

## امتحان الشامل - الوحدة السابعة: الصحة والسلامة والبيئة

### القسم الأول: الإسعافات الأولية

#### السؤال الأول: اختر الإجابة الصحيحة:

1. من خطوات إسعاف المصاب بضربة الشمس:

- (أ) تعريضه للشمس
- (ب) تبريده ونقله لمكان مظلل
- (ج) إعطاؤه مشروبات ساخنة
- (د) تغطيته ببطانية سميكة

2. الرعاف هو:

- (أ) نزيف من الفم
- (ب) نزيف من الأذن
- (ج) نزيف من الأنف
- (د) نزيف من العين

3. أهم سبب يؤدي إلى ضربة الشمس هو:

- (أ) البرد الشديد
- (ب) البقاء في الشمس لفترات طويلة
- (ج) الأكل الدسم
- (د) قلة النوم

#### السؤال الثاني: ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام الخاطئة:

1. جب إمالة رأس المصاب بالرعاف إلى الخلف ( )
2. من الأفضل ارتداء قبعة في الأيام الحارة لتجنب ضربة الشمس ( )
3. الرعاف لا يحتاج إلى تدخل إسعافي ( )

#### السؤال الثالث: أجب عن الأسئلة الآتية:

1. ما هي أهم أعراض ضربة الشمس؟
2. اذكر ثلاث خطوات لإسعاف شخص مصاب بالرعاف.
3. ما الأخطار الناتجة عن إهمال الإسعافات الأولية؟

## القسم الثاني: اللعب الآمن

### السؤال الأول: اختر الإجابة الصحيحة:

1. من قواعد اللعب الآمن:
  - (أ) اللعب في الشوارع
  - (ب) اللعب بالأدوات الحادة
  - (ج) اختيار أماكن آمنة كالحدائق
  - (د) مشاركة البيانات الشخصية على الإنترنت
2. عند اللعب بألعاب إلكترونية يجب:
  - (أ) نشر صورك الشخصية
  - (ب) استخدام اسم مستعار
  - (ج) التحدث مع الغرباء
  - (د) اللعب دون رقابة
3. يجب ارتداء معدات الوقاية مثل:
  - (أ) النظارات الشمسية
  - (ب) واقي الرأس عند ركوب الدراجة
  - (ج) الأحذية المفتوحة
  - (د) القبعة فقط

### السؤال الثاني: صُفِّ كل من المواقف التالية إلى (لعب آمن) أو (لعب غير آمن):

1. اللعب في الشارع.
2. ارتداء واقي الرأس عند ركوب الدراجة.
3. إرسال اسمك الكامل لشخص غريب عبر الإنترنت.
4. استخدام سكوتر في ساحة عامة مخصصة للعب.

### السؤال الثالث: أكمل الجمل الآتية:

1. أَلعب بأمان لأحافظ على \_\_\_\_\_ و \_\_\_\_\_.
2. إذا لعبت بأمان، تزداد \_\_\_\_\_ بنفسِي.
3. ألتزم بقواعد اللعب الآمن لأتجنب \_\_\_\_\_.

## الإجابات النموذجية

### القسم الأول: الإسعافات الأولية

السؤال الأول: اختر الإجابة الصحيحة

1. ب (تبريده ونقله لمكان مظلل)
2. ج (نزيف من الأنف)
3. ب (البقاء في الشمس لفترات طويلة)

السؤال الثاني: صح أو خطأ

1. (X) يجب إمالة الرأس للأمام وليس للخلف
2. (✓)
3. (X)

السؤال الثالث: إجابات قصيرة

1. أعراض ضربة الشمس:
  - صداع شديد
  - ارتفاع حرارة الجسم
  - احمرار الجلد
  - غثيان أو فقدان للوعي
2. خطوات إسعاف المصاب بالرعاف:
  - إجلس المصاب وإمالة رأسه للأمام
  - الضغط على طرف الأنف لمدة 10 دقائق
  - وضع كمادة باردة على الأنف
3. أخطار إهمال الإسعافات الأولية:

- تفاقم الإصابة
- حدوث مضاعفات خطيرة
- التأخر في إنقاذ حياة المصاب

### القسم الثاني: اللعب الآمن

السؤال الأول: اختر الإجابة الصحيحة

1. ج (اختيار أماكن آمنة كالحدائق
2. ب (استخدام اسم مستعار
3. ب (واقي الرأس عند ركوب الدراجة

السؤال الثاني: صنف المواقف

1. لعب غير آمن
2. لعب آمن
3. لعب غير آمن
4. لعب آمن

السؤال الثالث: أكمل الجمل

1. أَلعب بأمان لأحافظ على صحتي وسلامتي.
2. إذا لعبت بأمان، تزداد ثقتي بنفسي.
3. ألتزم بقواعد اللعب الآمن لأتجنب الحوادث.