

التأسيس السليم

مراجعات شهر ابريل

المهارات المهنية

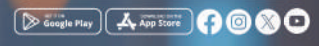
الصف الرابع الابتدائي



اختيارك  
الأول في  
مصر



شركة التأسيس السليم



مراجعات  
شهر  
ابريل

المهارات المهنية





ذاكر معنا

## النموذج الأول

### اختر الإجابة الصحيحة مما بين القوسين:

- (١) تضاف المواد الحافظة إلى الشراب لحمايته من .....  
(العفن - الحموضة - الماء - الغليان)
- (٢) تتميز الملاعق المصنوعة من السيلكون بأنها .....  
(لا تخدش الأواني - لا تجمع البكتيريا - صلبة ومتينة - يلتصق بها الطعام)
- (٣) الطعام غير الصحي هو الذي يتم طهيه عن طريق .....  
(الشوي - القلي - السلق - البخار)
- (٤) يمكن تثبيت الرباط الطبي على الجرح باستخدام .....  
(الضمادات اللاصقة - كريم اللدغات - شريط لاصق - شاش معقم)
- (٥) يتم إخماد الحريق الناتج عن الزيت باستخدام .....  
(ماء نقي - بيكربونات الصوديوم - بنزين - ماء غير نقي)
- (٦) إحدى الأدوات التي نحتاجها في أثناء عملية الطلاء .....  
(بكرة الدهان - مقص - رباط طبي - كريم دهان)
- (٧) شارك ..... في إجراء أول جراحة قلب مفتوح في نيجيريا.  
(أحمد زويل - وصفية نزرين - طه حسين - مجدى يعقوب)
- (٨) يعتبر ..... إحدى طرق الحفاظ على سلامة الأشخاص عند القيام بعملية الطلاء.  
(توصيل الكهرباء - فتح الغاز - غلق النوافذ - ارتداء نظارات الأمن)
- (٩) عند حدوث تسريب للغاز في المنزل علينا الاتصال برقم .....  
(طوارئ الغاز الطبيعي - طوارئ الحريق - الإسعاف - طوارئ الكهرباء)
- (١٠) يجب استخدام ..... لعلاج الالتواءات.  
(كريم اللدغات - المضادات اللاصقة - شاش معقم - رباط طبي)
- (١١) إضافة شرائح الليمون إلى الطعام عند تقديمه هو نوع من .....  
(تزيينه - تغليفه - تخزينه - تعليبه)



- (١٢) يجب تجنب شراء الأدوات ..... لأنها تذوب إذا تركت في إناء ساخن.  
(الخشبية - البلاستيكية - المعدنية - النحاسية)
- (١٣) سبب ظهور طبقتين منفصلتين في أثناء عملية صناعة الشراب هو .....  
(جودة السكر - عدم خلط السكر جيداً - نوع الفاكهة - وجود الماء)
- (١٤) الخطوة الأولى للقضاء على البيكتريا في أثناء تصنيع الشراب هي .....  
(الخلط - التعبئة - التسخين - البيع)
- (١٥) الشوي والتحمير من طرق ..... الطعام.  
(تخزين - طهي - تجميد - تحليل)

## النموذج الثاني

### اختر الإجابة الصحيحة مما بين القوسين:

- (١) لتجنب اندلاع الحريق عند الطلاء يجب .....  
(تخزين الطلاء في أماكن حارة - تخزين الطلاء في أماكن باردة - ارتداء القفازات - ترك النوافذ مغلقة)
- (٢) لكي نحافظ على السلامة في أثناء اندلاع الحريق داخل المنزل علينا التأكد من توفر .....  
(زيت - أجهزة كهربائية - طفاية حريق - ملاعق)
- (٣) لإزالة شوكة النحلة للبدء في علاج الإصابة نستخدم .....  
(الملقط الطبي - الرباط الطبي - الكريم المطهر - المقص الطبي)
- (٤) الشراب الذي يحتوي على نسبة كبيرة من الفيتامينات والأملاح المعدنية هو .....  
(المعلب - المُخزن - الطبيعي - الصناعي)
- (٥) ليس من الآمن مساعدة الأشخاص المصابين ب.....  
(الخدوش البسيطة - آلام العضلات - الكسور الخطيرة - لدغات الحشرات)
- (٦) إذا شممت رائحة غاز بالمنزل يجب عليك .....  
(مغادرة المنزل - توصيل الكهرباء - فتح المياه - فتح الغاز)

- (٧) يجب حماية اليدين عند القيام بعملية الطلاء عن طريق ارتداء.....  
(نظارات الأمان - ملابس جيدة - قفازات مطاطية - أحذية جلدية)
- (٨) تعتبر ..... أول شخص بنغلاديشي يتسلق القمم السبع.  
(صفية زغلول - وصفية نزرين - سميحة أيوب - سميرة موسى)
- (٩) إحدى مميزات الشراب الطبيعي أنه غني بـ.....  
(الأملاح - الدهون - السكريات - الفيتامينات)
- (١٠) الأواني المصنوعة من ..... تتفاعل مع الأطعمة الحمضية عند التعرض للحرارة.  
(البلاستيك - السليكون - الألومنيوم - الاستانلس)
- (١١) لا يجب قلي الطعام بالزيت حتى لا يصبح.....  
(دهنيًا - بروتينيًا - ملوثًا - صحيًا)
- (١٢) أنشأ ..... مؤسسة لعلاج الأطفال من أمراض القلب بالمجان.  
(أحمد زويل - أحمد شوقي - طه حسين - مجدي يعقوب)
- (١٣) إحدى الأدوات المستخدمة في عملية الطلاء.....  
(فُرش الطلاء - الرباط الطبي - الترمومتر - الإبرة والخيط)
- (١٤) يتم استخدام ..... في تطهير الجروح.  
(شريط لاصق - كريم اللدغات - الضمادات اللاصقة - الكريم المطهر)
- (١٥) بعد إزالة شوكة النحلة من الشخص المصاب نضع القليل من.....  
(كريم اللدغات - كريم مطهر - شريط لاصق - ضمادات لاصقة)

## النموذج الثالث

## اختر الإجابة الصحيحة مما بين القوسين:

- (١) المشروبات ..... غنية بالفيتامينات لأنها تحتوي على فاكهة.  
(الغازية - الصناعية - الطبيعية - المعلبة)
- (٢) يجب إضافة السكر إلى الشراب الصناعي عندما يكون .....  
(باردًا - ساخناً - دافئًا - معقمًا)
- (٣) من مميزات المقلاة المصنوعة من الألومنيوم أن .....  
(ثمنها غالي - ثمنها رخيص - لونها واحد - تتفاعل مع الأطعمة)
- (٤) من مميزات الأواني المصنوعة من الفولاذ المقاوم للصدأ أنها .....  
(صلبة ومتينة - تدوم لفترة طويلة - خفيفة الوزن - كل ما سبق)
- (٥) من طرق الطهي غير الصحية .....  
(الشوي - السلق - القلي - الإعداد على البخار)
- (٦) الإفراط في طهي الخضراوات ..... من العناصر الغذائية بها.  
(يزيد - يقلل - يكثر - يعقم)
- (٧) الضمادات اللاصقة تستخدم في .....  
(لف الالتواءات - تخفيف الآلام - معالجة الجروح - تطهير الجروح)
- (٨) نستخدم ..... لقطع الملابس ومنعها من ملامسة الجروح.  
(المقص - الرباط الطبي - الكريم المرطب - الشريط اللاصق)
- (٩) أي من الأدوات الآتية نستخدمها في أثناء الطلاء؟ .....  
(مقص - بكرة الدهان - شاش معقم - شريط لاصق)
- (١٠) يجب عند بدء الطلاء التأكد من أن جميع النوافذ .....  
(مفتوحة - مغلقة - مكسورة - نظيفة)

- (١١) تحافظ وصفية نزرين على طاقتها بتناول أطعمة تحتوي على مستويات عالية من .....  
(الدهون - البروتينات - الكربوهيدرات - الأملاح)
- (١٢) مؤسس ورئيس جمعية «سلسلة الأمل» الخيرية هو .....  
(أحمد زويل - مجدي يعقوب - حافظ إبراهيم - طه حسين)
- (١٣) الشراب الصناعي يصبح داكنًا بسبب ..... غير النظيف.  
(الوعاء - الماء - السكر - الفاكهة)
- (١٤) نستخدم ..... للفت اللتواءات وتثبيتها.  
(الضمادات اللاصقة - الرباط الطبي - الكمادات الباردة - الشاش المعقم)
- (١٥) تعمل مؤسسة مجدي يعقوب على بناء «مركز مجدي يعقوب» العالمي لعلاج أمراض .....  
(المعدة - القولون - القلب - السمنة)

## النموذج الرابع

### اختر الإجابة الصحيحة مما بين القوسين:

- (١) الشراب ..... يزود الجسم بالطاقة ولكن كمية العناصر الغذائية المتوافرة قليلة جدًا.  
(الطبيعي - الصناعي - المعلب الطبيعي - الطبيعي المركز)
- (٢) لحماية الشراب من العفن والبكتيريا نضيف إليه .....  
(المواد الحافظة - السكر - الماء - الفواكه)
- (٣) الشراب الذي يحتوي على نسبة كبيرة من الفيتامينات والأملاح المعدنية هو .....  
(الصناعي - الطبيعي - المخزن - المعلب)
- (٤) المقلاة المصنوعة من ..... تكون مطلية بألوان مختلفة وسعرها زهيد.  
(الخشب - النحاس - الحديد - الألومنيوم)
- (٥) قد يكون الطهي في الأواني المصنوعة من ..... ضار عند خدش طلائها.  
(الألومنيوم - النحاس - الطلاء غير اللاصق - الحديد)

- (٦) يجب تجنب شراء الأدوات ..... لأن من الممكن أن تذوب إذا تركت في إناء ساخن.  
(الحديدية - الخشبية - البلاستيكية - النحاسية)
- (٧) نستخدم ..... لعلاج لدغات الحشرات.  
(الكريم المطهر - الشريط اللاصق - كريم علاج اللدغات - الضمادات)
- (٨) نستخدم ..... لمعالجة الجروح المفتوحة.  
(الكمامات - الشاش المعقم - المقص - الكريم المطهر)
- (٩) قد يكون من غير الآمن أن يساعد شخصًا تعرض لـ.....  
(حادثة سير - الجروح - الحروق - لدغات الحشرات)
- (١٠) يمكن أن يؤدي ..... إلى اندلاع الحرائق في المنزل.  
(اشتعال الدهون والزيوت - قطع التيار الكهربائي - الخروج من المنزل - استخدام طفاية الحريق)
- (١١) للحفاظ على السلامة في أثناء اندلاع حريق داخل المنزل علينا التأكد من توافر.....  
(زيت - أجهزة كهربائية - طفاية حريق - ملاعق)
- (١٢) نجحت ..... في تسلق قمم الجبال السبع واستخدمت نظامًا غذائيًا نباتيًا.  
(وصفية نزرين - منى رشوان - شجرة الدر - رانيا علوان)
- (١٣) يتم استخدام ..... في تطهير الجروح.  
(شريط لاصق - كريم اللدغات - الضمادات اللاصقة - كريم مطهر)
- (١٤) تتميز الأواني المصنوعة من الاستانلس بأنها.....  
(تسخن بسرعة - خفيفة الوزن - مطلية بألوان - ثقيلة الوزن)
- (١٥) الشوي والتحمير من طرق ..... الطعام.  
(تخزين - طهي - تجميد - تخليل)

## النموذج الخامس

## اختر الإجابة الصحيحة مما بين القوسين:

- (١) أحد طرق الحفاظ على سلامة الأشخاص عند الطلاء هي .....  
(ترك النوافذ مفتوحة - وضع الكريم المطهر - التخلص من الماء الزائد - ارتداء نظارات طبية)
- (٢) نجحت الناشطة و صفية نزرين في .....  
(ركوب الدراجات - سباق السيارات - تسلق القمم السبع - سباق الجري)
- (٣) إحدى الأدوات المستخدمة في عملية الطلاء .....  
(فرش الطلاء - الرباط الطبي - الترمومتر الطبي - الإبرة والخيط)
- (٤) يجب تجنب ..... في طهي الطعام لأن ذلك يجعله غير صحي.  
(الخبز - الشوي - السلق - القلي)
- (٥) لمعالجة مشكلة لون الشراب الداكن عليك استخدام ..... نظيف ومصفى.  
(سكر - ملح - خل - زيت)
- (٦) تضاف المواد الحافظة إلى الشراب لحمايته من .....  
(العفن - الغلي - التبخر - التجمد)
- (٧) يفضل شراء ..... المصنوعة من السليكون.  
(الأطباق - الملاعق - المقلاة - الأواني)
- (٨) علينا الاتصال برقم طوارئ الغاز الطبيعي عند حدوث .....  
(تسرب الغاز - حرائق بالمنزل - انقطاع الكهرباء - صواعق كهربائية)
- (٩) إحدى أدوات الطهي يعتبر ثمنها زهيدًا وقد تتفاعل مع الأطعمة الحمضية .....  
(الأواني الاستانلس - المقلاة الألومنيوم - الأدوات البلاستيكية - الملاعق السليكون)
- (١٠) في بعض الحالات قد يكون من الخطر أن تساعد الشخص المصاب مثل حالات .....  
(الإجهاد - لسعات النحل - الصداع - الكسور الخطيرة)

- (١١) يجب غلق البوتجاز قيد التشغيل عند .....
- (توصيل الكهرباء - الطهي - تسرب الغاز - انقطاع الكهرباء)
- (١٢) يجب حماية العين خلال الطلاء باستخدام .....
- (قناع الغبار - القفازات - السلم - نظارات الأمان)
- (١٣) عند حدوث التواء في الذراع نستخدم .....
- (الرباط الطبي - الشاش المعقم - الكريم المطهر - الكمادات الساخنة)
- (١٤) تستخدم الكمادات الباردة أو الساخنة لتخفيف الآلام الناتجة عن ..... أو آلام العضلات.
- (المرض - الإجهاد - الكسور - الجروح)
- (١٥) يجب تجنب شراء الأدوات ..... لأنها تذوب إذا تركت في ماء ساخن.
- (الخشبية - البلاستيكية - المعدنية - النحاسية)



التأسيس السليم

مراجعات شهر ابريل

المهارات المهنية

الصف الرابع الابتدائي

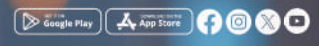


اختيارك  
الأول في  
مصر



ذاكر معنا

شركة التأسيس السليم



مراجعات  
شهر  
ابريل

المهارات المهنية





## بنك أسئلة

١

ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ( ) (١) الشراب الطبيعي يحتوي على نسب عالية من السكر مقارنة بالشراب الصناعي.
- ( ) (٢) يتم إضافة الليمون إلى الشراب الصناعي لحمايته من العفن والبكتريا.
- ( ) (٣) الشراب الصناعي هو مزيج من الماء والسكر وعصير الفاكهة الطبيعي.
- ( ) (٤) إضافة المواد الحافظة للشراب الصناعي تحميه من العفن والبكتريا.
- ( ) (٥) عند الطهي يجب أن تكون مقابض الأواني بعيدة عن طرف البوتاجاز.
- ( ) (٦) يفضل استعمال الأواني ذات الطلاء غير اللاصق.
- ( ) (٧) المواد البلاستيكية لا تترك فيها مواد ساخنة وتضر بالبيئة.
- ( ) (٨) الأواني ذات الطلاء غير اللاصق صحية.
- ( ) (٩) الأطعمة المقلية صحية أكثر من الأطعمة المشوية.
- ( ) (١٠) يجب وضع الطعام في الطبق بدقة وبشكل مرتب ومنظم.
- ( ) (١١) التحمير بالزيت يجعل الطعام دهنيًا وغير صحي.
- ( ) (١٢) يستخدم كريم اللدغات في تثبيت الرباط على الجرح.
- ( ) (١٣) يستخدم الكريم المرطب لتطهير الجروح والحروق والخدوش.
- ( ) (١٤) تستخدم الكمادات لتخفيف الآلام الناتجة عن الإجهاد وآلام العضلات.
- ( ) (١٥) يجب عليك الاتصال بخدمة الطوارئ إذا حدث حريق لم تستطع السيطرة عليه.
- ( ) (١٦) يتم استخدام الماء لإطفاء الحرائق الناتجة عن الزيت.
- ( ) (١٧) عند حدوث انفجار في مواسير المياه نتصل بفني الكهرباء.
- ( ) (١٨) لإخماد الحرائق الناتجة عن الزيت نستخدم بيكر بونات الصوديوم.
- ( ) (١٩) من الضروري التفكير في احتياطات السلامة عند الطلاء.
- ( ) (٢٠) عند طلاء الغرفة يجب التأكد من غلق النوافذ بإحكام.



## اختر الإجابة الصحيحة مما بين القوسين:

- (١) المشروبات ..... غنية بالفيتامينات؛ لأنها تحتوي على الفاكهة.  
(الغازية - الصناعية - المعلبة - الطبيعية)
- (٢) يجب إضافة السكر إلى الشراب الصناعي عندما يكون .....  
(باردًا - دافئًا - ساخنًا - معقمًا)
- (٣) من مميزات المقلاة المصنوعة من الألومنيوم أنها .....  
(لونها موحد - تتفاعل مع الأطعمة - ثمنها رخيص - ثمنها غالي)
- (٤) من مميزات الأواني المصنوعة من الفولاذ المقاوم للصدأ .....  
(صلبة ومتينة - خفيفة الوزن - تدوم لفترة طويلة - كل ما سبق)
- (٥) من الطرق غير الصحية في عملية الطهي .....  
(الشوي - السلق - القلي - الإعداد على البخار)
- (٦) الإفراط في طهي الخضراوات ..... من العناصر الغذائية بها.  
(يزيد - يقلل - يكثر - يعظم)
- (٧) الضمادات اللاصقة تستخدم في .....  
(لف الالتواءات - تخفيف الآلام - معالجة الجروح - الحروق)
- (٨) عند الإصابة بلدغة نحلة يمكن استخدام .....  
(الشاش - كريم علاج اللدغات - اللاصقات - الكريم المطهر)
- (٩) تستخدم ..... لإخماد الحرائق الناتجة عن الزيوت.  
(البنزين - الزيت - الماء النقي - بيكربونات الصوديوم)
- (١٠) أي من الأدوات الآتية نستخدمها في أثناء الطلاء؟ .....  
(مقص - بكرة دهان - شاش معقم - ضمادات)
- (١١) توجد مؤسسة مجدي يعقوب لأمراض وأبحاث القلب في محافظة .....  
(أسوان - القاهرة - نيجيريا - أمريكا)

- (١٢) في بعض الحالات قد يكون من الخطر أن تساعد الشخص المصاب مثل حالات.....  
(الإجهاد - لسعات النحل - الصداع - الكسور الخطيرة)
- (١٣) عند حدوث التواء في الذراع نستخدم.....  
(الرباط الطبي - الشاش المعقم - الكريم المطهر - الكمادات الساخنة)
- (١٤) للتخلص من البكتيريا في الشراب نقوم ب.....  
(تجميده - تدفئته - تسخينه - تبريده)
- (١٥) عند حدوث تسرب في الغاز علينا الاتصال ب.....  
(١٤٠ - ١٩٢ - ١٢٩ - ١٨٠)

## أكمل ما يلي:

٣

- (١) يجب تناول عصير الفاكهة الطبيعي بدلاً من المشروبات.....
- (٢) يتم تسخين الشراب إلى درجات حرارة مرتفعة للقضاء على.....
- (٣) الشراب الطبيعي هو مزيج من الماء والسكر وعصير..... الطبيعي.
- (٤) من عيوب أواني الطلاء غير اللاصق أنها قد تكون..... عند خدش الطلاء.
- (٥) المقلاة الألومنيوم قد تتفاعل مع الأطعمة..... عند تعرضها لحرارة عالية.
- (٦) الأدوات..... لا يمكن ترك فيها مواد ساخنة، وتضر بالبيئة.
- (٧) عملية الخبز والشوي والتحمير في الفرن..... للطهي.
- (٨) من مكونات حقيبة الإسعافات الأولية.....
- (٩) لا تفتح الثلجة عند حدوث انقطاع ل.....
- (١٠) لا نستخدم الماء لإطفاء الحرائق الناتجة عن.....
- (١١) ملامسة سلك مكشوف ويدك مبللة يعرضك ل.....
- (١٢) يجب عليك عدم إضاءة المصابيح الكهربائية عند تسرب.....
- (١٣) أثناء الطلاء يجب ترك النوافذ.....
- (١٤) أسس د. مجدي يعقوب أكبر برنامج لزراعة..... في العالم.
- (١٥) تتبع وصفية نزرين نظاماً غذائياً.....
- (١٦) بعض الأواني تتميز بأنها لا تتفاعل مع الأطعمة الحمضية لأنها مصنوعة من.....

(١) ما هي الإسعافات الأولية؟



(٢) ما هي محتويات حقيبة الإسعافات الأولية؟



(٣) ما هي أسباب اندلاع الحرائق في المنزل؟



(٤) حدد بعض خطوات طلاء غرفة بسلامة وأمان.



(٥) ما فائدة تسخين الشراب بشكل جيد قبل بدء عملية تصنيعه؟



(٦) حدد المشكلات التي قد تحدث في أثناء صناعة الشراب وحلها.



(٧) اذكر اثنين من إرشادات الحفاظ على السلامة في المطبخ.





علوم

اللغة العربية

الدراسات الاجتماعية

الرياضيات

التربية الدينية

# الإجابات النموذجية

MATHEMATICS

تكنولوجيا المعلومات  
والاتصالات

مراجعات  
شهر  
أبريل

المهارات المهنية





ذاكر معنا

## النموذج الأول

### اختر الإجابة الصحيحة مما بين القوسين:

- (١) تضاف المواد الحافظة إلى الشراب لحمايته من .....
- (العفن - الحموضة - الماء - الغليان)
- (٢) تتميز الملاعق المصنوعة من السيلكون بأنها .....
- (لا تخدش الأواني - لا تجمع البيكتريا - صلبة ومتينة - يلتصق بها الطعام)
- (٣) الطعام غير الصحي هو الذي يتم طهيه عن طريق .....
- (الشوي - القلي - السلق - البخار)
- (٤) يمكن تثبيت الرباط الطبي على الجرح باستخدام .....
- (الضمادات اللاصقة - كريم اللدغات - شريط لاصق - شاش معقم)
- (٥) يتم إخماد الحريق الناتج عن الزيت باستخدام .....
- (ماء نقي - بيكربونات الصوديوم - بنزين - ماء غير نقي)
- (٦) إحدى الأدوات التي نحتاجها في أثناء عملية الطلاء .....
- (بكرة الدهان - مقص - رباط طبي - كريم دهان)
- (٧) شارك ..... في إجراء أول جراحة قلب مفتوح في نيجيريا.
- (أحمد زويل - وصفية نزرين - طه حسين - مجدى يعقوب)
- (٨) يعتبر ..... إحدى طرق الحفاظ على سلامة الأشخاص عند القيام بعملية الطلاء.
- (توصيل الكهرباء - فتح الغاز - غلق النوافذ - ارتداء نظارات الأمن)
- (٩) عند حدوث تسريب للغاز في المنزل علينا الاتصال برقم .....
- (طوارئ الغاز الطبيعي - طوارئ الحريق - الإسعاف - طوارئ الكهرباء)
- (١٠) يجب استخدام ..... لعلاج الالتواءات.
- (كريم اللدغات - المضادات اللاصقة - شاش معقم - رباط طبي)
- (١١) إضافة شرائح الليمون إلى الطعام عند تقديمه هو نوع من .....
- (تزيينه - تغليفه - تخزينه - تعليبه)



- (١٢) يجب تجنب شراء الأدوات ..... لأنها تذوب إذا تركت في إناء ساخن.  
(الخشبية - البلاستيكة - المعدنية - النحاسية)
- (١٣) سبب ظهور طبقتين منفصلتين في أثناء عملية صناعة الشراب هو .....  
(جودة السكر - عدم خلط السكر جيدًا - نوع الفاكهة - وجود الماء)
- (١٤) الخطوة الأولى للقضاء على البيكتريا في أثناء تصنيع الشراب هي .....  
(الخلط - التعبئة - التسخين - البيع)
- (١٥) الشوي والتحمير من طرق ..... الطعام.  
(تخزين - طهي - تجميد - تحليل)

## النموذج الثاني

### اختر الإجابة الصحيحة هما بين القوسين:

- (١) لتجنب اندلاع الحريق عند الطلاء يجب .....  
(تخزين الطلاء في أماكن حارة - تخزين الطلاء في أماكن باردة - ارتداء القفازات - ترك النوافذ مغلقة)
- (٢) لكي نحافظ على السلامة في أثناء اندلاع الحريق داخل المنزل علينا التأكد من توفر.....  
(زيت - أجهزة كهربائية - طفاية حريق - ملاعق)
- (٣) لإزالة شوكة النحلة للبدء في علاج الإصابة نستخدم.....  
(الملقط الطبي - الرباط الطبي - الكريم المطهر - المقص الطبي)
- (٤) الشراب الذي يحتوي على نسبة كبيرة من الفيتامينات والأملاح المعدنية هو.....  
(المعلب - المٌخزن - الطبيعي - الصناعي)
- (٥) ليس من الآمن مساعدة الأشخاص المصابين ب.....  
(الخدوش البسيطة - آلام العضلات - الكسور الخطيرة - لدغات الحشرات)
- (٦) إذا شممت رائحة غاز بالمنزل يجب عليك .....  
(مغادرة المنزل - توصيل الكهرباء - فتح المياه - فتح الغاز)

- (٧) يجب حماية اليدين عند القيام بعملية الطلاء عن طريق ارتداء.....
- (نظارات الأمان - ملابس جيدة - قفازات مطاطية - أحذية جلدية)
- (٨) تعتبر ..... أول شخص بنغلاديشي يتسلق القمم السبع.
- (صفية زغلول - وصفية نزرين - سميحة أيوب - سميرة موسى)
- (٩) إحدى مميزات الشراب الطبيعي أنه غني بـ.....
- (الأملاح - الدهون - السكريات - الفيتامينات)
- (١٠) الأواني المصنوعة من ..... تتفاعل مع الأطعمة الحمضية عند التعرض للحرارة.
- (البلاستيك - السليكون - الألومنيوم - الاستانلس)
- (١١) لا يجب قلي الطعام بالزيت حتى لا يصبح.....
- (دهنيًا - بروتينيًا - ملوثًا - صحيًا)
- (١٢) أنشأ ..... مؤسسة لعلاج الأطفال من أمراض القلب بالمجان.
- (أحمد زويل - أحمد شوقي - طه حسين - مجدي يعقوب)
- (١٣) إحدى الأدوات المستخدمة في عملية الطلاء.....
- (فُرش الطلاء - الرباط الطبي - الترمومتر - الإبرة والخيط)
- (١٤) يتم استخدام ..... في تطهير الجروح.
- (شريط لاصق - كريم اللدغات - الضمادات اللاصقة - الكريم المطهر)
- (١٥) بعد إزالة شوكة النحلة من الشخص المصاب نضع القليل من.....
- (كريم اللدغات - كريم مطهر - شريط لاصق - ضمادات لاصقة)

## النموذج الثالث

### اختر الإجابة الصحيحة مما بين القوسين:

- (١) المشروبات ..... غنية بالفيتامينات لأنها تحتوي على فاكهة.  
(الغازية - الصناعية - الطبيعية - المعلبة)
- (٢) يجب إضافة السكر إلى الشراب الصناعي عندما يكون .....  
(باردًا - ساخنًا - دافئًا - معقمًا)
- (٣) من مميزات المقلاة المصنوعة من الألومنيوم أن .....  
(ثمنها غالي - ثمنها رخيص - لونها واحد - تتفاعل مع الأطعمة)
- (٤) من مميزات الأواني المصنوعة من الفولاذ المقاوم للصدأ أنها .....  
(صلبة ومتينة - تدوم لفترة طويلة - خفيفة الوزن - كل ما سبق)
- (٥) من طرق الطهي غير الصحية .....  
(الشوي - السلق - القلي - الإعداد على البخار)
- (٦) الإفراط في طهي الخضراوات ..... من العناصر الغذائية بها.  
(يزيد - يقلل - يكثر - يعقم)
- (٧) الضمادات اللاصقة تستخدم في .....  
(لف الالتواءات - تخفيف الآلام - معالجة الجروح - تطهير الجروح)
- (٨) نستخدم ..... لقطع الملابس ومنعها من ملامسة الجروح.  
(المقص - الرباط الطبي - الكريم المرطب - الشريط اللاصق)
- (٩) أي من الأدوات الآتية نستخدمها في أثناء الطلاء؟ .....  
(مقص - بكرة الدهان - شاش معقم - شريط لاصق)
- (١٠) يجب عند بدء الطلاء التأكد من أن جميع النوافذ .....  
(مفتوحة - مغلقة - مكسورة - نظيفة)

- (١١) تحافظ وصفية نزرين على طاقتها بتناول أطعمة تحتوي على مستويات عالية من .....
- (الدهون - البروتينات - الكر بوهيدرات - الأملاح)
- (١٢) مؤسس ورئيس جمعية «سلسلة الأمل» الخيرية هو .....
- (أحمد زويل - مجدي يعقوب - حافظ إبراهيم - طه حسين)
- (١٣) الشراب الصناعي يصبح داكنًا بسبب ..... غير النظيف.
- (الوعاء - الماء - السكر - الفاكهة)
- (١٤) نستخدم ..... للف الالتواءات وتثبيتها.
- (الضمادات اللاصقة - الرباط الطبي - الكمادات الباردة - الشاش المعقم)
- (١٥) تعمل مؤسسة مجدي يعقوب على بناء «مركز مجدي يعقوب» العالمي لعلاج أمراض .....
- (المعدة - القولون - القلب - السمنة)

## النموذج الرابع

### اختر الإجابة الصحيحة مما بين القوسين:

- (١) الشراب ..... يزود الجسم بالطاقة ولكن كمية العناصر الغذائية المتوافرة قليلة جدًا.
- (الطبيعي - الصناعي - المعلب الطبيعي - الطبيعي المركز)
- (٢) لحماية الشراب من العفن والبكتيريا نضيف إليه .....
- (المواد الحافظة - السكر - الماء - الفواكه)
- (٣) الشراب الذي يحتوي على نسبة كبيرة من الفيتامينات والأملاح المعدنية هو .....
- (الصناعي - الطبيعي - المخزن - المعلب)
- (٤) المقلاة المصنوعة من ..... تكون مطلية بألوان مختلفة وسعرها زهيد.
- (الخشب - النحاس - الحديد - الألومنيوم)
- (٥) قد يكون الطهي في الأواني المصنوعة من ..... ضار عند خدش طلائها.
- (الألومنيوم - النحاس - الطلاء غير اللاصق - الحديد)

- (٦) يجب تجنب شراء الأدوات ..... لأن من الممكن أن تذوب إذا تركت في إناء ساخن.  
(الحديدية - الخشبية - البلاستيكية - النحاسية)
- (٧) نستخدم ..... لعلاج لدغات الحشرات.  
(الكريم المطهر - الشريط اللاصق - كريم علاج اللدغات - الضمادات)
- (٨) نستخدم ..... لمعالجة الجروح المفتوحة.  
(الكدمات - الشاش المعقم - المقص - الكريم المطهر)
- (٩) قد يكون من غير الآمن أن تساعد شخصًا تعرض لـ.....  
(حادثة سير - الجروح - الحروق - لدغات الحشرات)
- (١٠) يمكن أن يؤدي ..... إلى اندلاع الحرائق في المنزل.  
(اشتعال الدهون والزيوت - قطع التيار الكهربائي - الخروج من المنزل - استخدام طفاية الحريق)
- (١١) للحفاظ على السلامة في أثناء اندلاع حريق داخل المنزل علينا التأكد من توافر .....  
(زيت - أجهزة كهربائية - طفاية حريق - ملاعق)
- (١٢) نجحت ..... في تسلق قمم الجبال السبع واستخدمت نظامًا غذائيًا نباتيًا.  
(وصفية نزرين - منى رشوان - شجرة الدر - رانيا علوان)
- (١٣) يتم استخدام ..... في تطهير الجروح.  
(شريط لاصق - كريم اللدغات - الضمادات اللاصقة - كريم مطهر)
- (١٤) تتميز الأواني المصنوعة من الاستانلس بأنها .....  
(تسخن بسرعة - خفيفة الوزن - مطلية بألوان - ثقيلة الوزن)
- (١٥) الشوي والتحمير من طرق ..... الطعام.  
(تخزين - طهي - تجميد - تخليل)

## النموذج الخامس

## اختر الإجابة الصحيحة مما بين القوسين:

- (١) أحد طرق الحفاظ على سلامة الأشخاص عند الطلاء هي .....
- (ترك النوافذ مفتوحة - وضع الكريم المطهر - التخلص من الماء الزائد - ارتداء نظارات طيبة)
- (٢) نجحت الناشطة وصفية نزرين في .....
- (ركوب الدراجات - سباق السيارات - تسلق القمم السبع - سباق الجري)
- (٣) إحدى الأدوات المستخدمة في عملية الطلاء .....
- (فرش الطلاء - الرباط الطبي - الترمومتر الطبي - الإبرة والخيط)
- (٤) يجب تجنب ..... في طهي الطعام لأن ذلك يجعله غير صحي.
- (الخبز - الشوي - السلق - القلي)
- (٥) لمعالجة مشكلة لون الشراب الداكن عليك استخدام ..... نظيف ومصفى.
- (سكر - ملح - خل - زيت)
- (٦) تضاف المواد الحافظة إلى الشراب لحمايته من .....
- (العفن - الغلي - التبخر - التجمد)
- (٧) يفضل شراء ..... المصنوعة من السليكون.
- (الأطباق - الملاعق - المقلاة - الأواني)
- (٨) علينا الاتصال برقم طوارئ الغاز الطبيعي عند حدوث .....
- (تسرب الغاز - حرائق بالمنزل - انقطاع الكهرباء - صواعق كهربائية)
- (٩) إحدى أدوات الطهي يعتبر ثمنها زهيداً وقد تتفاعل مع الأطعمة الحمضية .....
- (الأواني الاستانلس - المقلاة الألومنيوم - الأدوات البلاستيكية - الملاعق السليكون)
- (١٠) في بعض الحالات قد يكون من الخطر أن تساعد الشخص المصاب مثل حالات .....
- (الإجهاد - لسعات النحل - الصداع - الكسور الخطيرة)

- (١١) يجب غلق البوتجاز قيد التشغيل عند .....
- (توصيل الكهرباء - الطهي - تسرب الغاز - انقطاع الكهرباء)
- (١٢) يجب حماية العين خلال الطلاء باستخدام .....
- (قناع الغبار - القفازات - السلم - نظارات الأمان)
- (١٣) عند حدوث التواء في الذراع نستخدم .....
- (الرباط الطبي - الشاش المعقم - الكريم المطهر - الكمادات الساخنة)
- (١٤) تستخدم الكمادات الباردة أو الساخنة لتخفيف الآلام الناتجة عن ..... أو آلام العضلات.
- (المرض - الإجهاد - الكسور - الجروح)
- (١٥) يجب تجنب شراء الأدوات ..... لأنها تذوب إذا تركت في ماء ساخن.
- (الخشبية - البلاستيكية - المعدنية - النحاسية)



ذاكي  
مجاناً



ذاكر معنا

## بنك أسئلة

١

ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- (X) (١) الشراب الطبيعي يحتوي على نسب عالية من السكر مقارنة بالشراب الصناعي.
- (X) (٢) يتم إضافة الليمون إلى الشراب الصناعي لحمايته من العفن والبكتريا.
- (X) (٣) الشراب الصناعي هو مزيج من الماء والسكر وعصير الفاكهة الطبيعي.
- (✓) (٤) إضافة المواد الحافظة للشراب الصناعي تحميه من العفن والبكتريا.
- (✓) (٥) عند الطهي يجب أن تكون مقابض الأواني بعيدة عن طرف البوتاجاز.
- (✓) (٦) يفضل استعمال الأواني ذات الطلاء غير اللاصق.
- (✓) (٧) المواد البلاستيكية لا تترك فيها مواد ساخنة وتضر بالبيئة.
- (✓) (٨) الأواني ذات الطلاء غير اللاصق صحية.
- (X) (٩) الأطعمة المقلية صحية أكثر من الأطعمة المشوية.
- (✓) (١٠) يجب وضع الطعام في الطبق بدقة وبشكل مرتب ومنظم.
- (✓) (١١) التحمير بالزيت يجعل الطعام دهنيًا وغير صحي.
- (X) (١٢) يستخدم كريم اللدغات في تثبيت الرباط على الجرح.
- (X) (١٣) يستخدم الكريم المرطب لتطهير الجروح والحروق والخدوش.
- (✓) (١٤) تستخدم الكمادات لتخفيف الآلام الناتجة عن الإجهاد وآلام العضلات.
- (✓) (١٥) يجب عليك الاتصال بخدمة الطوارئ إذا حدث حريق لم تستطع السيطرة عليه.
- (X) (١٦) يتم استخدام الماء لإطفاء الحرائق الناتجة عن الزيت.
- (X) (١٧) عند حدوث انفجار في مواسير المياه نتصل بفني الكهرباء.
- (✓) (١٨) لإخماد الحرائق الناتجة عن الزيت نستخدم بيكر بونات الصوديوم.
- (✓) (١٩) من الضروري التفكير في احتياطات السلامة عند الطلاء.
- (X) (٢٠) عند طلاء الغرفة يجب التأكد من غلق النوافذ بإحكام.



## اختر الإجابة الصحيحة مما بين القوسين:

- (١) المشروبات ..... غنية بالفيتامينات؛ لأنها تحتوي على الفاكهة.  
(الغازية - الصناعية - المعلبة - الطبيعية)
- (٢) يجب إضافة السكر إلى الشراب الصناعي عندما يكون .....  
(باردًا - دافئًا - ساخنًا - معقمًا)
- (٣) من مميزات المقلاة المصنوعة من الألومنيوم أنها .....  
(لونها موحد - تتفاعل مع الأطعمة - ثمناها رخيص - ثمنها غالي)
- (٤) من مميزات الأواني المصنوعة من الفولاذ المقاوم للصدأ .....  
(صلبة ومتينة - خفيفة الوزن - تدوم لفترة طويلة - كل ما سبق)
- (٥) من الطرق غير الصحية في عملية الطهي .....  
(الشوي - السلق - القلي - الإعداد على البخار)
- (٦) الإفراط في طهي الخضراوات ..... من العناصر الغذائية بها.  
(يزيد - يقلل - يكثر - يعظم)
- (٧) الضمادات اللاصقة تستخدم في .....  
(لف الالتواءات - تخفيف الآلام - معالجة الجروح - الحروق)
- (٨) عند الإصابة بلدغة نحلة يمكن استخدام .....  
(الشاش - كريم علاج اللدغات - اللاصقات - الكريم المطهر)
- (٩) تستخدم ..... لإخماد الحرائق الناتجة عن الزيوت.  
(البنزين - الزيت - الماء النقي - بيكربونات الصوديوم)
- (١٠) أي من الأدوات الآتية نستخدمها في أثناء الطلاء؟ .....  
(مقص - بكرة دهان - شاش معقم - ضمادات)
- (١١) توجد مؤسسة مجدي يعقوب لأمراض وأبحاث القلب في محافظة .....  
(أسوان - القاهرة - نيجيريا - أمريكا)

- (١٢) في بعض الحالات قد يكون من الخطر أن تساعد الشخص المصاب مثل حالات.....  
(الإجهاد - لسعات النحل - الصداع - الكسور الخطيرة)
- (١٣) عند حدوث التواء في الذراع نستخدم.....  
(الرباط الطبي - الشاش المعقم - الكريم المطهر - الكمادات الساخنة)
- (١٤) للتخلص من البكتيريا في الشراب نقوم ب.....  
(تجميده - تدفئته - تسخينه - تبريده)
- (١٥) عند حدوث تسرب في الغاز علينا الاتصال ب.....  
(١٤٠ - ١٩٢ - ١٢٩ - ١٨٠)

## أكمل ما يلي:

٣

- (١) يجب تناول عصير الفاكهة الطبيعي بدلاً من المشروبات **الصناعية**.
- (٢) يتم تسخين الشراب إلى درجات حرارة مرتفعة للقضاء على **البكتريا**.
- (٣) الشراب الطبيعي هو مزيج من الماء والسكر وعصير **الفاكهة** الطبيعي.
- (٤) من عيوب أواني الطلاء غير اللاصق أنها قد تكون **سامة** عند خدش الطلاء.
- (٥) المقلاة الألومنيوم قد تتفاعل مع الأطعمة **الحمضية** عند تعرضها لحرارة عالية.
- (٦) الأدوات **البلاستيكية** لا يمكن ترك فيها مواد ساخنة، وتضر بالبيئة.
- (٧) عملية الخبز والشوي والتحمير في الفرن **صحية** للطهي.
- (٨) من مكونات حقيبة الإسعافات الأولية **الضمادات اللاصقة**.
- (٩) لا تفتح الثلجة عند حدوث انقطاع **الكهرباء**.
- (١٠) لا نستخدم الماء لإطفاء الحرائق الناتجة عن **الزيت**.
- (١١) ملامسة سلك مكشوف ويدك مبللة يعرضك لـ **الصعقات الكهربائية**.
- (١٢) يجب عليك عدم إضاءة المصابيح الكهربائية عند تسرب **الغاز**.
- (١٣) أثناء الطلاء يجب ترك النوافذ **مفتوحة**.
- (١٤) أسس د. مجدي يعقوب أكبر برنامج لزراعة **القلب** في العالم.
- (١٥) تتبع وصفية نزرين نظاماً غذائياً **نباتياً**.
- (١٦) بعض الأواني تتميز بأنها لا تتفاعل مع الأطعمة الحمضية لأنها مصنوعة من **الفولاذ المقاوم للصدأ**.

## أجب عما يلي:

- (١) ما هي الإسعافات الأولية؟
- Ⓒ هي المساعدة المبدئية التي تقدم للإنسان المصاب بمرض أو حادث مفاجئ من أجل الحفاظ على حياته ومنع حدوث أي مضاعفات.
- (٢) ما هي محتويات حقيبة الإسعافات الأولية؟
- Ⓒ كريم لعلاج اللدغات. الرباط الطبي. الضمادات اللاصقة. الشريط اللاصق الجراحي. الكمادات الباردة أو الساخنة. الشاش المعقم.
- (٣) ما هي أسباب اندلاع الحرائق في المنزل؟
- Ⓒ اشتعال الدهون أو الزيوت في أثناء الطهي في المطبخ.
- Ⓒ عطل الكهرباء الناتج عن إيصال عدة أجهزة كهربائية في سلك مشترك واحد.
- (٤) حدد بعض خطوات طلاء غرفة بسلامة وأمان.
- Ⓒ حدد الأدوات والمواد التي تحتاج إليها.
- Ⓒ حافظ على السلامة في استخدام السلم.
- Ⓒ أحم نفسك.
- Ⓒ تجنب أخطار اندلاع الحريق.
- (٥) ما فائدة تسخين الشراب بشكل جيد قبل بدء عملية تصنيعه؟
- Ⓒ تساعد عملية التسخين في القضاء على البكتيريا.
- (٦) حدد المشكلات التي قد تحدث في أثناء صناعة الشراب وحلها.
- Ⓒ لون الشراب داكن: استخدام نوع من أنواع السكر النظيف.
- Ⓒ ظهور طبقتين منفصلتين: إضافة السكر إلى السائل عندما يكون ساخناً ليسهل خلطه.
- (٧) اذكر اثنين من إرشادات الحفاظ على السلامة في المطبخ.
- Ⓒ استخدام البوتاجاز بشكل يحافظ على سلامة الشخص.
- Ⓒ جعل السكين بعيداً عن اليد عند تقطيع الطعام به.