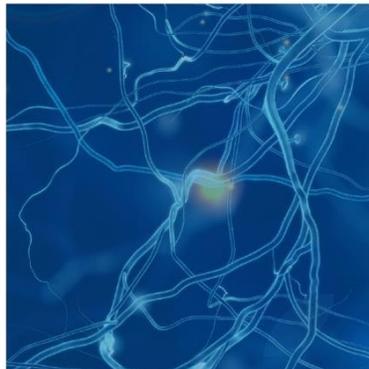
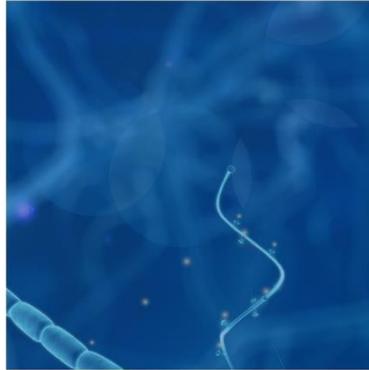


# Stronger Memory<sup>SM</sup>



የቅጂ መብት © 2022 Goodwin Living™

\*በ10/14/2022 የተሻሻለ



መግቢያ ..... 3

StrongerMemory ላይ የእርስዎ አንገል ..... 5

የቀን መቁጠሪያ ..... 6

ክፍል 1 ጮክ ብሎ ማንበብ ..... 7

ክፍል 2 የፈጣን ሒሳብ ሉሆች ..... 8

    ደረጃ 1 ..... 9

    ደረጃ 2 ..... 17

    ደረጃ 3 ..... 28

    ደረጃ 4 ..... 39

    ደረጃ 5 ..... 50

    ደረጃ 6 ..... 61

    ደረጃ 7 ..... 72

    ደረጃ 8 ..... 83

    ደረጃ 9 ..... 94

    ደረጃ 10 ..... 105

    ደረጃ 11 ..... 116

    ደረጃ 12 ..... 127

ክፍል 3 የእጅ ጽሑፍ መልመጃዎች ..... 138



### የማስታወስ ችግሮችን ለመቅረፍ ከቀላል የአንጎል ልምምዶች ጀርባ ያለው ታሪክ

በ2012፣ ለትርፍ ያልተቋቋሙ የአረጋውያን መኖሪያ አቅራቢዎች ጉባዔ ላይ ተሳትፎያለሁ። አንደኛው ክፍለ-ጊዜ በሰለጠኑ የነርቢንግ ቦታዎች ውስጥ ከነዋሪዎች ጋር ስለ አንጎል ጤና ልምምዶች የተሰጠ ዘገባ ነው። ይህ ሪፖርት እንደሚያሳየው የአንጎል ፕሪፍሮንታል ኮርቴክስ ላይ ማተኮር አረጋውያን እንዲረጋጉ እና የእውቀት (ኮግኒቲቭ) ተግባራቸውን እንዲያሻሽሉ ሊያግዛቸው ይችላል። በዚያን ጊዜ ላይ እናቴ ምንም እንኳን ከአባቴ ጋር በራሷ ቤት ውስጥ ብትኖርም የእውቀት (ኮግኒቲቭ) ችሎታ ላይ ማሽቆልቆል ምልክቶች እያሳየች፡- ራሷን እየደገመች፣ ንግግሮችን ባለማስታወስ እና አልፎ ተርፎም በሚታወቁ አካባቢዎች ላይ እየጠፋች ነበር።

እናቴ በእኔ ላይ እምነት እንድትጥል እና በየቀኑ ቢያንስ ለ30 ደቂቃዎች ቀላል የአዕምሮ ልምምዶች በማድረግ ጊዜዋን እንድታሳልፍ ጠየቅኳት፣ ይህም “የሥራ ትውስታዋን” ያሳትፋል። ቀላል ሒሳብ በፍጥነት መሥራት፣ ጮክ ብሎ ማንበብ እና የእጅ ጽሑፍ በፕሪፍሮንታል ኮርቴክስ ውስጥ ከፍተኛ የአንጎል እንቅስቃሴን የሚቀሰቅሱ እና የአዕምሮ ተግባር መሻሻልን ሊደግፉ የሚችሉ ሦስት መንገዶች መሆናቸውን አንድ ጥናት አረጋግጧል።

እናቴ በየቀኑ እነዚህን ቀላል የአዕምሮ ልምምዶች ተላምዳለች፡- ከመጽሐፍቶች፣ ከመጽሔቶች ወይም ከጋዜጦች ጮክ ብላ ማንበብ፣ በማስታወሻ ደብተር ውስጥ በእጅ ጽሑፍ መጻፍ፣ ለትኩረት ችሎታ የታሰቡ ቀላል የሒሳብ ጥያቄዎችን ማጠናቀቅ። ከ30 ቀናት ባነሰ ጊዜ ውስጥ የእናቴ መደጋገም በከፍተኛ ሁኔታ ቀንሷል፣ የንግግሮች ትውስታዋ ተሻሽሏል እንዲሁም በምታውቃቸው ቦታዎች ውስጥ መጥፋቷን አቆማለች። ሥራውን በመቀጠል ማህጸንግ መማር እና ብሪጅ ማስተማርም ጀምራለች። ከዓመታት በኋላም የባለ ሦስት-ደረጃ ፕሮግራምን እየተከተለች በጥሩ ሁኔታ መሻሻልዋን ቀጥላለች፣ ይህም ከሰባቴ የልጅ ልጆቿ ጋር መስተጋብር እንድትፈጥር እና እንድታስታውስ አስችሏታል፣ ይህም እውነተኛ ስጦታ ነው።

ምንም እንኳን በአሁኑ ጊዜ ላይ እንደ አልዛይመርስ እና ሌሎች የመርሳት በሽታዎች ላሉ ሕመሞች የታወቀ መድሃኒት ባይኖርም ሂደቶች የሚታዩት ከአምስት እስከ አስር ዓመታት ሊወገዱ እንደሚችሉ ነው። ይህ ለብዙ ቤተሰቦች እንደ ድል ይቆጠራል። ከእናቴ ጋር ያለውን ስኬት ተከትሎ በSeattle ውስጥ በሚታገዝ ማህበረሰብ ውስጥ እየሠራሁ ሳለሁ፣ በእነዚህ ሦስት አካሄዶች ላይ የተመሠረተ ሥርዓተ ትምህርት የተፈጠረ ሲሆን ይህም በተከታታይ በፕሮግራሙ ለተሳተፉ ነዋሪዎችም አዎንታዊ ምልክቶችን አሳይቷል።

አሁን፣ StrongerMemory የሚባል አዲስ ሥርዓተ ትምህርት፣ በእምነት ላይ ከተመሠረተው ለትርፍ ያልተቋቋመው ከGoodwin Living(tm) እና በGoodwin Living Foundation በሚደረገው ልግስና ይገኛል።

በሚከተሏቸው ገጾች ውስጥ በእጅ የተጻፈ ሥራን ለማነሳሳት ከተመከሩ ርዕሶች ጋር በቀላሉ ለማጠናቀቅ የተነደፉ ብዙ የሒሳብ ሉሆችን ያገኛሉ። እነዚህን ገጾች ለበለጠ ጥቅም እንዲገለብጡ እና ለሌሎች እንዲያካፍሉ እናበረታታዎታለን።

ከStrongerMemory by Goodwin Living ጋር በመሆን ግባችን በተቻለ መጠን ብዙ ሰዎችን በአንጎል ጤና ጉዟቸው ላይ በአዎንታዊ መልኩ መደገፍ ነው።

መልካሙን ሁሉ እንመኛለን፣

**Rob Liebreich**

ልጅ፣ ባል፣ አባት እንዲሁም የሚከተለው ተልዕኮ ያለው Goodwin Living ፕሬዚዳንት እና ዋና ሥራ አስኪያጅ፡-

*ከኤጲስ ቆጶስ ቤተክርስቲያን ጋር በተሳሰረ እምነት ላይ የተመሠረተ ለትርፍ ያልተቋቋመ ድርጅት በኩል አረጋውያንን እና የሚንከባከቧቸውን ሰዎች ለመደገፍ፣ ለማክበር እና ለማንሳት።*

በተጨማሪም ምንም እንኳን የእውቀት (ኮግኒቲቭ) ክህሎት መሻሻል ዋስትና ባይኖርም ይህ መድኃኒት ያልሆነ አማራጭ (የሚወሰድ መድኃኒት ስላልሆነ) StrongerMemoryን በመሞከር የሚመጡ ምንም አሉታዊ የጎንዮሽ ጉዳዮች የሉም። ስለዚህ ዛሬውኑ ይሞክሩት!

# በStrongerMemory የተሻለ የአንጎል ጤናን ይገንቡ

አንጎልዎ በመደበኛ እንቅስቃሴ ላይ

አንጎልዎ  
ከStrongerMemory ጋር



ቀላል አንቅስቃሴዎችን ስናደርግ፣ ለምሳሌ በመስኮቱ መመልከት ወይም ትዕይንትን ማየት ወይም አስቸጋሪ የሒሳብ እኩልዮሾች፣ የአንጎል ቅኝቶች ጥቂት የአንጎላችን ክፍሎች በእንቅስቃሴ እንደሚበሩ ያስተምሩናል።

እንደ ከባድ የሒሳብ ችግሮችን ስንፈታ የአንጎልን የተወሰነ ክፍል ብቻ ማለማመዱ ጠቃሚ ሊሆን ቢችልም ይህ ብቻውን ማስታወስ፣ ትዝ ማለት እና ማተኮር ላይ ብዙም አያግዝም።

ጮክ ብለን ስናነብ፣ ቀላል ያለ ሒሳብን በፍጥነት ስንሠራ እና በእጅ ስንጽፍ የአንጎሎቻችን ፕሪፍሮንታል ኮርቴክስ እና ሰፊው ክፍሎች ይበራሉ።

በStrongerMemory የነርቭ መንገዶቻችንን እና የሥራ ትውስታችንን አንድ ላይ ማንቃት እንችላለን።

ይህም የማስታወስ፣ ትዝ የማለት ችሎታችንን እና ትኩረታችንን በእጅጉ ያሻሽላል።

## የቀን መቁጠሪያ

የዕለት ተዕለት እድገትዎን ለመከታተል ይህንን ሉህ ይቅዱ እና ይጠቀሙ - እነዚህን እንቅስቃሴዎች በማድረግ ላይ የሚያሳልፉትን ጊዜ ይጻፉ። በየቀኑ ከ20 እስከ 30 ደቂቃዎች ውስጥ በእነዚህ መልመጃዎች ውስጥ መሳተፍ ጥሩ ነው። ምንም እንኳን ከአራት እስከ አምስት ጊዜ እንኳን ጠቃሚ ሆኖ ቢገኝም።

**ወር:-**

አሁን	ሰዓ	ማክሰኞ	ረቡዕ	ሐሙስ	ዓርብ	ቅዳሜ



## ክፍል 1

# ጮክ ብሎ ማንበብ

### አቅጣጫዎች፡-

የሚወዱትን መጽሐፍ ይያዙ፤ በአቅራቢያዎ ያለ መጽሔት ይውሰዱ፤ አዎንታዊ የዜና ታሪኮችን ያንበቡ - ምርጫው የእርስዎ ነው። ጮክ ብለው - በቀን ለ10 ደቂቃ ወይም ከዚያ በላይ የሚያነቡትን ነገር ይፈልጉ። በቤተሰብዎ እና በጓደኞችዎ መረብ ውስጥ ላለ ሰው ማንበብም ይችላሉ!!





## ክፍል 2

# የፈጣን ሒሳብ ሉሆች

### ጥያቄዎቹን ለሚፈቱት የሚሆኑ አቅጣጫዎች፡-

እነዚህን የሒሳብ ገጾች ማጠናቀቅ ዓላማው ትኩረትን መፍጠር ነው። ዋናው ነገር ስለትክክለኛዎቹ መልሶች ሳይጨነቁ ሒሳቡን ማሰላት ብቻ ነው። ጥያቄዎቹ ቀላል እንዲሆኑ የታሰቡ ሲሆን ጭንቀት ሊፈጥሩ አይገባም። የሒሳብ ጥያቄዎቹ ጭንቀት እየፈጠሩብዎ ከሆነ ያለፈውን ሉህ ለመድገም ነፃነት ይሰማዎት ወይም በምትኩ ወደ ቀድሞ ጥቅሉ ይመለሱ።

እያንዳንዱን ገጽ በተቻለ ፍጥነት ያጠናቅቁ። ግብ እነዚህን ፈጣን የሒሳብ ጥያቄዎቹ በመሥራት ላይ በቀን ከ5-10 ደቂቃዎችን ማሳለፍ ነው። ለአብዛኛዎቹ ሰዎች፣ ይህ በቀን ከ2-4 ገፅ ሒሳብ ነው። እድገትዎን መከታተል ከፈለጉ እባክዎ እያንዳንዱን ሉህ ለማጠናቀቅ የሚወስድዎትን ጊዜ ለመከታተል ጊዜ ቆጣሪ ይጠቀሙ። በእያንዳንዱ ገጽ ላይ ካለው አጭር የአንጎል እውነታ መረጃ በታች ጊዜዎን የሚጽፉበት ቦታ አለ።

መልሶቹን በእጅዎ መጻፍ ካልቻሉ ጥያቄውን ማንበብ እና መልሱን ጮክ ብለው መናገር ይችላሉ። እዚህ ዋናው ግብ ፍጥነት ነው፣ ስለዚህ ጥያቄዎቹን በፍጥነት ይለፉ። መልመጃዎቹን እንደገና ማከናወን እንዲችሉ ከመጀመሪያው አጠቃቀምዎ በፊት የእያንዳንዱን ገጽ ብዙ ባዶ ቅጂዎችን እንዲሰሩ እንመክርዎታለን።

### ሂደቱን ለሚደግፉት ሰዎች የሚሆኑ አቅጣጫዎች፡-

በአካልም ሆነ በርቀት የዕለት ተዕለት ጥረቶችን የሚያበረታታ ሰው ማግኘቱ አጋዥ ነው እና አንድ ሰውን በሥራው ላይ እንዲተባበር ያበረታታል። አንድ ሰው እነዚህን ጥቅሎች እንዲሠሩ የሚደግፉ ከሆነ ተግባሮችዎ ሁለት አቅጣጫዎች ናቸው፡-

1. ጥረቱን ያበረታቱ! ትክክል ያልሆነውን መልስ አያርሙ። በቀላሉ ወደ ቀጣዩ ይሂዱ።
2. አዎንታዊ ግብረመልስ! ድጋፍ ሰጪ አሰልጣኝ ይሁኑ እና በትክክል የተደረጉትን ነገሮችን ያድምቁ።

## ክፍል 1:-

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$\begin{array}{r} 1 \\ +1 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 1 \\ +2 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 1 \\ +3 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 1 \\ +4 \\ \hline \end{array}$
--	--	--	--

$\begin{array}{r} 1 \\ +5 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 1 \\ +6 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 1 \\ +7 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 1 \\ +8 \\ \hline \end{array}$
--	--	--	--

$\begin{array}{r} 1 \\ +9 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 2 \\ +1 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 2 \\ +2 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 2 \\ +3 \\ \hline \end{array}$
--	--	--	--

$\begin{array}{r} 2 \\ +4 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 2 \\ +5 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 2 \\ +6 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 2 \\ +7 \\ \hline \end{array}$
--	--	--	--

$\begin{array}{r} 2 \\ +8 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 3 \\ +1 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 3 \\ +2 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 3 \\ +3 \\ \hline \end{array}$
--	--	--	--

አንጎል የሚሸፍነው የሰውነትን 2% ክብደት ነው።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ:- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$\begin{array}{r} 3 \\ +4 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 3 \\ +5 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 3 \\ +6 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 3 \\ +7 \\ \hline \end{array}$
--	--	--	--

$\begin{array}{r} 4 \\ +1 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 4 \\ +2 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 4 \\ +3 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 4 \\ +4 \\ \hline \end{array}$
--	--	--	--

$\begin{array}{r} 4 \\ +5 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 4 \\ +6 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 5 \\ +1 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 5 \\ +2 \\ \hline \end{array}$
--	--	--	--

$\begin{array}{r} 5 \\ +3 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 5 \\ +4 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 5 \\ +5 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 6 \\ +1 \\ \hline \end{array}$
--	--	--	--

$\begin{array}{r} 6 \\ +2 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 6 \\ +3 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 6 \\ +4 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 7 \\ +1 \\ \hline \end{array}$
--	--	--	--

2% የሚያህል ፈሳሽ ማጣት በእርስዎ ትኩረት፣ ትውስታ እና ክህሎት ላይ ተጽዕኖ ያሳድራል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$\begin{array}{r} 7 \\ +2 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 7 \\ +3 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 8 \\ +1 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 8 \\ +2 \\ \hline \end{array}$
$\begin{array}{r} 9 \\ +1 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 9 \\ +2 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 9 \\ +3 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 9 \\ +4 \\ \hline \end{array}$
$\begin{array}{r} 9 \\ +5 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 9 \\ +6 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 9 \\ +7 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 9 \\ +8 \\ \hline \end{array}$
$\begin{array}{r} 9 \\ +9 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 8 \\ +3 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 8 \\ +4 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 8 \\ +5 \\ \hline \end{array}$
$\begin{array}{r} 8 \\ +6 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 8 \\ +7 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 8 \\ +8 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 8 \\ +9 \\ \hline \end{array}$

የአንጎል ክብደት ሦስት ፓውንድ ብቻ ነው።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$\begin{array}{r} 7 \\ +4 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 7 \\ +5 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 7 \\ +6 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 7 \\ +7 \\ \hline \end{array}$
--	--	--	--

$\begin{array}{r} 7 \\ +8 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 7 \\ +9 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 6 \\ +5 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 6 \\ +6 \\ \hline \end{array}$
--	--	--	--

$\begin{array}{r} 6 \\ +7 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 6 \\ +8 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 6 \\ +9 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 5 \\ +6 \\ \hline \end{array}$
--	--	--	--

$\begin{array}{r} 5 \\ +7 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 5 \\ +8 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 5 \\ +9 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 4 \\ +7 \\ \hline \end{array}$
--	--	--	--

$\begin{array}{r} 4 \\ +8 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 4 \\ +9 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 3 \\ +8 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 3 \\ +9 \\ \hline \end{array}$
--	--	--	--

የጭንቅላት ውስጣዊ ክፍል (ቴምፖራል ሎብ) ትውስታዎችን እና ስሜቶችን ያመነጫል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

10	10	10	10
<u>+1</u>	<u>+2</u>	<u>+3</u>	<u>+4</u>

10	10	10	10
<u>+5</u>	<u>+6</u>	<u>+7</u>	<u>+8</u>

10	11	11	11
<u>+9</u>	<u>+1</u>	<u>+2</u>	<u>+3</u>

11	11	11	11
<u>+4</u>	<u>+5</u>	<u>+6</u>	<u>+7</u>

11	12	12	12
<u>+8</u>	<u>+1</u>	<u>+2</u>	<u>+3</u>

እያንዳንዱ ኒውሮን በሰከንድ ውስጥ 1,000 የሚሆኑ የነርቭ ስሜቶችን ሊያስተላልፍ ይችላል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

12 <u>+4</u>	12 <u>+5</u>	12 <u>+6</u>	12 <u>+7</u>
13 <u>+1</u>	13 <u>+2</u>	13 <u>+3</u>	13 <u>+4</u>
13 <u>+5</u>	13 <u>+6</u>	14 <u>+1</u>	14 <u>+2</u>
14 <u>+3</u>	14 <u>+4</u>	14 <u>+5</u>	15 <u>+1</u>
15 <u>+2</u>	15 <u>+3</u>	15 <u>+4</u>	16 <u>+1</u>

ሕጻናት በፍጥነት የሚያደጉ አንጎሎችን የሚይዙ ትልቅ ጭንቅላቶች አሏቸው።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

16 <u>+2</u>	16 <u>+3</u>	17 <u>+1</u>	17 <u>+2</u>
18 <u>+1</u>	18 <u>+2</u>	18 <u>+3</u>	18 <u>+4</u>
18 <u>+5</u>	18 <u>+6</u>	18 <u>+7</u>	18 <u>+8</u>
18 <u>+9</u>	19 <u>+1</u>	19 <u>+2</u>	19 <u>+3</u>
19 <u>+4</u>	19 <u>+5</u>	19 <u>+6</u>	19 <u>+7</u>

የ2 ዓመት ልጅ አንጎል አዋቂ ካለው መጠን 80% የሚያህል ነው።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

19 <u>+8</u>	19 <u>+9</u>	17 <u>+3</u>	17 <u>+4</u>
17 <u>+5</u>	17 <u>+6</u>	17 <u>+7</u>	17 <u>+8</u>
17 <u>+9</u>	16 <u>+4</u>	16 <u>+5</u>	16 <u>+6</u>
16 <u>+7</u>	16 <u>+8</u>	16 <u>+9</u>	15 <u>+5</u>
15 <u>+6</u>	15 <u>+7</u>	15 <u>+8</u>	15 <u>+9</u>

አንጎል ወደ 20 ዋት የሚሆን ኤሌክትሪክን ያመነጫል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

## ደረጃ 2:-

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$\begin{array}{r} 1 \\ +1 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 1 \\ +2 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 1 \\ +3 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 1 \\ +4 \\ \hline \end{array}$
--	--	--	--

$\begin{array}{r} 1 \\ +5 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 1 \\ +6 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 1 \\ +7 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 1 \\ +8 \\ \hline \end{array}$
--	--	--	--

$\begin{array}{r} 1 \\ +9 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 2 \\ +1 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 2 \\ +2 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 2 \\ +3 \\ \hline \end{array}$
--	--	--	--

$\begin{array}{r} 2 \\ +4 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 2 \\ +5 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 2 \\ +6 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 2 \\ +7 \\ \hline \end{array}$
--	--	--	--

$\begin{array}{r} 2 \\ +8 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 3 \\ +1 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 3 \\ +2 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 3 \\ +3 \\ \hline \end{array}$
--	--	--	--

አንጎል የሰውነታችንን ወደ 20% የሚሆን ኃይል ይጠቀማል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ:- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$$\begin{array}{r} 3 \\ +4 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 3 \\ +5 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 3 \\ +6 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 3 \\ +7 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 4 \\ +1 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 4 \\ +2 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 4 \\ +3 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 4 \\ +4 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 4 \\ +5 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 4 \\ +6 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 5 \\ +1 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 5 \\ +2 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 5 \\ +3 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 5 \\ +4 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 5 \\ +5 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 6 \\ +1 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 6 \\ +2 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 6 \\ +3 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 6 \\ +4 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 7 \\ +1 \\ \hline \end{array}$$

የአንጎል መረጃ በሰዓት እስከ 268 ማይል ድረስ ይጓዛል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$\begin{array}{r} 7 \\ +2 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 7 \\ +3 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 8 \\ +1 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 8 \\ +2 \\ \hline \end{array}$
$\begin{array}{r} 9 \\ +1 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 9 \\ +2 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 9 \\ +3 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 9 \\ +4 \\ \hline \end{array}$
$\begin{array}{r} 9 \\ +5 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 9 \\ +6 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 9 \\ +7 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 9 \\ +8 \\ \hline \end{array}$
$\begin{array}{r} 9 \\ +9 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 8 \\ +3 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 8 \\ +4 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 8 \\ +5 \\ \hline \end{array}$
$\begin{array}{r} 8 \\ +6 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 8 \\ +7 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 8 \\ +8 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 8 \\ +9 \\ \hline \end{array}$

አንጎል በአማካኝ በደቂቃ ውስጥ 48.6 ሀሳቦችን ያመነጫል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$\begin{array}{r} 7 \\ +4 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 7 \\ +5 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 7 \\ +6 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 7 \\ +7 \\ \hline \end{array}$
$\begin{array}{r} 7 \\ +8 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 7 \\ +9 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 6 \\ +5 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 6 \\ +6 \\ \hline \end{array}$
$\begin{array}{r} 6 \\ +7 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 6 \\ +8 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 6 \\ +9 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 5 \\ +6 \\ \hline \end{array}$
$\begin{array}{r} 5 \\ +7 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 5 \\ +8 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 5 \\ +9 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 4 \\ +7 \\ \hline \end{array}$
$\begin{array}{r} 4 \\ +8 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 4 \\ +9 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 3 \\ +8 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 3 \\ +9 \\ \hline \end{array}$

በየደቂቃው 1,000 ሚሊ ሊትር የሚሆን የደም ፍሰት በአንጎል ውስጥ ያልፋል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

10	10	10	10
<u>+1</u>	<u>+2</u>	<u>+3</u>	<u>+4</u>

10	10	10	10
<u>+5</u>	<u>+6</u>	<u>+7</u>	<u>+8</u>

10	11	11	11
<u>+9</u>	<u>+1</u>	<u>+2</u>	<u>+3</u>

11	11	11	11
<u>+4</u>	<u>+5</u>	<u>+6</u>	<u>+7</u>

11	12	12	12
<u>+8</u>	<u>+1</u>	<u>+2</u>	<u>+3</u>

የአዕምሮ ላይኛው ኋለኛ ክፍል (ፓሬቲያል ሎብ) በስሜት ህዋስ ሂደት፣ ትኩረት እና ቋንቋ ላይ ይሳተፋል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

12 <u>+4</u>	12 <u>+5</u>	12 <u>+6</u>	12 <u>+7</u>
13 <u>+1</u>	13 <u>+2</u>	13 <u>+3</u>	13 <u>+4</u>
13 <u>+5</u>	13 <u>+6</u>	14 <u>+1</u>	14 <u>+2</u>
14 <u>+3</u>	14 <u>+4</u>	14 <u>+5</u>	15 <u>+1</u>
15 <u>+2</u>	15 <u>+3</u>	15 <u>+4</u>	16 <u>+1</u>

በጠቅላላው የወንዶች አንጎሎች ከሴቶች አንጻር በ10% ይተልቃሉ።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

16	16	17	17
<u>+2</u>	<u>+3</u>	<u>+1</u>	<u>+2</u>

18	18	18	18
<u>+1</u>	<u>+2</u>	<u>+3</u>	<u>+4</u>

18	18	18	18
<u>+5</u>	<u>+6</u>	<u>+7</u>	<u>+8</u>

18	19	19	19
<u>+9</u>	<u>+1</u>	<u>+2</u>	<u>+3</u>

19	19	19	19
<u>+4</u>	<u>+5</u>	<u>+6</u>	<u>+7</u>

የፕሪፍሮንታል ኮርቴክስ የፊት የአዕምሮ ክፍልን (ፍሮንታል ሎብ) ይሸፍናል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

19 <u>+8</u>	19 <u>+9</u>	17 <u>+3</u>	17 <u>+4</u>
17 <u>+5</u>	17 <u>+6</u>	17 <u>+7</u>	17 <u>+8</u>
17 <u>+9</u>	16 <u>+4</u>	16 <u>+5</u>	16 <u>+6</u>
16 <u>+7</u>	16 <u>+8</u>	16 <u>+9</u>	15 <u>+5</u>
15 <u>+6</u>	15 <u>+7</u>	15 <u>+8</u>	15 <u>+9</u>

ሂፖካምፕስ ከትውስታ ጋር በጥልቅ የተዛመደ ሲሆን ሴቶች ላይ ይተልቃል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

5 <u>+5</u>	6 <u>+4</u>	7 <u>+3</u>	8 <u>+2</u>
9 <u>+1</u>	1 <u>+9</u>	2 <u>+8</u>	3 <u>+7</u>
4 <u>+6</u>	10 <u>+1</u>	10 <u>+2</u>	10 <u>+3</u>
10 <u>+4</u>	10 <u>+5</u>	10 <u>+6</u>	10 <u>+7</u>
10 <u>+8</u>	10 <u>+9</u>	1 <u>+10</u>	2 <u>+10</u>

የAlbert Einstein አንጎል ክብደት 2.71 ፓውንድ ነበር።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

1 <u>+6</u>	2 <u>+5</u>	3 <u>+4</u>	4 <u>+3</u>
5 <u>+2</u>	6 <u>+1</u>	1 <u>+7</u>	2 <u>+6</u>
3 <u>+5</u>	4 <u>+4</u>	5 <u>+3</u>	6 <u>+2</u>
7 <u>+1</u>	1 <u>+8</u>	2 <u>+7</u>	3 <u>+6</u>
4 <u>+5</u>	5 <u>+4</u>	6 <u>+3</u>	7 <u>+2</u>

የአንጎልዎ የግንኙነት ሥርዓተ ጥለት ልክ እንደ ጣት አሻራዎችዎ ሁሉ ልዩ ነው።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

1 <u>+2</u>	2 <u>+1</u>	1 <u>+3</u>	2 <u>+2</u>
3 <u>+1</u>	1 <u>+4</u>	2 <u>+3</u>	3 <u>+2</u>
4 <u>+1</u>	1 <u>+5</u>	2 <u>+4</u>	3 <u>+3</u>
4 <u>+2</u>	5 <u>+1</u>	1 <u>+0</u>	2 <u>+0</u>
3 <u>+0</u>	4 <u>+0</u>	5 <u>+0</u>	6 <u>+0</u>

አንጎል በየቀኑ ግማሽ ብርጭቆ የሚሆን ፈሳሽ ያመነጫል።

ለማጠናቀቅ የፈጅበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

### ደረጃ 3:-

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

100	100	100	100
<u>+1</u>	<u>+2</u>	<u>+3</u>	<u>+4</u>

100	100	100	100
<u>+5</u>	<u>+6</u>	<u>+7</u>	<u>+8</u>

100	200	200	200
<u>+9</u>	<u>+1</u>	<u>+2</u>	<u>+3</u>

200	200	200	200
<u>+4</u>	<u>+5</u>	<u>+6</u>	<u>+7</u>

200	300	300	300
<u>+8</u>	<u>+1</u>	<u>+2</u>	<u>+3</u>

95% የሚሆንኩት ውሳኔዎችዎ በውስጠ-ሀሊናዎ ውስጥ ይካሄዳሉ።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ:- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

300 <u>+4</u>	300 <u>+5</u>	300 <u>+6</u>	300 <u>+7</u>
400 <u>+1</u>	400 <u>+2</u>	400 <u>+3</u>	400 <u>+4</u>
400 <u>+5</u>	400 <u>+6</u>	500 <u>+1</u>	500 <u>+2</u>
500 <u>+3</u>	500 <u>+4</u>	500 <u>+5</u>	600 <u>+1</u>
600 <u>+2</u>	600 <u>+3</u>	600 <u>+4</u>	700 <u>+1</u>

የዓይን ኳሶች የአንጎል ቀጥተኛ አካላዊ ቅጥያ ናቸው።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

700 <u>+2</u>	700 <u>+3</u>	800 <u>+1</u>	800 <u>+2</u>
900 <u>+1</u>	900 <u>+2</u>	900 <u>+3</u>	900 <u>+4</u>
900 <u>+5</u>	900 <u>+6</u>	900 <u>+7</u>	900 <u>+8</u>
900 <u>+9</u>	800 <u>+3</u>	800 <u>+4</u>	800 <u>+5</u>
800 <u>+6</u>	800 <u>+7</u>	800 <u>+8</u>	800 <u>+9</u>

ሴሬብራል ኮርቴክስን የበለጠ መጠቀም ሲጀምሩ የተሻለ እየጠነከረ/እያደገ ይሄዳል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

700 <u>+4</u>	700 <u>+5</u>	700 <u>+6</u>	700 <u>+7</u>
700 <u>+8</u>	700 <u>+9</u>	600 <u>+5</u>	600 <u>+6</u>
600 <u>+7</u>	600 <u>+8</u>	600 <u>+9</u>	500 <u>+6</u>
500 <u>+7</u>	500 <u>+8</u>	500 <u>+9</u>	400 <u>+7</u>
400 <u>+8</u>	400 <u>+9</u>	300 <u>+8</u>	300 <u>+9</u>

REM እንቅልፍ ፈጣን የዓይን እንቅስቃሴ ያለውን እንቅልፍን ይወክላል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

1000 <u>+1</u>	1000 <u>+2</u>	1000 <u>+3</u>	1000 <u>+4</u>
1000 <u>+5</u>	1000 <u>+6</u>	1000 <u>+7</u>	1000 <u>+8</u>
1000 <u>+9</u>	1100 <u>+1</u>	1100 <u>+2</u>	1100 <u>+3</u>
1100 <u>+4</u>	1100 <u>+5</u>	1100 <u>+6</u>	1100 <u>+7</u>
1100 <u>+8</u>	1200 <u>+1</u>	1200 <u>+2</u>	1200 <u>+3</u>

የሰው ልጅ አንጎል ወደ 100,000 ማይሎች የሚደርስ የደም ስሮች አሉት።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

1200 <u>+4</u>	1200 <u>+5</u>	1200 <u>+6</u>	1200 <u>+7</u>
1300 <u>+1</u>	1300 <u>+2</u>	1300 <u>+3</u>	1300 <u>+4</u>
1300 <u>+5</u>	1300 <u>+6</u>	1400 <u>+1</u>	1400 <u>+2</u>
1400 <u>+3</u>	1400 <u>+4</u>	1400 <u>+5</u>	1500 <u>+1</u>
1500 <u>+2</u>	1500 <u>+3</u>	1500 <u>+4</u>	1600 <u>+1</u>

እያንዳንዱ የልብ ምት ከደምዎ ውስጥ 20-25% የሚሆነውን ወደ አንጎልዎ ይወስዳል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

1600 <u>+2</u>	1600 <u>+3</u>	1700 <u>+1</u>	1700 <u>+2</u>
1800 <u>+1</u>	1800 <u>+2</u>	1800 <u>+3</u>	1800 <u>+4</u>
1800 <u>+5</u>	1800 <u>+6</u>	1800 <u>+7</u>	1800 <u>+8</u>
1800 <u>+9</u>	1900 <u>+1</u>	1900 <u>+2</u>	1900 <u>+3</u>
1900 <u>+4</u>	1900 <u>+5</u>	1900 <u>+6</u>	1900 <u>+7</u>

የአንጎል ግራጫ አካል በኒውሮኖች የተገነባ ሲሆን ምልክቶችን ያስተላልፋል።

ለማጠናቀቅ የፈጅበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

1900 <u>+8</u>	1900 <u>+9</u>	1700 <u>+3</u>	1700 <u>+4</u>
1700 <u>+5</u>	1700 <u>+6</u>	1700 <u>+7</u>	1700 <u>+8</u>
1700 <u>+9</u>	1600 <u>+4</u>	1600 <u>+5</u>	1600 <u>+6</u>
1600 <u>+7</u>	1600 <u>+8</u>	1600 <u>+9</u>	1500 <u>+5</u>
1500 <u>+6</u>	1500 <u>+7</u>	1500 <u>+8</u>	1500 <u>+9</u>

በአንጎል ውስጥ 10,000 የሚሆኑ ልዩ የኒውሮኖች ዓይነቶች አሉ።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

500	600	700	800
<u>+5</u>	<u>+4</u>	<u>+3</u>	<u>+2</u>

900	100	200	300
<u>+1</u>	<u>+9</u>	<u>+8</u>	<u>+7</u>

400	1000	1000	1000
<u>+6</u>	<u>+1</u>	<u>+2</u>	<u>+3</u>

1000	1000	1000	1000
<u>+4</u>	<u>+5</u>	<u>+6</u>	<u>+7</u>

1000	1000	100	200
<u>+8</u>	<u>+9</u>	<u>+10</u>	<u>+10</u>

የፕሪፍሮንታል ኮርቴክስ በአንጎል ፊት ለፊት ክፍል ላይ ይገኛል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

100 <u>+6</u>	200 <u>+5</u>	300 <u>+4</u>	400 <u>+3</u>
500 <u>+2</u>	600 <u>+1</u>	100 <u>+7</u>	200 <u>+6</u>
300 <u>+5</u>	400 <u>+4</u>	500 <u>+3</u>	600 <u>+2</u>
700 <u>+1</u>	100 <u>+8</u>	200 <u>+7</u>	300 <u>+6</u>
400 <u>+5</u>	500 <u>+4</u>	600 <u>+3</u>	700 <u>+2</u>

ልምምድ ትውስታን እና የማሰብ ክህሎቶችን ይጠብቃል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ።

10	20	10	20
<u>+20</u>	<u>+10</u>	<u>+30</u>	<u>+20</u>
30	10	20	30
<u>+10</u>	<u>+40</u>	<u>+30</u>	<u>+20</u>
40	10	20	30
<u>+10</u>	<u>+50</u>	<u>+40</u>	<u>+30</u>
40	50	10	20
<u>+20</u>	<u>+10</u>	<u>+10</u>	<u>+10</u>
30	40	50	60
<u>+10</u>	<u>+10</u>	<u>+10</u>	<u>+10</u>

Alois Alzheimer በ1906 የአልሃይመርን በሽታ ለይቶ ማወቁ ይታወቃል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

**ደረጃ 4:-**

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

100	100	100	100
<u>+10</u>	<u>+20</u>	<u>+30</u>	<u>+40</u>

100	100	100	100
<u>+50</u>	<u>+60</u>	<u>+70</u>	<u>+80</u>

100	200	200	200
<u>+90</u>	<u>+10</u>	<u>+20</u>	<u>+30</u>

200	200	200	200
<u>+40</u>	<u>+50</u>	<u>+60</u>	<u>+70</u>

200	300	300	300
<u>+80</u>	<u>+10</u>	<u>+20</u>	<u>+30</u>

የመጀመሪያው በአልዛይመር የተያዘው ግለሰብ 50 ዓመቱ ነበር።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ:- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

300	300	300	300
<u>+40</u>	<u>+50</u>	<u>+60</u>	<u>+70</u>

400	400	400	400
<u>+10</u>	<u>+20</u>	<u>+30</u>	<u>+40</u>

400	400	500	500
<u>+50</u>	<u>+60</u>	<u>+10</u>	<u>+20</u>

500	500	500	600
<u>+30</u>	<u>+40</u>	<u>+50</u>	<u>+10</u>

600	600	600	700
<u>+20</u>	<u>+30</u>	<u>+40</u>	<u>+10</u>

የሰው አንጎል ከቶፊ ጋር ተመሳሳይ የሆነ አካላዊ ስሜት አለው።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

700 <u>+20</u>	700 <u>+30</u>	800 <u>+10</u>	800 <u>+20</u>
900 <u>+10</u>	900 <u>+20</u>	900 <u>+30</u>	900 <u>+40</u>
900 <u>+50</u>	900 <u>+60</u>	900 <u>+70</u>	900 <u>+80</u>
900 <u>+90</u>	800 <u>+30</u>	800 <u>+40</u>	800 <u>+50</u>
800 <u>+60</u>	800 <u>+70</u>	800 <u>+80</u>	800 <u>+90</u>

የቤታ የአንጎል ሞገዶች = ትኩረት፣ ውይይት ወይም በተግባር ላይ ማተኮር።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

700	700	700	700
<u>+40</u>	<u>+50</u>	<u>+60</u>	<u>+70</u>

700	700	600	600
<u>+80</u>	<u>+90</u>	<u>+50</u>	<u>+60</u>

600	600	600	500
<u>+70</u>	<u>+80</u>	<u>+90</u>	<u>+60</u>

500	500	500	400
<u>+70</u>	<u>+80</u>	<u>+90</u>	<u>+70</u>

400	400	300	300
<u>+80</u>	<u>+90</u>	<u>+80</u>	<u>+90</u>

ጉዳት ከደረሰ በኋላ አንጎልዎ እራሱን እንደገና መገንባት ይችላል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ።

1000 <u>+10</u>	1000 <u>+20</u>	1000 <u>+30</u>	1000 <u>+40</u>
1000 <u>+50</u>	1000 <u>+60</u>	1000 <u>+70</u>	1000 <u>+80</u>
1000 <u>+90</u>	1100 <u>+10</u>	1100 <u>+20</u>	1100 <u>+30</u>
1100 <u>+40</u>	1100 <u>+50</u>	1100 <u>+60</u>	1100 <u>+70</u>
1100 <u>+80</u>	1200 <u>+10</u>	1200 <u>+20</u>	1200 <u>+30</u>

አዳዲስ ነገሮችን መማር በአንጎል አወቃቀር ውስጥ አካላዊ ለውጦችን ይፈጥራል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ።

1200 <u>+40</u>	1200 <u>+50</u>	1200 <u>+60</u>	1200 <u>+70</u>
1300 <u>+10</u>	1300 <u>+20</u>	1300 <u>+30</u>	1300 <u>+40</u>
1300 <u>+50</u>	1300 <u>+60</u>	1400 <u>+10</u>	1400 <u>+20</u>
1400 <u>+30</u>	1400 <u>+40</u>	1400 <u>+50</u>	1500 <u>+10</u>
1500 <u>+20</u>	1500 <u>+30</u>	1500 <u>+40</u>	1600 <u>+10</u>

ሙባራት ወደ ዓይንዎ እንደደረሰ ለመረዳት አንጎልዎ .2 ሰከንዶች ይፈጅቡታል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

1600 <u>+20</u>	1600 <u>+30</u>	1700 <u>+10</u>	1700 <u>+20</u>
1800 <u>+10</u>	1800 <u>+20</u>	1800 <u>+30</u>	1800 <u>+40</u>
1800 <u>+50</u>	1800 <u>+60</u>	1800 <u>+70</u>	1800 <u>+80</u>
1800 <u>+90</u>	1900 <u>+10</u>	1900 <u>+20</u>	1900 <u>+30</u>
1900 <u>+40</u>	1900 <u>+50</u>	1900 <u>+60</u>	1900 <u>+70</u>

አንጎሎች ዓይኖች ለ13 ሚሊ ሰከንድ ብቻ ያዩትን ምስል ማሰናዳት ይችላሉ።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

1900 <u>+80</u>	1900 <u>+90</u>	1700 <u>+30</u>	1700 <u>+40</u>
1700 <u>+50</u>	1700 <u>+60</u>	1700 <u>+70</u>	1700 <u>+80</u>
1700 <u>+90</u>	1600 <u>+40</u>	1600 <u>+50</u>	1600 <u>+60</u>
1600 <u>+70</u>	1600 <u>+80</u>	1600 <u>+90</u>	1500 <u>+50</u>
1500 <u>+60</u>	1500 <u>+70</u>	1500 <u>+80</u>	1500 <u>+90</u>

አንጎል በሕይወት ጊዜ ውስጥ የመለዋወጥ አቅም አለው።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

500	600	700	800
<u>+50</u>	<u>+40</u>	<u>+30</u>	<u>+20</u>
900	100	200	300
<u>+10</u>	<u>+90</u>	<u>+80</u>	<u>+70</u>
400	1000	1000	1000
<u>+60</u>	<u>+10</u>	<u>+20</u>	<u>+30</u>
1000	1000	1000	1000
<u>+40</u>	<u>+50</u>	<u>+60</u>	<u>+70</u>
1000	1000	100	200
<u>+80</u>	<u>+90</u>	<u>+100</u>	<u>+100</u>

የአንጎል የመለጠጥ ችሎታ (ፕላስቲሲቲ) የአንጎል የመለዋወጥ እና ማደግ ችሎታ ነው።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

100	200	300	400
<u>+60</u>	<u>+50</u>	<u>+40</u>	<u>+30</u>

500	600	100	200
<u>+20</u>	<u>+10</u>	<u>+70</u>	<u>+60</u>

300	400	500	600
<u>+50</u>	<u>+40</u>	<u>+30</u>	<u>+20</u>

700	100	200	300
<u>+10</u>	<u>+80</u>	<u>+70</u>	<u>+60</u>

400	500	600	700
<u>+50</u>	<u>+40</u>	<u>+30</u>	<u>+20</u>

ኒውሮጀነሲስ አዳዲስ የአንገል ህዋሶችን የመገንባት ሂደት ነው።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

100	200	100	200
<u>+200</u>	<u>+100</u>	<u>+300</u>	<u>+200</u>

300	100	200	300
<u>+100</u>	<u>+400</u>	<u>+300</u>	<u>+200</u>

400	100	200	300
<u>+100</u>	<u>+500</u>	<u>+400</u>	<u>+300</u>

400	500	100	200
<u>+200</u>	<u>+100</u>	<u>+100</u>	<u>+100</u>

300	400	500	600
<u>+100</u>	<u>+100</u>	<u>+100</u>	<u>+100</u>

ሰራብረም የአንጎል ትልቁ አካል ነው።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

ደረጃ5:-

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

101	102	103	104
<u>+10</u>	<u>+20</u>	<u>+30</u>	<u>+40</u>

105	106	107	108
<u>+50</u>	<u>+60</u>	<u>+70</u>	<u>+80</u>

109	201	202	203
<u>+90</u>	<u>+10</u>	<u>+20</u>	<u>+30</u>

204	205	206	207
<u>+40</u>	<u>+50</u>	<u>+60</u>	<u>+70</u>

208	301	302	303
<u>+80</u>	<u>+10</u>	<u>+20</u>	<u>+30</u>

ሰራብረም እንቅስቃሴን እና ሙቀትን ይቆጣጠራል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ:- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

304	305	306	307
<u>+40</u>	<u>+50</u>	<u>+60</u>	<u>+70</u>

401	402	403	404
<u>+10</u>	<u>+20</u>	<u>+30</u>	<u>+40</u>

405	406	501	502
<u>+50</u>	<u>+60</u>	<u>+10</u>	<u>+20</u>

503	504	505	601
<u>+30</u>	<u>+40</u>	<u>+50</u>	<u>+10</u>

602	603	604	701
<u>+20</u>	<u>+30</u>	<u>+40</u>	<u>+10</u>

አንጎል ምንም የሕመም ማወቂያ ተቀባዮች የሌሉት ሲሆን ምንም ሕመም አይሰማውም።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

702	703	801	802
<u>+20</u>	<u>+30</u>	<u>+10</u>	<u>+20</u>

901	902	903	904
<u>+10</u>	<u>+20</u>	<u>+30</u>	<u>+40</u>

905	906	907	908
<u>+50</u>	<u>+60</u>	<u>+70</u>	<u>+80</u>

909	803	804	805
<u>+90</u>	<u>+30</u>	<u>+40</u>	<u>+50</u>

806	807	808	809
<u>+60</u>	<u>+70</u>	<u>+80</u>	<u>+90</u>

የአንጎል ሙብረድ ሕመም ከላንቃ የሚመነጭ ሕመምን ይወክላል።

ለማጠናቀቅ የፈጅበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

704	705	706	707
<u>+40</u>	<u>+50</u>	<u>+60</u>	<u>+70</u>

708	709	605	606
<u>+80</u>	<u>+90</u>	<u>+50</u>	<u>+60</u>

607	608	609	506
<u>+70</u>	<u>+80</u>	<u>+90</u>	<u>+60</u>

507	508	509	407
<u>+70</u>	<u>+80</u>	<u>+90</u>	<u>+70</u>

408	409	308	309
<u>+80</u>	<u>+90</u>	<u>+80</u>	<u>+90</u>

የአንድ ቃል የመጀመሪያው እና የመጨረሻው ፊደል በትክክለኛው ቦታ ላይ ከሆኑ አንጎሉ በትክክል ማንበብ ይችላል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

1001 <u>+10</u>	1002 <u>+20</u>	1003 <u>+30</u>	1004 <u>+40</u>
1005 <u>+50</u>	1006 <u>+60</u>	1007 <u>+70</u>	1008 <u>+80</u>
1009 <u>+90</u>	1101 <u>+10</u>	1102 <u>+20</u>	1103 <u>+30</u>
1104 <u>+40</u>	1105 <u>+50</u>	1106 <u>+60</u>	1107 <u>+70</u>
1108 <u>+80</u>	1201 <u>+10</u>	1202 <u>+20</u>	1203 <u>+30</u>

የገለጻ ትውስታ የየዕለቱን እውነታዎች እና ክስተቶች ይሸፍናል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

1204 <u>+40</u>	1205 <u>+50</u>	1206 <u>+60</u>	1207 <u>+70</u>
1301 <u>+10</u>	1302 <u>+20</u>	1303 <u>+30</u>	1304 <u>+40</u>
1305 <u>+50</u>	1306 <u>+60</u>	1401 <u>+10</u>	1402 <u>+20</u>
1403 <u>+30</u>	1404 <u>+40</u>	1405 <u>+50</u>	1501 <u>+10</u>
1502 <u>+20</u>	1503 <u>+30</u>	1504 <u>+40</u>	1601 <u>+10</u>

የክፍል የማስታወስ ችሎታዎች ለእያንዳንዱ ልዩ የሆኑ የግል ተሞክሮዎች ናቸው።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

1602 <u>+20</u>	1603 <u>+30</u>	1701 <u>+10</u>	1702 <u>+20</u>
1801 <u>+10</u>	1802 <u>+20</u>	1803 <u>+30</u>	1804 <u>+40</u>
1805 <u>+50</u>	1806 <u>+60</u>	1807 <u>+70</u>	1808 <u>+80</u>
1809 <u>+90</u>	1901 <u>+10</u>	1902 <u>+20</u>	1903 <u>+30</u>
1904 <u>+40</u>	1905 <u>+50</u>	1906 <u>+60</u>	1907 <u>+70</u>

ስሜቶች እና ሐሳቦች በኒውሮኖች በኩል የሚተላለፉ ምልክቶች ውጤት ናቸው።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

1908 <u>+80</u>	1909 <u>+90</u>	1703 <u>+30</u>	1704 <u>+40</u>
1705 <u>+50</u>	1706 <u>+60</u>	1707 <u>+70</u>	1708 <u>+80</u>
1709 <u>+90</u>	1604 <u>+40</u>	1605 <u>+50</u>	1606 <u>+60</u>
1607 <u>+70</u>	1608 <u>+80</u>	1609 <u>+90</u>	1505 <u>+50</u>
1506 <u>+60</u>	1507 <u>+70</u>	1508 <u>+80</u>	1509 <u>+90</u>

አንጎል ከ10 ዓመት ዕድሜ በፊት አብዛኛዎቹን ግንኙነቶች ይሠራል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

505	604	703	802
<u>+50</u>	<u>+40</u>	<u>+30</u>	<u>+20</u>

901	109	208	307
<u>+10</u>	<u>+90</u>	<u>+80</u>	<u>+70</u>

406	1001	1002	1003
<u>+60</u>	<u>+10</u>	<u>+20</u>	<u>+30</u>

1004	1005	1006	1007
<u>+40</u>	<u>+50</u>	<u>+60</u>	<u>+70</u>

1008	1009	101	202
<u>+80</u>	<u>+90</u>	<u>+101</u>	<u>+101</u>

የአንጎል የማከማቻ አቅም በምናባዊ በሆነ መንገድ ቢለካ ያልተገደበ ነው።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

106	205	304	403
<u>+60</u>	<u>+50</u>	<u>+40</u>	<u>+30</u>

502	601	107	206
<u>+20</u>	<u>+10</u>	<u>+70</u>	<u>+60</u>

305	404	503	602
<u>+50</u>	<u>+40</u>	<u>+30</u>	<u>+20</u>

701	108	207	306
<u>+10</u>	<u>+80</u>	<u>+70</u>	<u>+60</u>

405	504	603	702
<u>+50</u>	<u>+40</u>	<u>+30</u>	<u>+20</u>

አንጎል ከማንኛውም ኮምፒውተር በበለጠ የማሰናዳት ኃይል አለው።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

101	202	101	202
<u>+202</u>	<u>+101</u>	<u>+303</u>	<u>+202</u>

303	101	202	303
<u>+101</u>	<u>+404</u>	<u>+303</u>	<u>+202</u>

404	101	202	303
<u>+101</u>	<u>+505</u>	<u>+404</u>	<u>+303</u>

404	505	110	220
<u>+202</u>	<u>+101</u>	<u>+110</u>	<u>+110</u>

330	440	550	660
<u>+110</u>	<u>+110</u>	<u>+110</u>	<u>+110</u>

ለልጆች ጮክ ብሎ ማንበብ የአንጎል ዕድገትን ያሳድጋል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

ደረጃ 6:-

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

111	112	113	114
<u>+10</u>	<u>+20</u>	<u>+30</u>	<u>+40</u>

115	116	117	118
<u>+50</u>	<u>+60</u>	<u>+70</u>	<u>+80</u>

119	211	212	213
<u>+90</u>	<u>+10</u>	<u>+20</u>	<u>+30</u>

214	215	216	217
<u>+40</u>	<u>+50</u>	<u>+60</u>	<u>+70</u>

218	311	312	313
<u>+80</u>	<u>+10</u>	<u>+20</u>	<u>+30</u>

ሴሬቶኒን እንቅልፍን፣ የምግብ ፍላጎት፣ ስሜቶችን የሚቆጣጠር ሲሆን ሕመምን ይቀንሳል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

314	315	316	317
<u>+40</u>	<u>+50</u>	<u>+60</u>	<u>+70</u>

411	412	413	414
<u>+10</u>	<u>+20</u>	<u>+30</u>	<u>+40</u>

415	416	511	512
<u>+50</u>	<u>+60</u>	<u>+10</u>	<u>+20</u>

513	514	515	611
<u>+30</u>	<u>+40</u>	<u>+50</u>	<u>+10</u>

612	613	614	711
<u>+20</u>	<u>+30</u>	<u>+40</u>	<u>+10</u>

ከ100,000 በላይ የሚሆኑ የኬሚካል ውህዶች በአንጎል ውስጥ በየሰከንዱ ይከሰታሉ።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

712 <u>+20</u>	713 <u>+30</u>	811 <u>+10</u>	812 <u>+20</u>
911 <u>+10</u>	912 <u>+20</u>	913 <u>+30</u>	914 <u>+40</u>
915 <u>+50</u>	916 <u>+60</u>	917 <u>+70</u>	918 <u>+80</u>
919 <u>+90</u>	813 <u>+30</u>	814 <u>+40</u>	815 <u>+50</u>
816 <u>+60</u>	817 <u>+70</u>	818 <u>+80</u>	819 <u>+90</u>

አንጎልዎ ከ8-10 ለሚሆኑ ሰከንዶች ደም ካጣ ራስዎን ይስታሉ።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

714 <u>+40</u>	715 <u>+50</u>	716 <u>+60</u>	717 <u>+70</u>
718 <u>+80</u>	719 <u>+90</u>	615 <u>+50</u>	616 <u>+60</u>
617 <u>+70</u>	618 <u>+80</u>	619 <u>+90</u>	516 <u>+60</u>
517 <u>+70</u>	518 <u>+80</u>	519 <u>+90</u>	417 <u>+70</u>
418 <u>+80</u>	419 <u>+90</u>	318 <u>+80</u>	319 <u>+90</u>

አንጎልዎ አንድ አምራር ለማብራት የሚበቃ ኃይልን ያመነጫል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

1011	1012	1013	1014
<u>+10</u>	<u>+20</u>	<u>+30</u>	<u>+40</u>

1015	1016	1017	1018
<u>+50</u>	<u>+60</u>	<u>+70</u>	<u>+80</u>

1019	1111	1112	1113
<u>+90</u>	<u>+10</u>	<u>+20</u>	<u>+30</u>

1114	1115	1116	1117
<u>+40</u>	<u>+50</u>	<u>+60</u>	<u>+70</u>

1118	1211	1212	1213
<u>+80</u>	<u>+10</u>	<u>+20</u>	<u>+30</u>

በቫይታሚን ኬ የበለጸጉ አረንጓዴ ቅጠሎች እና ፎሌት ለአንጎል ጥሩ ናቸው።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

1214 <u>+40</u>	1215 <u>+50</u>	1216 <u>+60</u>	1217 <u>+70</u>
1311 <u>+10</u>	1312 <u>+20</u>	1313 <u>+30</u>	1314 <u>+40</u>
1315 <u>+50</u>	1316 <u>+60</u>	1411 <u>+10</u>	1412 <u>+20</u>
1413 <u>+30</u>	1414 <u>+40</u>	1415 <u>+50</u>	1511 <u>+10</u>
1512 <u>+20</u>	1513 <u>+30</u>	1514 <u>+40</u>	1611 <u>+10</u>

አንጎልዎ ንክኪውን ስለሚጠብቀው ራስዎን መከርከር አይችሉም።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

1612 <u>+20</u>	1613 <u>+30</u>	1711 <u>+10</u>	1712 <u>+20</u>
1811 <u>+10</u>	1812 <u>+20</u>	1813 <u>+30</u>	1814 <u>+40</u>
1815 <u>+50</u>	1816 <u>+60</u>	1817 <u>+70</u>	1818 <u>+80</u>
1819 <u>+90</u>	1911 <u>+10</u>	1912 <u>+20</u>	1913 <u>+30</u>
1914 <u>+40</u>	1915 <u>+50</u>	1916 <u>+60</u>	1917 <u>+70</u>

አንጎል በሕይወት ጊዜ ውስጥ አብድ ኳድሪሊዮን ቢት የሚሆን መረጃን ሊይዝ ይችላል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

1918 <u>+80</u>	1919 <u>+90</u>	1713 <u>+30</u>	1714 <u>+40</u>
1715 <u>+50</u>	1716 <u>+60</u>	1717 <u>+70</u>	1718 <u>+80</u>
1719 <u>+90</u>	1614 <u>+40</u>	1615 <u>+50</u>	1616 <u>+60</u>
1617 <u>+70</u>	1618 <u>+80</u>	1619 <u>+90</u>	1515 <u>+50</u>
1516 <u>+60</u>	1517 <u>+70</u>	1518 <u>+80</u>	1519 <u>+90</u>

ሰራተኛዎ የአንጎልን 85% የሚሆን ክብደት ይይዛል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

515	614	713	812
<u>+50</u>	<u>+40</u>	<u>+30</u>	<u>+20</u>

911	119	218	317
<u>+10</u>	<u>+90</u>	<u>+80</u>	<u>+70</u>

416	1011	1012	1013
<u>+60</u>	<u>+10</u>	<u>+20</u>	<u>+30</u>

1014	1015	1016	1017
<u>+40</u>	<u>+50</u>	<u>+60</u>	<u>+70</u>

1018	1019	111	212
<u>+80</u>	<u>+90</u>	<u>+101</u>	<u>+101</u>

የራስ ቅል ውፍረት ሦስት ሳንቲሞች ተደራርበው ያህል ነው።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

116 <u>+60</u>	215 <u>+50</u>	314 <u>+40</u>	413 <u>+30</u>
512 <u>+20</u>	611 <u>+10</u>	117 <u>+70</u>	216 <u>+60</u>
315 <u>+50</u>	414 <u>+40</u>	513 <u>+30</u>	612 <u>+20</u>
711 <u>+10</u>	118 <u>+80</u>	217 <u>+70</u>	316 <u>+60</u>
415 <u>+50</u>	514 <u>+40</u>	613 <u>+30</u>	712 <u>+20</u>

የአንጎልዎ 60% ነጭ አካል ሲሆን 40% የሚሆነው ግራጫ አካል ነው።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

111	222	111	222
<u>+222</u>	<u>+111</u>	<u>+333</u>	<u>+222</u>

333	111	222	333
<u>+111</u>	<u>+444</u>	<u>+333</u>	<u>+222</u>

444	111	222	333
<u>+141</u>	<u>+555</u>	<u>+444</u>	<u>+333</u>

444	555	111	222
<u>+222</u>	<u>+111</u>	<u>+111</u>	<u>+111</u>

333	444	555	666
<u>+111</u>	<u>+111</u>	<u>+111</u>	<u>+111</u>

ነጩ አካል በዴንድራይቶች እና አክሰኖች የተገነባ ነው።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

ደረጃ 7:-

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

111	112	113	114
<u>+11</u>	<u>+22</u>	<u>+33</u>	<u>+44</u>

115	116	117	118
<u>+55</u>	<u>+66</u>	<u>+77</u>	<u>+88</u>

119	211	212	213
<u>+99</u>	<u>+11</u>	<u>+22</u>	<u>+33</u>

214	215	216	217
<u>+44</u>	<u>+55</u>	<u>+66</u>	<u>+77</u>

218	311	312	313
<u>+88</u>	<u>+11</u>	<u>+22</u>	<u>+33</u>

ዴንድራይቶች እና አክሰኖች የነርቭ ግንኙነት መረብን ይፈጥራሉ።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ:- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

314	315	316	317
<u>+44</u>	<u>+55</u>	<u>+66</u>	<u>+77</u>

411	412	413	414
<u>+11</u>	<u>+22</u>	<u>+33</u>	<u>+44</u>

415	416	511	512
<u>+55</u>	<u>+66</u>	<u>+11</u>	<u>+22</u>

513	514	515	611
<u>+33</u>	<u>+44</u>	<u>+55</u>	<u>+11</u>

612	613	614	711
<u>+22</u>	<u>+33</u>	<u>+44</u>	<u>+11</u>

መሳቅ በአንጎል ውስጥ ካሉ አምስት ክፍሎች እንቅስቃሴን ይጠይቃል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

712	713	811	812
<u>+22</u>	<u>+33</u>	<u>+11</u>	<u>+22</u>

911	912	913	914
<u>+11</u>	<u>+22</u>	<u>+33</u>	<u>+44</u>

915	916	917	918
<u>+55</u>	<u>+66</u>	<u>+77</u>	<u>+88</u>

919	813	814	815
<u>+99</u>	<u>+33</u>	<u>+44</u>	<u>+55</u>

816	817	818	819
<u>+66</u>	<u>+77</u>	<u>+88</u>	<u>+99</u>

እንዲሁም ሽታን የሚወክለው የአንጎል ክፍል ስሜቶችን እና ትውስታዎችን ይቆጣጠራል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

714 <u>+44</u>	715 <u>+55</u>	716 <u>+66</u>	717 <u>+77</u>
718 <u>+88</u>	719 <u>+99</u>	615 <u>+55</u>	616 <u>+66</u>
617 <u>+77</u>	618 <u>+88</u>	619 <u>+99</u>	516 <u>+66</u>
517 <u>+77</u>	518 <u>+88</u>	519 <u>+99</u>	417 <u>+77</u>
418 <u>+88</u>	419 <u>+99</u>	318 <u>+88</u>	319 <u>+99</u>

በቤሪዎች እና ካካዎ ውስጥ ያሉ ፍላጎቶቻችንን ትውስታን ለማሻሻል ያግዛሉ።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

1011 <u>+11</u>	1012 <u>+22</u>	1013 <u>+33</u>	1014 <u>+44</u>
1015 <u>+55</u>	1016 <u>+66</u>	1017 <u>+77</u>	1018 <u>+88</u>
1019 <u>+99</u>	1111 <u>+11</u>	1112 <u>+22</u>	1113 <u>+33</u>
1114 <u>+44</u>	1115 <u>+55</u>	1116 <u>+66</u>	1117 <u>+77</u>
1118 <u>+88</u>	1211 <u>+11</u>	1212 <u>+22</u>	1213 <u>+33</u>

ጨቅላ ሕፃናት በፈጣን የአንጎል ዕድገታቸው ምክንያት በቀን ከ16-18 ሰዓታት ይተኛሉ።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

1214 <u>+44</u>	1215 <u>+55</u>	1216 <u>+66</u>	1217 <u>+77</u>
1311 <u>+11</u>	1312 <u>+22</u>	1313 <u>+33</u>	1314 <u>+44</u>
1315 <u>+55</u>	1316 <u>+66</u>	1411 <u>+11</u>	1412 <u>+22</u>
1413 <u>+33</u>	1414 <u>+44</u>	1415 <u>+55</u>	1511 <u>+11</u>
1512 <u>+22</u>	1513 <u>+33</u>	1514 <u>+44</u>	1611 <u>+11</u>

ከሕልም በኋላ ባሉት 5 ደቂቃዎች ውስጥ 50% የሚሆነው ሕልሙ ይረሳል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

1612 <u>+22</u>	1613 <u>+33</u>	1711 <u>+11</u>	1712 <u>+22</u>
1811 <u>+11</u>	1812 <u>+22</u>	1813 <u>+33</u>	1814 <u>+44</u>
1815 <u>+55</u>	1816 <u>+66</u>	1817 <u>+77</u>	1818 <u>+88</u>
1819 <u>+99</u>	1911 <u>+11</u>	1912 <u>+22</u>	1913 <u>+33</u>
1914 <u>+44</u>	1915 <u>+55</u>	1916 <u>+66</u>	1917 <u>+77</u>

ከሕልም በኋላ ባሉት 10 ደቂቃዎች ውስጥ ከ90% በላይ የሚሆነው ሕልሙ ይረሳል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

1918 <u>+88</u>	1919 <u>+99</u>	1713 <u>+33</u>	1714 <u>+44</u>
1715 <u>+55</u>	1716 <u>+66</u>	1717 <u>+77</u>	1718 <u>+88</u>
1719 <u>+99</u>	1614 <u>+44</u>	1615 <u>+55</u>	1616 <u>+66</u>
1617 <u>+77</u>	1618 <u>+88</u>	1619 <u>+99</u>	1515 <u>+55</u>
1516 <u>+66</u>	1517 <u>+77</u>	1518 <u>+88</u>	1519 <u>+99</u>

12% የሚሆኑት ሰዎች በጥቁር እና ነጭ ብቻ ነው የሚያልሙት።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

515	614	713	812
<u>+55</u>	<u>+44</u>	<u>+33</u>	<u>+22</u>

911	119	218	317
<u>+11</u>	<u>+99</u>	<u>+88</u>	<u>+77</u>

416	1011	1012	1013
<u>+66</u>	<u>+11</u>	<u>+22</u>	<u>+33</u>

1014	1015	1016	1017
<u>+44</u>	<u>+55</u>	<u>+66</u>	<u>+77</u>

1018	1019	111	212
<u>+88</u>	<u>+99</u>	<u>+102</u>	<u>+103</u>

የሚያንከራፉ ከሆነ እያለሙ አይደለም።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

116	215	314	413
<u>+66</u>	<u>+55</u>	<u>+44</u>	<u>+33</u>

512	611	117	216
<u>+22</u>	<u>+11</u>	<u>+77</u>	<u>+66</u>

315	414	513	612
<u>+55</u>	<u>+44</u>	<u>+33</u>	<u>+22</u>

711	118	217	316
<u>+11</u>	<u>+88</u>	<u>+77</u>	<u>+66</u>

415	514	613	712
<u>+55</u>	<u>+44</u>	<u>+33</u>	<u>+22</u>

ከሕልሞችዎ ውስጥ ሁለት ሦስተኛ የሚሆኑት በዕይታ ብቻ የሚታለሙ ናቸው።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

1101	2202	1101	2202
<u>+2202</u>	<u>+1101</u>	<u>+3303</u>	<u>+2202</u>

3303	1101	2202	3303
<u>+1101</u>	<u>+4404</u>	<u>+3303</u>	<u>+2202</u>

4404	1101	2202	3303
<u>+1401</u>	<u>+5505</u>	<u>+4404</u>	<u>+3303</u>

4404	5505	1101	2202
<u>+2202</u>	<u>+1101</u>	<u>+1101</u>	<u>+1101</u>

3303	4404	5505	6606
<u>+1101</u>	<u>+1101</u>	<u>+1101</u>	<u>+1101</u>

ጥቂት ሐላጎች ድምጾች፣ እንቅስቃሴ፣ ሐላም ወይም ሽታ ይኖራቸዋል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

### ደረጃ 8:-

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$1+1=$

$1+2=$

$1+3=$

$1+4=$

$1+5=$

$1+6=$

$1+7=$

$1+8=$

$1+9=$

$2+1=$

$2+2=$

$2+3=$

$2+4=$

$2+5=$

$2+6=$

$2+7=$

$2+8=$

$3+1=$

$3+2=$

$3+3=$

ከክርስቶስ ልደት 2000 ዓመታት በፊት የመጀመሪያው የአንጎል ቀዶ ጥገና በራስ ቅል ላይ ቀዳዳ በማድረግ ተከናውኗል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ:- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$3+4=$

$3+5=$

$3+6=$

$3+7=$

$4+1=$

$4+2=$

$4+3=$

$4+4=$

$4+5=$

$4+6=$

$5+1=$

$5+2=$

$5+3=$

$5+4=$

$5+5=$

$6+1=$

$6+2=$

$6+3=$

$6+4=$

$7+1=$

የፕሪፍሮንታል ኮርቴክስ በሦስት ክፍሎች የተከፋፈለ ነው።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$7+2=$

$7+3=$

$8+1=$

$8+2=$

$9+1=$

$9+2=$

$9+3=$

$9+4=$

$9+5=$

$9+6=$

$9+7=$

$9+8=$

$9+9=$

$8+3=$

$8+4=$

$8+5=$

$8+6=$

$8+7=$

$8+8=$

$8+9=$

መካከለኛው የፕሪፍርንታል ኮርቴክስ ትኩረትን እና ተነሳሽነትን ይቆጣጠራል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$7+4=$

$7+5=$

$7+6=$

$7+7=$

$7+8=$

$7+9=$

$6+5=$

$6+6=$

$6+7=$

$6+8=$

$6+9=$

$5+6=$

$5+7=$

$5+8=$

$5+9=$

$4+7=$

$4+8=$

$4+9=$

$3+8=$

$3+9=$

የአርቢታል ፕሪፍሮንታል ኮርቴክስ ቅጽበታዊ ውሳኔዎችን ይቆጣጠራ።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

- |         |         |         |         |
|---------|---------|---------|---------|
| $10+1=$ | $10+2=$ | $10+3=$ | $10+4=$ |
| $10+5=$ | $10+6=$ | $10+7=$ | $10+8=$ |
| $10+9=$ | $11+1=$ | $11+2=$ | $11+3=$ |
| $11+4=$ | $11+5=$ | $11+6=$ | $11+7=$ |
| $11+8=$ | $12+1=$ | $12+2=$ | $12+3=$ |

የኋለኛው ፕሪፍሮንታል ኮርቴክስ ዕቅዶችን ይፈጥራል እንዲሁም ያስፈጽማል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

- |         |         |         |         |
|---------|---------|---------|---------|
| $12+4=$ | $12+5=$ | $12+6=$ | $12+7=$ |
| $13+1=$ | $13+2=$ | $13+3=$ | $13+4=$ |
| $13+5=$ | $13+6=$ | $14+1=$ | $14+2=$ |
| $14+3=$ | $14+4=$ | $14+5=$ | $15+1=$ |
| $15+2=$ | $15+3=$ | $15+4=$ | $16+1=$ |

የአንገል የመጀመሪያው ገለጻ የተገኘው ከክርስቶስ ልደት 1700 ዓመታት በፊት ነው።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$16+2=$                        $16+3=$                        $17+1=$                        $17+2=$

$18+1=$                        $18+2=$                        $18+3=$                        $18+4=$

$18+5=$                        $18+6=$                        $18+7=$                        $18+8=$

$18+9=$                        $19+1=$                        $19+2=$                        $19+3=$

$19+4=$                        $19+5=$                        $19+6=$                        $19+7=$

Aristotle የሒሳቦች ማዕከል ልብ ነው ብሎ ያስብ ነበር።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$19+8=$

$19+9=$

$17+3=$

$17+4=$

$17+5=$

$17+6=$

$17+7=$

$17+8=$

$17+9=$

$16+4=$

$16+5=$

$16+6=$

$16+7=$

$16+8=$

$16+9=$

$15+5=$

$15+6=$

$15+7=$

$15+8=$

$15+9=$

1811 ላይ Charles Bell እያንዳንዱ ስሜቶች በአንጎል ውስጥ ቦታ እንደነበራቸው ገልጿል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$5+5=$

$6+4=$

$7+3=$

$8+2=$

$9+1=$

$1+9=$

$2+8=$

$3+7=$

$4+6=$

$10+1=$

$10+2=$

$10+3=$

$10+4=$

$10+5=$

$10+6=$

$10+7=$

$10+8=$

$10+9=$

$1+10=$

$2+10=$

Paul Broca የአንጎልን የንግግር ማዕከል ቦታ በ1862 ላይ ለይቶ አወቆ ነበር።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$1+6=$

$2+5=$

$3+4=$

$4+3=$

$5+2=$

$6+1=$

$1+7=$

$2+6=$

$3+5=$

$4+4=$

$5+3=$

$6+2=$

$7+1=$

$1+8=$

$2+7=$

$3+6=$

$4+5=$

$5+4=$

$6+3=$

$7+2=$

2013 ላይ Obama የአንጎል ምርምር (BRAIN) ተነሳሽነትን እደተጀመረ አሳውቋል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$1+2=$

$2+1=$

$1+3=$

$2+2=$

$3+1=$

$1+4=$

$2+3=$

$3+2=$

$4+1=$

$1+5=$

$2+4=$

$3+3=$

$4+2=$

$5+10=$

$1+10=$

$2+10=$

$3+10=$

$4+10=$

$5+10=$

$6+10=$

“አንጎላችሁ በልባችሁ ላይ ጣልቃ እንዲገባ አትፍቀዱ”

– Einstein

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ:- \_\_\_\_\_

ደረጃ 9:-

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$11+1=$

$11+2=$

$11+3=$

$11+4=$

$11+5=$

$11+6=$

$11+7=$

$11+8=$

$11+9=$

$12+1=$

$12+2=$

$12+3=$

$12+4=$

$12+5=$

$12+6=$

$12+7=$

$12+8=$

$13+1=$

$13+2=$

$13+3=$

አዕምሮ ከነፍሳቶች በሙሉ ሲነጻጸር ተለዋዋጭ ነው- በማይጠበቅ ሁኔታ፣ በፈጣኑ የሚለዋወጥ።

- Virginia Woolf

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

- |         |         |         |         |
|---------|---------|---------|---------|
| $13+4=$ | $13+5=$ | $13+6=$ | $13+7=$ |
| $14+1=$ | $14+2=$ | $14+3=$ | $14+4=$ |
| $14+5=$ | $14+6=$ | $15+1=$ | $15+2=$ |
| $15+3=$ | $15+4=$ | $15+5=$ | $16+1=$ |
| $16+2=$ | $16+3=$ | $16+4=$ | $17+1=$ |

አንጎላችሁን በተጠቀማችሁ ቁጥር የሚጠቀሙት አዕምሮ ይጨምራል  
– George A. Dorsey

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ:- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$17+2=$

$17+3=$

$18+1=$

$18+2=$

$19+1=$

$19+2=$

$19+3=$

$19+4=$

$19+5=$

$19+6=$

$19+7=$

$19+8=$

$19+9=$

$18+3=$

$18+4=$

$18+5=$

$18+6=$

$18+7=$

$18+8=$

$18+9=$

የሰው ልጅ አዕምሮ እንደ ጥሩ ሆቴል ነው- ሙሉ ዓመቱ ክፍት ነው  
- William Lyon Phelps

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ:- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

17+4=                      17+5=                      17+6=                      17+7=

17+8=                      17+9=                      16+5=                      16+6=

16+7=                      16+8=                      16+9=                      15+6=

15+7=                      15+8=                      15+9=                      14+7=

14+8=                      14+9=                      13+8=                      13+9=

የራሳችን አንገል የራሳችን ልብ መቅደሳችን ነው።  
– Dalai Lama

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

- |         |         |         |         |
|---------|---------|---------|---------|
| $10+1=$ | $10+2=$ | $10+3=$ | $10+4=$ |
| $10+5=$ | $10+6=$ | $10+7=$ | $10+8=$ |
| $10+9=$ | $11+1=$ | $11+2=$ | $11+3=$ |
| $11+4=$ | $11+5=$ | $11+6=$ | $11+7=$ |
| $11+8=$ | $12+1=$ | $12+2=$ | $12+3=$ |

አዲስ ተግዳሮት አንጎልን እያሠራ ልብን እንዲመታ ያደርጋል  
– E.A. Bucchianeri

ለግጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ:- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$12+4=$

$12+5=$

$12+6=$

$12+7=$

$13+1=$

$13+2=$

$13+3=$

$13+4=$

$13+5=$

$13+6=$

$14+1=$

$14+2=$

$14+3=$

$14+4=$

$14+5=$

$15+1=$

$15+2=$

$15+3=$

$15+4=$

$16+1=$

ዘመናዊ ቴክኖሎጂ የሰው ልጅን አንጎል እየተለዋወጠ እንዲያድግ ያደርጋል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$16+2=$

$16+3=$

$17+1=$

$17+2=$

$18+1=$

$18+2=$

$18+3=$

$18+4=$

$18+5=$

$18+6=$

$18+7=$

$18+8=$

$18+9=$

$19+1=$

$19+2=$

$19+3=$

$19+4=$

$19+5=$

$19+6=$

$19+7=$

ሙሉውን 100% አንጎሎቻችንን እንጠቀማለን።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$19+8=$

$19+9=$

$17+3=$

$17+4=$

$17+5=$

$17+6=$

$17+7=$

$17+8=$

$17+9=$

$16+4=$

$16+5=$

$16+6=$

$16+7=$

$16+8=$

$16+9=$

$15+5=$

$15+6=$

$15+7=$

$15+8=$

$15+9=$

አንጎል ከ125-150 ሚሊ በሚሆን ጠባቂ ፈሳሽ የተከበበ ነው።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$15+5=$

$16+4=$

$17+3=$

$18+2=$

$19+1=$

$11+9=$

$12+8=$

$13+7=$

$14+6=$

$10+11=$

$10+12=$

$10+13=$

$10+14=$

$10+15=$

$10+16=$

$10+17=$

$10+18=$

$10+19=$

$11+10=$

$12+10=$

እያንዳንዱ የአንጎል ህዋስ ከግሉኮስ በየጊዜው ኃይል ማግኘት ያስፈልገዋል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

11+6=                      12+5=                      13+4=                      14+3=

15+2=                      16+1=                      11+7=                      12+6=

13+5=                      14+4=                      15+3=                      16+2=

17+1=                      11+8=                      12+7=                      13+6=

14+5=                      15+4=                      16+3=                      17+2=

ሙዚቃ አንጎል ዶፓሚን እና ኢንዶርሬኖችን እንዲያመርት ያግዛል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$11+2=$

$12+1=$

$11+3=$

$12+2=$

$13+1=$

$11+4=$

$12+3=$

$13+2=$

$14+1=$

$11+5=$

$12+4=$

$13+3=$

$14+2=$

$15+10=$

$11+10=$

$12+10=$

$13+10=$

$14+10=$

$15+10=$

$16+10=$

ልምምድ ለአንጎል ምርጡ ምግብ ነው።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

### ደረጃ 10:-

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$11+10=$

$11+20=$

$11+30=$

$11+40=$

$11+50=$

$11+60=$

$11+70=$

$11+80=$

$11+90=$

$12+10=$

$12+20=$

$12+30=$

$12+40=$

$12+50=$

$12+60=$

$12+70=$

$12+80=$

$13+10=$

$13+20=$

$13+30=$

የሕፃናት አንጎል ከሙሉው የሚገኘው ኃይል 60% የሚሆነውን ይጠቀማል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ:- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$13+40=$

$13+50=$

$13+60=$

$13+70=$

$14+10=$

$14+20=$

$14+30=$

$14+40=$

$14+50=$

$14+60=$

$15+10=$

$15+20=$

$15+30=$

$15+40=$

$15+50=$

$16+10=$

$16+20=$

$16+30=$

$16+40=$

$17+10=$

የሕፃናት አንጎል እንደ ስፖንጅ ነው፣ ይህም ማለት መረጃን በፍጥነት መሰብሰብ ይችላሉ።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$17+20=$

$17+30=$

$18+10=$

$18+20=$

$19+10=$

$19+20=$

$19+30=$

$19+40=$

$19+50=$

$19+60=$

$19+70=$

$19+80=$

$19+90=$

$18+30=$

$18+40=$

$18+50=$

$18+60=$

$18+70=$

$18+80=$

$18+90=$

የዘመናዊ ነርቭ ሥርዓት አባት Jean-Martin Charcot ነው።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$17+40=$

$17+50=$

$17+60=$

$17+70=$

$17+80=$

$17+90=$

$16+50=$

$16+60=$

$16+70=$

$16+80=$

$16+90=$

$15+60=$

$15+70=$

$15+80=$

$15+90=$

$14+70=$

$14+80=$

$14+90=$

$13+80=$

$13+90=$

ምርምር እንደሚጠቁመው ማዛጋት አንጎልን ያረጋጋል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$10+10=$

$10+20=$

$10+30=$

$10+40=$

$10+50=$

$10+60=$

$10+70=$

$10+80=$

$10+90=$

$11+10=$

$11+20=$

$11+30=$

$11+40=$

$11+50=$

$11+60=$

$11+70=$

$11+80=$

$12+10=$

$12+20=$

$12+30=$

የእንቅልፍ እቦት የአንጎል ሙቀት መጠንን ከፍ ሊያደርግ ይችላል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$12+40=$

$12+50=$

$12+60=$

$12+70=$

$13+10=$

$13+20=$

$13+30=$

$13+40=$

$13+50=$

$13+60=$

$14+10=$

$14+20=$

$14+30=$

$14+40=$

$14+50=$

$15+10=$

$15+20=$

$15+30=$

$15+40=$

$16+10=$

የቸኮሌት ሽታ ቴታ የአንጎል ሞገዶችን በመጨመር መዝናናትን ይቀስቅሳል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$16+20=$

$16+30=$

$17+10=$

$17+20=$

$18+10=$

$18+20=$

$18+30=$

$18+40=$

$18+50=$

$18+60=$

$18+70=$

$18+80=$

$18+90=$

$19+10=$

$19+20=$

$19+30=$

$19+40=$

$19+50=$

$19+60=$

$19+70=$

ስፌኖፓላቲን ጋንግሊዮኒውራሊያ የአንጎል መብረድ ሕመም ሳይንሳዊ ቃል ነው።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$19+80=$

$19+90=$

$17+30=$

$17+40=$

$17+50=$

$17+60=$

$17+70=$

$17+80=$

$17+90=$

$16+40=$

$16+50=$

$16+60=$

$16+70=$

$16+80=$

$16+90=$

$15+50=$

$15+60=$

$15+70=$

$15+80=$

$15+90=$

ምንም ዓይነት የግራ/ቀኝ የአንጎል ክፍፍል የለም- በጋራ ነው የሚሠሩት።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$15+50=$

$16+40=$

$17+30=$

$18+20=$

$19+10=$

$11+90=$

$12+80=$

$13+70=$

$14+60=$

$11+11=$

$11+12=$

$11+13=$

$11+14=$

$11+15=$

$11+16=$

$11+17=$

$11+18=$

$11+19=$

$11+10=$

$12+10=$

ከዘረመሎችዎ ውስጥ ግማሾቹ አንጎልዎን ይገልጻሉ።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$11+60=$

$12+50=$

$13+40=$

$14+30=$

$15+20=$

$16+10=$

$11+70=$

$12+60=$

$13+50=$

$14+40=$

$15+30=$

$16+20=$

$17+10=$

$11+80=$

$12+70=$

$13+60=$

$14+50=$

$15+40=$

$16+30=$

$17+20=$

የአዕምሮ እረፍቶች ምርታማነትን ይጨምራሉ እንዲሁም ትኩረትን ይመልሳሉ።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$11+20=$

$12+10=$

$11+30=$

$12+20=$

$13+10=$

$11+40=$

$12+30=$

$13+20=$

$14+10=$

$11+50=$

$12+40=$

$13+30=$

$14+20=$

$15+11=$

$11+11=$

$12+11=$

$13+11=$

$14+11=$

$15+11=$

$16+11=$

የአንጎል ዕድሜ በትምህርት ለሚታለፈው እያንዳንዱ ዓመት በ .95 ዓመታት ይቀንሳል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

## ደረጃ 11

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$21+10=$

$21+20=$

$21+30=$

$21+40=$

$21+50=$

$21+60=$

$21+70=$

$21+80=$

$21+90=$

$22+10=$

$22+20=$

$22+30=$

$22+40=$

$22+50=$

$22+60=$

$22+70=$

$22+80=$

$23+10=$

$23+20=$

$23+30=$

በመደበኛነት ደረጃዎችን መውጣት የአንጎልዎን ዕድሜ ለመቀነስ ያግዛል።

ለማጠናቀቅ የራጅበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$23+40=$

$23+50=$

$23+60=$

$23+70=$

$24+10=$

$24+20=$

$24+30=$

$24+40=$

$24+50=$

$24+60=$

$25+10=$

$25+20=$

$25+30=$

$25+40=$

$25+50=$

$26+10=$

$26+20=$

$26+30=$

$26+40=$

$27+10=$

ዕርድ ትውስታ ሊያሻሽል እና ድብርትን ሊቀንስ ይችላል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$27+20=$

$27+30=$

$28+10=$

$28+20=$

$29+10=$

$29+20=$

$29+30=$

$29+40=$

$29+50=$

$29+60=$

$29+70=$

$29+80=$

$29+90=$

$28+30=$

$28+40=$

$28+50=$

$28+60=$

$28+70=$

$28+80=$

$28+90=$

የሴንሰሪ/ስሜት ሕዋሳት መረጃ ወደ አንጎል ይመጣል እንዲሁም የሞተር/እንቅስቃሴ መረጃ ከአንጎል ይወጣል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$27+40=$

$27+50=$

$27+60=$

$27+70=$

$27+80=$

$27+90=$

$26+50=$

$26+60=$

$26+70=$

$26+80=$

$26+90=$

$25+60=$

$25+70=$

$25+80=$

$25+90=$

$24+70=$

$24+80=$

$24+90=$

$23+80=$

$23+90=$

አንጎል ሦስት ሚሊዮን የቴሌቪዥን ሰዓታት የሚሆን መረጃን የሚይዝ በቂ ትውስታ አለው።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$20+10=$

$20+20=$

$20+30=$

$20+40=$

$20+50=$

$20+60=$

$20+70=$

$20+80=$

$20+90=$

$21+10=$

$21+20=$

$21+30=$

$21+40=$

$21+50=$

$21+60=$

$21+70=$

$21+80=$

$22+10=$

$22+20=$

$22+30=$

ከትምህርት ቤት ከወጡ 35 ዓመታት በኋላ ሰዎች አሁንም 90% የሚሆኑትን አብረዋቸው የተማሩ ሰዎችን መለየት ይችላሉ።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$22+40=$

$22+50=$

$22+60=$

$22+70=$

$23+10=$

$23+20=$

$23+30=$

$23+40=$

$23+50=$

$23+60=$

$24+10=$

$24+20=$

$24+30=$

$24+40=$

$24+50=$

$25+10=$

$25+20=$

$25+30=$

$25+40=$

$26+10=$

ተከታታይ እንቅልፍ አንገል ትውስታዎችን እንዲያቀናጅ እና እንዲያከማች ያደርጋል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$26+20=$

$26+30=$

$27+10=$

$27+20=$

$28+10=$

$28+20=$

$28+30=$

$28+40=$

$28+50=$

$28+60=$

$28+70=$

$28+80=$

$28+90=$

$29+10=$

$29+20=$

$29+30=$

$29+40=$

$29+50=$

$29+60=$

$29+70=$

አማካኙ የአዕምሮ ብቃት ከ1950 በኋላ በ20 የአይኪው ነጥቦች ከፍ ብሏል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$29+80=$

$29+90=$

$27+30=$

$27+40=$

$27+50=$

$27+60=$

$27+70=$

$27+80=$

$27+90=$

$26+40=$

$26+50=$

$26+60=$

$26+70=$

$26+80=$

$26+90=$

$25+50=$

$25+60=$

$25+70=$

$25+80=$

$25+90=$

የቅርብ የመደጋገፍ ግንኙነቶች የአዕምሮ ኒውሮፕላስቲክ መሆንን እና መማርን ያነቃቃሉ።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$25+50=$

$26+40=$

$27+30=$

$28+20=$

$29+10=$

$21+90=$

$22+80=$

$23+70=$

$24+60=$

$21+11=$

$21+12=$

$21+13=$

$21+14=$

$21+15=$

$21+16=$

$21+17=$

$21+18=$

$21+19=$

$21+10=$

$22+10=$

ወደተሰበሰቡ ሰዎች በምንመለከትበት ጊዜ በአንዴ መለየት የምንችለው 2 መልኮችን ብቻ ነው።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$21+60=$

$22+50=$

$23+40=$

$24+30=$

$25+20=$

$26+10=$

$21+70=$

$22+60=$

$23+50=$

$24+40=$

$25+30=$

$26+20=$

$27+10=$

$21+80=$

$22+70=$

$23+60=$

$24+50=$

$25+40=$

$26+30=$

$27+20=$

በአማካኝ አንድ ሰው በአዕምሯቸው ውስጥ 50,000 የሚሆኑ ቃላት አሏቸው።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

$21+20=$

$22+10=$

$21+30=$

$22+20=$

$23+10=$

$21+40=$

$22+30=$

$23+20=$

$24+10=$

$21+50=$

$22+40=$

$23+30=$

$24+20=$

$25+11=$

$21+11=$

$22+11=$

$23+11=$

$24+11=$

$25+11=$

$26+11=$

ለአንድ ሰው ትክክለኛውን ቃል ለማግኘት 600 ሚሊ ሰከንዶችን ሊፈጅ ይችላል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

## ደረጃ 12:-

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

1	2	3	4
<u>-0</u>	<u>-0</u>	<u>-0</u>	<u>-0</u>

5	6	7	8
<u>-0</u>	<u>-0</u>	<u>-0</u>	<u>-0</u>

9	1	2	3
<u>-0</u>	<u>-1</u>	<u>-1</u>	<u>-1</u>

4	5	6	7
<u>-1</u>	<u>-1</u>	<u>-1</u>	<u>-1</u>

8	9	2	3
<u>-2</u>	<u>-1</u>	<u>-2</u>	<u>-2</u>

አጭር እንቅስቃሴዎ ጭምር የውሳኔ መስጠት እና ትኩረት ችሎታን ያሳድጋል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ:- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

4	5	6	7
<u>-2</u>	<u>-2</u>	<u>-2</u>	<u>-2</u>
8	9	3	4
<u>-2</u>	<u>-2</u>	<u>-3</u>	<u>-3</u>
5	6	7	8
<u>-3</u>	<u>-3</u>	<u>-3</u>	<u>-3</u>
9	4	5	6
<u>-3</u>	<u>-4</u>	<u>-4</u>	<u>-4</u>
7	8	9	5
<u>-4</u>	<u>-4</u>	<u>-4</u>	<u>-5</u>

ደግ መሆን የሴሬቶኒን ኬሚካሎች ምርትን በአንጎል ውስጥ ይጨምራል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

6	7	8	9
<u>-5</u>	<u>-5</u>	<u>-5</u>	<u>-5</u>
6	7	8	9
<u>-6</u>	<u>-6</u>	<u>-6</u>	<u>-6</u>
7	8	9	8
<u>-7</u>	<u>-7</u>	<u>-7</u>	<u>-8</u>
9	9	10	10
<u>-8</u>	<u>-9</u>	<u>-0</u>	<u>-1</u>
10	10	10	10
<u>-2</u>	<u>-3</u>	<u>-4</u>	<u>-5</u>

የደግነት ተግባርን ማድረግ ከሌሎች ደግነትን እንደ መቀበል ሁሉ ተመሳሳይ የሆነን የአንጎል አካልን ያበራል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

10	10	10	10
<u>-6</u>	<u>-7</u>	<u>-8</u>	<u>-9</u>
10	11	11	11
<u>-10</u>	<u>-0</u>	<u>-1</u>	<u>-2</u>
11	11	11	11
<u>-3</u>	<u>-4</u>	<u>-5</u>	<u>-6</u>
11	11	11	11
<u>-7</u>	<u>-8</u>	<u>-9</u>	<u>-10</u>
11	12	12	12
<u>-11</u>	<u>-0</u>	<u>-1</u>	<u>-2</u>

ኢንዱስትሪያዊ የአንጎል የሰውነት ሕመም ማጥፊያ/መቀነሻ ናቸው።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

12	12	12	12
<u>-3</u>	<u>-4</u>	<u>-5</u>	<u>-6</u>

12	12	12	12
<u>-7</u>	<u>-8</u>	<u>-9</u>	<u>-10</u>

12	12	13	13
<u>-11</u>	<u>-12</u>	<u>-0</u>	<u>-1</u>

13	13	13	13
<u>-2</u>	<u>-3</u>	<u>-4</u>	<u>-5</u>

13	13	13	13
<u>-6</u>	<u>-7</u>	<u>-8</u>	<u>-9</u>

የሰው ልጅ አንጎል ራሱን የሚቆጣጠር ብቸኛው ክፍል ነው።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

13	13	13	13
<u>-10</u>	<u>-11</u>	<u>-12</u>	<u>-13</u>

14	14	14	14
<u>-0</u>	<u>-1</u>	<u>-2</u>	<u>-3</u>

14	14	14	14
<u>-4</u>	<u>-5</u>	<u>-6</u>	<u>-7</u>

14	14	14	14
<u>-8</u>	<u>-9</u>	<u>-10</u>	<u>-11</u>

14	14	14	15
<u>-12</u>	<u>-13</u>	<u>-14</u>	<u>-0</u>

አንጎል ደስታ ብቻ የሚሰማው ሲሆን ምንም የሕመም ተቀባዮች የሉትም።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

15	15	15	15
<u>-1</u>	<u>-2</u>	<u>-3</u>	<u>-4</u>
15	15	15	15
<u>-5</u>	<u>-6</u>	<u>-7</u>	<u>-8</u>
15	15	15	15
<u>-9</u>	<u>-10</u>	<u>-11</u>	<u>-12</u>
15	15	15	16
<u>-13</u>	<u>-14</u>	<u>-15</u>	<u>-0</u>
16	16	16	16
<u>-1</u>	<u>-2</u>	<u>-3</u>	<u>-4</u>

ማይግሬን እና የራስ ሕመም በሜናንገስ (የአንጎል ሸፋን) ውስጥ ይነሳሉ።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

16	16	16	16
<u>-5</u>	<u>-6</u>	<u>-7</u>	<u>-8</u>

16	16	16	16
<u>-9</u>	<u>-10</u>	<u>-11</u>	<u>-12</u>

16	16	16	16
<u>-13</u>	<u>-14</u>	<u>-15</u>	<u>-16</u>

17	17	17	17
<u>-0</u>	<u>-1</u>	<u>-2</u>	<u>-3</u>

17	17	17	17
<u>-4</u>	<u>-5</u>	<u>-6</u>	<u>-7</u>

አንጎል የሰውነት ሞቃታማው ክፍል ነው።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

17	17	17	17
<u>-8</u>	<u>-9</u>	<u>-10</u>	<u>-11</u>

17	17	17	17
<u>-12</u>	<u>-13</u>	<u>-14</u>	<u>-15</u>

17	17	18	18
<u>-16</u>	<u>-17</u>	<u>-0</u>	<u>-1</u>

18	18	18	18
<u>-2</u>	<u>-3</u>	<u>-4</u>	<u>-5</u>

18	18	18	18
<u>-7</u>	<u>-8</u>	<u>-9</u>	<u>-10</u>

በሆድ እና አንጃቶች ውስጥ ያሉ ኒውሮኖች ለየብቻቸው ይሠራሉ።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

18	18	18	18
<u>-11</u>	<u>-12</u>	<u>-13</u>	<u>-14</u>

18	18	18	18
<u>-15</u>	<u>-16</u>	<u>-17</u>	<u>-18</u>

19	19	19	19
<u>-0</u>	<u>-1</u>	<u>-2</u>	<u>-3</u>

19	19	19	19
<u>-4</u>	<u>-5</u>	<u>-6</u>	<u>-7</u>

19	19	19	19
<u>-8</u>	<u>-9</u>	<u>-10</u>	<u>-11</u>

አዳዲስ የአንጎል ግንኙነቶችን የመፍጠር ችሎታ በሕይወት ጊዜ ውስጥ ይከሰታል።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

እባክዎ እነዚህን የሒሳብ ጥያቄዎች በተቻለ ፍጥነት ይመልሱ

19	19	19	19
<u>-12</u>	<u>-13</u>	<u>-14</u>	<u>-15</u>

19	19	19	19
<u>-16</u>	<u>-17</u>	<u>-18</u>	<u>-19</u>

20	20	20	20
<u>-0</u>	<u>-1</u>	<u>-2</u>	<u>-3</u>

20	20	20	20
<u>-4</u>	<u>-5</u>	<u>-6</u>	<u>-7</u>

20	20	20	20
<u>-8</u>	<u>-9</u>	<u>-10</u>	<u>-11</u>

ጤናማ ነውሮኖች ዴንድራይቶች የሚባሉ ለሰላሳ ቅርንጫፎች አሏቸው።

ለማጠናቀቅ የፈጀበት ጊዜ፡- \_\_\_\_\_

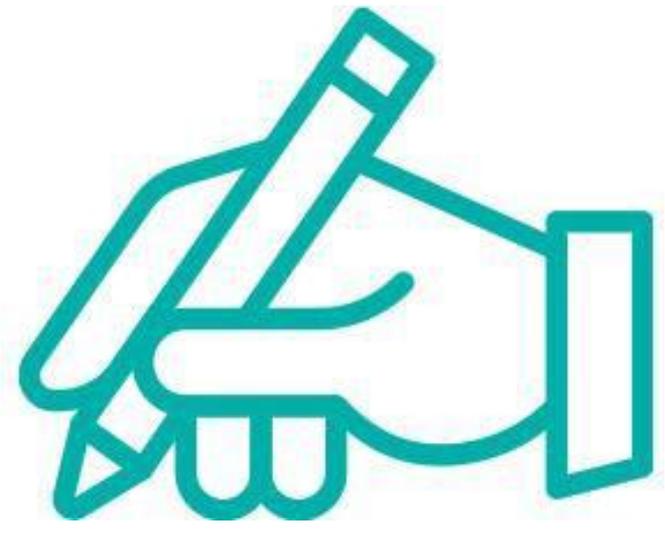
### SECTION 3

# የእጅ ጽሑፍ ልምምዶች

#### አቅጣጫዎች፡-

ለሚከተሉት የአጻጻፍ ጥቆማዎች መልሶችዎን በተለየ ወረቀት ላይ በእጅ ይጻፉ። ለአስተያየቱ መልስ ከሌለዎት ወደ አዕምሮ የሚመጣውን ማንኛውንም ነገር ይጻፉ። ጊዜዎን ይውሰዱ። ይህ ለራስዎ ጥቅም ሲባል ነው። ስለ ትክክለኛ የፊደል አጻጻፍ ወይም ትክክለኛ ሰዋሰው መጨነቅ አያስፈልግም።

መልሱን ከጨረሱ በኋላ እባክዎ ጮክ ብለው ሥራዎን ያንብቡ።



1. ለመዝናናት ምን ማድረግ እንደሚገባ ይጻፉ።

---

2. ጠንክሮ ከመሥራት እና ከመዝናናት የትኛው የበለጠ ጠቃሚ ነው ብለው ያስባሉ? ሁለቱንም ማድረግ ይቻላል?

---

3. በሕይወትዎ አድርገውት የሚያውቁት በጣም ያልተለመደ ነገር ምንድን ነው?

---

4. ነገራት በጉዞ ላይ መሆን የሚችሉ ከሆነ የት መሄድ ይፈልጋሉ፣ ከማን ጋር ይሄዳሉ እንዲሁም ለምን ያንን ቦታ መረጡ?

---

5. ምን ያነሳሳዎታል - የበለጠ እንዲማሩ ወይም የተሻለ ሰው እንዲሆኑ ያነሳሳዎት ነገር ምንድን ነው?

---

6. የትኛው የበለጠ ዋጋ አለው፣ ፈጠራ ወይስ ዕውቀት? ለምንድን ነው?

7. የመጀመሪያ ሥራዎ ምንድን ነበር? ስለሱ የወደዱት ወይም ያልወደዱት ነገር ምንድን ነው?

---

8. ከሌሎች ሥራዎች ጋር ሲነጻጸር ተወዳጅ ሥራ ነበረዎት? ምንድን ነበር?

---

9. ለእርስዎ ትኩረት የሚሰበው ሥራ ምንድን ነው?

---

10. በፀሀያማ ቀን ላይ ምን እንደሚያደርጉ ይጻፉ:-

---

11. ለእርስዎ ፍጹም የሚሉትን ቀን ይግለጹ:-

---

12. የእርስዎ አንዳንድ ታላቅ ስኬቶች ምንድን ናቸው?

---

13. በሕይወትዎ ውስጥ ካሉ ቀናት አንዱን በድጋሚ መኖር ቢችሉ፣ የትኛውን ይመርጣሉ እና ለምን?

14. የእርስዎ ዳደሮች እና ቤተሰብ እንዴት ይገልጹዎታል?

---

15. በሕይወትዎ ውስጥ ታላቁ “ስጦታ” ምንድን ነው?

---

16. የእርስዎ ዘር ሐረግ ምንድን ነው? ወላጆችዎ እና አያቶችዎ የት እንደተወለዱ ያውቃሉ?

---

17. ዘርዎ እርስዎን የሚወክል ይመስልዎታል? ከእሱ ጋር የተገናኙ ባህሎችን አሁንም ያደርጋሉ?

---

18. ከየት እንደመጡ ማስታወስ እና ስለ እሱ ለሚቀጥሉት ትውልዶች ማስተማር አስፈላጊ ነው ብለው ያስባሉ?

---

19. ስለ ሌሎች ባህሎች መማር ጠቃሚ ነው ብለው ያስባሉ? ለምን ወይም ለምን አይፈልጉም?

20. በእርስዎ አስተያየት ለእርስዎ በጣም የሚሰብ ባህል ምንድነው?

---

21. በቅርቡ ያወቁትን ለእርስዎ ትኩረት የሚሰብ ነገር ይጻፉ:-

---

22. የበለጠ ለማወቅ ስለሚፈልጉበት ነገር ይጻፉ:-

---

23. በሕይወትዎ ላይ ፍላጎቶችዎ ተለውጠዋል? እንዴት?

---

24. ግቦችን ማስቀመጥ ጠቃሚ ነው ብለው ያስባሉ? ለምን ወይም ለምን አይፈልጉም?

---

25. ደስተኛ እና የተሟላ ለመሆን የሚያስፈልጉዎት አንዳንድ ነገሮች ምንድን ናቸው?

26. የሚወዱት ወቅት ምንድን ነው? ለምን ወደዱት?

---

27. ከቤት ውጭ ቀዝቃዛ በሚሆንበት ጊዜ ማድረግ የሚያስደስቱት አንዳንድ እንቅስቃሴዎች ምንድን ናቸው?

---

28. ብዙ ጉዞ አድርገዋል? ከተማዎችን፣ የባህር ዳርቻዎችን፣ ተራሮችን፣ ወይስ ሌሎች አገሮችን መጎብኘት ይመርጣሉ?

---

29. በወጣትነትዎ ያደነቁትን የፊልም ተዋናይ ይጥቀሱ።

---

30. በመጀመሪያ ደሞዝዎ ምን አደረጉ?

---

31. በግልጽ የሚያስታውሱትን ታሪካዊ ክስተት ይግለጹ።

32. የትኛው ዕድሜ ላይ መሆን ተመራጭ ነው እና ለምን?

---

33. ያደጉት የባህር ዳርቻን እየጎብኙ ነው? ወደ ባህር ዳርቻ ስለሄዱበት ጊዜ ይጻፉ... ምን ያስታውሳሉ?

---

34. ሲጎብኙት ስለሚያደስትዎ ቦታ ይጻፉ።

---

35. እንደታቀደው ያልሄዱ የጉዞ ላይ የማይረሱ ገጠመኞች አሉዎት? የተፈጠረው ምን ነበር?

---

36. ሌሎች ስለእርስዎ ሊያውቁት ስለማይችሉት ስላደረጉት ነገር ይጻፉ።

---

37. ያለሱ መኖር ስለማይችሉት ነገር ይጻፉ።

38. ስለኖሩበት ምርጥ ቦታ ይጻፉ። ስለሱ ምን ወደዱ?

---

39. የሚወዷቸው መጻሕፍት የትኞቹ ናቸው እና ለምን?

---

40. የሚወዷቸው ፊልሞች የትኞቹ ናቸው እና ለምን?

---

41. የእርስዎ ተወዳጅ እንቅስቃሴዎች ምንድን ናቸው እና ለምን?

---

42. በሕይወትዎ ጊዜ በዜና ላይ ስለሰሙት ስለ አንድ ክስተት ይጻፉ።  
በእርስዎ ላይ ተጽዕኖ ያሳደረ ነገር ነበር?

---

43. ከዚህ ቀደም በሕይወትዎ የሚያደንቁት ታዋቂ የባህል ግለሰብ፣ ታዋቂ ሰው ወይም ፖለቲከኛ ነበር? አሁንስ?

44. በሌሎች ሰዎች ዘንድ ዋጋ የሚሰጡት ባህሪ ምንድን ነው? በሌሎች ውስጥ የሚያደንቁት ወይም ከጓደኞቻቸው የሚፈልጉት ነገር አለ?

---

45. እየተጫወቱት ስላደጉት ጨዋታ ይጻፉ።

---

46. በልጅነትዎ ቤት ውስጥ ወይም ከቤት ውጭ መጫወት ያስደስትዎት ነበር? ለመዝናናት ምን ዓይነት ነገሮችን አደረጉ?

---

47. ልጅ እያሉ ጊዜ ማሳለፊያዎች ነበሩዎት? ምንድን ነበሩ?

---

48. ስላደጉበት ሰፈር ይጻፉ። ትንሽ ከተማ ነበር ወይስ ትልቅ ከተማ?

---

49. አንዳንድ ፍላጎቶቻቸው ምንድናቸው? የሚማሯቸው ማንኛውም ተወዳጅ ትምህርቶች አሉዎት?

50. ወንድም እና እህቶች አሉዎት? ምን ያህል? ስማቸው ማን ነው? እህት እና ወንድም የመኖር ምርጫ ነገር ምንድን ነው?

---

51. በሕይወትዎ ያደረጉት በሌሎች ላይ ተጽዕኖ የፈጠረ ነገር ምንድን ነው?

---

52. በሕይወትዎ ላይ ዛሬ የሆኑትን ሰው እንዲሆኑ ያገዘዎት ሰው ወይም ነገር ምንድን ነበር?

---

53. የጠዋት ሰው ነዎት ወይስ የሌሊት ሰው? በሕይወትዎ ውስጥ ይህ ተለውጦ ያውቃል?

---

54. ነፃ ጊዜ ሲኖርዎት ማድረግ የሚወዷቸው አንዳንድ ነገሮች ምንድን ናቸው?

---

55. ፈተናን ወይም ተግዳሮትን ማለፍ ተተብቆብዎት ያውቅ ነበር?

56. ለማድረግ ያሰቡትን አንድ ነገር ስላሳኩበት ጊዜ ይጻፉ።

---

57. የሚያበረታታዎት ወይም የሚያነሳሳዎት ነገር ምንድን ነው?

---

58. የሚወዱት ከተማ የትኛው ነው? ስለእሱ የሚወዱት ምንድን ነው?

---

59. የኖሩባቸው አንዳንድ ቦታዎች የት ናቸው?

---

60. ብዙ ተንቀሳቅሶታል ወይስ በአንድ አካባቢ ውስጥ ነበር የኖሩት?  
ምርጡ የዝውውር ታሪክዎ ምንድን ነበር?

---

61. በሕይወትዎ ውስጥ አርዳያ ነበረዎት? ማን ነበሩ? የእርስዎ አርዳያ  
የነበሩት ለምንድን ነው?

---

62. በሕይወትዎ ውስጥ ከፍተኛ ያለ ተጽዕኖ የነበረው ሰው ወይም ነገር  
ምንድነው ነው?

63. በሌሎች ሰዎች ውስጥ ዋጋ የሚሰጡት ክዋኔ ወይም ባህሪ ምንድን ነው?

---

64. ስለ መጀመሪያው የአውሮፕላን ጉዞ የወደዱት/ያልተደሰቱበት ነገር ምንድን ነው? ወዴት ነበር የሄዱት?

---

65. የሚወዱት የቤት እንስሳ ስም ማን ይባላል? ከሚወዱት የቤት እንስሳ ጋር ምን ማድረግ ይወዱ ነበር?

---

66. የሚወዱት አስተማሪ ማን ነበር? ምን ትምህርት ነበር የሚያስተምሩት? ተወዳጅ አስተማሪዎ የነበሩት ለምንድን ነው?

---

67. እያደጉ ሳለ ወደ ካምፕ ይሄዱ ነበር? ስለ ካምፕ የወደዱት ነገር ምን ነበር? ስለ ካምፕ በጣም ያልወደዱት ነገር ምን ነበር?

68. በባለቤትነት የያዙት የመጀመሪያ መኪናዎ ምን ነበር? ስም ነበረው?  
ከመኪናው ጋር የነበረዎት የሚወዱት ጅብዱ ምን ነበር?

---

69. ምን ያህል ቋንቋዎችን ይናገራሉ? ሰዎች ሲናገሩ የሚናገሩት ነገር  
ቢገባዎት ብለው የተመኙበት ጊዜ ነበር?

---

70. በማደግ ላይ እያሉ የሚወዱት የቤት ሥራ ምን ነበር እና ለምን?

---

71. የራስዎ ባንዲራ ቢኖርዎት ምን ዓይነት ይሆን ነበር?

---

72. በጠዋት ከእንቅልፍዎ ሲነሱ የቀኑ ግብዎ ምንድን ነው?

---

73. \$1 ሚሊዮን ዶላር ቢያሸንፉ በገንዘቡ ምን ያደርጉበት ነበር?

74. በዓለም ላይ አንድ ችግር መፍታት ከቻሉ ምን ይሆናል እና ለምን?

---

75. የሙዚቃ መሣሪያ ተጫውተው ያውቃሉ እና ከሆነ ምን ነበር?

---

76. በዚህ መሣሪያ በጣም የማይረሳው ጊዜዎ ምንድን ነው?

---

77. የሚወዱት የሙዚቃ ትዕይንት ምንድን ነው እና ለምን?

---

78. ለአንድ ዓመት አንድ ምግብ መብላት ከቻሉ ምን ሊሆን ይችላል እና ለምን?

---

79. በልጅነትዎ የተቀበሉት ተወዳጅ ስጦታ ምን ነበር?

80. እንደ ትልቅ ሰው የተቀበሉት የሚወዱት ስጦታ ምን ነበር?

---

81. የጀግና ገፀ ባህሪ ቢሆኑ ስምዎ ማን ይሆን ነበር እና ምን ልዕለ ኃያልነት ይኖርዎት ነበር?

---

82. በማደግ ላይ እያሉ የሚወዱት የዋና ጊዜ ምን ነበር?

---

83. የአሻንጉሊት እንስሳዎ ስሙ እና ከእሱ ጋር የሚወዱት ጀብዱ ምንድን ነበር?

---

84. እስካሁን ከተቀበሉት የበዓል ስጦታ ታላቅ የሆነው ምን ነበር እና ለምን?

85. የሚወዱት የበጎ ፈቃደኝነት ተሞክሮ ምን ነበር እና ለምን?

---

86. የራስዎን ወይን ወይም ቢራ ማምረት ከቻሉ ምን ዓይነት ይሠራሉ እንዲሁም ምን ብለው ይጠሩታል እና ለምን?

---

87. የእርስዎ ተወዳጅ የስፖርት ቡድን የምንጊዜም ተወዳጅ ትውስታ ምንድን ነው?

---

88. በ1969 ጨረቃ ላይ ስናርፍ የት ነበሩ? ስለ ጊዜው ጎልቶ የሚታየው ምንድን ነው?

---

89. የትኛውን ፕላኔት መጎብኘት ይፈልጋሉ እና ለምን?

90. የራስዎን የሆሊውድ ፊልም መሥራት ቢችሉ ርዕሱ ምን ይሆን ነበር እና ስለ ምን ይሆናል?

---

91. የራስዎ ምግብ ቤት ባለቤት መሆን ከቻሉ፣ የእርስዎ ልዩ ሙያ ምን ሊሆን ይችላል እና ለምን?

---

92. ወላጆቻዎ ወይም ወንድም እና እህትዎ ያልሆኑ ተወዳጅ ዘመድዎ ማን ነበሩ እና ለምን?

---

93. በጊዜ ወደኋላ መመለስ ቢችሉ ወደ ምን ጊዜ ይመለሳሉ እና ለምን?

---

94. በበረዶማ ጊዜ ውስጥ ስላለዎት ታላቅ ቀን ይንገሩኝ።

---

95. በመጀመሪያ ስላፈቀሩት ሰው ይጻፉ።

---

96. በመጀመሪያ ስለሰሙት ሰው ይጻፉ።

97. እንስሳ ቢሆኑ ምን ዓይነት እንስሳ ይሆናሉ እና ለምን?

---

98. ታዋቂ የስፖርት ኮከብ/የሆሊውድ ኮከብ/የኖቤል ሽልማት አሸናፊ በመሆን መካከል በዓለም ላይ ዝነኛ ለመሆን አንዱን መንገድ መምረጥ ከቻሉ የትኛውን ይመርጣሉ እና ለምን?

---

99. በሕይወትዎ ውስጥ ገና ማድረግ ያለብዎት ማጠናቀቅ የሚፈልጉት አንድ ነገር ምንድን ነው?

---

100. በማደግ ላይ እያሉ በበጋው ወቅት ምን ያደርጉ ነበር?

---

101. በሁለተኛ ደረጃ ትምህርት ቤት ውስጥ የሚወዱት ዘፈን ምን ነበር?

---

102. ጠዋት የሚያደርጉት የዕለት ተዕለት ተግባር አለዎት? በየቀኑ ማድረግ የሚወዷቸው አንዳንድ ነገሮች ምንድን ናቸው?

103. በጣም ያልተለመደው በልተው የሚያውቁት ምግብ ምንድን ነው?  
ወደውት ነበር? ኢጋጣሚው ምን ነበር?

---

104. የሚወዱት የቤት እንስሳ ስም ማን ይባላል? ከሚወዱት የቤት  
እንስሳ ጋር ምን ማድረግ ይወዱ ነበር?

---

105. መፈክር ቢኖርዎት ምን ይሆናል እና ለምን?

---

106. ለማያውቁት ሰው የሰጡበት አንዱ መንገድ ምንድን ነው?

---

107. የሚወዱት የአካል ብቃት እንቅስቃሴ ምንድን ነው እና ለምን?

---

108. የሚወዱት የሙዚቃ ትዕይንት ምንድን ነው እና ለምን?

109. ለመሳተፍ የሚፈልጉበት ማህበራዊ እንቅስቃሴ ምንድን ነው እና ለምን?

---

110. አንድ ፍጹም የሆነ ሸርሸር ምን ነገሮች ሊኖሩት ይገባል ብለው ያስባሉ?

---

111. የትኛውን የዓለም ችግር ይፈታሉ እና እንዴት ሊፈቱት ይችላሉ?

---

112. ምን ዓይነት መጽሐፎችን ይመርጣሉ--ልቦለድ፣ ልቦለድ ያልሆኑ፣ እንቅስቃሴ፣ ልብ አንጠልጣይ፣ ሳይንሳዊ-ልቦለድ፣ ወዘተ.? ለምንድን ነው?

---

113. በሕይወትዎ ውስጥ የነበረ መንፈሳዊ ጊዜ ምን ነበር?

---

114. በባለቤትነት የያዙት የመጀመሪያ መኪናዎ ምን ነበር? ስም ነበረው? ከመኪናው ጋር የነበረዎት የሚወዱት ጀብዱ ምን ነበር?

115. በሕይወትዎ ምን ማድረግ እንደሚፈልጉ ለመጀመሪያ ጊዜ ሲያውቁ ዕድሜዎ ስንት ነበር? እንዴት ቀስ በቀስ አደገ?

---

116. በ1969 ጨረቃ ላይ ስናርፍ የት ነበሩ? ስለ ጊዜው ጎልቶ የሚታየው ምንድን ነው?

---

117. ስለ እናትዎ በጣም ስለሚያስታውሷቸው ነገሮች ይጻፉ

---

118. የጀግና ባህሪያት ምንድን ናቸው?

---

119. እራስዎን አንድ ጉድጓድ ውስጥ ከሚወርድ አይጥ አንፃር አድርገው ይጻፉ።

---

120. ስለሚወዱት የምስጋና በዓል ትውስታዎ ይጻፉ።

121. ስለ እርስዎ ተወዳጅ የልደት ትውስታ ይጻፉ።

---

122. ስለወደዱት የተቀበሉት የልደት ስጦታዎ ይጻፉ።

---

123. ለሌላ ሰው ስለሰጡት ተወዳጅ የልደት ስጦታዎ ይጻፉ።

---

124. ስለሚወዱት የበዓል ባህል/ልማድ ይጻፉ።

---

125. መኪና መንዳት ስለተማሩበት ጊዜ ይጻፉ።

---

126. በሁለተኛ ደረጃ ወይም በኮሌጅ ውስጥ አንድ ትምህርት ማስተማር ካለብዎት ምን ይሆናል እና ለምን?

---

127. መዋኘትን ስለተማሩበት ጊዜ ይጻፉ።

---

128. ብስክሌት መንዳት ስለተማሩበት ጊዜ ይጻፉ።

129. ነፍሳት ቢሆኑ ምን ዓይነት ነፍሳት ይሆኑ ነበር እና ለምን?

---

130. የሚወዱት ቁርስ ምንድን ነው እና ለምን?

---

131. ለአንድ ቀን ብቻ ማንኛውንም ሙያ መምረጥ ቢችሉ ምንድነው የሚመርጡት?

---

132. እስካሁን ከጠጡት በጣም ልዩ የሆነው መጠጥ ምንድን ነው እና ሲጠጡት የት ነበሩ?

---

133. እርስዎ የተሳተፉበት የሰርግ ምርጫ ትውስታ ምንድነው?

---

134. በልጅነት ጊዜ ካጋጠሙዎት በጣም ጥሩ የእንቅልፍ ጊዜዎች አንዱ የትኛው ነበር?

---

135. የእርስዎ ተወዳጅ ምግብ ሌት ምንድን ነው እና ለምን?

136. በቀሪው ሕይወትዎ አንድ ጣፋጭ ምግብ ብቻ መብላት ቢችሉ ምን ይሆናል እና ለምን?

---

137. በሕይወትዎ በጣም ጤናማ ስለነበሩበት ጊዜ ይጻፉ።

---

138. በማንኛውም የቴሌቪዥን ትርጉት ላይ ኮከብ መሆን ቢችሉ የትኛው ይሆናል እና ለምን?

---

139. ለመመልከት የሚወዱት የቴሌቪዥን ትርጉት ምን ነበር እና ለምን?

---

140. ስለ እርስዎ በጣም አስፈላጊ የሆነውን ነገር ለማያውቁት ሰው መንገር ካለብዎ ምን ሊሆን ይችላል እና ለምን?

---

141. አንድ ፍራፍሬ ብቻ መብላት ቢችሉ ምን ሊሆን ይችላል እና ለምን?

142. አንድ ዓይነት አትክልት ብቻ መብላት ቢችሉ ምን ሊሆን ይችላል እና ለምን?

---

143. በዚህ ዓለም ውስጥ አንድ ነገር እንዳይከሰት ማቆም ቢችሉ ምን ይሆናል እና ለምን?

---

144. በሌላ ዓለም ፍጡራን እና በማይታወቁ በራሪ አካላት ያምናሉ?

---

145. ታላቅ ደስታን ስላሳለፉበት ጊዜ ይጻፉ።

---

146. ከምት በኋላ ሕይወት አለ ብሎ በማሰብ ላይ ስላሉዎት ሐሳቦችዎ ይጻፉ

---

147. ትርጉም ያለው ሕይወት ለመኖር ቁልፉ ምንድን ነው ብለው ያስባሉ?

---

148. ከፍተኛ ኃይል/ፈጣሪ አለ ብለው ያምናሉ?

149. ለመለገስ የሚችሉት 1 ሚሊዮን ዶላር ቢኖርዎት ለየትኛው ምክንያት ይሰጡት ነበር?

---

150. ለአንድ ዓመት ያህል በሌላ አገር ውስጥ መኖር ካለብዎት የት ይሆናል እና ለምን?

---

151. ሕይወትዎን የሚገልጽ የዘፈን ርዕስዎ ምን ይሆን ነበር እና ለምን ያ ርዕስ ሆነ?

---

152. አዲስ የበዓል ቀን ለመፍጠር እድሉ ቢኖርዎት ምን ይሆናል እና ለምን?

---

153. በሕይወትዎ ውስጥ ለአንድ ሰው ብቻ "አመሰግናለሁ" ማለት ከቻሉ ማን ይሆን ነበር እና ለምን?

---

154. ውቅያኖሱን ለመጀመሪያ ጊዜ ስላዩበት ጊዜ ይፃፉ፤ ምን ተሰማዎት?

155. ያልተጠበቀ ለውጥ ስላጋጠምዎት ጊዜ ይጻፉ?

---

156. ለማንበብ የሚወዱት ተወዳጅ መጽሐፍትዎ የትኛው ነበር እና ለምን?

---

157. ተወዳጅ የሥነ-ጥበብ ዓይነትዎ ምንድን ነው? እና ለምን?

---

158. ለመጫወት የሚወዱት የካርድ ጨዋታምንድን ነው እና ለምን?

---

159. ስለሚወዱት የእንጨት ሥራ ይጻፉ።

---

160. ከዛሬ 1 ዓመት በኋላ ለራስዎ ደብዳቤ ይጻፉ።

---

161. ስለ ተወዳጅ የቦጋ ወቅት ትውስታዎ ይጻፉ።

162. ስለ ተወዳጅ የክረምት ወቅት ትውስታዎ ይጻፉ።

---

163. ስለ ተወዳጅ የበልግ ወቅት ትውስታዎ ይጻፉ።

---

164. ስለ አባትዎ በይበልጥ ስለሚያስታውሷቸው ነገሮች ይጻፉ።

---

165. ስለ እርስዎ ተወዳጅ የአዲስ ዓመት ዋዜማ በዓል ይጻፉ።

---

166. እርስዎ ያለዎት የአዲስ ዓመት ግብ ምንድን ነው?

---

167. ዛሬ ለአንድ ሰው አንድ የፍቅር ደብዳቤ ብቻ መጻፍ ቢችሉ ለማን ይሆን ነበር እና ለምን?

---

168. የእርስዎን ተስማሚ የእረፍት ጊዜ ይግለጹ።

169. የእርስዎን ተስማሚ ቤት / የመኖሪያ ቦታ ይግለጹ።

---

170. አንድ ትምህርት ለ1ኛ ክፍል ተማሪዎች ቡድን እንዲያስተምሩ ከተጠየቁ ምን ይሆናል እና ለምን?

---

171. አበባ ቢሆኑ ምን ዓይነት አበባ ይሆኑ ነበር እና ለምን?

---

172. ከማንኛውም እንስሳ ጋር መነጋገር ቢችሉ ከየትኛው እንስሳ ጋር ያወራሉ እና ምን ይጠይቋቸዋል?

---

173. ዛሬ አዲስ ንግድ ከከፈቱ ምን ዓይነት ንግድ ይከፍታሉ እና ለምን?

---

174. ከአውሎ ነፋስ ደመናዎች በላይ ያለውን ዝናብ ይግለጹ።

175. ሽከከ ቢሆኑ መጀመሪያ ምን ያደርጋሉ?

---

176. ወፍ ቢሆኑ መጀመሪያ የሚበሩበት ቦታ ምንድን ነው?

---

177. ማንኛውንም በሽታ መፈወስ ከቻሉ የትኛውን ይመርጣሉ እና ለምን?

---

178. በጣም የሚያስቅዎት የካርቱን ገጸ ባህሪ ምንድነው እና ለምን?

---

179. በቤትዎ ውስጥ የሚያሳልፉትን እሴቶች ይግለጹ።

---

180. ብዙ ጊዜ ሰዎች ስለ እርስዎ የሚናገሩት ስሕተት ምንድን ነው?

181. በዓለም ውስጥ ወደየትኛውም ቦታ የእግር ጉዞ ማድረግ ቢችሉ ወዴት ይሄዱ ነበር እና ለምን?

---

182. ቀንዎን ከሦስት ታሪካዊ ሰዎች ጋር ማሳለፍ ቢችሉ ማን ይሆኑ ነበር እና ለምን?

---

183. የራስዎን መጽሐፍ ቢጽፉ ርዕሱ ምን ይሆን ነበር እና ስለ ምን ይሆናል?

---

184. የራስዎን የምግብ አሰራር መጽሐፍ ቢጽፉ ለእርስዎ ተወዳጅ የሆነ ምን ዓይነት የምግብ አሰራርን ማጋራት ይፈልጉ ነበር?

---

185. በዓለም ላይ ካሉ መሪዎች ጋር አንድ ቀን ከሰዓት በኋላ ማሳለፍ ቢችሉ ማን ይሆን ነበር እና ለምን?

---

186. የራስዎ የልብስ የምርት ስም ቢኖርዎት ምን ዓይነት ልብስ ይሸጡ ነበር (ጫማ፣ ሸሚዞች፣ ወዘተ) እና ለምን?

187. ለ21 ዓመት ማንነትዎ የሚሆን ደብዳቤ ይጻፉ።

---

188. ዛሬ ወደ መኝታ ከመሄድዎ በፊት እንዲፈጠር ተስፋ የሚያደርጉት አንድ ነገር ምንድን ነው?

---

189. ተወዳጅ ሕልምዎን ይግለጹ።

---

190. በሌላ ዓለም ላይ የመኖር እድል ቢያጋጥምዎት ይኖሩ ነበር እና ለምን ወይም ለምን አይኖሩም ነበር?

---

191. ስለ ሌላ ቋንቋ በመማር አንድ ሳምንት ጊዜ ማሳለፍ ቢችሉ ምን ቋንቋ ይሆን ነበር እና ለምን?

---

192. ለእርስዎ በጣም አስፈላጊ ሆኖ የተገኘው የትኛው ምክር ነበር እና ለምን?

193. ለመጀመር የሚፈልጉት አዲስ የትርፍ ጊዜ ሥራ ምንድን ነው እና ለምን?

---

194. እስከ 120 ዓመት ድረስ መኖር ቢቸሉ ይፈልጉታል? ለምን ወይም ለምን አይፈልጉም?

---

195. እንደ ትልቅ ሰው እርስዎን በብዛት እንዲያድጉ ያገዙዎት ማን ነው፣ እና እንዴት ነው ያገዙዎት?

---

196. በውቅያኖስ ውስጥ ለአንድ ዓመት በውሃ ውስጥ መኖር ቢቸሉ ይኖራሉ? ለምን ወይም ለምን አይፈልጉም?

---

197. ለእርስዎ በሰው ላይ በጣም ጠቃሚ የሚሉት ምርጥ ባህሪ ምንድን ነው? ለምንድን ነው?

---

198. ከጓደኞቹዎ ውስጥ በአንዱ ላይ የደረሰው በጣም አስቂኝ ነገር ምንድን ነው?

199. ሕይወትዎ እርስዎ በጠበቁት መንገድ ነው ያለፈው?

---

200. ለመብላት የሚወዱት ሳንድዊች ምንድን ነው እና ለምን?

---

201. ጥሩ ስሜት እንዲሰማዎት የሚያደርጉ 10 ነገሮችን በዝርዝር ይጻፉ።

---

202. አንድን ሰው የበለጠ ለማወቅ እንዲችሉ ለመጠየቅ የሚወዱት ጥያቄ ምንድን ነው?

---

203. አንድ ሕግን ማስወገድ ቢችሉ የትኛውን ያስወግዳሉ እና ለምን?

---

204. አንድ ማስወገድ የሚፈልጉት መጥፎ ልማድ ምንድን ነው እና ለምን?

---

205. በድንገት የተገረመብትን ጊዜ ይግለጹ።

206. ምን ሐሳብ ሁልጊዜ በፊትዎ ላይ ፈገግታ ያመጣል እና ለምን?

---

207. ለመጓዝ የሚወዱት መንገድ (በመኪና፣ ጅልባ፣ አውሮፕላን፣ ወዘተ) ምንድን ነው፣ እና ለምን?

---

208. ማድረግ ከሚፈልጓቸው ነገሮች ዝርዝር ውስጥ ያሉ ተግባራትን አሳክተዋል? ለምን ወይም ለምን አይፈልጉም?

---

209. ለራስዎ 5 አዎንታዊ ማረጋገጫዎችን ይጻፉ።

---

210. በየትኛው የታሪክ ዘመን ውስጥ መኖር ይፈልጋሉ እና ለምን?

---

211. ሙሉ ስምዎን መቀየር ቢችሉ ወደ ምን ይቀይሩት ነበር እና ለምን?

---

212. እርስዎ እና ቤተሰብዎ የመካነ አራዊት አካል ብትሆኑ ምን አይነት እንስሳት ይሆኑ ነበር እና ለምን?

213. ስላዩት የመጨረሻ ፊልም ግምገማ ይጻፉ።

---

214. በገና አባት ሸርተቴ ላይ አጋዘን የመሆን ሕይወት ምን እንደሚመስል ይግለጹ።

---

215. የትርዒት አካል ቢሆኑ የትርዒት ሥሪቱን ለመደገፍ ምን ያደርጉ ነበር (ተዋናይ መሆን፣ የመድረክ ጀርባ መሪ፣ አስተዋዋቂ፣ ወዘተ) እና ለምን?

---

216. የሚወዱትን መምህር ወይም ፕሮፌሰር ይግለጹ።

---

217. እስካሁን ያገኙት ምርጥ መግሳ ምንድን ነው?

---

218. ለአንድ ሰው አይሆንም ሲሉ የተሰማዎትን ኃይል ይጻፉ።

---

219. በአሻንጉሊት ቤት ውስጥ ስለሚኖር ሰው እይታ ይጻፉ።

220. ወደ አዕምሮዎ የሚመጡ 5 ቅጽሎችን ይዘርዝሩ። ታሪክ ወይም ግጥም ለመጻፍ ይጠቀሙባቸው።

---

221. ከዚህ በፊት ወይም በአሁኑ ጊዜ ላይ ላለ ማንኛውንም ሰው ቃለ መጠይቅ ማድረግ ከቻሉ ማን ይሆን ነበር? ለምንድን ነው?

---

222. የዓመቱ ምርጥ ቀን ምንድን ነው? ለእርስዎ ልዩ የሆነው ለምንድን ነው?

---

223. በማጠቢያ ማሸን ውስጥ ካልሲ ስለመሆን ይጻፉ።

---

224. ለእርስዎ ልዩ ትርጉም ስላላቸው ቁጥሮች ግጥም ይጻፉ።

---

225. የሕይወትዎን ማስታወሻ አንድ ምዕራፍ ይጻፉ።

226. ካለቀ በኋላ ስለሚወዱት መጽሐፍ ይጻፉ።

---

227. በሕይወትዎ ውስጥ ስለነበረች የሴት አርአያ ይጻፉ። ለምን ታነሳሳዎታለች?

---

228. እርስዎን በጣም ያነሳሱ 3 ሰዎችን ይዘርዝሩ። ለምንድን ነው?

---

229. አንድን የሲኒ ቡና ግሩም የሚያደርገው ምንድን ነው?

---

230. የእርስዎ ተወዳጅ ልደት የትኛው ነበር?

---

231. አንድ ጂኒ 3 ምኞቶችን ቢሰጥዎት ምን ምን ይመኙ ነበር?

---

232. ከሚወዷቸው ታሪኮች በአንዱ ውስጥ መኖር ቢችሉ ኖሮ ስለሱ ምን ይለውጣሉ?

233. በሕይወትዎ ውስጥ ከሌሎች መኖር የማይችሏቸውን 3 ነገሮችን ይጻፉ።

---

234. በታዎን እንዳገኙ ስለተሰማዎት ጊዜ ይጻፉ።

---

235. ለአንድ ነገር በጣም ዘግይቶ ወይስ በጣም ቀደም ብሎ መድረስ ይሻላል? ለምንድን ነው?

---

236. የትኛውን የዓለም ሪከርድ መያዝ ይችላሉ?

---

237. የእርስዎ ትውልድ ለታዳጊዎች ምን ማስተማር ይችላል?

---

238. ለአንድ ቀን ከማንኛውም ሰው ጋር ሕይወት መቀያየር ቢችሉ ማን ጋር ይቀያየሩ ነበር?

239. የሚወዱትን ኩኪ ለመሸጥ እየሞከሩ እንደሆነ አድርገው ይግለጹ።

---

240. 50 ዶላር መሬት ላይ ወድቆ ቢያገኙ ምን ያደርጋሉ?

---

241. የሚወዱት መዓዛ ምንድን ነው?

---

242. የራስዎን ቃል ይፍጠሩ። ምን ማለት ነው?

---

243. አሁን ያሉበትን ክፍል ይግለጹ።

---

244. ቢቸሉ የበለጠ ጊዜን አብረዎቸው ሊያሳልፉ የሚፈልጉት ሰው ማን ናቸው እና ለምን?

---

245. ከአንድ ዓመት በፊት ሊያደርጉት የማይችሉት እና ዛሬ ሊያደርጉት የሚችሉት ምን ነገር አለ?

246. ያልተገደበ አቅርቦት ለአንድ ነገር ማግኘት ቢችሉ ያ አቅርቦት ምን ይሆን ነበር?

---

247. በውቅያኖስ ውስጥ ከመኖር እና በጨረቃ ላይ ከመኖር የትኛውን ይመርጣሉ?

---

248. መቼም እምቢ ሊሉት የማይችሉት የሚያደርጉት ነገር ምንድን ነው?

---

249. የእራስዎን ሕግ እንዲፈጥሩ ቢጠየቁ ምን ይሆን ነበር እና ለምን?