

**أسئلة الوحدة الأولى (صحتي وسلامتي) لمادة التربية الأسرية للصف
الخامس الفصل الدراسي الثالث ١٤٤٥ هـ**

س ١ / اختاري الإجابة الصحيحة في كل مما يلي :

١	حروق الدرجة..... سطحية وتحدث احمراراً ولا تترك أثراً بعد الشفاء .	(أ) الأولى.	(ب) الثالثة.	(ج) الرابعة .	(د) الثانية .
٢	تضرر الجلد عند تعرضه للنار، أو لسوائل ساخنة ، أو مواد كيميائية يسمى :	(أ) حروق .	(ب)كسور .	(ج) جروح .	(د)نزيف .
٣	حروق الدرجةعميقة وتكون مصحوبة بتورم وانتفاخ وبقايع مائية .	(أ)الثانية .	(ب) الأولى .	(ج) الثالثة .	(د) الرابعة .
٤	حروق الدرجة تمتد إلى الأنسجة تحت الجلد ولا تكون مصحوبة بالآلام بسبب احتراق النهايات العصبية .	(أ)الثانية .	(ب) الأولى .	(ج) الثالثة .	(د) الرابعة .
٥	عند إسعاف شخص مصاب بالحروق نبدأ أولاً بصب الماء :	(أ) المتجمد.	(ب) الحار .	(ج) الدافئ .	(د) البارد .
٦	من فوائد استخدام المحافظة على الأعضاء المصابة ومنعها من الحركة .	(أ) الشاش .	(ب) القطن .	(ج) اللاصق .	(د) الضماد .
٧	الجروحتكون الإصابة على مستوى الجلد الخارجي للجسم ويكون النزيف بسيطاً .	(أ) العميقة.	(ب) السطحية .	(ج) الكدمات .	(د)المتورمة.
٨ تمزق في الجلد يؤدي إلى خروج الدم من الجسم .	(أ)الحرق .	(ب) الكسر .	(ج)الجرح.	(د) التورم.
٩	من أعراض التهاب الجروح :	(أ) النزيف .	(ب)الصداع .	(ج)الغثيان .	(د) انخفاض الحرارة .)

٢/ضعي الرمز (√) أو (x) في المكان المناسب في كل مما يلي :

- ١-حروق الدرجة الثالثة لا تكون مصحوبة بالآلام ()
- ٢-لاستخدم الأنواع المطاطة من الضمادات عند إسعاف الحروق ()
- ٣- الجروح السطحية تنزف كثيراً ()
- ٤- يجب وضع معجون طماطم على الجلد عند إسعاف الحروق ()
- ٥-تأخير علاج الجروح يزيد من فرص حدوث مضاعفات ()
- ٦- عند إسعاف الجروح يوضع العضو المصاب أقل من مستوى القلب ()
- ٧- من أعراض التهاب الجروح التورم والاحمرار ()
- ٨- إن استخدام الأنواع المطاطة من الضمادات خطير ()
- ٩- عند إسعاف شخص محروق يفضل صب الماء الحار على الجزء المصاب ()
- ١٠-من فوائد استخدام الضماد حماية الجروح من التلوث والإلتهاب ()

س٤/املئي الفراغات التالية بما يناسبها:

- ١/أنواع الجروحو.....
- ٢/أنواع الحروقو.....و.....
- ٣/ من مسببات الحروقو.....
- ٤/ يتضرر الجلد عند تعرضه للنار أو لسوائل ساخنة

س ٥ / أجبني عن الأسئلة التالية :

١ / اذكر أنواع الجروح ؟

٢ / كيف يتم إسعاف شخص مصاب بحروق من الدرجة الثانية ؟

٣ / حروق الدرجة الثالثة لا تكون مصحوبة بألم ، عللي ذلك .

٤ / ما السبب في عدم استعمال القطن في إسعاف الحروق من الدرجة الثانية ؟

٥ / اذكر طريقة إسعاف شخص مصاب بجرح عميق ؟

)

أسئلة مراجعة لمادة التربية الأسرية ١٤٤٥ هـ

الوحدة الثانية (مهاراتي في الحياة)

س ١ / اختاري الإجابة الصحيحة في كل مما يلي:

١	من الصفات الأساسية للمحاور الناجح :			
	(أ) تحقير الآخرين .	(ب) انتقاء الكلمات بعناية.	(ج) التحدث بصوت عالي .	(د) التحدث بصوت منخفض
٢	من طرق الاتصال اللفظي :			
	(أ) التواصل البصري .	(ب) هز الرأس .	(ج) نبرة الصوت .	(د) هز اليد.
٣	لإقناع الطرف الآخر في أثناء الجدل لابد من :			
	(أ) اللباقة والتواضع .	(ب) الانفعال السريع.	(ج) التملق والرياء.	(د) الغيبة والرياء .

س ٢ / ضعني أمام كل فقرة الحرف (ص) إذا كانت العبارة صحيحة والحرف (خ) إذا كانت العبارة خاطئة :

- ١- من الصفات الأساسية للمحاور الناجح سرعة الرد والانفعال ()
- ٢- لا أتقبل النقد البناء من الطرف الآخر ()
- ٣- حدة الصوت من مسببات النزاع ()
- ٤- إذا كان الطرف الآخر فظا ، فمن حقي أن أكون فظا معه ()
- ٥- إيماءات الوجه من طرائق التواصل غير اللفظي ()
- ٦- حسن الظن بالآخر من مهارات التواصل ()

س ٣ / أجبني عن الأسئلة التالية:

- ١ / تحدثني بالتفصيل عن آداب الحوار .
- ٢ / اذكر الصفات الأساسية للمحاور الناجح .
- ٣ / عددي مهارات التواصل .

س٤ / عللي :

- أ/ نهى الإسلام عن الغيبة والنميمة .
- ب/ التعصب للرأي يزيد المشكلة ولا يحلها .
- ج/ طرح عدد من الأسئلة لفهم رأي المتحدث بدلا من المعارضة الفورية .

س٥ / املئي الفراغات التالية بما يناسبها :

- ١/ الحوار هو.....
- ٢/ من مهارات التواصل.....و.....و.....

الوحدة الثالثة (غذائي)

س ١/ اختاري الإجابة الصحيحة في كل مما يلي:

١	(طبقتان من الخبز بينهما نوع من الحشوة) يسمى:	(أ) الشطيرة .	(ب) الكعك .	(ج) الشابورة .	(د) المعمول .
٢	يفضل تناول الوجبة الخفيفة قبل الوجبة الرئيسية بـ :	(أ) أربع ساعات .	(ب) ثلاث ساعات .	(ج) ساعتين .	(د) ساعة .
٣	تعتبر وجبة الفطور من أهم الوجبات :	(أ) اليومية .	(ب) الأسبوعية .	(ج) الشهرية .	(د) السنوية .
٤	تحتوي الوجبة الخفيفة الجيدة على :	(أ) فاكهة وخضروات	(ب) مشروبات غازية .	(ج) شاي وقهوة .	(د) مقلبات .
٥	يحصل الجسم على احتياجاته من الطاقة والعناصر الغذائية من يتناولها يومياً.	(أ) وجبة واحدة.	(ب) وجبتين .	(ج) ثلاث وجبات.	(د) أربع وجبات .
٦	يفضل الابتعاد عن تناول كوجبة خفيفة.	(أ) الفواكه .	(ب) الشيبسات .	(ج) الحليب .	(د) الخضروات .
٧	تحتوي نخالة القمح على :	(أ) فيتامين أ .	(ب) فيتامين ج .	(ج) فيتامين د .	(د) فيتامين ب .
٨	أهم الوجبات اليومية هي :	(أ) وجبة الفطور .	(ب) وجبة العشاء .	(ج) الوجبة الخفيفة .	(د) وجبة الغداء .
٩	معظم الحلويات والمشروبات الغازية تسبب الأسنان :	(أ) لمعان .	(ب) بياض .	(ج) تسوس .	(د) نظافة .

)

س ٢/ ضعي أمام كل فقرة الحرف (ص) إذا كانت العبارة صحيحة والحرف (خ) إذا كانت العبارة خاطئة :

- ١- يجب تنظيف الأسنان بعد كل وجبة ()
- ٢- الحلويات والمشروبات الغازية تسبب تسوس الأسنان وزيادة الوزن ()
- ٣- الوجبة الخفيفة تكون قبل الوجبة الرئيسية بساعتين ()

- ٤- الجسم بحاجة إلى طاقة كافية؛ لأداء فروض العبادة ()
- ٥- يحصل الجسم على احتياجاته من الطاقة والعناصر الغذائية من وجبتين فقط ()
- ٦- تناول الوجبات السريعة يسبب الرشاقة والصحة ()
- ٧- يفضل تناول الخبز الأبيض لأنه يحتوي على نسبة عالية من الألياف ()

س٣ / أجبني عن الأسئلة التالية:

- ١/ تحدثني بالتفصيل عن أنواع الخبز .
- ٢/ اذكرني فوائد الخبز الأسمر .
- ٣/ عددي طرق مختلفة لتقديم الشطائر .

س٤ / علي :

- أ/ يجب تنظيف الأسنان بعد الأكل .
- ب/معظم الحلويات والمشروبات الغازية تسبب تسوس الأسنان .
- ج/ الخبز الأسمر أفضل من الخبز الأبيض .
- د/ تناول وجبة الفطور في الصباح الباكر .

س٥ / املني الفراغات التالية بما يناسبها :

- ١/نتناول يوميًا وجبات.
- ٢/تحتوي الوجبة الخفيفة الجيدة على.....
- ٣/ أهم الوجبات اليومية التي يجب أن نهتم فيها.....
- ٤/ طبقتان من الخبز بينهما نوع من الحشوة.
- ٥/ يحتوي الشاي والقهوة وبعض المشروبات الغازية على مادة