

تم تحميل وعرض المادة من



موقع مادتي هو موقع تعليمي يعمل على مساعدة المعلمين والطلاب وأولياء الأمور في تقديم حلول الكتب المدرسية والاختبارات وشرح الدروس والملاحظات والتحاير وتوزيع المنهج لكل المراحل الدراسية بشكل واضح وسهل مجاناً بتصفح وعرض مباشر أونلاين وتحميل على موقع مادتي

حمل تطبيق مادتي ليصلك كل جديد



السؤال الأول:

أ- اذكر المصطلح المناسب أمام التعاريف التالية

العناية بالجسم , السمنة , النحافة , فقر الدم , المشروبات

- 1- (.....) هي زياده غير طبيعية في وزن الجسم نتيجة الإفراط في تناول الطعام .
- 2- (.....) حالة نقص في حجم أو عدد كريات الدم الحمراء أو نقص في كمية هيموجلوبين الدم .
- 3- (.....) إنخفاض وزن الجسم عن المعدل الطبيعي بمقدار 10% أو أكثر.
- 4- (.....) مجموعة من العادات والممارسات للمحافظة على الصحة والوقاية من الأمراض .

ب- ضع كلمة صح أمام العبارة الصحيحة وكلمة خطأ أمام العبارة الخاطئة:

- 1- تناول كمية كبيرة من الأطعمة مع قلة المجهود تؤدي إلى السمنة ()
- 2- فقدان الشهية يؤدي إلى النحافة ()
- 3- فقدان كمية كبيرة من الدم بسبب النزيف يؤدي إلى فقر الدم ()
- 4- نظافة الأسنان عنصر رئيسي للصحة وللمظهر الجميل ()
- 5- شحوب الوجه من أعراض فقر الدم ()
- 6- تناول الأغذية البروتينية والخضروات والفواكه من أهم أسباب الحصول على بشرة صحية ()
- 7- قلة شرب الماء يساعد على ترطيب البشرة ()

السؤال الثاني:

أ. اختاري الإجابة الصحيحة بوضع خط تحتها:

١	من أسباب السمنة			
أ	عامل وراثي	ب	خلل في إفرازات الغدد الصماء	ج
ب	جميع ماسبق صحيح			
٢	تناول الوجبات السريعة بكثرة يؤدي إلى			
أ	النحافة	ب	الرشاقة	ج
ب	السمنة			
٣	للووقاية من أضرار الشمس يجب			
أ	إستخدام مستحضر واقٍ عند التعرض لأشعة الشمس	ب	إستخدام النظارات الشمسية	ج
ب	جميع ماسبق صحيح			

ب. صلي الكلمات في العمود الأول بما يناسبها في العمود الثاني بوضع الرقم المناسب:

الرقم	أ	الرقم	ب
1	سرطان الجلد والحروق الشمسية		غسله بالماء والشامبو
2	من أعراض السمنة		إستخدام السني لتنظيف الأسنان
3	نظافة الأسنان		آلام الظهر والقدمين والشعور بالإجهاد
4	نظافة الشعر		التعرض لأشعة الشمس

انتهت الأسئلة .. تمنياتي لكن بالتوفيق

أ. بيان