



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التربية الوطنية

مؤسسة التربية و التعليم الخاصة **سليم**

ETABLISSEMENT PRIVE D'EDUCATION ET D'ENSEIGNEMENT SALIM

www.ets-salim.com 021 87 10 51 / 021 87 16 89 Hai Galloul - bordj el-bahri alger

رخصة فتح رقم 1088 بتاريخ 30 جانفي 2011

مخضيري- ابتدائي- متوسط - ثانوي

إعتماد رقم 67 بتاريخ 06 سبتمبر 2010

## المستوى: الثالث ابتدائي (3AP) ديسمبر: 2017

### اختبار الفصل الأول في التربية المدنية

#### التمرين الأول: (2ن)

أضِعْ "صَحِيح" أَوْ "خَطَأ" أَمَامَ كُلِّ عِبَارَةٍ :

1-النَّظَافَةُ هِيَ الْحِفَافُ عَلَى الْمَكَانِ فَقَط. (.....)

2-تَرَكَ الْحَنْفِيَّةَ مَفْتُوحَةً عِنْدَ الْإِنْتِهَاءِ مِنَ الْوُضُوءِ. (.....)

3-مِنْ أَعْرَاضِ التَّسَمُّمِ الْغِذَائِيِّ آلامٌ فِي الْمَعِدَةِ. (.....)

4-اسْتِعْمَالُ الدَّلْوِ وَالْمِنْشَفَةِ عِنْدَ غَسْلِ السَّيَّارَةِ. (.....)

#### التمرين الثاني: (2ن)

- اكْمِلْ مَلءَ الْفَرَاعَاتِ : مُتَوَازِنَةٌ - تَنْظِيمٌ - الْجِسْمُ - صِحِيَّةٌ .

لِلْحِفَافِ عَلَى سَلَامَةٍ ..... مِنْ الْأَمْرَاضِ، يَجِبُ أَنْ تَغْذِيهِ تَغْذِيَّةً .....

بِاتِّبَاعِ عِدَّةِ قَوَاعِدَ ..... تَتَعَلَّقُ بِالتَّغْذِيَّةِ وَ ..... أَوْقَاتِ تَنَاوُلِهَا.

#### التمرين الثالث (3ن)

صَنِّفِ الْأَغْذِيَّةَ التَّالِيَةَ حَسَبَ الْجَدْوَلِ :

مَشْرُوبَاتٍ غَازِيَّةٍ - إِجَاص - حَسَاء خُضَرَ - الحَلْوَى - الأَكْلَات السَّرِيعَة الحَلِيب .

أغذية غير صحيّة	أغذية صحيّة
.....	.....
.....	.....
.....	.....

### الوضعية الإدماجية: (3ن)

أ/ يَنْبَغِي لِلإِنْسَانِ أَنْ يَتَّقَيِدَ بِالعَادَاتِ الحَسَنَةِ فِي الأَكْلِ .  
أذْكَرُ اثْنَيْنِ مِنْهَا:

1-.....

2-.....

ب/ هَذِهِ اللَّافَتَةُ تُشِيرُ إِلَى قَوَاعِدِ التَّغْذِيَةِ الصَّحِيَّةِ .

عَبَّرْ عَن هَذِهِ اللَّافَتَةِ .

.....



## تصحيح اختبار التربية المدنية

### التمرين الأول: (2ن)

- 1- النظافة هي الحفاظ على المكان فقط (خطأ)
- 2- ترك الحنفية مفتوحة عند الانتهاء من الوضوء (خطأ)
- 3- من أعراض التسمم الغذائي آلام في المعدة (صحيح)
- 4- استعمال الدلو و المنشفة عند غسل السيارة (صحيح)

### التمرين الثاني : (2ن)

للحفاظ على سلامة الجسم. من الأمراض، يجب أن تغذيه تغذية متوازنة  
با تباع عدة قواعد صحية تتعلق بالتغذية وتنظيم أوقات تناولها.

### التمرين الثالث (3ن):

أغذية غير صحية	أغذية صحية
مشروبات غازية الحلوى الأكلات السريعة	إجاص حساء خضر الحليب

### الوضعية الإدماجية (3ن):



- 1- المضغ الجيد
  - 2- عدم السرعة في الأكل
- أكتب شعارا لهذه اللافتة :
- تنظيف الأسنان بعد الأكل لتنقيتها من التسوس .