

**التمرين الأول :** أكمل بالكلمة المناسبة (04 ن)

السمنة – التسمم – التسوس – انتقال الجراثيم إلى الفم

- 1- تناول منتجات انتهت صلاحيتها بسبب .....
- 2- الإفراط في الأكل بسبب .....
- 3- عدم غسل اليدين قبل الأكل بسبب .....
- 4- عدم تنظيف الأسنان بعد كل وجبة بسبب .....

**التمرين الثاني :** أذكر ثلاث تصرفات حسنة يجب التحلي بها أثناء الأكل (03 ن)

- 1- .....
- 2- .....
- 3- .....

**التمرين الثالث :** أجب بـ (ص) أو (خ) (03 ن)

- 1- عندما يكون غذائنا متوازنا سوف نتمتع بصحة جيدة ( )
- 2- أتناول الأغذية في أي وقت وبدون انتظام ( )
- 3- عندما ننتهي من تناول الطعام نرمي ما تبقى منه في النفايات ( )
- 4- عندما أستعمل الماء في التنظيف لا أبذره ( )
- 5- لا ألمس الأجهزة الكهربائية عندما تكون يدي مبللة بالماء ( )
- 6- أكثر من تناول السكريات والمشروبات لأنه يقوي جسمي ( )