

إختبار الفصل الأول في مادة التربية المدنية

أختار الحالة التي تسببها التصرفات التالية و ألوّنها:

التسوس	السمنة	الهزال	النعاس
تعب في المعدة	ألم في الرأس	النشاط	الخوف

الوضعية الأولى

* الإفراط في الأكل:

* الأكل بسرعة:

أصنّف في الجدول مايلي:

الوضعية الثانية

أنظف أسناني - لا أكثر من تناول السكريات و المواد الدسمة - أضغ الفضلات في سلة المهملات - أحافظ على نظافة القسم -
تطهير الخضّر و الفواكه بالماء - أتناول الأطعمة الصحية - لا أتناول الدواء دون استشارة الطبيب - أتناول وجبات غذائية متوازنة

أحافظ على نظافتي	أحافظ على صحتي
.....
.....
.....

ضع "صحيح" أو "خطأ" أمام كل عبارة:

الوضعية الثالثة:

.....
.....
.....
.....

- أشغل مدفاة الغاز أو الكهرياء دون إستئذان والدي
- أغلق الحنفية بعد كل إستعمال
- ترك الأطفال يعبتون بالأجهزة الكهريائية
- عند وقوع حادث كهريائي أقطع التيار الكهريائي أولاً

الوضعية الإدماجية

أكل رائد بسرعة في إستراحة المدرسة حبة برتقال، كيس رقائق البطاطا، خبز بالجبن، 5 حبات حلوى، قارورة مشروبات غازية،
و قطعة شكولاتة كل هذا دون أن يغسل يديه، و عندما دخل إلى القسم أحس بألم شديد في بطنه فنقل إلى المستشفى.

أ* عدد مجموع الأغذية التي تناولها رائد.....

ب* صنّفها إلى: * أغذية صحيّة:

* أغذية غير صحيّة:

ج* ما هما القاعدتان الصحيّتان اللتان لم يلتزم بهما رائد؟
.....
.....د* أذكر آداب أخرى للأكل تعرفها:
.....
.....