

المستوى: 3AP	امتحان في مادة التربية المدنية للفصل الثالث	العام الدراسي: 2011-2012
--------------	--	--------------------------

### النشاط الأول:

الاسم: .....

اللقب: .....

القسم: .....

أضع (ص) أمام العبارة الصحيحة و(خ) أمام العبارة الخاطئة:

- 1- اللحوم والأسماك والبيض من أغذية النمو. (...).
- 2- الإفراط في الأكل في وجبة العشاء من العادات الحسنة. (...).
- 3- اللعب بالأدوات الحادة كالمقص والسكين لا يؤدي إلى حوادث. (...).
- 4- الإمساك بالأجهزة الكهربائية والأيدي مبللة يسبب التكهرب. (...).
- 5- تُفتح النوافذ لتهوية المكان الذي يوجد فيه المصاب بالإحتناق. (...).

### النشاط الثاني:

أصنف الأغذية حسب مصدرها: السمك - السبانخ - الفول - الطماطم - المشمش - البيض - الزبدة - الملح - الفراولة - الفاصولياء.

حيواني	معدني	نباتي
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....

### النشاط الثالث:

أذكر كيف يتم إسعاف شخص اختنق بالغاز.

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

### النشاط الرابع:

يفرط صديقك في تناول البطاطا المقلية في كل وجبة أرادت أن تنصحه وتبين له مدى خطورة ذلك على صحته، عرّفه بمعنى الوجبة الغذائية المتوازنة وهي .....

وبعض من آداب الأكل:

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

النشاط الأول: (2.5ن)

أضع (ص) أمام العبارة الصحيحة و(خ) أمام العبارة الخاطئة:

- 1- اللحوم والأسماك والبيض من أغذية النمو. (ص).
- 2- الإفراط في الأكل في وجبة العشاء من العادات الحسنة. (خ).
- 3- اللعب بالأدوات الحادة كالمقص والسكين لا يؤدي إلى حوادث. (خ).
- 4- الإمساك بالأجهزة الكهربائية والأيدي مبللة بسبب التكهرب. (ص).
- 5- تُفتح النوافذ لتهوية المكان الذي يوجد فيه المصاب بالإختناق. (ص).

النشاط الثاني: (2.5ن)

أصنف الأغذية حسب مصدرها.

السّمك - السّبانخ - الفول - الطماطم - المشمش - البيض - الزّبدة - الملح - الفراولة - الفاصولياء.

حيواني	معدني	نباتي
السّمك - البيض - الزّبدة	الملح	السبانخ - الفول - الطماطم - المشمش - الفراولة - الفاصولياء

النشاط الثالث: (2.25ن)

أذكر كيف يتم إسعاف شخص اختنق بالغاز.

- 1- تُفتح النوافذ ليتجدد الهواء في المكان
- 2- تُفك أربطة الرقبة والصدر والبطن.
- 3- التأكيد من عدم انسداد مجاري التنفس.

النشاط الرابع: (1.75ن)

يُفرض صديقك في تناول البطاطا المقلية في كل وجبة أردت أن تنصحه وتبين له مدى خطورة ذلك على صحته، عرفه بمعنى الوجبة الغذائية المتوازنة وهي الوجبة الكاملة التي تحتوي على اغذية النمو، اغذية الطاقة وأغذية الحماية.

بعض من آداب الأكل:

- 1- المضغ الجيد.
- 2- عدم السرعة في الأكل.
- 3- تصغير اللقمة.