

تم تحميل وعرض هذا المادة من موقع واجبي:



www.wajibi.net

اشترك معنا ليصلك كل جديد:



ضعي علامة (صح) أو (خطأ) أمام العبارات التالية :

السؤال الأول

- ١ / تتميز حروق الدرجة الثالثة بأنها تكون مصحوبة بالآم ()
- ٢ / تحدث الحروق بسبب الغفلة أو سوء التصرف أو الإهمال ()
- ٣ / يجب عدم ملامسة الأجزاء المحترقة للأرض حتى لا يحدث التلوث ()
- ٤ / الحرائق الكهربائية تحدث بسبب التعرض لأشعة الشمس ()

اختاري الإجابة الصحيحة :

السؤال الثاني

- ١ / يتم سقي المصاب الماء على دفعات متباعدة من أجل :
(تخفيف الألم ، تعويض السوائل التي فقدها ، انتقال العدوى)
- ٢ / تحدث الحروق الكيميائية بسبب التعرض لـ :
(للأحماض و القلويات ، لأشعة الشمس ، للحرارة الجافة)
- ٣ / تتميز حروق الدرجة الأولى بأنها :
(تمتد إلى الأنسجة تحت الجلد ، تمتد إلى الطبقات العميقة ، حروق سطحية)



ضعي علامة (صح) أو (خطأ) أمام العبارات التالية :

السؤال
الأول

- ١ / من خطوات إسعاف الجروح وضع مطهر مثل صبغة اليود ()
- ٢ / عند التأخر في تقديم العلاج للشخص المصاب بجرح لا يزيد من حدوث مضاعفات ()
- ٣ / الجرح هو تمزق في الجلد يؤدي إلى خروج الدم من الجسم ()
- ٤ / من أعراض التهاب الجروح التورم و الاحمرار ()



اختاري الإجابة الصحيحة :

السؤال
الثاني

- ١ / من فوائد استخدام الضماد :
(عدم وقف النزيف ، حماية الجروح من التلوث ، لا يحافظ على الأنسجة)
- ٢ / تُطلب المشورة في حالة :
(الجرح البسيط ، الإحساس بالألم ، الجرح على الوجه)
- ٣ / تحدث عندما تخترق الأنسجة رؤوس حادة كالمسامير :
(الجروح البسيطة ، الجروح الوخزية ، الجروح العميقة)

السؤال الأول

ضعي علامة (صح) أو (خطأ) أمام العبارات التالية :

- ١ / إن تحديد أسباب النزاع من أهم مهارات إدارة الخلاف مع الآخرين ()
- ٢ / تعتبر ضغوط الحياة من مسببات النزاع ()
- ٣ / يكون النجاح و الفلاح بالمجادلة و قوة الصوت و الصراخ ()

السؤال الثاني

اختاري الإجابة الصحيحة :

- ١ / لكي تقنع الناس بوجهة نظرك في الجدل و النزاع أفعل :
(الإساءة للطرف الآخر ، اتسم بالرفق و اللين ، التحدث بصوت عالي)
- ٢ / لإقناع الطرف الآخر في أثناء الجدل لابد من :
(اللباقة و التواضع ، الانفعال السريع ، التملق و الرياء)
- ٣ / من مسببات النزاع :
(حسن الظن بالآخرين ، التلطف بألفاظ غير مناسبة ، الحوار بهدوء)

آداب الحوار

اختر الإجابة الصحيحة مما يلي:

(١) من صفات الحوار الناجح:

ضبط النفس

ضعف الذاكرة

ضعف الشخصية

(٢) واحدة من مهارات التواصل:

تحقير الآخر

حسن الرد

سوء الظن

(٣) صفة يجب أن تكون موجودة عند الحديث:

الغلظة

الجفاء

اللباقة

(٤) ذكر الشخص بما لا يجب عند غيابه:

الغيبة

الذم

النميمة

اختر صح أو خطأ:

(١) يغلب على الحوار التعصب والخصومة والصراخ.

(٢) يجب أن يكون الإقناع ملازماً للخضوع.

(٣) التواصل الجيد لا يعني إقناع الطرف الآخر.

(٤) الرياء والتملق صفات الذميمة من الواجب الابتعاد عنها.

السؤال الأول

ضعي علامة (صح) أو (خطأ) أمام العبارات التالية :

- ١ / يعتبر طبق السلطة من الوجبات الخفيفة الغير مفيدة ()
- ٢ / من أضرار تناول المسليات و الحلوى زيادة الوزن ()
- ٣ / تناول الأطعمة التي تحتوي على نسبة عالية من السكر تؤثر على صحة الأسنان ()

السؤال الثاني

اختاري الإجابة الصحيحة :

- ١ / يتم تناول الوجبة الخفيفة :
(قبل الوجبات ، بين الوجبات ، بعد الوجبات)
- ٢ / تحتوي الوجبة الخفيفة الجيدة على :
(الشيبس و الحلوى ، المشروبات الغازية ، الفواكة الطازجة)
- ٣ / أهم وجبة في اليوم هي :
(الفطور ، العشاء ، الغداء)

أصناف من الوجبات الصحية الخفيفة

اختر الإجابة الصحيحة مما يلي:

(١) خبز غني بالألياف الغذائية ومحضر من دقيق القمح الكامل:

الشوفان

البرّ

الأبيض

(٢) أهم وجبة من الوجبات اليومية:

العشاء

الغداء

الفطور

(٣) من الوجبات الصحية الخفيفة:

الكوكيز

شرائح التفاح

الدونات

(٤) الحلويات والمشروبات الغازية تسبب:

زيادة الوزن

صحة الأسنان

زيادة الطول

اختر صح أو خطأ :

(١) خبز البرّ غني بفيتامين سي ودال.

(٢) الكوكيز من الوجبات الصحية الخفيفة.

(٣) الشوكولا الداكنة أفضل من الشوكولا البيضاء.

(٤) شطائر الوجبات السريعة عامل مهم للإصابة بالأمراض.