



المستوى: الثالث ابتدائي (3AP) ديسمبر 2023

اختبار الفصل الأول في مادة التربية المدنية

الإسم: اللقب: القسم:

التمرين الأول:

خَرَجَ أَحْمَدُ لِلْعِبِّ وَعِنْدَمَا حَانَ وَقْتُ الطَّعَامِ دَخَلَ وَجَلَسَ مُبَاشِرَةً إِلَى الطَّائِلَةِ، فَأَفْرَغَ كَمِيَّةً كَبِيرَةً مِنَ الطَّعَامِ وَشَرَعَ فِي الأَكْلِ بِسُرْعَةٍ.

1- هل التزَمَ أَحْمَدُ بِالقَوَاعِدِ الصِّحِّيَّةِ لِلتَّغْذِيَّةِ؟ و لماذا؟

.....

2- صَنَّفْ هَذِهِ القَوَاعِدِ فِي الجَدُولِ.

مَضْغُ الطَّعَامِ جَيِّدًا - غَسْلُ اليَدَيْنِ بِالصَّابُونِ أَوْ المُطَهِّرِ - عَدَمُ التَّكَلُّمِ - تَنْظِيفُ الأَسْنَانِ .

قَبْلَ الأَكْلِ	أثنَاءَ الأَكْلِ	بَعْدَ الأَكْلِ
.....
.....

3- عِنْدَمَا رَأَتْهُ أُمُّهُ نَهَرَتْهُ قَائِلَةً: مَا بِكَ يَا بُنْي؟ هل نَسِيتَ آدَابَ الأَكْلِ؟

نَكِّرْ أَحْمَدَ بِهَذِهِ الآدَابِ.

-
-
-

التمرين الثاني:

عِنْدَمَا كَانَ أَحْمَدَ ذَاهِبًا إِلَى الْمَدْرَسَةِ، صَادَفَ فِي طَرِيقِهِ بَانِعًا مُتَجَوِّلاً يَعْزِضُ الْمُمَلَّحَاتِ
مَكْشُوفَةً فِي الشَّارِعِ، فَسَارَعَ وَاشْتَرَى مِنْهُ عِدَّةَ قِطَعٍ وَأَكَلَهَا، وَفِي الْمَسَاءِ شَعَرَ بِدُؤَارٍ وَأَلَمٍ
شَدِيدٍ فِي بَطْنِهِ.

1- مَا هُوَ سَبَبُ مَرَضِ أَحْمَدَ؟

2- شَطِّبِ الْعِبَارَةَ الْخَاطِئَةَ فِيمَا يَلِي:

لِلْحِفَاطِ عَلَى الْجِسْمِ مِنَ الْأَمْرَاضِ:

- أَتَعَدَّى تَغْدِيَةً مُتَوَازِنَةً.

- أَتَتَّبِعُ الْقَوَاعِدَ الصَّحِيَّةَ لِلتَّغْدِيَةِ.

- لَا أَهْتَمُّ بِتَنْظِيمِ أَوْقَاتِ تَنَاوُلِ الْوَجَبَاتِ.

التمرين الثالث:

فِي الْعِطْلَةِ الْأُسْبُوعِيَّةِ رَأَى أَحْمَدُ أَنَّ وَالِدَهُ يَغْسِلُ السَّيَّارَةَ، لَكِنَّهُ لَاحِظٌ أَنَّهُ يَسْتَعْمِلُ خُرْطُومَ
الْمِيَاهِ وَيَتْرِكُ الْحَنْفِيَّةَ مَفْتُوحَةً، فَتَذَكَّرَ مَا تَعَلَّمَهُ فِي الْمَدْرَسَةِ، وَاقْتَرَبَ مِنْ وَالِدِهِ قَائِلًا: لَقَدْ
تَعَلَّمْنَا الْيَوْمَ يَا أَبِي أَنَّ النَّظَافَةَ ضَرْوْرِيَّةٌ لَكِنِ الْمَاءُ ثَرَوَةٌ يَنْبَغِي الْحِفَاطُ عَلَيْهَا فَقَدْ قَالَتْ
الْمُعَلِّمَةُ:

1- أَكْمِلِ بِالْكَلِمَاتِ الْمُنَاسِبَةِ قَوْلَ الْمُعَلِّمَةِ .

النَّظَافَةُ هِيَ الْجِسْمِ وَ..... الَّذِي نَعِيشُ فِيهِ (الْمَنْزِلُ،
الْمَدْرَسَةُ، الْحَيِّ) وَذَلِكَ بِاسْتِعْمَالِ

بِالتَّوْفِيقِ .

التصحيح النموذجي لاختبار التربية المدنية

التمرين الأول:

- هل التزم أحمد بالقواعد الصحية للتغذية؟ ولماذا؟

لا لم يلتزم أحمد بالقواعد الصحية للتغذية. لأنه لم يغسل يديه قبل الأكل.

- تصنف القواعد في الجدول.

قَبْلَ الأَكْلِ	أثناء الأكل	بَعْدَ الأَكْلِ
غَسْلُ اليَدَيْنِ بالصَّابُونِ أوِ المُطَهِّرِ	مَضغُ الطَّعامِ جَيِّدًا عَدَمُ التَّكَلُّمِ	تَنْظِيفُ الأَسْنَانِ

- آدابُ الأَكْلِ هي:

- أَقُولُ بِسْمِ اللّهِ قَبْلَ الأَكْلِ.

- تَصغِيرُ اللُقْمَةِ.

- أَكُلُ بِنِظامٍ.

التمرين الثاني:

1- ما هو سبب مرض أحمد؟

سبب مرض أحمد هو أنه أكل المملحات المكشوفة في الشارع.

3- شطب العبارة الخاطئة فيما يلي:

- لِاحْفَافِ عَلى الجِسمِ مِنَ الأَمراضِ:

- أَتَعَدَّى تَغذِيَةً مُتَوَازِنَةً.

- أَتَبِعُ القَواعِدَ الصِّحِيَّةَ لِلتَّغذِيَةِ.

- **لا أهتم بتنظيم أوقات تناول الوجبات.**

التمرين الثالث:

1- أكمل بالكلمات المناسبة قول المعلمة .

النظافة هي **تنقية** الجسم و**النّباس** و**المكان** الذي نعيش فيه (المنزل، المدرسة، الحي) وذلك باستعمال

الماء .