



## المستوى : الثالثة ابتدائي [3AP] ديسمبر، 2018

### اختبار الفصل الأول في مادة التربية المدنية

**التمرين 1 :** ضع الكلمات التالية في الفراغ المناسب : (عدوى - الماء - العين - التراب - كائنات - الهواء )

الجراثيم هي.....حياة صغيرة جدا لا ترى ب.....المجردة  
منتشرة في.....و.....و.....والأجسام ،وتنقل  
.....الأمراض.

**التمرين 2 :** أضع صحيح أو خاطئ :

- الطعام غير الصحي هو طعام يحتاجه الجسم (.....)
- أترك الحنفية مفتوحة بعد كل استعمال (.....)
- السكريات والدهون تسبب السمنة (.....)
- من أعراض التسمم الغذائي الاسهال (.....)

### الوضعية 1 :

تعرض زميل لك لتسمم غذائي ألزمه الفراش .ذهبت لزيارته فأردت أن نقدم له بعض النصائح التي تساعد في الحفاظ على صحته .  
-لون العبارات التي يمكن أن تقدمها له كنصائح :

الأكل السريع طعام  
صحي يفيدك

لا تتناول السلع  
المنتهية الصلاحية

أكثر من الدهون و  
السكريات .

تناول الأطعمة  
المكشوفة في الشارع

إلتزم بقواعد اداب  
الأكل

يجب أن تتغذى أغذية  
متوازنة صحية

## الوضعية 2 :

حفاظا على سلامتك من المخاطر ما هي التصرفات السليمة التي تقوم بها في  
حال تكهرب

-أذكر هذه التصرفات :

1 - .....

2 - .....

## تصحيح اختبار الفصل الأول في التربية المدنية

ديسمبر 2018

**التمرين 1:** ضع الكلمات التالية في الفراغ المناسب: (عدوى - الماء - العين - التراب - كائنات - الهواء) (3ن)

الجراثيم هي..كائنات...حية صغيرة جدا لا ترى بالعين.....المجردة منتشرة في..الماء...و...الهواء...و....التراب...،و الأجسام تنقل..عدوى.....الأمراض.

**التمرين 2:** أضع صحيح أو خاطئ: (2ن)

- الطعام غير الصحي هو طعام يحتاجه الجسم (..خاطئ..)

- أترك الحنفية مفتوحة بعد كل استعمال (..خاطئ..)

- السكريات و الدهون تسبب السمنة (.. صحيح..)

- من أعراض التسمم الغذائي الاسهال (..صحيح..)

### الوضعية 1

تعرض زميل لك لتسمم غذائي ألزمه الفراش. ذهبت لزيارته فأردت أن نقدم له بعض النصائح التي تساعده في الحفاظ على صحته .

-لون العبارات التي يمكن أن تقدمها له كنصائح : (3ن)

لا تتناول السلع المنتهية الصلاحية
يجب أن تتغذى أغذية متوازنة صحية

تناول الأطعمة المكشوفة في الشارع
إلتزم بقواعد اداب الأكل

أكثر من الدهون و السكريات .
الأكل السريع طعام صحي يفيدك

### الوضعية الثانية: (2ن)

حفاظا على صحتنا من المخاطر ماهي التصرفات السليمة التي أقوم بها في حالة وقوع حالة تكهرب :

- لا يجب الاقتراب نحو المصاب بالتكهرب أو لمس ملابسه .

- قطع التيار الكهربائي .