

التمرين الأول : أكمل بالكلمة المناسبة (04 ن)

السمنة – التسمم – التسوس – انتقال الجراثيم إلى الفم

1- تناول منتجات انتهت صلاحيتها بسبب

2- الإفراط في الأكل بسبب

3- عدم غسل اليدين قبل الأكل بسبب

4- عدم تنظيف الأسنان بعد كل وجبة بسبب

التمرين الثاني : أذكر ثلاث تصرفات حسنة يجب التحلي بها أثناء الأكل (03 ن)

(1)

(2)

(3)

التمرين الثالث : أجب بـ (ص) أو (خ) (03 ن)

1- عندما يكون غذائنا متوازنا سوف نتمتع بصحة جيدة ()

2- أتناول الأغذية في أي وقت وبدون انتظام ()

3- عندما ننتهي من تناول الطعام نرمي ما تبقى منه في النفايات ()

4- عندما أستعمل الماء في التنظيف لا أبذره ()

5- لا ألمس الأجهزة الكهربائية عندما تكون يدي مبللة بالماء ()

6- أكثر من تناول السكريات والمشروبات لأنه يقوي جسمي ()