



ورقة عمل

الغذاء الصحي

المهارات الأسرية • الأول الابتدائي • الفصل الدراسي الأول

الصف/الشعبة:

اسم الطالب/ة:

الدرجة:

التاريخ:



ملخص الدرس



شرح الدرس واختباره

■ السؤال الأول: اختر الإجابة الصحيحة

- (1) أهم وجبة في اليوم وجبة (العشاء ، الإفطار ، الحلوى)
- (2) أفضل شراب لجسمي (المشروب الغازي ، العصير المحلّى ، الماء)
- (3) قبل أن أكل أقول (الحمد لله ، بسم الله ، صباح الخير)

■ السؤال الثاني: ضع علامة صح أو خطأ

- (1) الخيار والبرتقال من الخضروات والفواكه. ()
- (2) أكل الطعام البعيد عني على المائدة. ()
- (3) أغسل الفاكهة قبل أن أكلها. ()
- (4) رقائق البطاطس المالحة أفضل وجبة خفيفة. ()
- (5) الحليب يقوّي عظامي وأسناني. ()

■ السؤال الثالث: صل كل طعام بمجموعته

- (1) العدس ← (الخبز والحبوب ، اللحوم والبيض والبقول)
- (2) الأرز ← (الخبز والحبوب ، الحليب ومشتقاته)
- (3) اللبن ← (الخضروات والفواكه ، الحليب ومشتقاته)
- (4) الجزر ← (الخضروات والفواكه ، اللحوم والبيض والبقول)

■ السؤال الرابع: أكمل آداب الطعام

- (1) أكل وأشرب بيدي
- (2) بعد أن أنتهي من الطعام أقول:

بعد الحل: راجع شرح الدرس واختبر نفسك

امسح الرمز أو زر edu.wrgat.com

