

عرض في كامل الشاشة

معلمك موقع

للإستفادة والحصول على العديد من الخدمات المجانية
ابحث عن تطبيق **معلمك التعليمي** في أحد المتاجر



أو قم بالبحث في محرك البحث قوقل

موقع معلمك التعليمي

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 | تناول الوجبات السريعة بكثرة يؤدي إلى | | | |
| أ | النحافة | ب | الرشاقة | ج |
| ٣ | للمحافظة من أضرار الشمس يجب | | | |
| أ | إستخدام مستحضر واقٍ عند التعرض لأشعة الشمس | ب | إستخدام النظارات الشمسية | ج |
| | | | | 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