

أوراق عمل

الفصل الدراسي الأول العام الدراسي 1447هـ

ورقة عمل الأسبوع الخامس

المرحلة	الابتدائية
المادة	لغتي
	الصف
	الخامس

س1: أظلل الإجابة الصحيحة لكل مما يلي:

1	ما الهدف الأساسي من التحصينات ؟	
	تقليل عدد الوجبات	☒
	حماية الإنسان من الأمراض	☒
	تحسين جودة النوم	☐
	تعزيز النشاط البدني	☐
2	من وسائل تعزيز النوم الجيد :	
	تناول الكثير من السكر قبل النوم	☐
	مشاهدة التلفاز قبل النوم	☐
	شرب القهوة في المساء	☐
	أخذ حمام دافئ قبل النوم	☒
3	الغذاء للجسم يشبه :	
	الوقود للآلة	☒
	المياه للبحر	☐
	الأدوات للطالب	☐
	الشرح للمعلم	☐

س2: أظلل حرف (ص) إذا كانت العبارة صحيحة وحرف (خ) إذا كانت العبارة خاطئة:

م	السؤال	ص	خ
1	الانشغال بالجوال يساعدك على الاستغراق بالنوم .	☐	☒
2	يؤثر النوم على المزاج والذاكرة والأداء المعرفي .	☒	☐
3	لا تستخدم التحصينات إلا في مرحلة الطفولة ولا يستفيد منها البالغون .	☐	☒

س3: أجب على ما يلي :

ما وجه الشبه بين الغذاء والوقود ؟

الوقود في الآلة يحترق لمدّها بالطاقة اللازمة للحركة ، وكذلك الغذاء يعطينا الطاقة للحركة والعمل واللعب ويجعل جسمنا دافئاً دائماً .