



شركة مدارس العناية الأهلية
بناء جيل يؤمن بقدراته

شركة مدارس العناية

أوراق عمل

الفصل الدراسي الثاني العام الدراسي ١٤٤٧ هـ

ورقة عمل الأسبوع الثالث عشر

المرحلة الابتدائية			المرحلة
الخامس	الصف	مهارات حياتية وأسرية	المادة

س ١: أظلل الإجابة الصحيحة لكل مما يلي:

١	يفضل تناول الوجبة الخفيفة التي تحتوي على.....	(أ) سكريات	(ب) ألياف وفيتامينات	(ج) دهون عالية	(د) مقلبات وغازيات
٢	تحتوي نخالة القمح على.....	(أ) فيتامين أ	(ب) فيتامين ج	(ج) فيتامين ب	(د) فيتامين د
٣	معظم الحلويات والمشروبات الغازية تسبب للأسنان.....	(أ) اللمعان	(ب) البيض	(ج) التسوس	(د) النظافة

س ٢: أظلل حرف (ص) إذا كانت العبارة صحيحة وحرف (خ) إذا كانت العبارة خاطئة:

م	السؤال	ص	خ
١	يجب تنظيف الأسنان بعد كل وجبة.	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
٢	الحلويات والمشروبات الغازية تسبب زيادة الوزن.	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
٣	تحتوي الوجبة الخفيفة الجيدة على المقلبات.	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>

س ٣: أختار المزوجة الصحيحة بين الرقم والحرف

م	١	م	٢
١	تحتوي الوجبة الخفيفة الجيدة على.....	ب	(أ) السكريات
٢	من مسببات الإصابة بمرض السكري كثرة تناول.....	أ	(ب) الخضروات والفواكه
٣	من الأطعمة الخفيفة غير مفيدة.....	ج	(ج) المقلبات والغازيات
٤	يجب علينا..... بعد الطعام	د	(د) تفريش الأسنان.
٥	من الأفضل تناول الحبوب	هـ	(هـ) الكاملة
			(و) النوم

س ٤: أجب على ما يلي:

أ- لماذا يجب علينا تفريش الأسنان بعد تناول الطعام؟
حتى نحافظ على الأسنان من التسوس.