعاء	Waste	فضلات



## The Digestive System الجهاز الهضمي



This system helps you to digest (break down) the food you eat. The main parts of the digestive system are mouth, gullet (food pipe), stomach, small intestine and large intestine

الجهاز الذي يساعدك على هضم الطعام و تجزئته هو الجهاز الهضمي و المكون من الاجزاء الاساسية التالية: الفم و المرئ و المعدة و الامعاء الدقيقة و الغليظة

**1.Mouth** :when food enters the mouth it mixes with the Saliva. It makes the food soft and teeth make it into

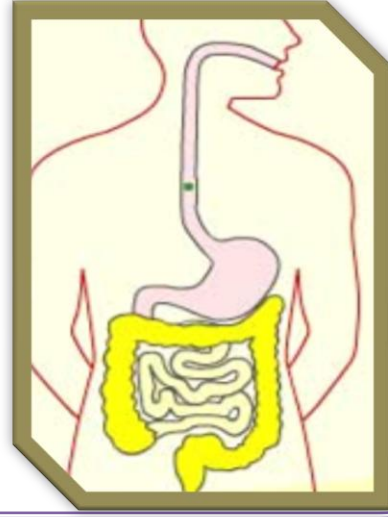
**smaller pieces.** الفم هو الجزء الذي يدخا منه الطعام و فيه اللعاب و الاسنن الذان يسهلان عمل الطعام ناعما



**2. Gullet:** (food pipe) when we swallow the food travels

Down a long tube called gullet. The gullet sends the food

to the stomach. المرئ هو الأنبوب الذي يوصل الطعام من الفم الى المعدة بعد ابتلاعه.

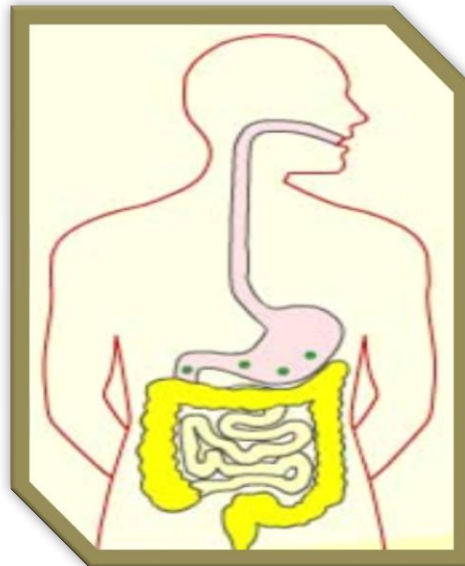


**3. Stomach:** the food in the stomach mixes with chemicals

(digestive juices) and breaks down الطعام يهضم في المعدة بواسطة عصارات

هضمية

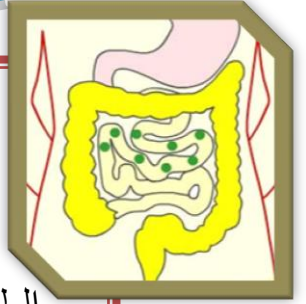
كيميائية



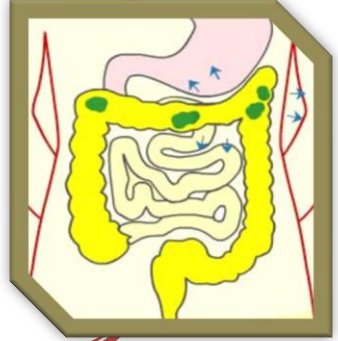
# The Digestive System

4) **Small intestine:** from the stomach the food travels to the small intestine and more juices are added here.

الطعام ينتقل من المعدة الى الامعاء الدقيقة ليضاف المزيد من العصارات الهضمية



5) **Large intestine:** the undigested food (waste food) goes to the large intestine. الطعام الغير مهضوم يمر الى الامعاء الغلظة.



## Caring for your digestive system

### كيف نهتم بجهازنا الهضمي

Brush your teeth after every meal and before bedtime.

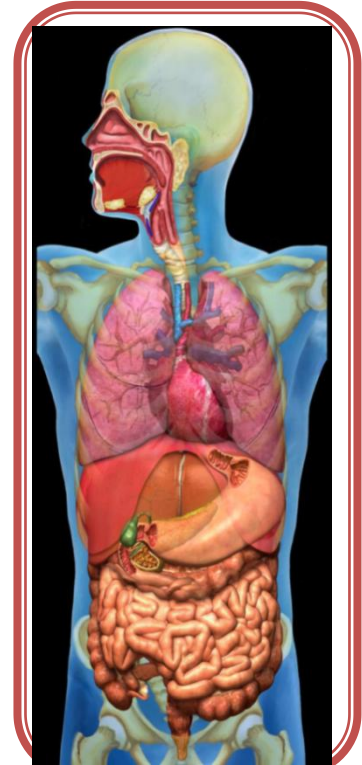
Eat your food slowly.

Chew your food well before you swallow it.

نصيحة: فرش اسنانك بعد تناول الطعام.

تناول الطعام بهدوء.

امضغ طعامك جيدا قبل ابتلاعه



# The Digestive System

## Class work

Fill in the blanks

اسم الجهاز الذي  
يهضم الطعام هو:

يبدأ هضم الطعام ب:

في الفم هناك  
.....يساعد علة  
الهضم

وظيفة الجهاز  
الهضمي:

1) The system we use to digest our food.

( Respiratory - Circulatory-Digestive )

2) Digestion of food starts in the \_\_\_\_\_.

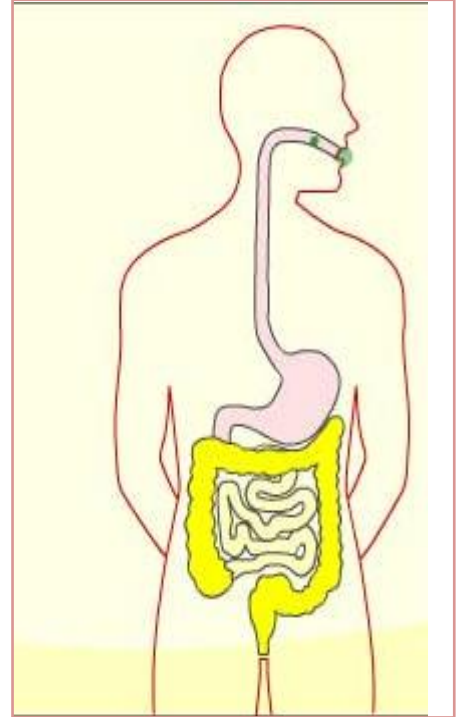
( stomach- mouth )

2) In the mouth the \_\_\_\_\_ break the food  
into small pieces.

( tongue - teeth )

4) The digestive system \_\_\_\_\_.

( circulates food - breaks the food )



اجب الاسئلة التالية? Answer the following

What are the different parts of the digestive system?

عدد اجزاء الجهاز الهضمي

---



---



---

# The Respiratory System

## الجهاز التنفسي

Home work

### Fill in the blanks

This system helps us to breathe. It is made up of the  
Nose, trachea (wind pipe) and the lungs.

الجهاز يساعد على التنفس و مكون من الانف و الرغامى و القصبة و الرئتان



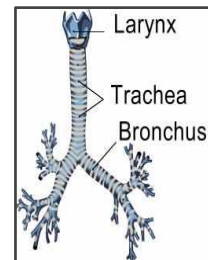
Nose : air enters through our nose and mouth. It travels  
to our lungs through the trachea (wind pipe).

يدخل الهواء عن طريق الانف و الفم و ينتقل الى الرئتان عبر الرغامى



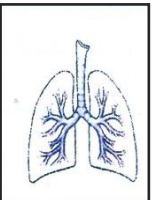
Trachea: (wind pipe) : this is a long tube which  
connects the nose with the lungs. From the nose  
the air goes to the lungs through the wind pipe.

الرغامى هو انبوب طويل يربط الانف بالرئتان



Lungs : we have a pair of lungs. They are soft spongy bags with  
lots of air sacs. الرئتان هما كيسان اسفنجيان يحويان العديد من الغرف الهوائية

الدقيقة



# The Respiratory System

once the air is in our lungs , blood takes the oxygen and gives back carbon dioxide. This oxygen is taken to all the parts by the blood.

عند وصول الهواء الى الرئتان يتم التبادل الغازي الدم يأخذ الاوكسجين و يطرح ثاني اوكسيد الكربون و من ثم يوصل الاوكسجين الى جميع انحاء الجسم

oxygen and gives back carbon dioxide. This

oxygen is taken to all the parts by the blood.

## Caring for you respiratory system

### العناية بالجهاز التنفسي

\*never put anything in your nose. لا تضع اي شئ غريب في الانف.

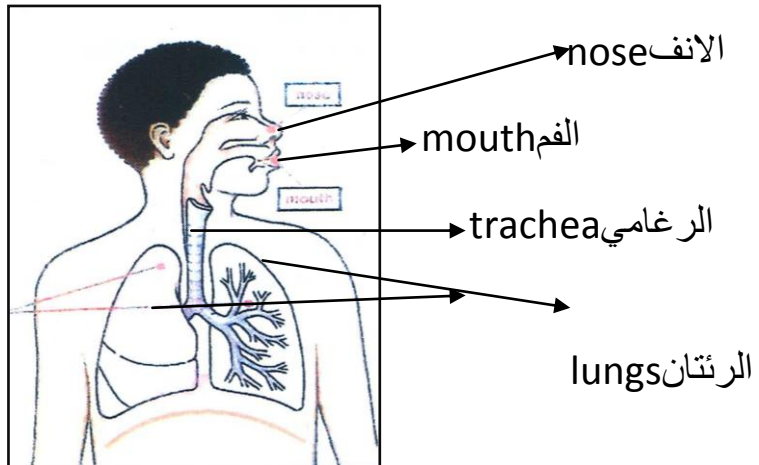
\*playing helps our lungs. When we climb and jump we breathe harder. Breathing hard

الرياضة تقوي الرئتان

and jump we breathe harder. Breathing hard makes our lungs strong.

التنفس العميق يساعد الرئتان ان تكونا قويتان

makes our lungs strong.



# The Respiratory System

## 1) Put (√) or (x)

- 1) The respiratory system helps us to breathe. ( )
- 2) The lungs are protected by the rib cage. ( )
- 3) The wind pipe connects the nose with the stomach. ( )
- 4) We breathe out carbon dioxide. ( )

ضع صح او خطأ:

الجهاز التنفسي يساعدنا على التنفس

الرتتان محميتان بالقفص الصدري

الرغامى يربط الانف بالمعدة

نحن نطرح ثاني أوكسيد الكربون

## 2) Answer the following:

1) How can you make your heart and lungs grow stronger?

---

---

2) What are the organs of the respiratory system?

- 1) \_\_\_\_\_
- 2) \_\_\_\_\_
- 3) \_\_\_\_\_

اجب عن الاسئلة التالية:

كيف تساعد على نمو و تقوية الرتتان

ما هي اعضاء الجهاز التنفسي

# The Respiratory System

## 1) Choose the correct answer.

اختر الاجابة الصحيحة

في الرئة يوجد العديد من:

الدم في الرئتان يأخذ

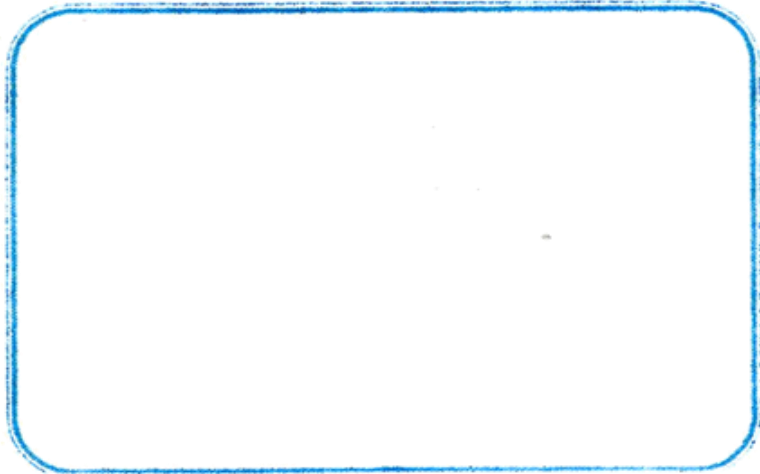
الرئتان تكونان

الانف جزء من الجهاز

ارسم الجهاز التنفسي

- 1) There are lots of \_\_\_\_\_ in our lungs.  
( water sacs, air sacs )
- 2) The blood In the lungs take in \_\_\_\_\_.  
( Carbon dioxide - oxygen )
- 3) Our lungs are \_\_\_\_\_.  
( hard, soft )
- 4) Nose is a part of \_\_\_\_\_ system.  
( digestive, respiratory )

## 2) Draw the respiratory system and label its parts







# The Circulatory System

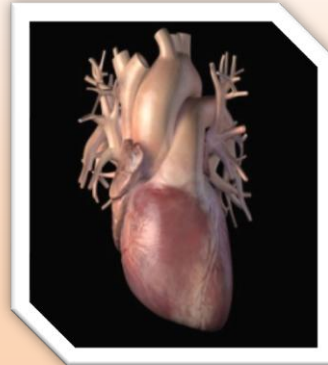
This system helps to circulate (take around) blood to all the parts of the body. It is made up of the heart, blood and the blood vessels.

الجهاز يساعد على تدوير الدم الى انحاء الجسم و مكون من القلب و الاوعية الدموية



1. The heart: it is on the left side of our chest and it is about the size of our fist. The heart pumps blood to all the parts of our body.

يقع القلب في الجهة اليسرى من الصدر وي كون بحجم معصم اليد او قبضتها و يضخ الدم الى انحاء الجسم



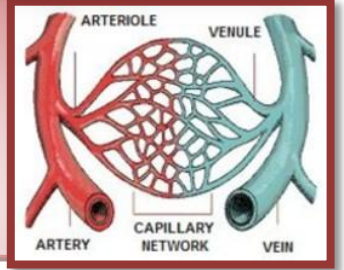
2. Blood: it is red in colour and it takes food and Oxygen to all the parts of our body.

الدم لونه احمر و ينقل الغذاء الى انحاء الجسد مع الاوكسجين



3 .blood vessels: there are 3 kinds . arteries, veins and capillaries.

هناك ثلاثة انواع من الاوعية الدموية و هي الشرايين و الاوردة و الشعيرات الدموية



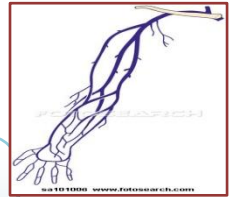
4.arteries : it carries blood with oxygen to all the parts of the body.الشرايين تنقل الاوكسجين الى كل الجسد.



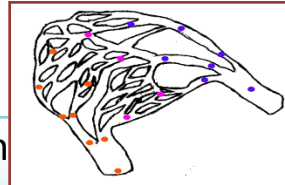
## The Circulatory System

Veins: carry blood with carbon dioxide

الاوردةتنقل الدم مع ثاني اوكسيد الكربون الى القلب.



Capillaries they are very small tubes connect arteries with veins that also carry blood.الشعيرات الدموية تربط بين الاوردة و الشرايين.



Heart rate or pulse: it is how fast or how slow our heart beats. Our heart beats about 70 times in 1 minute.



## Caring for the Circulatory System

### العناية بجهاز الدوران

\* Eat meat and green leafy

vegetables. This food gives your

Blood iron. Iron in our blood carries

oxygen. الطعام المتوازن من الخضار و الفواكه و اللحوم.

\* Keep germs out of blood. When we

get a cut, wash the skin well and dry

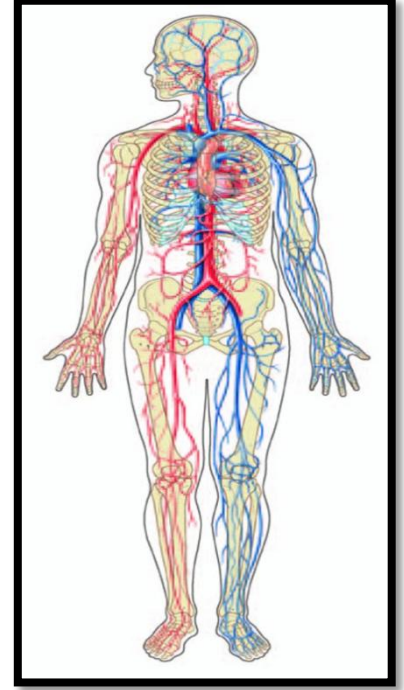
it carefully. Sometimes we need an

antiseptic medicine to kill germs.

Cover the cut with a bandage and never touch some

One else's blood.

تخلص من الجراثيم بعيدا عن الدم و لا تدعها تدخل الجروح و استعمل المعقمات او  
مضادات الجراثيم لو دعت الحاجة لذلك بأستشارة الطبيب مع استعمال الضمادات  
للجروح للمحافظة على الجروح من التلوث



# The Circulatory System

## Helping your Heart And Lungs

Circle the pictures which are good for the heart and lungs.

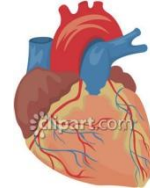


Unscramble the words: رتب الحروف بالشكل الصحيح لتحصل على  
الكلمات الصحيحة

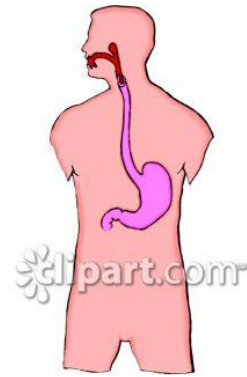
1-gunsl -----



2-tearh -----

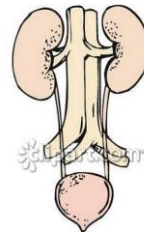


3-machots -----

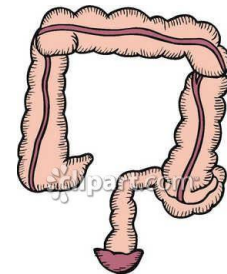


The Stomach

4-deynsik -----



5-testinines -----



6-kulls -----

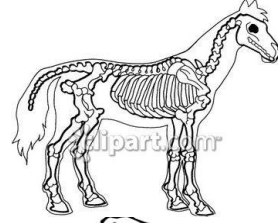


املئ الفراغات بما يناسبها: Find the missing letters:

1) .....ones



2) s.....ele....on



3) m.....s.....les



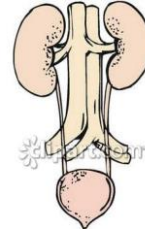
4) hea.....t



5) lun.....s



6) ki.....neys



7) st.....ma.....h



8) s.....ull



9) intest.....es





# My healthy food

غذائي الصحي

# my unit dictionary

Try to learn these new words.

Word	Meaning	Word	Meaning
protection	الوقاية	Oxygen	أكسجين
Food	طعام	Fats	دهون
Exercise	تمارين	Vitamins	فيتامينات
Health	صحة	Protein	بروتينات
Food groups	مجاميع الغذاء	Vegetables	خضروات
Exhale	زفير	Fruit	فواكه
Inhale	شهيق	Healthy	صحي
viruses	الفايروسات	germs	الجراثيم
fungi	الفطريات	Microbe- microorganisms	الميكروبات
bacteria	البكتريا	polluted	ملوث



# Wonderful Food الغذاء الرائع

## Why do I need food? لماذا احتاج للغذاء

Food helps us grow, healthy and strong. It gives us energy to do work. يساعدنا الغذاء على النمو و البقاء على قيد الحياة اصحاء و يزودنا بالطاقة للعمل

For example: 8 years back you were a small baby. Now

You are 8 years old and you are grown tall, walk,

talk ,jump and can do many more things.

انظر الى الصور التالية و اخبرنا ايها تستطيع القيام بها؟

Look at the pictures below and tell which of these you can do?



# Wonderful Food

What type of food must I eat?  
اي الطعام يجب ان تتناول

Why should I eat fruits and vegetables?  
لماذا يجب ان اتناول الخضار و الفواكه

What type of food gives me energy?

اي الاطعمة تزودني بالطاقة



What food helps me grow?

اي الاطعمة تساعدني على النمو

Let's find out what type of food we should eat and why?

How do we group foods? كيف ممكن ان نصنف الاغذية الى مجاميع

- There are six food groups, they are; هناك ستة مجاميع
- Grain Group مجموعة الحبوب

The **orange** part of the food pyramid informs you about Grains. و هو الجزء البرتقالي



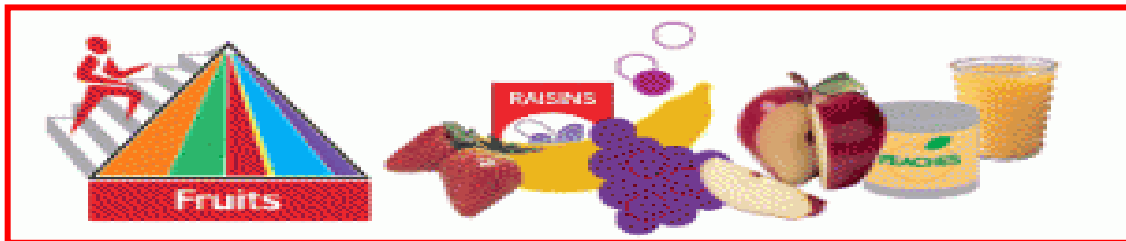
- **Vegetable Group** مجموعة الخضار

- The **green** part of the food pyramid informs you about Vegetables. هو الجزء الاخضر من الهرم الغذائي.



- – **Fruit Group** مجموعة الفواكه

- The **red** part of the food pyramid informs you about Fruits. و هي الجزء الاحمر من الهرم الغذائي



- – **Oils Group** مجموعة الزيوت

- The **yellow** part of the food pyramid informs you about Oils. الجزء الاصفر.



## Milk Group و منتجاته

- The **blue** part of the food pyramid informs you about Milk products.



## Meat & Beans Group و اللحوم

- The **purple** part of the food pyramid informs you about Meat and Bean products.



Remember to stay healthy we need a

**varied** and **balanced** diet. ابق غذائك متوازنا.

One food type gives us energy; but it is very important that

we don't eat too much of any one food type.

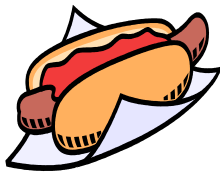
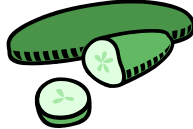
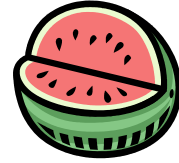
Think why????? الطعام يزودنا بالطاقة

أهمية اللازمة



## Healthy Party Menu حفلة قائمة الغذاء الصحي

James is having a party and would like to have a healthy menu for his friends to choose from. Can you help? Circle the food that will give James a healthy menu for the party.



# Healthy food pyramid

**THE FOOD PYRAMID**

We need to eat foods from all the food groups!

CAN YOU REMEMBER?  
COLOR EACH SLICE OF THE PYRAMID WITH THE RIGHT COLOR

WRITE THE NAME OF THE FOOD GROUPS  
DRAW A SAMPLE OF EACH FOOD GROUP IN EACH SLICE!

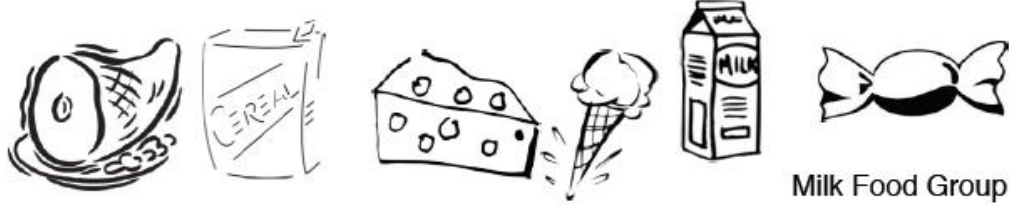
اكتب اسماء المجاميع الغذائية

ضع دائرة على المجاميع الغذائية و ضع اكس على الطعام الذي لا ينتمي  
للهرم الغذائي

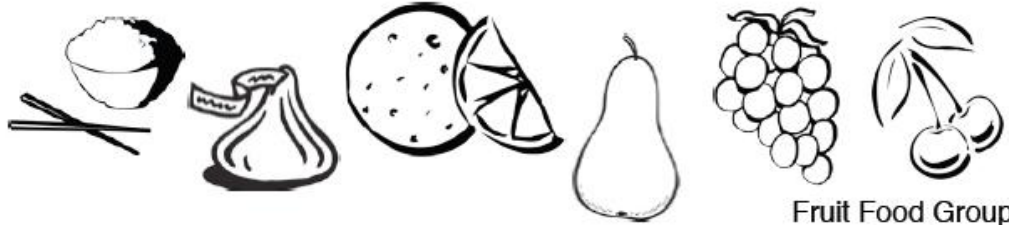
## Organize the Food Group Worksheet

Circle the pictures that belong in the food group.  
Oops. Some food don't belong in the food pyramid. Cross those out!

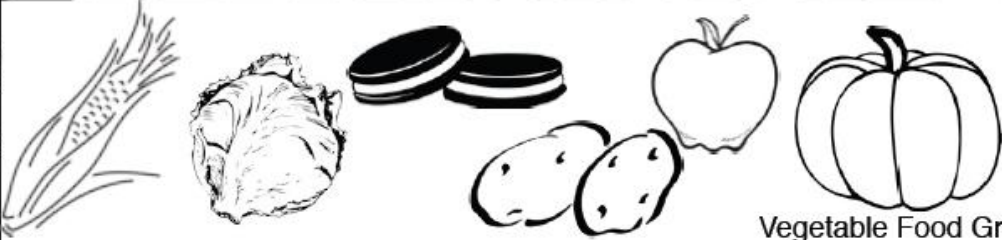
Color the picture!



Milk Food Group



Fruit Food Group



Vegetable Food Group

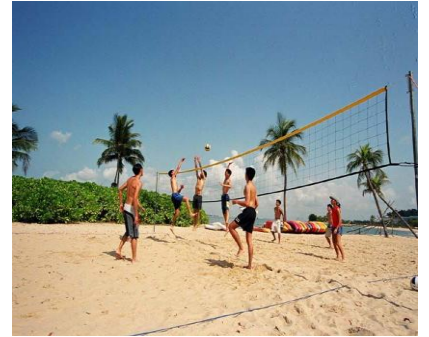


Grains Food Group



Meat & Beans Food Group

# Why Should I Exercise?



**Swim, jump. Run,!!!! It is fun to exercise . it is an active use of our body. Exercise helps keep our heart and lungs healthy.**

**It helps us fight off germs. You feel better You exercise.**

من الممتع ان نلعب و من الجيد ان نحرك ابداننا لذا من الضروري ان نمارس الرياضة للحفاظ على صحتنا و من الضروري ان نحافظ على انفسنا من الجراثيم

**Q-1) Why should we exercise?**

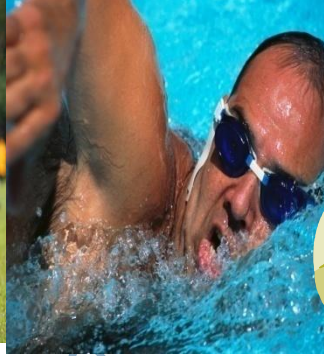
---

---



# Why Should I Exercise?

## لماذا يجب ان نمارس الرياضة؟



**Think of any three ways you can  
exercise every day.**

فكر في ثلاثة طرق ممكن بها ان تمارس الرياضة يوميا