

إنجح

معنا



elbassair.net

## التربية المدنية

### اختبار الفصل الأول في التربية المدنية

(1) أضع (ص) أمام العبارة الصحيحة و (خ) أمام العبارة الخاطئة :

- ... أتناول أغذية صحية ومتوازنة
- ... - أغسل يديّ بعد الأكل فقط
- ... - أفرط في تناول السكريات
- ... - أنتبه لتاريخ نهاية صلاحية الأغذية قبل تناولها

(2) أصنف في الجدول العبارات التالية في الجدول:

أفرط في الأكل - أغسل الخضر والفواكه جيدا - أمس我 الأجهزة الكهربائية ويدني مبللة

أمضغ طعامي جيدا - أتناول أغذية منتهية الصلاحية - أتحدث عند الأكل

سلوكيات غير صحية	سلوكيات صحية

- التسقم
- السمنة
- فقر الدم
- تسوس الأسنان

(3) أربط كل عبارة بما يناسبها:  
الإفراط في الأكل يسبب  
نقص التغذية يسبب  
الإكثار من تناول السكريات يسبب  
تناول أغذية منتهية الصلاحية يسبب

الوضعية:

السند:

كُنْتَ ذاهِبًا لِزِيَارَةِ مَرِيضٍ فِي الْمُسْتَشْفَى فَإِذَا بِكَ صَادَفْتَ طِفْلًا يُعَانِي مِنْ تَسْمِمٍ غِذَائِيًّا وَآخَرَ تَعَرَّضَ لِصَعْقَةٍ كَهْرِبَائِيَّةً.

التَّعْلِيمَةُ :

أَمْلَأُ الْفَقْرَةَ بِمَا يَنْسَبُ:

تَارِيخ - أَلتَّزم - الْجَسْم - لَا أَفْرَط - تَسْبِب - أَنْصَح - الْأَجْهِزَةُ الْكَهْرِبَائِيَّةُ  
لِلْحَفَاظِ عَلَى سَلَامَةِ ..... مِنَ الْأَمْرَاضِ وَالْمَخَاطِرِ يُجَبُ: أَنْ ..... بِقَوَاعِدِ  
الْتَّغْذِيَةِ الصَّحِيحَةِ، أَغْسِلْ يَدِيَ قَبْلَ الْأَكْلِ وَبَعْدِهِ وَأَقْرَأُ ..... صَلَاحِيَّةِ الْمَنْتَجَاتِ  
وَ..... فِي الْأَكْلِ وَأَبْتَعِدُ عَنِ الْأَغْذِيَةِ التِّي ..... تَسُوسُ الْأَسْنَانُ، كَمَا يُجَبُ الْحُذْرُ  
فِي اسْتِعْمَالِ ..... وَلَا أَسْتَعْمِلُهَا إِلَّا فِي حُضُورِ وَالْدِيَّ وَلَا أَمْسِهَا وَأَيْدِي مَبْلَلَةٍ .  
وَ..... كُلَّ طَفَلٍ بِالْالْتَّزَامِ بِالْقَوَاعِدِ الصَّحِيحَةِ وَالآمِنَةِ حَفَاظًا عَلَى سَلَامَتِهِ.

بِالْتَّوْفِيقِ

الأَسْلَابُ عَرَبَةُ