

امتحان شامل على الوحدة الثالثة: السلامة والصحة والبيئة

مادة: التربية المهنية الصف: الرابع - الفصل الثاني

الجزء الأول: الاختيار من متعدد

١. ما الهدف الرئيسي من العناية بالمظهر الشخصي؟
 - أ) الحصول على ملابس باهظة الثمن
 - ب) تعزيز الثقة بالنفس وتقبل الآخرين
 - ج) إضاعة الوقت
 - د) عدم الاهتمام بالنظافة
٢. أي من هذه الأدوات يجب عدم مشاركتها مع الآخرين؟
 - أ) علاقة الملابس
 - ب) فرشاة الأسنان
 - ج) المنشفة
 - د) كل ما سبق
٣. ما فائدة تقليم الأظافر بانتظام؟
 - أ) تجميل المظهر فقط
 - ب) منع تراكم الأوساخ وتجنب الأمراض
 - ج) إضاعة الوقت
 - د) لا فائدة منه
٤. ما الخطوة الصحيحة عند تنظيف الأسنان؟
 - أ) استخدام فرشاة الأسنان لمدة ١٠ ثوانٍ
 - ب) تنظيف الأسنان بزاوية مائلة لمدة دقيقتين
 - ج) مشاركة فرشاة الأسنان مع الأخوة
 - د) عدم استخدام معجون الأسنان
٥. ما السلوك غير الصحيح في استخدام أدوات العناية الشخصية؟
 - أ) غسل فرشاة الشعر بعد الاستخدام
 - ب) مشاركة مقص الأظافر مع الأصدقاء
 - ج) تخزين الأدوات في مكان نظيف
 - د) تنظيف الأذنين بحذر

الجزء الثاني: الإجابة القصيرة

٦. اذكر ثلاثة أدوات تستخدم في العناية بالمظهر الشخصي.

٧. لماذا يجب عدم مشاركة أدوات العناية الشخصية مع الآخرين؟

٨. عدد ثلاثة سلوكيات صحيحة عند الاستحمام.

٩. ما أهمية استخدام السواك في العناية بالأسنان؟

١٠. كيف يمكن ترشيد استهلاك مواد العناية الشخصية؟

الجزء الثالث: التطبيق العملي

١١. صف خطوات تنظيف الأسنان باستخدام فرشاة الأسنان ومعجون الأسنان بالترتيب الصحيح.

١٢. أمامك صورتان:

- الصورة (أ): طفلة بملابس نظيفة ومرتبّة.
- الصورة (ب): طفلة بملابس متسخة وغير مهندمة.
- قارن بينهما من حيث تأثير المظهر على الثقة بالنفس وتقبل الآخرين.

١٣. علل:

• لماذا يُنصح بعدم استخدام سماعات الأذن المشتركة؟

الجزء الرابع: التفكير الناقد

١٤. "مشاركة أدوات العناية الشخصية قد تؤدي إلى مشاكل صحية."

• هل توافق على هذه العبارة؟ ولماذا؟

١٥. تخيل أنك مسؤول عن حملة توعية في مدرستك عن العناية بالمظهر الشخصي.

• ما الأنشطة التي ستقترحها لتشجيع الطلاب على الاهتمام بنظافتهم الشخصية؟

إجابات نموذجية

الجزء الأول: الاختيار من متعدد

١. ب
٢. د
٣. ب
٤. ب
٥. ب

الجزء الثاني: الإجابة القصيرة

٦. مثال: فرشاة الأسنان، المشط، مقص الأظافر
٧. لأنها قد تنقل الأمراض والعدوى بين الأشخاص.
٨. مثال: ضبط حرارة الماء، عدم الإسراف في الصابون، تجفيف الجسم جيدًا
٩. لأنه مطهر طبيعي للفق ويحافظ على صحة الأسنان.
١٠. مثال: استخدام الكميات المناسبة، شراء الأدوات عند الحاجة فقط

الجزء الثالث: التطبيق العملي

١١. الخطوات من الكتاب ص ٤٠
١٢. المظهر الجيد يعزز الثقة والتقبل، بينما المظهر غير المهذب قد يسبب النفور
١٣. لأنها قد تسبب التهابات فطرية في الأذن.

الجزء الرابع: التفكير الناقد

١٤. نعم، لأن مشاركة الأدوات مثل فرشاة الأسنان أو المقص تنقل الجراثيم.
١٥. مثال: ورش عمل عن تنظيف الأسنان، مسابقات "أجمل حقيبة نظافة." ("

التقييم:

- 30-25 ممتاز!
 - 24-20 جيد جداً.
 - 19-15 مقبول (يحتاج إلى مراجعة).
 - أقل من ١٥ : غير مرضٍ (يجب دراسة الوحدة مرة أخرى).
- ملاحظة: يمكن للمعلم تعديل الأسئلة حسب مستوى الطلاب.