

الصف
الخامس
الابتدائي
٢٠٢٤

مراجعة + بنك أسئلة

التميز

أ/ محمود سعيد



مراجعة المتميز

المهارات المهنية

علي مقررات مارس

اعداد

أ. محمود سعيد

5
الصف
الخامس

نسخة
مجانية

ملحق الإجابات
بالداخل



El.Motamez.School

يمكنكم الحصول على المذكرات والاختبارات من خلال مسح رمز ال QR Code
أو من خلال صفحة "التميز - أ/ محمود سعيد".
يرجى مراعاة حقوق صاحب المحتوى عند النشر.



جولة داخل مصنع شراب الفاكهة

الموضوع الخامس

خطوات إعداد وتجهيز الشراب الطبيعي المعلب



- أولاً، تغسل الفاكهة جيداً .
- ترسل الفاكهة عبر سيور متحركة من خلال الآلات التي تهرس هذه الفاكهة .
- تعصر آلة مخصصة العصير وتصفية لإزالة اللب والقشرة والبذور .
- يختبر العمال جودة العصير .
- يسخن العصير لقتل الميكروبات .
- يذهب العصير النقي إلى مرحلة التعبئة، ويُضاف إليه الماء والسكر .
- يخلط السكر بينما يكون السائل ساخناً حتى لا يفصل فيما بعد .

خطوات إعداد وتجهيز الشراب الصناعي

- تخلط الأطعمة المختلفة للفاكهة والألوان المجهزة في المعامل مع السكر لصنع الشراب، ثم يخلط الشراب بالماء .
- تعبأ المشروبات في زجاجات. بحيث:

تنتقل الزجاجات المملوءة إلى المكان الذي توضع فيه أغطيتها بإحكام لتجنب التلوث

تتحرك الزجاجات أسفل السير المتحرك لتُملأ

تعقم إحدى الآلات الزجاجات لقتل الميكروبات

لاحظ :

- يمكن إضافة مكونات أخرى إلى العصير؛ فعلى سبيل المثال، إضافة المادة الحافظة التي تعمل على إطالة فترة صلاحية الشراب .
- من الضروري الالتزام بكافة التدابير الصحية أمر ضروري جداً؛ فقد تتسبب الميكروبات الموجودة في الزجاجات بتخمر المشروبات وفسادها.

عمال مصنع المشروبات واحتياطات السلامة

- يرتدون غطاء الشعر وقفازات لحمايتهم و حماية المنتج من التلوث .
- لتجنب الحوادث يتعلموا كيفية استخدام الآلات بشكل صحيح
- يقوموا بتنظيف العصير المنسكب علي الأرض بسرعة ، ولا يتركوا أشياء علي الأرض حتي لا يتعثر بها أحد .
- يحرصوا علي تجنب الحروق عند استخدام الحرارة العالية .



اللبن

الموضوع السادس



أهمية اللبن

- يساعد على النمو وحماية جهازنا المناعي .
- نستهلك اللبن كسوائل و يدخل في أنواع كثيرة من المشروبات المصنعة ويصنع منه الزبادي والجبن .
- **يحتوي** اللبن على نسبة عالية من :

العناصر الغذائية البروتينات الدهون الكربوهيدرات الفيتامينات الاملاح المعدنية

مصادر الالبان عادة ما يأتي اللبن من :

الأبقار الجاموس الماعز الأغنام الإبل حيوانات أخرى

- تعد مصر أحد أكبر منتجي لبن الجاموس في العالم .

الألبان المغشوشة

اللبن من المنتجات التي يسهل التلاعب فيها؛ حيث يمكن للبائعين عديمي الأخلاق وضع إضافات خطيرة جدا في اللبن بغرض : - زيادة كميته . أو - ليبدو اللبن طازجاً .

لاحظ : تضاف إلى اللبن الألوان والنكهات والمحليات الصناعية كي يحب الأولاد مشروبات اللبن المختلفة .

يصبح اللبن مغشوشاً عند إضافة :

مادة النشا	الغورمالين	الماء
تضاف لتعديل قوام اللبن ليصبح متجانسا بعد نزع المادة الدهنية .	يحافظ على إبقاء اللبن كأنه طازج؛ ومع ذلك، فهو مادة حافظة قوية قد تكون ضارة	وهذا لا يعدّ أمراً خطراً، لكنك تدفع كثيراً من المال مقابل القليل من اللبن .

هل اللبن الذي تتناوله سليم؟

- انتبه إلى طعم ورائحة اللبن للتأكد من أنه طازج وصحي و تحقق من تواريخ انتهاء الصلاحية .
- يمكنك كذلك اختبار اللبن عن طريق غلي عينه من اللبن علي نار هادئة لمدة 15 دقيقة حتي يتخثر ولاحظه جيداً :
- اذا وجدت رواسب متجمدة ← هذا يعني أن اللبن غير طازج
- اذا كانت الرواسب دهنية ← هذا يعني أن نوعية اللبن جيدة
- **للتحقق من وجود فورمالين** في اللبن يمكن إضافة قطرات من حمض الكبريتيك الي اللبن فاذا ظهر في اللبن حلقة زرقاء أو بنفسجية، فهذا يعني أنه يحتوي على مادة الفورمالين .
- **للتحقق من وجود مادة النشا** في اللبن نضف قطرات من اليود الي اللبن فاذا تحول إلى اللون الأزرق يكون فاسدا ومغشوشا، أما إذا ظل أبيض، فلا توجد فيه مادة النشا .





سلامة الطعام وحفظه

الموضوع السابع

حفظ الطعام بشكل سليم

هناك طرق عديدة لحفظ الطعام بشكل سليم يتم اتباعها في المصانع والمنازل أيضًا **ومن ضمنها** :



خطورة حفظ الطعام بشكل خاطئ

في حالة حدوث أخطاء في طريقة حفظ الطعام فإنها قد تتسبب في نمو البكتيريا أو العفن في الطعام ما يؤدي إلى إصابة الناس بالمرض .



ممارسات لسلامة الغذاء

- في بعض الأحيان قد تشتري منتجاً وتجد السائل الموجود فيه يحتوي على الفقاعات ورائحته حادة. علي الرغم من أن تاريخ انتهاء الصلاحية المدون على العبوة لم يمر .
- في هذه الحالة عليك التوجه الي المتجر الذي اشترت من المنتج لإعادته واذا استمرت المشكلة عليك الاتصال **بجهاز حماية المستهلك** لتقديم شكوي .
- سيرسل جهاز حماية المستهلك مفتشين إلى المصنع لمعرفة ما حدث، وللتأكد من صحة تاريخ الصلاحية وتوقيع عقوبة مناسبة على المصنع لعدم تكرار مثل هذا الموقف مرة أخرى .



تاريخ انتهاء الصلاحية : هو التاريخ الذي يجب أن يتم فيه استهلاك المنتج. وبعد هذا التاريخ، لا يمكن ضمان سلامة المنتج وجودته .

كيف تتواصل مع جهاز حماية المستهلك ؟

في حالة وجود أي شكوي بشأن سلامة أي منتج غذائي عليك ان تتواصل مع جهاز حماية المستهلك علي الخط الساخن : 19588 (منطقة القاهرة الكبرى والإسكندرية) أو عن طريق الموقع الالكتروني : www.cpa.gov.eg أو عن طريق البريد الالكتروني : info@cpa.gov.eg .

بعض الطرق الشائعة لحفظ الطعام

المخللات السريعة:

- يستخدم في تخليلها الملح والخل فقط لحفظ الخضراوات،
- هذا النوع من المخللات يمكن أن يكون جاهز الأكل في غضون بضع ساعات .
- تستمر لمدة أسبوع تقريباً في الثلاجة .



إرشادات السلامة:

- 1 - اغسل يديك والخضراوات جيدا.
- 2 - كن حذرا عند استخدام سكين حاد ضع إحدى يديك على المقبض والأخرى فوق نصل السكين
- 3 - لا تترك البرطمانات خارج الثلاجة لأكثر من ساعة .

التجفيف



يزيل التجفيف الرطوبة من الأطعمة بحيث لا ينمو عليها أي من العفن أو البكتيريا .

طرق التجفيف المنزلية الشائعة هي :

التجفيف باستخدام
الفرنالتجفيف في الشمس
خارجاالتجفيف باستخدام الهواء
في الداخل

تتطلب جميع أشكال التجفيف مزيجا من الرطوبة المنخفضة، ودرجات الحرارة المرتفعة، ودوران الهواء لإزالة الرطوبة مع تجنب تلف الأطعمة أو فسادها .

إرشادات السلامة

1- التجفيف باستخدام الهواء في الداخل :



- اغسل الفواكه أو الخضراوات أو الأعشاب وصفها جيدا من الماء قبل تجفيفها.
- جفف بعض الخضراوات والفطر والفلفل الحار بالهواء في الداخل لأنها الطريقة الأمثل.
- يجب أن تتم عملية التجفيف بالهواء في مكان دافئ وجاف .
- يجب أن تعلق الأطعمة بخيط أو توضع على رفوف لتعرض لدوران الهواء وتجفف

2 - التجفيف في الشمس خارجاً

- جفف الفواكه (بما في ذلك الطماطم) في الشمس، لأنها الطريقة الأمثل. وبما أنها تحتوي على نسبة عالية من الأحماض والسكريات، فهذا يحميها من التلف. ويمكن تجفيف الفاصولياء بالطريقة نفسها .
- يجب أن توضع الفواكه وبعض الأعشاب الطبية في الشمس طوال اليوم لتجفيفها على فرش أو مسطح من الخشب أو من الإستنلس أو من البلاستيك .
- يفضل أن تتم عملية التجفيف هذه في الأيام الحارة والجافة. وأثناء الليل يجب أن تتم تغطيتها ووضعها في الداخل .

2- التجفيف باستخدام الفرن

- يمكن تجفيف معظم الأطعمة في الفرن.
- يجب أن تتم عملية التجفيف في الفرن على درجة حرارة تتراوح بين 57 الى 92 درجة مئوية مع فتح باب الفرن أو تشغيل المروحة (في الفرن الحراري) لعدة ساعات، وذلك لأن درجات الحرارة المرتفعة جدًا قد تؤدي إلى طهو الطعام بدلا من تجفيفه .





تفادي المخاطر أثناء العمل

الموضوع الثامن

يستخدم الحرفيون الآلات الثقيلة ويتعاملون مع الأدوات الكهربائية؛ لذلك فهم معرضين للإصابة لذلك من الضروري اتباع إرشادات السلامة أثناء استخدام تلك الأدوات

احتياطات السلامة الواجب اتباعها عند القيام بأعمال النجارة والطلاء

1 - ارتداء نظارات واقية للعين

- يجب ارتداء دائما نظارات السلامة وحماية العين عند التعامل مع الخشب؛ لأنه يمكن أن تتطاير نشارة الخشب وغيرها من البقايا في كل مكان.
- يجب ارتداء هذه النظارات أيضا عند طلاء أي شيء تجنباً لأي سوائل أو ألوان متناثرة .

2 - ابقاء اليدين بعيدة عن الشفرات أو الحواف الحادة

- يجب عدم وضع الايدي بالقرب من شفرة أو ريشة المثقب.
- عند قطع الخشب أو تقبه، تستخدم المسامير لتثبيت المواد على طاولة.
- عندما لا تتوافر المسامير، تمسك الاعمال بثبات مع إبقاء الايدي بعيدة عن الأجزاء الحادة.
- إذا كانت الأدوات ثقيلة، يفضل طلب المساعدة من شخص بالغ .

3 - استخدام الشاكوش بتأن

- يجب الحذر عند استخدام الشاكوش.
- عند دق المسمار في البداية يتم دق المسمار دقاً خفيفاً جداً ، ثم يدق باقي المسمار واليد بعيدة .
- يجب ألا يحرك الشاكوش إلى أعلى أو إلى أسفل حتى لا تصاب اليد أو الوجه .

4 - الحذر عند استخدام الأدوات الكهربائية

- يجب الحذر دائما عند استخدام الأدوات الكهربائية مثل : المثاقب وأدوات الصنفرة ولا نستخدمها بالقرب من الماء.
- قبل تغيير ريشة المثقب أو ورقة الصنفرة يجب التأكد من أن الأدوات غير موصولة بالكهرباء- وأن السلك الكهربائي لا يمتد عبر ممر .

5 - الحرص علي تهوية مكان العمل :

- عند القيام بأعمال الطلاء أو استخدام مزيل الطلاء أو الغراء القوي، احرص على فتح النوافذ و ضع مروحة لتهوية الغرفة، فربما تتسبب الأبخرة المتصاعدة من الطلاء في أضرار للصحة .





الإسعافات الأولية وحالات الطوارئ

الموضوع التاسع

الخطوات اللازمة لتقديم الإسعافات الأولية

1 - تقييم الوضع



تحقق من نوع الإصابة التي أصيب بها الشخص. هل هو في وعيه ويستجيب؟ هل يتنفس؟ هل ينزف؟ هل حالته تسمح بتقديم المساعدة له؟

2 - التخطيط للتدخل



إذا كانت الإصابة خطيرة، اتصل بالرقم 123 لاستدعاء سيارة الإسعاف، وخطط لكيفية المساعدة حتى يصل المسعفون.

3 - تقدير الوضع

أعد فحص الشخص، هل هناك حاجة إلى مزيد من الإجراءات والتدابير؟

4 - تقديم الإسعافات الأولية

عالج الإصابات والجروح الطفيفة باستخدام حقيبة الإسعافات الأولية.

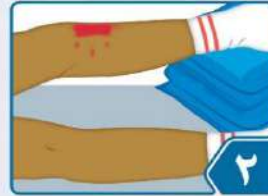
خطوات إيقاف النزيف عند حدوثه



ضمّد الجرح



نظف الجرح



ارفع الطرف المجرّوح إلى اعلي فوق القلب



اضغط بقوة على الجرح بقطعة قماش نظيف

وضعية الافاقه

إذا كان الشخص فاقداً للوعي ولكنه يتنفس، فإن هذه الوضعية تساعد على التنفس حتى وصول المسعفين.



قم بإمالة الرأس بلطف قليلاً إلى الخلف، وارفع الذقن لفتح مجرى الهواء، واستمر في جس نبضه وتنفسه حتى وصول المساعدة.



استخدم الركبة البعيدة عنك لتدوير المصاب في اتجاهك مع دعم رأسه باستخدام يدك الأخرى، فالركبة المثنية تمنع الجسم من التدرج.



إنّ الركبة والذراع البعيدتين عنك، وضع يده الأخرى على خده المعاكس.



ضع ذراعه التي هي أقرب إليك على شكل زاوية قائمة.





شخصيات مصرية مؤثرة

الموضوع العاشر

الدكتور / محمد أحمد غنيم



مولده

ولد الدكتور محمد أحمد غنيم في 17 مارس 1939 وكان متفوقا في دراسته وأحب دراسة الطب .

أعماله أهم إنجازاته

- تخرجه عام 1960 من كلية الطب في جامعة القاهرة .
- درس الجراحة بالإضافة إلى جراحة المسالك البولية، وهي فرع من فروع الطب يختص بدراسة الجهاز البولي.
- تلقى التدريب في الجراحة العامة وجراحة المسالك البولية في مستشفيات جامعة القاهرة.
- قرر أن يوسع نطاق معرفته وخبرته من خلال الدراسة والعمل في مراكز طبية وجامعات مختلفة في المملكة المتحدة، والولايات المتحدة الأمريكية، وكندا .
- وعندما عاد إلى مصر، عمل أستاذًا في جراحة المسالك البولية في جامعة المنصورة.

مركز أمراض الكلي والمسالك البولية UNC

- قام بتأسيسه في عام 1983 في جامعة المنصورة، وهو أول مركز في الشرق الأوسط لعلاج أمراض الكلى.
- قدم المركز، بالتعاون مع منظمة الصحة العالمية، خدمات طبية وجراحية مجانية لآلاف المرضى. بالإضافة إلى ذلك، يقدم المركز التعليم المتخصص والتدريب العلمي للممرضين والأطباء على الصعيد المحلي والعالمي.
- استمر الدكتور غنيم في دراسة جراحة المسالك البولية، وأجرى بحوثًا متقدمة في العلوم الجراحية. وقد قدم العديد من الأساليب الجراحية الحديثة، وقام بنشر عدة كتب علمية ومئات من المقالات على الصعيد المحلي والعالمي .
- قام بإجراء أول عملية لزراعة الكلى في مصر عام 1976 .
- أجرى مؤخرًا بحوثًا علمية متقدمة على زراعة الخلايا الجذعية (وهي نوع من الخلايا التي تنشئ جميع أنواع الخلايا الأخرى، مثل خلايا الكبد أو الكلى) .
- عضو في العديد من الجمعيات الطبية، مثل الجمعية الفرنسية لجراحة المسالك البولية وجمعية جراحة الأورام بأمريكا.

الجوائز التي حصل عليها

- حصل على درجة الدكتوراه الشرفية في الطب من جامعة غوتنبرغ في السويد .
- جائزة الدولة التقديرية في العلوم الطبية، في مصر عام 1997 .
- جائزة ميدالية سان بول من الجمعية البريطانية للمسالك البولية عام 1992 م .
- جائزة الملك فيصل العالمية عام 1999 م . - وجائزة مبارك في مجال الطب عام 2001 م .



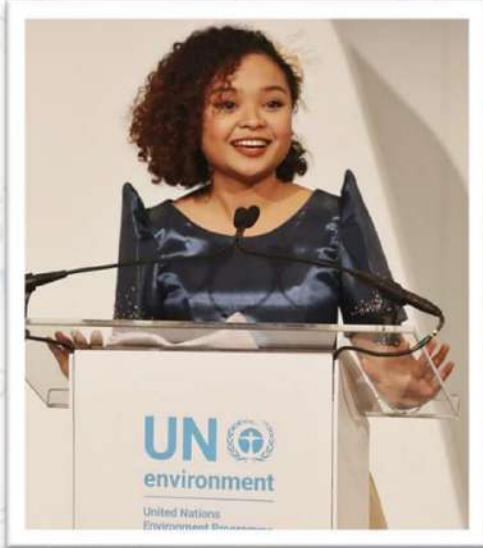


المستكشف النشط

الموضوع الحادي عشر

السيدة / لويز إيمانويل مابولو

من هي ؟



- طاهية ومزارعة ورائدة أعمال.
- درست التنمية الاقتصادية وريادة الأعمال الاجتماعية في جامعة براون بالولايات المتحدة الأمريكية. و بصفتها طاهية، فإنها تستضيف فعاليات مختصة بعملية الطهي والتي تتميز بطعام صحي ولذيذ.
- هدفها تثقيف الناس فيما يتعلق بالطهي من خلال استخدام جميع المكونات الطازجة والمغذية والطبيعية .
- تحرص علي استخدام المكونات الطازجة اثناء اعدادها الطعام ، كما تفضل الحصول علي مكونات طعامها من المنتجات المحلية فهذا يضمن لها اكتساب مكونات طازجة ويساعد في دعم الاقتصاد المحلي .

مشروع الكاكاو بالفلبين

- أسست السيدة مابولو مشروع الكاكاو في الفلبين .

أهداف المشروع

1. مساعدة المزارع علي ان يشعروا بالأمان من الناحية المالية .
 2. ضمان وجود غذاء كاف للسكان في المستقبل .
- استطاعت السيد مابولو تعليم المزارعين كيفية زراعة النباتات التي لا يمكنها تحمل التغيرات المناخية والكوارث الطبيعية .
 - زودت المزارعين بشتلات الكاكاو وشجعتهم علي زراعة البامية واليقطين للحفاظ علي خصوبة التربة .
 - ساعد مشروع الكاكاو 200 مزارع علي زراعة ثمانين ألف شجرة .
 - حصلت السيدة مابولو علي جائزة " أبطال الأرض الشباب " في إطار برنامج الأمم المتحدة للبيئة .
 - مُنحت لقب " أفضل مزارع شاب " لعام 2018 .



النظام الغذائي الصحي

يعد الأكل الصحي أمراً مهماً جداً لصحة الإنسان ، يشمل النظام الغذائي الصحي :

- تقليل معدل استهلاك الملح ، لأن الإفراط في تناول الملح يزيد من احتمالية الإصابة بارتفاع ضغط الدم وامراض القلب والسكتة الدماغية .
- تقليل تناول السكر حيث ان كثرة تناوله تزيد من فرص الإصابة بمرض السكري .
- كثرة استخدام الدهون مثل الزبدة والسمن مضر لصحتنا ويمكن ان يؤدي الى امراض القلب والسكتة الدماغية
- عدم تناول ما يكفي من العناصر الغذائية يؤدي الى سوء التغذية في حين ان الإفراط في تناول الطعام يؤدي الى زيادة الوزن والسمنة .



فوائد اتباع نظام غذائي صحي

- يقي من العديد من الأمراض .
- يوفر الطاقة التي نحتاج اليها .



لذلك يجب علينا الاهتمام بالنشاط البدني (ممارسة الرياضة) **حيث :**

- يحتاج الأطفال الى ممارسة الرياضة لمدة **ساعة** يومياً .
- يحتاج البالغون الى ممارسة الرياضة لمدة **نصف ساعة** يومياً .

الأمن الغذائي المصري

إن تحقيق المزيد من الاكتفاء الذاتي وضمان الأمن الغذائي أمران ضروريان؛ ولهذا تعمل مصر على زيادة مساحة الأراضي المزروعة **لأنه :**

- مهم جداً للاقتصاد .
- يخفض ما تحتاج مصر إلى استيراده .
- يساعد البيئة لأن استيراد المواد الغذائية يزيد من استخدام الوقود الأحفوري، و غازات الاحتباس الحراري .



بنك أسئلة التميز علي مقررات شهر مارس

تشمل أسئلة الوزارة واختبارات المحافظات

اختر الاجابة الصحيحة

السؤال الأول

- ١ عند تجهيز تعصر آلة مخصصة العصير وتصفيه لإزالة اللب والقشرة والبذور
 - أ) الشراب الصناعي
 - ب) الشراب الطبيعي
 - ج) أ، ب معًا
- ٢ من أهدافه ضمان وجود غذاء كاف لسكان القبلين لسنوات مقبلة .
 - أ) مشروع الكاكو
 - ب) مشروع حياة كريمة
 - ج) مشروع ابني بيتك
- ٣ في يُضاف إلي العصير الماء والسكر.
 - أ) مرحلة التعبئة
 - ب) مرحلة الاختبار
 - ج) مرحلة العصر
- ٤ الإفراط في تناول الملح يزيد من احتمالية الإصابة
 - أ) امراض السكر
 - ب) امراض القلب
 - ج) امراض العظام
- ٥ تنتقل زجاجات العصير المملوءة إلى المكان الذي توضع فيه أعطيها بإحكام لتجنب
 - أ) التلف
 - ب) التلوث
 - ج) السرقة
- ٦ هي فرع من فروع الطب يختص بدراسة الجهاز البولي
 - أ) جراحة المسالك البولية
 - ب) جراحة القلب
 - ج) جراحة الكبد
- ٧ يساعد على النمو وحماية جهازنا المناعي
 - أ) اللبن
 - ب) العصير الصناعي
 - ج) المشروبات الغازية
- ٨ تمنع الجسم من التدرج اثناء افاقه المريض
 - أ) الركبة المثنية
 - ب) الركبة المفردة
 - ج) الركبة المكسورة
- ٩ يُصنع من اللبن منتجات عدة ومنها :
 - أ) الزبادي
 - ب) الجبن
 - ج) أ، ب معًا
- ١٠ في خطوة أعد فحص الشخص، هل هناك حاجة إلى مزيد من الإجراءات والتدابير؟
 - أ) تقدير الوضع
 - ب) تقييم الوضع
 - ج) التخطيط للتدخل
- ١١ إذا ظهر في اللبن حلقة زرقاء بعد إضافة قطرات من حمض الكبريتيك، فهذا يعني أنه يحتوي على مادة
 - أ) الفورمالين
 - ب) الماء
 - ج) النشا
- ١٢ يجب أن ترتدي السلامة لحماية العين عند تقطيع الاخشاب
 - أ) نظارات
 - ب) سترة
 - ج) حذاء



- ١٣ تشمل طرق الحفظ التي يتم اتباعها في المصانع والمنازل
 أ، ب معًا (ج) التجفيف والتجميد (ب) البسترة والتعليب (ج) أ، ب معًا
- ١٤تضيفها معامل التصنيع لتجعل الأطعمة تدوم لفترة أطول .
 أ، ب معًا (ج) السكر (ب) النكهات (ب) المواد الحافظة (أ) أ، ب معًا
- ١٥ مُنحت السيدة / لقب " أفضل مزارع شاب " لعام 2018 .
 أ، ب معًا (ج) إيمانويل مابولو (ب) نيروبا راو (ب) لينا البرت (ج) لينا البرت
- ١٦مادة حافظة قوية تحافظ على إبقاء اللبن كأنه طازج ولكنها قد تكون ضارة.
 أ، ب معًا (ج) الفورمالين (ب) الماء (ب) النشا (ج) النشا
- ١٧ يفضل النواذ عند القيام بأعمال الطلاء .
 أ، ب معًا (ج) غلق (ب) فتح (ب) أ، ب معًا
- ١٨ يحتوي اللبن على نسبة عالية من
 أ، ب معًا (ج) العناصر الغذائية والدهون (ب) البروتين والفيتامينات (ج) أ، ب معًا
- ١٩ يمكنك معالج الإصابات والجروح الطفيفة باستخدام حقيبة الإسعافات الأولية في مرحلة
 أ، ب معًا (ج) تقدير الوضع (ب) تقييم الوضع (ج) تقديم الإسعافات الأولية (ج) تقديم الإسعافات الأولية
- ٢٠ العمال يرتدون لحماية المنتجات من التلوث .
 أ، ب معًا (ج) غطاء الشعر (ب) قفازات (ب) أ، ب معًا
- ٢١ إذا كان المصاب فاقداً للوعي استمر في المصاب وتنفسه حتى وصول المساعدة .
 أ، ب معًا (ج) قياس الحرارة (ب) الضغط على الجرح (ج) جس نبض (ج) جس نبض
- ٢٢تعمل على إطالة فترة صلاحية الشراب.
 أ، ب معًا (ج) المادة الحافظة (ب) النكهة (ب) أ، ب معًا
- ٢٣ حصل على جائزة الدولة التقديرية في العلوم الطبية، في مصر عام 1997.
 أ، ب معًا (ج) دكتور محمد غنيم (ب) دكتور مجدي يعقوب (ب) دكتور مصطفى السيد (ج) دكتور مصطفى السيد
- ٢٤ يُسخن العصير الطبيعي عند تعليبه
 أ، ب معًا (ج) لتقليل الميكروبات (ب) لقتل الميكروبات (ب) أ، ب معًا
- ٢٥ يحتاج إلى ممارسة الرياضة لمدة نصف ساعة يوميا
 أ، ب معًا (ج) الشباب (ب) البالغون (ب) الأطفال (ج) الأطفال
- ٢٦ أولى مراحل تحضير وتجهيز الشراب الطبيعي المعب هي
 أ، ب معًا (ج) غسل الفاكهة جيدا (ب) هرس الفاكهة (ب) أ، ب معًا
- ٢٧ في مصر يتم اختبار الأغذية والمشروبات المصنوعة في المصانع عن طريق
 أ، ب معًا (ج) الهيئة القومية للبريد (ب) هيئة التأمين الصحي (ب) الهيئة القومية لسلامة الغذاء (ج) الهيئة القومية لسلامة الغذاء



- ٢٨ اولى الخطوات التي يجب القيام به في حالة الطوارئ الصحية
 (أ) تقدير الوضع (ب) تقييم الوضع (ج) التخطيط للتدخل
- ٢٩ قام دكتور غنيم 1983 بتأسيس مركز أمراض الكلى والمسالك البولية UNC في ،
 (أ) جامعة القاهرة (ب) جامعة عين شمس (ج) جامعة المنصورة
- ٣٠ كثرة استخدام مضر لصحتنا ويمكن أن يؤدي إلى الإصابة بأمراض القلب .
 (أ) الالبان (ب) الدهون (ج) الدواجن
- ٣١ عند اعداد تُخلط الأطعمة المختلفة للفواكه والألوان المجهزة في المعامل مع السكر.
 (أ) الشراب الصناعي (ب) الشراب الطبيعي (ج) أ ، ب معاً
- ٣٢ عند تصنيع العصير يُخلط السكر بينما يكون السائل حتى لا يفصل فيما بعد
 (أ) بارد (ب) متجمد (ج) ساخنا
- ٣٣ تتسبب الموجودة في الزجاجات بتخمير المشروبات وفسادها .
 (أ) المادة الحافظة (ب) النكهة (ج) الميكروبات
- ٣٤ تُضاف إلى اللبن الألوان والنكهات والمحليات الصناعية كي يحب مشروبات اللبن المختلفة
 (أ) الأطفال (ب) البالغين (ج) كبار السن
- ٣٥ لا يُعد إضافته للبن أمراً خطراً، لكنك تدفع كثيراً من المال مقابل القليل من اللبن.
 (أ) الفورمالين (ب) الماء (ج) النشا
- ٣٦ اللبن من المنتجات الي غشها
 (أ) يصعب (ب) يسهل (ج) يستحيل
- ٣٧ هو التاريخ الذي يجب أن يتم فيه استهلاك المنتج
 (أ) تاريخ انتهاء الصلاحية (ب) تاريخ التصنيع (ج) تاريخ الفرز
- ٣٨ جميع اشكال التجفيف تحتاج الي درجة حرارة
 (أ) مرتفعة (ب) منخفضة (ج) معتدلة
- ٣٩ الضغط بقوة على الجرح بقطعة قماش نظيفة من خطوات
 (أ) علاج المرض (ب) إيقاف النزيف (ج) افاقة المريض
- ٤٠ من طرق غش اللبن إضافة لتعديل قوامه ليصبح متجانساً
 (أ) الفيتامين (ب) النشا (ج) الماء

ضع علامة صح او خطأ امام العبارات التالية

السؤال الثاني

- ١ عند تجهيز الشراب الصناعي يتم تصفيه العصير لإزالة اللب والقشرة والبذور. ()
- ٢ لا توجد قوانين او معايير تقوم بتنظيم عملية تصنيع الأغذية والمشروبات . ()



- ٣) يتم تعقيم زجاجات العصير قبل تعبئتها لقتل الميكروبات .
- ٤) الإفراط في تناول الطعام يؤدي إلى زيادة الوزن والسمنة.
- ٥) قبل القيام بعملية تصنيع العصير يجب غسل الفاكهة جيداً .
- ٦) الإفراط في تناول الملح يزيد من احتمالية الإصابة بارتفاع ضغط الدم .
- ٧) ليس من الضروري تسخين العصير عند القيام بتحضير الشراب الطبيعي المعبأ .
- ٨) يعد مركز أمراض الكلى والمسالك البولية UNC أول مركز في الشرق الأوسط لعلاج أمراض الكلى.
- ٩) يجب علي العمال الحرص عند التعامل مع الحرارة العالية لتجنب الحروق.
- ١٠) اذا فقد احد الأشخاص وعيه فعليك الابتعاد عنه وتجنب مساعدته .
- ١١) لا يحتوي اللبن على كربوهيدرات أو أملاح معدنية.
- ١٢) يتم رفع الذقن لفتح مجرى الهواء للمريض اثناء عملية الافاقة.
- ١٣) الفورمالين يعتبر مادة حافظة قوية ولكنها ضارة .
- ١٤) لتجنب الإصابة يجب عليك استخدام أدوات النجارة بحرص.
- ١٥) يضاف الفورمالين لتعديل قوام اللبن ليصبح متجانسا بعد نزع المادة الدهنية.
- ١٦) عند تغيير ريشة المثقب لابد من التأكد من الأدوات غير موصلة بالكهرباء .
- ١٧) قد يتسبب حفظ الأطعمة بشكل خاطئ في نمو البكتيريا أو العفن فيها.
- ١٨) ليس من الضروري استخدام النظارات الواقية عند التعامل مع الخشب .
- ١٩) تاريخ انتهاء الصلاحية هو التاريخ الذي يجب فيه استهلاك المنتج .
- ٢٠) عند القيام بعملية حفظ الطعام يجب غسل يديك جيدا.
- ٢١) فتح عبوات المنتجات الغذائية وتركها دون استهلاك لا يعرضها للتلف.
- ٢٢) اذا واجهتك مشكلة تخص سلامة منتج يمكن تقديم شكوي لجهاز الاتصالات .
- ٢٣) يجب ألا تضع يديك بالقرب من شفرة أو ريشة مثقب عندما تقطع خشب أو تثقبه.
- ٢٤) اللبن الطازج عند غليه قد تجد فيه رواسب.
- ٢٥) يفضل غلق الأبواب والنوافذ عند القيام بأعمال الطلاء .
- ٢٦) يعد اللبن من المنتجات التي يصعب التلاعب فيها.
- ٢٧) يجب عليك ألا تقوم باستخدام الأدوات الكهربائية بالقرب من الماء.
- ٢٨) يجب التأكد من تاريخ انتهاء صلاحية اللبن قبل استخدامه .
- ٢٩) أول خطوة لإفاقة المريض امالة الرأس بلطف.
- ٣٠) يدخل اللبن في العديد من أنواع المشروبات المصنعة.
- ٣١) في حالة الإصابات الخطيرة يجب الاتصال برقم 180 لاستدعاء سيارة الإسعاف .
- ٣٢) يتجنب العمال الحوادث من خلال تعلم كيفية استخدام الآلات بشكل صحيح.



- ٣٣ من خطوات إيقاف النزيف الضغط بقوة علي الجرح بقطعة قماش متسخة . ()
- ٣٤ يعد الالتزام بكافة التدابير الصحية أمر ضروري جدا داخل مصانع العصير. ()
- ٣٥ قام دكتور غنيم بإجراء أول عملية لزراعة الكلى في مصر عام 1976. ()
- ٣٦ لا يختبر العمال جودة العصير اثناء تحضيره وتجهيزه . ()
- ٣٧ لا يؤدي عدم تناول ما يكفي من العناصر الغذائية إلى سوء التغذية. ()
- ٣٨ تحدث الإصابات للحرفيين بسبب التعامل مع الأدوات بطريقة آمنة. ()
- ٣٩ تحقيق المزيد من الاكتفاء الذاتي وضمان الأمن الغذائي أمران ضروريان لمصر. ()
- ٤٠ عند ثقب الخشب يمكن ان نستخدم المسامير لتثبيت الاعمال علي الطاولة . ()
- ٤١ كثرة استخدام الدهون يؤدي الي امراض القلب والسكتة الدماغية . ()
- ٤٢ إذا كان الشخص فاقدا للوعي ولكن يتنفس يتم استخدام وضعية الافاقة معه . ()
- ٤٣ يمكننا استخدام حقيبة الإسعافات الأولية في حالة الإصابات الطفيفة . ()
- ٤٤ درس الدكتور غنيم جراحة القلب والرئة. ()
- ٤٥ لا توجد علاقة بين كثرة تناول السكر ومرض السكري. ()
- ٤٦ اتباع نظام غذائي صحي يقي من الأمراض ويوفر الطاقة . ()
- ٤٧ يُعد اختبار الأغذية والمشروبات المصنوعة من مسئوليات الهيئة القومية للبريد . ()
- ٤٨ أولى مراحل تجهيز وتحضير العصير الطبيعي هي مرحلة التعبئة. ()
- ٤٩ من الضروري خلط السكر بالسائل البارد حتي لا يفصل فيما بعد . ()
- ٥٠ مرحلة تعقيم الزجاجات هي المرحلة الأخيرة في عملية صنع الشراب . ()
- ٥١ قد تتسبب الميكروبات الموجودة في زجاجات العصير في تخمر المشروبات . ()
- ٥٢ تُعد مصر من أحد أقل منتجي لبن الجاموس في العالم. ()
- ٥٣ لكي يحب الأولاد شرب اللبن يتم إضافة بعض الألوان والمنكهات . ()
- ٥٤ بعض البائعين يضعوا إضافات خطيرة جدا في اللبن ليبدو طازجًا . ()
- ٥٥ من أمثلة المواد الحافظة حمض الستريك وحمض الأسكوربيك . ()
- ٥٦ تجفيف الفواكه في الشمس تعد الطريقة الأمثل لتجفيف الطعام . ()
- ٥٧ يمكن لجهاز حماية المستهلك توقيع عقوبات على منتجي الطعام الغير ملتزمين . ()
- ٥٨ احترس من الأبخرة المتصاعدة من عملية الطلاء فقد تسبب في أضرار لك. ()
- ٥٩ عند استخدام الشاكوش احرص علي الا تُصيب يدك أو وجهك. ()
- ٦٠ تقدير الوضع هي اولي خطوات تقديم الإسعافات الأولية. ()
- ٦١ اخر خطوات وقف النزيف تضميد الجرح جيدا . ()



- ٢٢) يقدم مركز أمراض الكلى والمسالك البولية UNC خدمات طبية وجراحية مجانية لآلاف المرضى.
- ٢٣) قد يتسبب إضافة المواد الحافظة للعصير في فساده بشكل أسرع .
- ٢٤) تعد الابقار والجاموس المصدر الوحيد للألبان.
- ٢٥) تعد الأغنام والماعز والابل من المصادر الحيوانية لإنتاج الألبان.
- ٢٦) إضافة النشا للبن يزيد من قيمته الغذائية .
- ٢٧) يزيد التجفيف من الرطوبة وقد يسبب فساد الأطعمة بشكل سريع .
- ٢٨) لتناول لبن سليم تحقق من طعمه ورائحته وتاريخ انتهاء صلاحيته.
- ٢٩) من طرق حفظ الطعام البسترة والتعليق .
- ٣٠) يضمن المصنع جودة منتجاته بعد انتهاء تاريخ الصلاحية.

انتهت الأسئلة مع أطيب الامنيات بالنجاح والتوفيق

محمود سعيد



الصف
الخامس
الابتدائي
٢٠٢٤

مراجعة + بنك اسئلة

التميز

أ / محمود سعيد

الاجابات النموذجية لبنك الاسئلة

المهارات المهنية

علي مقررات مارس

اعداد

أ / محمود سعيد

5
الصف
الخامس



El.Motamyez.School

يمكنكم الحصول على المذكرات والاختبارات من خلال مسح رمز ال QR Code
أو من خلال صفحة "التميز - أ / محمود سعيد".
© يرجى مراعاة حقوق صاحب المحتوى عند النشر.

بنك أسئلة التميز علي مقررات شهر مارس

تشمل أسئلة الوزارة واختبارات المحافظات

اختر الاجابة الصحيحة

السؤال الأول

- ١ عند تجهيز تعصر آلة مخصصة العصير وتصفيه لإزالة اللب والقشرة والبذور
 أ) الشراب الصناعي (أ) الشراب الطبيعي (ب) أ، ب معًا (ج)
- ٢ من أهدافه ضمان وجود غذاء كاف لسكان القلبيين لسنوات مقبلة .
 أ) مشروع الكاكو (أ) مشروع حياة كريمة (ب) مشروع ابني بيتك (ج)
- ٣ في يُضاف إلي العصير الماء والسكر.
 أ) مرحلة التعبئة (أ) مرحلة الاختبار (ب) مرحلة العصر (ج)
- ٤ الإفراط في تناول الملح يزيد من احتمالية الإصابة
 أ) امراض السكر (أ) امراض القلب (ب) امراض العظام (ج)
- ٥ تنتقل زجاجات العصير المملوءة إلى المكان الذي توضع فيه أعطيها بإحكام لتجنب
 أ) التلف (أ) التلوث (ب) السرقة (ج)
- ٦ هي فرع من فروع الطب يختص بدراسة الجهاز البولي
 أ) جراحة المسالك البولية (أ) جراحة القلب (ب) جراحة الكبد (ج)
- ٧ يساعد على النمو وحماية جهازنا المناعي
 أ) اللبن (أ) العصير الصناعي (ب) المشروبات الغازية (ج)
- ٨ تمنع الجسم من التدرج اثناء افاقه المريض
 أ) الركبة المثنية (أ) الركبة المفردة (ب) الركبة المكسورة (ج)
- ٩ يُصنع من اللبن منتجات عدة ومنها :
 أ) الزبادي (أ) الجبن (ب) أ، ب معًا (ج)
- ١٠ في خطوة أعد فحص الشخص، هل هناك حاجة إلى مزيد من الإجراءات والتدابير؟
 أ) تقدير الوضع (أ) تقييم الوضع (ب) التخطيط للتدخل (ج)
- ١١ إذا ظهر في اللبن حلقة زرقاء بعد إضافة قطرات من حمض الكبريتيك، فهذا يعني أنه يحتوي على مادة
 أ) الفورمالين (أ) الماء (ب) النشا (ج)
- ١٢ يجب أن ترتدي السلامة لحماية العين عند تقطيع الاخشاب
 أ) نظارات (أ) سترة (ب) حذاء (ج)



- ١٣ تشمل طرق الحفظ التي يتم اتباعها في المصانع والمنازل
 أ، ب معاً (ج) (ب) التجفيف والتجميد (ب) البسترة والتعليب (ج) (أ) ب معاً
- ١٤تضيفها معامِل التصنيع لتجعل الأطعمة تدوم لفترة أطول .
 (أ) المواد الحافظة (ب) النكهات (ج) السكر (د) لينا البرت
- ١٥ مُنحت السيدة / لقب " أفضل مزارع شاب " لعام 2018 .
 (أ) إيمانويل مابولو (ب) نيروبا راو (ج) لينا البرت (د)مادة حافظة قوية تحافظ على إبقاء اللبن كأنه طازج ولكنها قد تكون ضارة.
- ١٦
 (أ) الفورمالين (ب) الماء (ج) النشا (د) يفضل النواذ عند القيام بأعمال الطلاء .
- ١٧ غلق (أ) (ب) فتح (ج) أ، ب معاً (د) يحتوي اللبن على نسبة عالية من
- ١٨ (أ) العناصر الغذائية والدهون (ب) البروتين والفيتامينات (ج) أ، ب معاً (د) يمكنك معالج الإصابات والجروح الطفيفة باستخدام حقيبة الإسعافات الأولية في مرحلة
- ١٩ (أ) تقدير الوضع (ب) تقييم الوضع (ج) تقديم الإسعافات الأولية (د) العمال يرتدون لحماية المنتجات من التلوث .
- ٢٠ (أ) غطاء الشعر (ب) قفازات (ج) أ، ب معاً (د) إذا كان المصاب فاقداً للوعي استمر في المصاب وتنفسه حتى وصول المساعدة .
- ٢١ (أ) قياس الحرارة (ب) الضغط على الجرح (ج) جس نبض (د)تعمل على إطالة فترة صلاحية الشراب.
- ٢٢ (أ) المادة الحافظة (ب) النكهة (ج) البكتريا (د) حصل على جائزة الدولة التقديرية في العلوم الطبية، في مصر عام 1997.
- ٢٣ (أ) دكتور محمد غنيم (ب) دكتور مجدي يعقوب (ج) دكتور مصطفى السيد (د) يُسخن العصير الطبيعي عند تعليبه
- ٢٤ (أ) لتقليل الميكروبات (ب) لقتل الميكروبات (ج) لحفظ البكتريا (د) يحتاج إلى ممارسة الرياضة لمدة نصف ساعة يوميا
- ٢٥ (أ) الشباب (ب) البالغون (ج) الأطفال (د) أولى مراحل تحضير وتجهيز الشراب الطبيعي المعب هي
- ٢٦ (أ) غسل الفاكهة جيدا (ب) هرس الفاكهة (ج) تسخين العصير (د) في مصر يتم اختبار الأغذية والمشروبات المصنوعة في المصانع عن طريق
- ٢٧ (أ) الهيئة القومية للبريد (ب) هيئة التأمين الصحي (ج) الهيئة القومية لسلامة الغذاء (د)



- ٢٨ اولى الخطوات التي يجب القيام به في حالة الطوارئ الصحية
 (أ) تقدير الوضع (ب) تقييم الوضع (ج) التخطيط للتدخل
- ٢٩ قام دكتور غنيم 1983 بتأسيس مركز أمراض الكلى والمسالك البولية UNC في ،
 (أ) جامعة القاهرة (ب) جامعة عين شمس (ج) جامعة المنصورة
- ٣٠ كثرة استخدام مضر لصحتنا ويمكن أن يؤدي إلى الإصابة بأمراض القلب .
 (أ) الالبان (ب) الدهون (ج) الدواجن
- ٣١ عند اعداد تُخلط الأطعمة المختلفة للفواكه والألوان المجهزة في المعامل مع السكر.
 (أ) الشراب الصناعي (ب) الشراب الطبيعي (ج) أ ، ب معاً
- ٣٢ عند تصنيع العصير يُخلط السكر بينما يكون السائل حتى لا يفصل فيما بعد
 (أ) بارد (ب) متجمد (ج) ساخناً
- ٣٣ تتسبب الموجودة في الزجاجات بتخمير المشروبات وفسادها .
 (أ) المادة الحافظة (ب) النكهة (ج) الميكروبات
- ٣٤ تُضاف إلى اللبن الألوان والنكهات والمحليات الصناعية كي يحب مشروبات اللبن المختلفة
 (أ) الأطفال (ب) البالغين (ج) كبار السن
- ٣٥ لا يُعد إضافته للبن أمراً خطراً، لكنك تدفع كثيراً من المال مقابل القليل من اللبن.
 (أ) الفورمالين (ب) الماء (ج) النشا
- ٣٦ اللبن من المنتجات الي غشها
 (أ) يصعب (ب) يسهل (ج) يستحيل
- ٣٧ هو التاريخ الذي يجب أن يتم فيه استهلاك المنتج
 (أ) تاريخ انتهاء الصلاحية (ب) تاريخ التصنيع (ج) تاريخ الفرز
- ٣٨ جميع اشكال التجفيف تحتاج الي درجة حرارة
 (أ) مرتفعة (ب) منخفضة (ج) معتدلة
- ٣٩ الضغط بقوة على الجرح بقطعة قماش نظيفة من خطوات
 (أ) علاج المرض (ب) إيقاف النزيف (ج) افاقة المريض
- ٤٠ من طرق غش اللبن إضافة لتعديل قوامه ليصبح متجانساً
 (أ) الفيتامين (ب) النشا (ج) الماء

ضع علامة صح او خطأ امام العبارات التالية

السؤال الثاني



١ عند تجهيز الشراب الصناعي يتم تصفيه العصير لإزالة اللب والقشرة والبذور.



٢ لا توجد قوانين او معايير تقوم بتنظيم عملية تصنيع الأغذية والمشروبات .



٣

يتم تعقيم زجاجات العصير قبل تعبئتها لقتل الميكروبات .

٤

الإفراط في تناول الطعام يؤدي إلى زيادة الوزن والسمنة.

٥

قبل القيام بعملية تصنيع العصير يجب غسل الفاكهة جيداً .

٦

الإفراط في تناول الملح يزيد من احتمالية الإصابة بارتفاع ضغط الدم .

٧

ليس من الضروري تسخين العصير عند القيام بتحضير الشراب الطبيعي المعب .

٨

يعد مركز أمراض الكلى والمسالك البولية UNC أول مركز في الشرق الأوسط لعلاج أمراض الكلى.

٩

يجب علي العمال الحرص عند التعامل مع الحرارة العالية لتجنب الحروق.

١٠

إذا فقد احد الأشخاص وعيه فعليك الابتعاد عنه وتجنب مساعدته .

١١

لا يحتوي اللبن على كربوهيدرات أو أملاح معدنية.

١٢

يتم رفع الذقن لفتح مجرى الهواء للمريض اثناء عملية الافاقة.

١٣

الفورمالين يعتبر مادة حافظة قوية ولكنها ضارة .

١٤

لتجنب الإصابة يجب عليك استخدم أدوات النجارة بحرص.

١٥

يضاف الفورمالين لتعديل قوام اللبن ليصبح متجانسا بعد نزع المادة الدهنية.

١٦

عند تغيير ريشة المثقب لابد من التأكد من الأدوات غير موصلة بالكهرباء .

١٧

قد يتسبب حفظ الأطعمة بشكل خاطئ في نمو البكتيريا أو العفن فيها.

١٨

ليس من الضروري استخدام النظارات الواقية عند التعامل مع الخشب .

١٩

تاريخ انتهاء الصلاحية هو التاريخ الذي يجب فيه استهلاك المنتج .

٢٠

عند القيام بعملية حفظ الطعام يجب غسل يديك جيدا.

٢١

فتح عبوات المنتجات الغذائية وتركها دون استهلاك لا يعرضها للتلف.

٢٢

إذا واجهتك مشكلة تخص سلامة منتج يمكن تقديم شكوي لجهاز الاتصالات .

٢٣

يجب ألا تضع يديك بالقرب من شفرة أو ريشة مثقب عندما تقطع خشب أو تنقبه.

٢٤

اللبن الطازج عند غليه قد تجد فيه رواسب.

٢٥

يفضل غلق الأبواب والنوافذ عند القيام بأعمال الطلاء .

٢٦

يعد اللبن من المنتجات التي يصعب التلاعب فيها.

٢٧

يجب عليك ألا تقوم باستخدام الأدوات الكهربائية بالقرب من الماء.

٢٨

يجب التأكد من تاريخ انتهاء صلاحية اللبن قبل استخدامه .

٢٩

أول خطوة لإفاقة المريض امالة الرأس بلطف.

٣٠

يدخل اللبن في العديد من أنواع المشروبات المصنعة.

٣١

في حالة الإصابات الخطيرة يجب الاتصال برقم 180 لاستدعاء سيارة الإسعاف .

٣٢

يتجنب العمال الحوادث من خلال تعلم كيفية استخدام الآلات بشكل صحيح.



٣٣

من خطوات إيقاف النزيف الضغط بقوة علي الجرح بقطعة قماش متسخة .

٣٤

يعد الالتزام بكافة التدابير الصحية أمر ضروري جدا داخل مصانع العصير.

٣٥

قام دكتور غنيم بإجراء أول عملية لزراعة الكلى في مصر عام 1976.

٣٦

لا يختبر العمال جودة العصير اثناء تحضيره وتجهيزه .

٣٧

لا يؤدي عدم تناول ما يكفي من العناصر الغذائية إلى سوء التغذية.

٣٨

تحدث الإصابات للحرفيين بسبب التعامل مع الأدوات بطريقة آمنة.

٣٩

تحقيق المزيد من الاكتفاء الذاتي وضمان الأمن الغذائي أمران ضروريان لمصر.

٤٠

عند ثقب الخشب يمكن ان نستخدم المسامير لتثبيت الاعمال علي الطاولة .

٤١

كثرة استخدام الدهون يؤدي الي امراض القلب والسكتة الدماغية .

٤٢

إذا كان الشخص فاقدا للوعي ولكن يتنفس يتم استخدام وضعية الافاقة معه .

٤٣

يمكننا استخدام حقيبة الإسعافات الأولية في حالة الإصابات الطفيفة .

٤٤

درس الدكتور غنيم جراحة القلب والرئة.

٤٥

لا توجد علاقة بين كثرة تناول السكر ومرض السكري.

٤٦

اتباع نظام غذائي صحي يقي من الأمراض ويوفر الطاقة .

٤٧

يُعد اختبار الأغذية والمشروبات المصنوعة من مسئوليات الهيئة القومية للبريد .

٤٨

أولى مراحل تجهيز وتحضير العصير الطبيعي هي مرحلة التعبئة.

٤٩

من الضروري خلط السكر بالسائل البارد حتي لا يفصل فيما بعد .

٥٠

مرحلة تعقيم الزجاجات هي المرحلة الأخيرة في عملية صنع الشراب .

٥١

قد تتسبب الميكروبات الموجودة في زجاجات العصير في تخمر المشروبات .

٥٢

تُعد مصر من أحد أقل منتجي لبن الجاموس في العالم.

٥٣

لكي يحب الأولاد شرب اللبن يتم إضافة بعض الألوان والمنكهات .

٥٤

بعض البائعين يضعوا إضافات خطيرة جدا في اللبن ليبدو طازجًا .

٥٥

من أمثلة المواد الحافظة حمض الستريك وحمض الأسكوربيك .

٥٦

تجفيف الفواكه في الشمس تعد الطريقة الأمثل لتجفيف الطعام .

٥٧

يمكن لجهاز حماية المستهلك توقيع عقوبات على منتجي الطعام الغير ملتزمين .

٥٨

احترس من الأبخرة المتصاعدة من عملية الطلاء فقد تسبب في أضرار لك.

٥٩

عند استخدام الشاكوش احرص علي الا تُصيب يدك أو وجهك.

٦٠

تقدير الوضع هي اولي خطوات تقديم الإسعافات الأولية.

٦١

اخر خطوات وقف النزيف تضميد الجرح جيدا .

✗

✓

✓

✗

✗

✗

✓

✓

✓

✓

✓

✗

✗

✓

✗

✗

✗

✗

✓

✗

✓

✓

✓

✓

✓

✓

✓

✗

✓



٢٢ يقدم مركز أمراض الكلى والمسالك البولية UNC خدمات طبية وجراحية مجانية لآلاف المرضى.

٢٣ قد يتسبب إضافة المواد الحافظة للعصير في فساده بشكل أسرع .

٢٤ تعد الإبقار والجاموس المصدر الوحيد للألبان.

٢٥ تعد الأغنام والماعز والابل من المصادر الحيوانية لإنتاج الألبان.

٢٦ إضافة النشا للبن يزيد من قيمته الغذائية .

٢٧ يزيد التجفيف من الرطوبة وقد يسبب فساد الأطعمة بشكل سريع .

٢٨ لتناول لبن سليم تحقق من طعمه ورائحته وتاريخ انتهاء صلاحيته.

٢٩ من طرق حفظ الطعام البسترة والتعليق .

٣٠ يضمن المصنع جودة منتجاته بعد انتهاء تاريخ الصلاحية.

انتهت الأسئلة مع أطيب الامنيات بالنجاح والتوفيق

محمود سعيد

