

در حال اسکیت بازی کردن می‌باشد، او با استفاده از نیرو ماهیچه‌های پا و هل دادن خود به سمت جلو با اسکیت حرکت می‌کند.



با استفاده هل دادن پاها به سمت عقب و جلو وسیله ورزشی را به حرکت در می‌آورد.



موشک را به سمت جلو هل می‌دهد تا حرکت کند



بچه‌ها مسابقه طناب کشی گذاشته‌اند و هر گروه طناب را سمت خودش می‌کشد.

در حال بدمینتون بازی کردن می‌باشد، او با راکت، توپ را هل می‌دهد.

دختر در حال طناب بازی کردن می‌باشد، او طناب را به سمت بالا و پایین حرکت می‌دهد و گاهی طناب را می‌چرخاند که باعث حرکت پاهای خود به سمت جلو و عقب می‌شود.



بچه‌ها در حال طناب بازی می‌باشند و با هل دادن طناب به سمت بالا و پایین و چرخاندن آن باعث حرکت دوست خود به سمت عقب و جلو شده‌اند.

پسر به فرفره فوت می‌کند و اونو هل می‌دهد.



نخ را می‌کشد تا بادبادک حرکت کند

هنگام بازی نکات ایمنی را رعایت کنید.
هشدار

برادر محسن روی تاب نشسته است؛ محسن تاب را
می کشد و رها می کند و هر بار که تاب به او نزدیک
می شود، آن را هُل می دهد.



هَل دادن

کشیدن
هَل دادن

به تصویرها نگاه کنید. در کدام یک برای این که جسمی حرکت کند، آن را فقط
هُل می دهند؟

در کدام یک برای این که جسمی حرکت کند، آن را می کشند؟
در کدام یک هم با کشیدن و هم با هُل دادن می توان جسم را به حرکت درآورد؟

هَل دادن
کشیدن

هَل دادن

***انسان ها برای انجام همه ی
کارها نیرو مصرف می کنند.**

برای حرکت دادن جسم :

هُل دادن

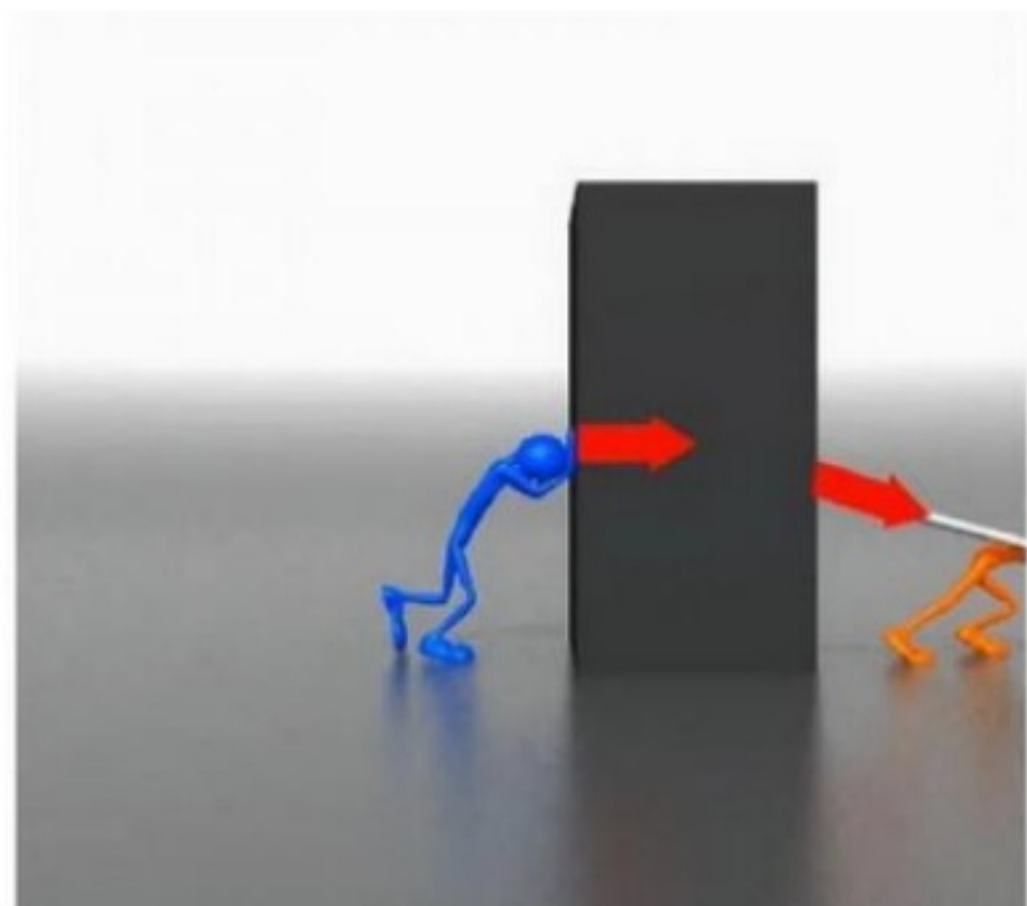
کشیدن

هُل دادن و کشیدن

کشیدن



گاهی مواقع برای این که جسمی
حرکت کند آن را هل می دهیم



گاهی مواقع برای این که جسمی
حرکت کند آن را می کشیم.

