**10**

**اختبار قصير في مادة المهارات الحياتية للصف السابع الأساسي**

**السؤال الأول : - اختر رمز الإجابة الصحيحة من بين البدائل المعطاة فيما يأتي : (ثلاث درجات)**

1. **من الأمور التي تتوقف عليها احتياجات الفرد من الغذاء :**

 **أ- المرحلة العمرية ب- الهرم الغذائي ج- شكل الوجه د- المناخ**

1. **الأهداف التي قد تتحقق بعد سنة أو أكثر :**

 **أ- قصيرة المدى ب- طويلة المدى ج- متوسطة المدى د- رفيعة المدى**

1. **الإفراط في تناول الأغذية التي تحتوي على السكريات والدهون من أسباب الإصابة ب :**

**أ- النحافة ب- فقر الدم ج- السمنة د- الملاريا**

 **السؤال الثاني : أجب عن الأسئلة التالية : ( ثلاث درجات)**

**1- عرف الأهداف : ..........................................................................................................**

 **..........................................................................................................**

 **2- اذكر اثنين من أسباب الإصابة بالأنيميا :**

 **أ- ................................................................................**

 **ب- ................................................................................**

**السؤال الثالث : أجب عما يأتي ( أربع درجات )**

**1- هناك أنشطة كثيرة نقسم فيها أوقاتنا منها :**

 **أ- .......................................................................**

 **ب- .....................................................................**

**2- أكمل الجدول التالي :**

|  |  |
| --- | --- |
| **أمثلة عليها** | **المجموعات الغذائية** |
|  **الأرز والخبز**  | **.........................................** |
| **.................................................** | **البروتينات**  |

 **(انتهت الأسئلة)**