

# المباراة المهنية

المفرد الرابع الابتدائي



إعداد / مذكرات جاهزة للطباعة

[www.mozkratgahza.com](http://www.mozkratgahza.com)

أسئلة

المحور الثالث

قم الآن بتثبيت التطبيق على موبايلك  
تطبيق مذكرات جاهزة للطباعة

KTABYEG.COM

## أولاً: ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (x) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- تتضمن الوجبة الغذائية المتوازنة مجموعة متنوعة من الطعام بكميات معينة. ( )
- ٢- يجب شرب (٣) أكواب من الماء فقط لطرد السموم من الجسم. ( )
- ٣- ممارسة التمرينات البدنية يوميًا ضرورية للحفاظ على صحتنا. ( )
- ٤- تناول كميات قليلة من الحلوي خلال اليوم يجعل يومنا صحيًا. ( )
- ٥- يُعبر الهرم الغذائي عن كميات الغذاء التي يجب تناولها في يوم. ( )
- ٦- تشمل الكربوهيدرات مجموعة النشويات والسكريات. ( )
- ٧- تساعد البروتينات على ضبط مستوى السكر. ( )
- ٨- تساعد الدهون الجسم على امتصاص الفيتامينات. ( )
- ٩- كل من فيتامين (C,A) يساعد على تقوية النظر. ( )
- ١٠- اللبن الجاموسي قوامه ووزنه أخف من اللبن البقري. ( )
- ١١- تناول الأطفال وجبات غذائية متوازنة يساعدهم على النمو. ( )
- ١٢- يحتوي الطعام غير الصحي على كميات قليلة من الملح والدهون. ( )
- ١٣- الوجبات السريعة تحتوي على كميات كبيرة مندهون والملح. ( )
- ١٤- يجب أن يتناول الأطفال جميع الأطعمة الصحية وغير الصحية حتى يتم نموهم بصورة جيدة. ( )
- ١٥- السبب الرئيسي لفساد الأطعمة هو البكتيريا والعفن والفطريات. ( )
- ١٦- تعقيم اليدين والمناضد أمر مهم قبل إعداد الطعام وبعده. ( )
- ١٧- يجب وضع الأطعمة في مكان دتفي لحمايته من التعفن. ( )
- ١٨- الشراب الطبيعي والصناعي مفيد للجسم ولا يوجد ضرر منهما. ( )
- ١٩- يتم إضافة مادتين حافظتين لحماية الشراب من العفن والبكتيريا. ( )
- ٢٠- أحد قواعد السلامة عند الطبخ توجيه مقابض الأواني بعيدًا عن طرف البوتاجاز. ( )
- ٢١- قلي الطعام بالزيت يجعل الطعام دهنيًا وصحيًا. ( )
- ٢٢- يجب عدم طهي الخضروات بدرجة كبيرة حتى لا يقلل من العناصر الغذائي المتوفرة بها. ( )
- ٢٣- يتم عمل إسعافات أولية لأي مصاب حتى لو كان مصابًا بجروح خطيرة. ( )
- ٢٤- تستخدم الضمادات اللاصقة لمعالجة الجروح والخدوش الصغيرة. ( )
- ٢٥- وجود الإسعافات الأولية في المنزل ضروري لاستخدامها عند حدوث أي إصابة. ( )
- ٢٦- عند تسرب الغاز يجب إغلاق الكهرباء لتجنب حدوث حريق. ( )
- ٢٧- قد يتسبب انقطاع الكهرباء لفترة طويلة في فساد الأطعمة الموجودة بالثلاجة. ( )
- ٢٨- يجب ألا نستخدم الماء لإخماد الحريق الناتج عن الزيت. ( )
- ٢٩- عند انفجار مواسير المياه يجب الاتصال بفني الكهرباء. ( )
- ٣٠- يتم وضع ساقى السلم على مستوي مائل عند الطلاء لمنع سقوط الشخص. ( )
- ٣١- لابد من ترك النوافذ الزجاجية مغلقة عند الطلاء. ( )
- ٣٢- من أهم إنجازات الطبيب مجدي يعقوب علاج الأطفال من أمراض القلب مجانًا. ( )
- ٣٣- تتبع وصفية نزرين نظامًا غذائيًا نباتيًا متوازنًا لكي تستطيع الصعود إلي قمم الجبال بنجاح. ( )
- ٣٤- ينبغي ألا نستخدم الكهرباء وأيدينا مبللة. ( )
- ٣٥- يجب تجنب استخدام أدوات بلاستيكية عند الطبخ لأنها تذوب في الأواني الساخنة. ( )



## ثانيًا: اختر الإجابة الصحيحة مما يلي:

- ١- جميع ما يلي يعتبر من الإرشادات التي يجب أتباعها لكي يكون يومنا صحيًا ما عدا .....  
(أ) تناول كميات كبيرة من الدهون  
(ب) ممارسة الرياضة البدنية  
(ج) الخضروات والفواكه فقط  
(د) تناول حبوب كاملة بقدر المستطاع
- ٢- الوجبة الغذائية المتوازنة تتمثل في تناول .....  
(أ) كميات كبيرة من الدهون  
(ب) مجموعة متنوعة من الطعام بكمية متوازنة  
(ج) الخضروات والفواكه فقط  
(د) الحبوب الكاملة مثل القمح الكامل فقط
- ٣- الكربوهيدرات تشمل كلاً من .....  
(أ) الدهون والألياف  
(ب) النشويات والسكريات  
(ج) البروتينات والفتامينات  
(د) الفيتامينات والأملاح المعدنية
- ٤- يحتاج الجسم الفيتامينات لمساعدته على .....  
(أ) مقاومة الأمراض  
(ب) ضبط مستوى السكر  
(ج) بناء الأنسجة  
(د) حماية الأسنان
- ٥- لكي يكون النظام الغذائي متوازنًا يجب أن يحتوي على كمية كبيرة من .....  
(أ) الفيتامينات  
(ب) الدهون  
(ج) السكريات  
(د) الزيوت
- ٦- الوجبات السريعة من الأطعمة غير صحية لاحتوائها على كميات كبيرة من .....  
(أ) الملح  
(ب) الفيتامينات  
(ج) الحبوب الكاملة  
(د) الخضروات
- ٧- السبب الرئيسي في فساد الأطعمة هو .....  
(أ) الماء  
(ب) البكتيريا  
(ج) الهواء  
(د) السكريات
- ٨- الحفاظ على سلامة الطعام يجب ..... قبل الطبخ.  
(أ) تعقيم المناضد  
(ب) عدم تغطية الشعر  
(ج) عدم غسل الخضار  
(د) عدم ارتداء قفازات
- ٩- أحد مميزات الشراب الطبيعي أنه غني بـ .....  
(أ) الفيتامينات  
(ب) الدهون  
(ج) الزيوت  
(د) النشويات
- ١٠- تضاف المواد الحافظة لـ ..... لحمايته من العفن والبكتيريا.  
(أ) الشراب الطبيعي  
(ب) الفاكهة الطازجة  
(ج) الخضار الطازج  
(د) المياه النقية
- ١١- أحد قواعد السلامة في المطبخ .....  
(أ) تقطيع الطعام بالسكين بعيدًا عن اليد  
(ب) إشعال الكبريت بالقرب من البوتاجاز  
(ج) خلع مقابض الأواني  
(د) تقطيع الطعام فوق الحوض
- ١٢- لا يجب قلي الطعام بالزيت حتى لا يصبح .....  
(أ) دهنيًا  
(ب) بروتينيًا  
(ج) سكريًا  
(د) مملحًا
- ١٣- يستخدم المقص أثناء الإسعافات الأولية لـ .....  
(أ) تطهير الجروح  
(ب) منع الملابس من ملامسة الجرح  
(ج) معالجة الجروح  
(د) تثبيت الرباط على الجرح

- ١٤- عند حدوث تسرب للغاز في البيت يجب الاتصال ب.....  
 (أ) طوارئ الكهرباء  
 (ب) طوارئ الماء  
 (ج) طوارئ الغاز الطبيعي  
 (د) طوارئ الإسعاف
- ١٥- أحد طرق الحفاظ على سلامة الأشخاص عند الطلاء هي .....  
 (أ) ترك النوافذ مفتوحة  
 (ب) وضع الكريم المطهر  
 (ج) التخلص من الماء الزائد  
 (د) ارتداء نظارات الأمان
- ١٦- أنشأ ..... مؤسسة لعلاج الأطفال من أمراض القلب بالمجان.  
 (أ) أحمد زويل  
 (ب) مجدي يعقوب  
 (ج) طه حسين  
 (د) أحمد شوقي
- ١٧- نجحت الناشطة وصفية نزرين في .....  
 (أ) ركوب الدرجات  
 (ب) سباق السيارات  
 (ج) تسلق الجبال  
 (د) سباق الجري

### ثالثًا: أكمل العبارات الآتية بإجابات مناسبة:

- ١- الوجبة الغذائية التي تحتوي على أنواع من الطعام بكميات معينة هي وجبة .....
- ٢- تساعد البروتينات على ..... أنسجة الجسم وتعويض التالف منها.
- ٣- الحديد عنصر مهم ل .....
- ٤- تعتبر الدهون الموجودة في المكسرات والبذور والزيوتون من الدهون .....
- ٥- الوجبات السريعة تعتبر طعام .....
- ٦- الطعام الذي يحتوي على فيتامينات والمعادن هو طعام .....
- ٧- تحتوي الوجبات السريعة على كميات كبيرة من الدهون و .....
- ٨- يفضل تناول الطعام المشوي بدلًا من الطعام .....
- ٩- السبب الرئيسي في فساد الأطعمة العفن والبكتيريا و .....
- ١٠- يحتوي الشراب الصناعي على كميات كبيرة من ..... مقارنة بالشراب الطبيعي.
- ١١- يجب تسخين الشراب إلى درجات حرارة مرتفعة للقضاء على .....
- ١٢- من عيوب أواني الطلاء غير اللاصقة أنها قد تكون ..... عند خدش الطلاء.
- ١٣- تتفاعل المقلاة المصنوعة من الألومنيوم عند تعرضها للحرارة العالية مع الأطعمة .....
- ١٤- بفضل استخدام الملاعق المصنوعة من السيليكون لأنها .....
- ١٥- يجب تجنب قلي الطعام بالزيت حتى لا يجعل الطعام .....
- ١٦- تستخدم لتخفيف الآلام الناتجة عن الإجهاد .....
- ١٧- لا يكون من الآمن مساعدة الأشخاص المصابة بحالات الحروق و ..... الخطيرة.
- ١٨- يجب عدم فتح الثلاجة للحفاظ على برودتها عند انقطاع .....
- ١٩- أثناء الطلاء يجب ترك النوافذ .....
- ٢٠- من أهم إنجازات الطبيب مجدي يعقوب معالجة الأطفال مجانًا من أمراض .....
- ٢١- تتبع وصفية نزرين نظامًا غذائيًا ..... لبناء عضلات قوية.

## رابعًا: صل ما فى العمود (أ) بما يناسبه من العمود (ب):

-١

(أ)	(ب)
١- الفيتامينات	(أ) تساعد على بناء أنسجة الجسم
٢- البروتينات	(ب) تساعد على ضبط مستوى السكر
٣- الألياف	(ج) تساعد على مقاومة الأمراض

-٢

(أ)	(ب)
١- الطعام الصحي	(أ) يحتوي على كميات كبيرة من الدهون
٢- الطعام غير الصحي	(ب) يحتوي على كميات كبيرة من الفيتامينات
٣- الماء	(ج) يساعد على التخلص من السموم

-٣

(أ)	(ب)
١- المقلاة المصنوعة من الألومنيوم	(أ) تذوب إذا تركت فى إناء ساخن
٢- الأدوات البلاستيكية	(ب) تتفاعل مع الأطعمة الحمضية فى درجات الحرارة العالية
٣- الأواني ذات الطلاء غير اللاصق	(ج) تكون سامة عند خدش الطلاء

## خامسًا: فكر ثم أجب عن الأسئلة الآتية:

- ١- يفضل استخدام الأواني المصنوعة من الفولاذ المقاوم للصدأ لعدة أسباب. حددها.
- ٢- يجب اتباع عدة إرشادات ليكون يومنا صحيًا اذكر اثنين منها.
- ٣- من أنواع العناصر الغذائية الكربوهيدرات. اذكر أهميتها.
- ٤- تحتوي الوجبات السريعة على كميات كبيرة من بعض الأطعمة التي تضرنا حددها.
- ٥- ما الظروف البيئية التي تساعد البكتيريا على النمو فوق الأطعمة.
- ٦- يفضل الشرب الطبيعي على الشرب الصناعي وضح ذلك.
- ٧- اذكر سبب تفضيل شراء الملاعق المصنوعة من السيليكون للطبخ.
- ٨- توجد بعض الإصابات لا يكون من الآمن استخدام الإسعافات الأولية عند حوثها حددها.
- ٩- توجد عدة خطوات يجب اتباعها للحفاظ على السلامة عند الطبخ. اذكر اثنين منها.
- ١٠- للحماية من خطر اندلاع الحريق عند الطلاء يجب القيام بأشياء معينة حددها.
- ١١- قدم الطبيب مجدي يعقوب علاجًا مجانيًا للأطفال الذين يعانون من أمراض معينة حدد هذه الأمراض.
- ١٢- تتبع وصفة نزرين نظامًا غذائيًا معينًا لبناء عضلات قوية، برأيك هل كان هذا النظام الغذائي (حيواني أم نباتي)؟

# أسئلة

## المحور الرابع

قم الآن بتثبيت التطبيق على موبايلك  
تطبيق مذكرات جاهزة للطباعة

[KTABYEG.COM](http://KTABYEG.COM)

## أولاً: ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (x) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- تساعد النباتات على تقليل تلوث الهواء. ( )
- ٢- تتشابه الحدائق من حيث نوعية النباتات الموجودة بها. ( )
- ٣- النباتات الحولية تنمو لمدة عام. ( )
- ٤- أماكن الظل في الحديقة تساعد على الاسترخاء. ( )
- ٥- الاهتمام بالملابس يوفر المال لأنه يحافظ على الملابس بحالة جيدة لفترة قصيرة. ( )
- ٦- يجب فرز الملابس من حيث ألوانها قبل غسلها. ( )
- ٧- استخدام المياه الباردة عند غسل الملابس يستهلك طاقة أكبر. ( )
- ٨- جميع الأقمشة تصنع من نفس المصدر. ( )
- ٩- يفضل صناعة القماش من الكتان لأنه ناعم ولين ومتمين. ( )
- ١٠- يجب معالجة بقع الملابس أثناء غسلها. ( )
- ١١- تعبر العلامة التجارية عن هوية الشركات. ( )
- ١٢- يجب أن يتضمن الشعار اسم الشركة في معظم الأوقات. ( )
- ١٣- شعارات الشركة التي تكون لونها أحمر تعبر عن الهدوء والسكينة. ( )
- ١٤- السوق المستهدفة هي فئات من المجتمع تقوم الشركة بالتسوق لهم. ( )
- ١٥- التعبير عن العلامات التجارية الناجحة يكون باستخدام الكلمات فقط. ( )
- ١٦- أحد مبادئ التصميم الجيد أن يفكر المصمم بنفس طريقة المستخدم. ( )
- ١٧- تقوم مجموعة التركيز بتجريب المنتجات قبل عرضها في السوق. ( )
- ١٨- التصميم الجيد هو الذي يمكن إعادة استخدامه بعد استهلاكه. ( )
- ١٩- يجب أن يتضمن الشعار أكثر من (١٠) كلمات لضمان نجاح الحملة الإعلانية. ( )
- ٢٠- الإعلان الناجح يجب أن يكون قابلاً للتصديق ومميزاً حتى لا ينسى. ( )
- ٢١- لا يعاقب القانون على المعلومات الخطأ التي تكون في الإعلانات. ( )
- ٢٢- شجع حسن فتحي على استخدام مواد بناء طبيعية مثل الطين عند البناء. ( )
- ٢٣- تعمل نيروبا راو مع خبراء في علم النبات عند رسم النباتات لتكون لوحاتها دقيقة. ( )
- ٢٤- ليس من الضروري أن نتحقق من رموز الغسيل الموجودة على ملصقات الملابس قبل غسلها. ( )
- ٢٥- تصميمات جميع الحدائق نحكي البيئة الطبيعية فقط دون مبالغة في تصميمها. ( )

## ثانياً: اختر الإجابة الصحيحة مما يلي:

- ١- تكمن أهمية الحدائق في أنها تساعد على .....  
 (أ) زيادة ضغوط الحياة  
 (ب) تقليل تلوث الهواء  
 (ج) نشر الغازات السامة  
 (د) تلوث الهواء
- ٢- يجب المحافظة على الملابس لمدة أطول عن طريق غسلها في .....  
 (أ) ماء بارد  
 (ب) ماء مغلي  
 (ج) حرارة عالية  
 (د) ماء ساخن
- ٣- يمكن الحصول على الأقمشة من مصادر نباتية مثل .....  
 (أ) البترول  
 (ب) القطن  
 (ج) البنزين  
 (د) الخشب



- ٤- من مميزات القماش المصنوع من الكتان أنه .....  
 (أ) ناعم ولين (ب) جيد التهوية (ج) دافئ (د) ثقيل الوزن
- ٥- يتم تعلق الملابس وطبيها بشكل مرتب من أجل .....  
 (أ) كبتها (ب) غسلها (ج) نشرها (د) تخزينها
- ٦- تعبر ..... عن هوية الشركة.  
 (أ) الشعار (ب) العلامة التجارية (ج) السوق المستهدفة (د) الأرقام
- ٧- لون شعار الشركة ..... يعبر عن الهدوء والسكينة.  
 (أ) الأخضر (ب) الأزرق (ج) الأحمر (د) الأسود
- ٨- أحد مبادئ التصميم الجيد أنه ..... للعمل المطلوب.  
 (أ) صعب الاستخدام (ب) يوفر الحلول (ج) معقد لجميع الفئات (د) يستخدم مرة واحدة
- ٩- يتم إقناع العملاء بشراء منتج عن طريق عملاء آخرين جربوا المنتج بواسطة التسويق .....  
 (أ) الكتابي (ب) الشفهي (ج) الإجباري (د) الفني
- ١٠- لكي يكون الإعلان ناجحًا يجب أن .....  
 (أ) يتضمن أكثر من (٦) كلمات (ب) ينقل المعلومات بشكل صادق (ج) يكون بشكل غير قانوني (د) يتشابه مع الإعلانات الأخرى
- ١١- شارك حسن فتحي في تصميم قرية (القرنة الجديدة) حيث إنه كان .....  
 (أ) طبيب قلب (ب) مهندسًا معماريًا (ج) رسامًا تشكيليًا (د) مدرس رياضيات
- ١٢- عملت نيروبا راو مع خبراء في علم ..... لتكون لوحاتها دقيقة من الناحية العلمية.  
 (أ) الحيوان (ب) الجيولوجيا (ج) النبات (د) الجغرافيا
- ١٣- تحتوي لحدائق على أنواع كثيرة من ..... لتقليل تلوث الهواء.  
 (أ) الحشرات (ب) السيارات (ج) النباتات (د) المباني
- ١٤- تساعد العناية بالملابس على .....  
 (أ) توفير المال (ب) إهدار المال (ج) استنزاف الطاقة (د) شراء الملابس
- ١٥- يمكن صناعة الملابس من مصادر مضرّة للبيئة مثل .....  
 (أ) الأغنام (ب) البترول (ج) دودة القز (د) القطن

### ثالثًا: أكمل العبارات الآتية بإجابات مناسبة:

- ١- من مميزات القماش المصنوع من ..... أنه لا يتجدد ويدوم لفترة طويلة.
- ٢- تساعد النباتات على تقليل الهواء بامتصاصها غاز .....
- ٣- تزرع النباتات ..... في الحدائق لأنها ستبقي أكثر من عام.
- ٤- يساعد الجلوس في أماكن الظل في الحديقة على .....
- ٥- يجب معالجة ..... على الفور قبل غسل الملابس.
- ٦- يجب توخي الحذر عند ..... الملابس لتكون ملابسك أكثر أناقة.
- ٧- نستطيع الحصول على القماش المصنوع من الحرير من .....
- ٨- الرمز الذي يوضح المشروع أو النشاط الذي تمارسه الشركة هو .....

- ٩- تستخدم العلامات التجارية الصور و..... للتعبير عنها بشكل فعال.  
 ١٠- تسمى المجموعة التي تقوم بتجربة المنتجات قبل عرضها في الأسواق بمجموعة.....  
 ١١- عناصر التصميم تتمثل في لونه وحجمه وتركيبه و.....  
 ١٢- توفر..... المعلومات المهمة عن المنتجات والخدمات لإقناع العملاء بالمنتج.  
 ١٣- يتم إقناع العملاء بمصداقية الإعلان عن طريق التسويق.....  
 ١٤- لقب بمهندس الفقراء بسبب تدريبه للسكان المحليين على صنع مواد البناء لمنازلهم.....  
 ١٥- كانت نيروبا راو رسامة..... في الهند.

### رابعًا: صل ما فى العمود (أ) بما يناسبه من العمود (ب):

-١

(أ)	(ب)
١- كي الملابس	(أ) يساعد علة نظافتها
٢- غسل الملابس	(ب) يجعل شكلها أكثر أناقة
٣- تخزين الملابس	(ج) يساعد على ترتيبها بشكل منظم

-٢

(أ)	(ب)
١- قماش الحرير	(أ) ناعم ولين ومتمين
٢- قماش البوليستر	(ب) خفيف الوزن وجيد التهوية
٣- قماش الكتان	(ج) لا يتجدد ويدوم لفترة طويلة

-٣

(أ)	(ب)
١- العلامة التجارية	(أ) رمز يوضح النشاط الذي تمارسه الشركة
٢- السوق المستهدفة	(ب) تعبر عن هوية الشركة
٣- شعار الإعلان	(ج) فئات تحاول الشركة تسويق المنتجات لهم

### خامسًا: فكر ثم أجب عن الأسئلة الآتية:

- ١- توجد عدة أمور يجب مراعاتها عند النظر لأي شعار حددها.  
 ٢- توجد نباتات مزهرة فى الحدائق ستنمو لمدة عام فقط، برأيك هل هذه النباتات (حولية أو معمرة)  
 ٣- يجب أن تتوافر عدة خصائص فى الحدائق ليستمتع بها المجتمع. اذكر اثنين منها.  
 ٤- يفضل استخدام الماء البارد لغسل الملابس. اذكر السبب.  
 ٥- يفضل صنع الملابس من مصادر صديقة للبيئة، اطلب أمثلة لهذه المصادر.

- ٦- تري سلمي أن القماش المصنوع من الحرير يصنع من دودة القز أما كريم يري أنه يصنع من البترول. أيهما رأيه صحيح.
- ٧- العلامة التجارية التي تستخدمها الشركات لها أهمية كبيرة، وضح ذلك.
- ٨- لون الشعار له دلالة مختلفة عند عمل كشروع تجاري فاللون الأحمر يظهر الحماس، فإذا كان لونه أزرق ماذا يعبر لك؟
- ٩- يجب أن تتوافر عدة مبادئ ليكون التصميم جيدًا. اذكر ثلاثة منها.
- ١٠- يجب تجربة المنتج عن طريق مجموعة التركيز قبل عرضه في الأسواق. ما سبب ذلك.
- ١١- يتكون التصميم من عدة عناصر. حددها.
- ١٢- للإعلان أهمية كبيرة وضحها.
- ١٣- توجد عدة أمور اتباعها لضمان نجاح الحملة الإعلانية اذكر واحدة منها.
- ١٤- قام حسن فتحي بعدة إنجازات طوال حياته اذكر اثنين منها.
- ١٥- كانت نيروبا راو تساعد الناس على حماية الحياة النباتية فماذا كان عملها.

# إجابات

## المحور الثالث

قم الآن بتثبيت التطبيق على موبايلك

تطبيق مذكرات جاهزة للطباعة



[KTABYEG.COM](http://KTABYEG.COM)



## أولاً: ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (×) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- تتضمن الوجبة الغذائية المتوازنة مجموعة متنوعة من الطعام بكميات معينة. (✓)
- ٢- يجب شرب (٣) أكواب من الماء فقط لطرد السموم من الجسم. (×)
- ٣- ممارسة التمرينات البدنية يوميًا ضرورية للحفاظ على صحتنا. (✓)
- ٤- تناول كميات قليلة من الحلوي خلال اليوم يجعل يومنا صحيًا. (✓)
- ٥- يُعبر الهرم الغذائي عن كميات الغذاء التي يجب تناولها في يوم. (✓)
- ٦- تشمل الكربوهيدرات مجموعة النشويات والسكريات. (✓)
- ٧- تساعد البروتينات على ضبط مستوى السكر. (×)
- ٨- تساعد الدهون الجسم على امتصاص الفيتامينات. (✓)
- ٩- كل من فيتامين (C,A) يساعد على تقوية النظر. (×)
- ١٠- اللبن الجاموسي قوامه ووزنه أخف من اللبن البقري. (×)
- ١١- تناول الأطفال وجبات غذائية متوازنة يساعدهم على النمو. (✓)
- ١٢- يحتوي الطعام غير الصحي على كميات قليلة من الملح والدهون. (×)
- ١٣- الوجبات السريعة تحتوي على كميات كبيرة مندهون والملح. (✓)
- ١٤- يجب أن يتناول الأطفال جميع الأطعمة الصحية وغير الصحية حتى يتم نموهم بصورة جيدة. (×)
- ١٥- السبب الرئيسي لفساد الأطعمة هو البكتيريا والعفن والفطريات. (✓)
- ١٦- تعقيم اليدين والمناضد أمر مهم قبل إعداد الطعام وبعده. (✓)
- ١٧- يجب وضع الأطعمة في مكان دتفى لحمايته من التعفن. (×)
- ١٨- الشراب الطبيعي والصناعي مفيد للجسم ولا يوجد ضرر منهما. (×)
- ١٩- يتم إضافة مادتين حافظتين لحماية الشراب من العفن والبكتيريا. (✓)
- ٢٠- أحد قواعد السلامة عند الطبخ توجيه مقابض الأواني بعيدًا عن طرف البوتاجاز. (✓)
- ٢١- قلي الطعام بالزيت يجعل الطعام دهنيًا وصحيًا. (×)
- ٢٢- يجب عدم طهي الخضروات بدرجة كبيرة حتى لا يقلل من العناصر الغذائي المتوفرة بها. (✓)
- ٢٣- يتم عمل إسعافات أولية لأي مصاب حتى لو كان مصابًا بجروح خطيرة. (×)
- ٢٤- تستخدم الضمادات اللاصقة لمعالجة الجروح والخدوش الصغيرة. (✓)
- ٢٥- وجود الإسعافات الأولية فة المنزل ضروري لاستخدامها عند حدوث أي إصابة. (✓)
- ٢٦- عند تسرب الغاز يجب إغلاق الكهرباء لتجنب حدوث حريق. (✓)
- ٢٧- قد يتسبب انقطاع الكهرباء لفترة طويلة في فساد الأطعمة الموجودة بالثلاجة. (✓)
- ٢٨- يجب ألا نستخدم الماء لإخماد الحريق الناتج عن الزيت. (✓)
- ٢٩- عند انفجار مواسير المياه يجب الاتصال بفني الكهرباء. (×)
- ٣٠- يتم وضع ساقى السلم على مستوى مائل عند الطلاء لمنع سقوط الشخص. (×)
- ٣١- لابد من ترك النوافذ الزجاجية مغلقة عند الطلاء. (×)
- ٣٢- من أهم إنجازات الطبيب مجد يعقوب علاج الأطفال من أمراض القلب مجانًا. (✓)
- ٣٣- تتبع وصفة نزرين نظامًا غذائيًا نباتيًا متوازنًا لكي تستطيع الصعود إلي قمم الجبال بنجاح. (✓)
- ٣٤- ينبغي ألا نستخدم الكهرباء وأيدينا مبللة. (✓)
- ٣٥- يجب تجنب استخدام أدوات بلاستيكية عند الطبخ لأنها تذوب في الأواني الساخنة. (✓)

## ثانيًا: اختر الإجابة الصحيحة مما يلي:

- ١- جميع ما يلي يعتبر من الإرشادات التي يجب أتباعها لكي يكون يومنا صحيًا ما عدا .....  
 (أ) تناول كميات كبيرة من الدهون  
 (ب) ممارسة الرياضة البدنية  
 (ج) الخضروات والفواكه فقط  
 (د) تناول حبوب كاملة بقدر المستطاع
- ١- الوجبة الغذائية المتوازنة تتمثل في تناول .....  
 (أ) كميات كبيرة من الدهون  
 (ب) مجموعة متنوعة من الطعام بكمية متوازنة  
 (ج) الخضروات والفواكه فقط  
 (د) الحبوب الكاملة مثل القمح الكامل فقط
- ٢- الكربوهيدرات تشمل كلاً من .....  
 (أ) الدهون والألياف  
 (ب) النشويات والسكريات  
 (ج) البروتينات والفتامينات  
 (د) الفيتامينات والأملاح المعدنية
- ٣- يحتاج الجسم الفيتامينات لمساعدته على .....  
 (أ) مقاومة الأمراض  
 (ب) ضبط مستوي السكر  
 (ج) بناء الأنسجة  
 (د) حماية الأسنان
- ٤- لكي يكون النظام الغذائي متوازنًا يجب أن يحتوي على كمية كبيرة من .....  
 (أ) الفتامينات  
 (ب) الدهون  
 (ج) السكريات  
 (د) الزيوت
- ٥- الوجبات السريعة من الأطعمة غير صحية لاحتوائها على كميات كبيرة من .....  
 (أ) الملح  
 (ب) الفيتامينات  
 (ج) الحبوب الكاملة  
 (د) الخضروات
- ٦- السبب الرئيسي في فساد الأطعمة هو .....  
 (أ) الماء  
 (ب) البكتيريا  
 (ج) الهواء  
 (د) السكريات
- ٧- الحفاظ على سلامة الطعام يجب ..... قبل الطبخ.  
 (أ) تعقيم المناضد  
 (ب) عدم تغطية الشعر  
 (ج) عدم غسل الخضار  
 (د) عدم ارتداء قفازات
- ٨- أحد مميزات الشراب الطبيعي أنه غني ب .....  
 (أ) الفتامينات  
 (ب) الدهون  
 (ج) الزيوت  
 (د) النشويات
- ٩- تضاف المواد الحافظة ل ..... لحمايته من العفن والبكتيريا.  
 (أ) الشراب الطبيعي  
 (ب) الفاكهة الطازجة  
 (ج) الخضار الطازج  
 (د) المياه النقية
- ١٠- أحد قواعد السلامة في المطبخ .....  
 (أ) تقطيع الطعام بالسكين بعيدًا عن اليد  
 (ب) إشعال الكبريت بالقرب من البوتاجاز  
 (ج) خلع مقابض الأواني  
 (د) تقطيع الطعام فوق الحوض
- ١١- لا يجب قلي الطعام بالزيت حتى لا يصبح .....  
 (أ) دهنيًا  
 (ب) بروتينيًا  
 (ج) سكريًا  
 (د) مملحًا
- ١٢- يستخدم المقص أثناء الإسعافات الأولية ل .....  
 (أ) تطهير الجروح  
 (ب) منع الملابس من ملامسة الجرح  
 (ج) معالجة الجروح  
 (د) تثبيت الرباط على الجرح

- ١٣- عند حدوث تسرب للغاز في البيت يجب الاتصال ب.....  
 (أ) طوارئ الكهرباء  
 (ب) طوارئ الماء  
 (ج) **طوارئ الغاز الطبيعي**  
 (د) طوارئ الإسعاف
- ١٤- أحد طرق الحفاظ على سلامة الأشخاص عند الطلاء هي.....  
 (أ) **ترك النوافذ مفتوحة**  
 (ب) وضع الكريم المطهر  
 (ج) التخلص من الماء الزائد  
 (د) ارتداء نظارات الأمان
- ١٥- أنشأ..... مؤسسة لعلاج الأطفال من أمراض القلب بالمجان.  
 (أ) أحمد زويل  
 (ب) **مجدي يعقوب**  
 (ج) طه حسين  
 (د) أحمد شوقي
- ١٦- نجحت الناشطة ووصفة نزرين في.....  
 (أ) ركوب الدرجات (ب) سباق السيارات  
 (ج) **تسلق الجبال**  
 (د) سباق الجري

### ثالثًا: أكمل العبارات الآتية بإجابات مناسبة:

- ١- الوجبة الغذائية التي تحتوي على أنواع من الطعام بكميات معينة هي وجبة **متوازنة**
- ٢- تساعد البروتينات على **بناء** أنسجة الجسم وتعويض التالف منها.
- ٣- الحديد عنصر مهم لـ **الدم**
- ٤- تعتبر الدهون الموجودة في المكسرات والبذور والزيوتون من **الدهون الصحية**
- ٥- الوجبات السريعة تعتبر طعام **غير صحي**
- ٦- الطعام الذي يحتوي على فيتامينات والمعادن هو طعام **صحيًا**
- ٧- تحتوي الوجبات السريعة على كميات كبيرة من **الدهون والسكريات**
- ٨- يفضل تناول الطعام المشوي بدلاً من **الطعام المقلي**
- ٩- السبب الرئيسي في فساد الأطعمة العفن والبكتيريا و**الفطريات**
- ١٠- يحتوي الشراب الصناعي على كميات كبيرة من **السكر** مقارنة بالشراب الطبيعي.
- ١١- يجب تسخين الشراب إلى درجات حرارة مرتفعة للقضاء على **البكتيريا**
- ١٢- من عيوب أواني الطلاء غير اللاصقة أنها قد تكون **سامة** عند خدش الطلاء.
- ١٣- تتفاعل المقلاة المصنوعة من الألومنيوم عند تعرضها للحرارة العالية مع الأطعمة **الحمضية**
- ١٤- بفضل استخدام الملاعق المصنوعة من السيليكون لأنها **مرنة**
- ١٥- يجب تجنب قلي الطعام بالزيت حتى لا يجعل الطعام **دهنيًا**
- ١٦- تستخدم لتخفيف الآلام الناتجة عن الإجهاد **الكمامات الباردة**
- ١٧- لا يكون من الآمن مساعدة الأشخاص المصابة بحالات الحروق و**الكسور** الخطيرة.
- ١٨- يجب عدم فتح الثلاجة للحفاظ على برودتها عند انقطاع **الكهرباء**
- ١٩- أثناء الطلاء يجب ترك النوافذ **مفتوحة**
- ٢٠- من أهم إنجازات الطبيب مجدي يعقوب معالجة الأطفال مجاناً من أمراض **القلب**
- ٢١- تتبع وصفة نزرين نظامًا غذائيًا **نباتيًا** لبناء عضلات قوية.

## رابعًا: صل ما فى العمود (أ) بما يناسبه من العمود (ب):

-١

(أ)	(ب)
١- الفيتامينات	(أ) تساعد على بناء أنسجة الجسم
٢- البروتينات	(ب) تساعد على ضبط مستوى السكر
٣- الألياف	(ج) تساعد على مقاومة الأمراض

-٢

(أ)	(ب)
١- الطعام الصحي	(أ) يحتوي على كميات كبيرة من الدهون
٢- الطعام غير الصحي	(ب) يحتوي على كميات كبيرة من الفيتامينات
٣- الماء	(ج) يساعد على التخلص من السموم

-٣

(أ)	(ب)
١- المقلاة المصنوعة من الألومنيوم	(أ) تذوب إذا تركت فى إناء ساخن
٢- الأدوات البلاستيكية	(ب) تتفاعل مع الأطعمة الحمضية فى درجات الحرارة العالية
٣- الأواني ذات الطلاء غير اللاصق	(ج) تكون سامة عند خدش الطلاء

## خامسًا: فكر ثم أجب عن الأسئلة الآتية:

- ١- يفضل استخدام الأواني المصنوعة من الفولاذ المقاوم للصدأ لعدة أسباب. حددها.
- ٢- يجب اتباع عدة إرشادات ليكون يومنا صحيًا اذكر اثنين منها.
- ٣- من أنواع العناصر الغذائية الكربوهيدرات. اذكر أهميتها.
- ٤- تحتوي الوجبات السريعة على كميات كبيرة من بعض الأطعمة التي تضرنا حددها.
- ٥- ما الظروف البيئية التي تساعد البكتيريا على النمو فوق الأطعمة.
- ٦- يفضل الشرب الطبيعي على الشرب الصناعي وضح ذلك.
- ٧- اذكر سبب تفضيل شراء الملاعق المصنوعة من السيليكون للطبخ.
- ٨- توجد بعض الإصابات لا يكون من الآمن استخدام الإسعافات الأولية عند حوثها حددها.
- ٩- توجد عدة خطوات يجب اتباعها للحفاظ على السلامة عند الطبخ. اذكر اثنين منها.
- ١٠- للحماية من خطر اندلاع الحريق عند الطلاء يجب القيام بأشياء معينة حددها.
- ١١- قدم الطبيب مجدي يعقوب علاجاً مجانيًا للأطفال الذين يعانون من أمراض معينة حدد هذه الأمراض.
- ١٢- تتبع وصفة نزرين نظاماً غذائياً معيناً لبناء عضلات قوية، برأيك هل كان هذا النظام الغذائي (حيواني أم نباتي)؟



# إجابات

## المحور الرابع

قم الآن بتثبيت التطبيق على موبايلك

تطبيق مذكرات جاهزة للطباعة



[KTABYEG.COM](http://KTABYEG.COM)

## أولاً: ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (×) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- تساعد النباتات على تقليل تلوث الهواء. (✓)
- ٢- تتشابه الحدائق من حيث نوعية النباتات الموجودة بها. (×)
- ٣- النباتات الحولية تنمو لمدة عام. (✓)
- ٤- أماكن الظل في الحديقة تساعد على الاسترخاء. (✓)
- ٥- الاهتمام بالملابس يوفر المال لأنه يحافظ على الملابس بحالة جيدة لفترة قصيرة. (×)
- ٦- يجب فرز الملابس من حيث ألوانها قبل غسلها. (✓)
- ٧- استخدام المياه الباردة عند غسل الملابس يستهلك طاقة أكبر. (×)
- ٨- جميع الأقمشة تصنع من نفس المصدر. (×)
- ٩- يفضل صناعة القماش من الكتان لأنه ناعم ولين ومتين. (×)
- ١٠- يجب معالجة بقع الملابس أثناء غسلها. (×)
- ١١- تعبر العلامة التجارية عن هوية الشركات. (✓)
- ١٢- يجب أن يتضمن الشعار اسم الشركة في معظم الأوقات. (×)
- ١٣- شعارات الشركة التي تكون لونها أحمر تعبر عن الهدوء والسكينة. (×)
- ١٤- السوق المستهدفة هي فئات من المجتمع تقوم الشركة بالتسوق لهم. (✓)
- ١٥- التعبير عن العلامات التجارية الناجحة يكون باستخدام الكلمات فقط. (×)
- ١٦- أحد مبادئ التصميم الجيد أن يفكر المصمم بنفس طريقة المستخدم. (✓)
- ١٧- تقوم مجموعة التركيز بتجريب المنتجات قبل عرضها في السوق. (✓)
- ١٨- التصميم الجيد هو الذي يمكن إعادة استخدامه بعد استهلاكه. (✓)
- ١٩- يجب أن يتضمن الشعار أكثر من (١٠) كلمات لضمان نجاح الحملة الإعلانية. (×)
- ٢٠- الإعلان الناجح يجب أن يكون قابلاً للتصديق ومميزاً حتى لا ينسى. (✓)
- ٢١- لا يعاقب القانون على المعلومات الخطأ التي تكون في الإعلانات. (×)
- ٢٢- شجع حسن فتحي على استخدام مواد بناء طبيعية مثل الطين عند البناء. (✓)
- ٢٣- تعمل نيروبا راو مع خبراء في علم النبات عند رسم النباتات لتكون لوحاتها دقيقة. (✓)
- ٢٤- ليس من الضروري أن نتحقق من رموز الغسيل الموجودة على ملصقات الملابس قبل غسلها. (×)
- ٢٥- تصميمات جميع الحدائق نحكي البيئة الطبيعية فقط دون مبالغة في تصميمها. (×)

## ثانياً: اختر الإجابة الصحيحة مما يلي:

- ١- تكمن أهمية الحدائق في أنها تساعد على .....  
 (أ) زيادة ضغوط الحياة  
 (ب) تقليل تلوث الهواء  
 (ج) نشر الغازات السامة  
 (د) تلوث الهواء
- ٢- يجب المحافظة على الملابس لمدة أطول عن طريق غسلها في .....  
 (أ) ماء بارد  
 (ب) ماء مغلي  
 (ج) حرارة عالية  
 (د) ماء ساخن

- ٣- يمكن الحصول على الأقمشة من مصادر نباتية مثل .....  
 (أ) البترول (ب) القطن (ج) البنزين (د) الخشب
- ٤- من مميزات القماش المصنوع من الكتان أنه .....  
 (أ) ناعم ولين (ب) جيد التهوية (ج) دافئ (د) ثقيل الوزن
- ٥- يتم تعلق الملابس وطبيها بشكل مرتب من أجل .....  
 (أ) كيها (ب) غسلها (ج) نشرها (د) تخزينها
- ٦- تعبر ..... عن هوية الشركة.  
 (أ) الشعار (ب) العلامة التجارية (ج) السوق المستهدفة (د) الأرقام
- ٧- لون شعار الشركة ..... يعبر عن الهدوء والسكينة.  
 (أ) الأخضر (ب) الأزرق (ج) الأحمر (د) الأسود
- ٨- أحد مبادئ التصميم الجيد أنه ..... للعمل المطلوب.  
 (أ) صعب الاستخدام (ب) يوفر الحلول (ج) معقد لجميع الفئات (د) يستخدم مرة واحدة
- ٩- يتم إقناع العملاء بشراء منتج عن طريق عملاء آخرين جربوا المنتج بواسطة التسويق .....  
 (أ) الكتابي (ب) الشفهي (ج) الإجباري (د) الفني
- ١٠- لكي يكون الإعلان ناجحًا يجب أن .....  
 (أ) يتضمن أكثر من (٦) كلمات (ب) ينقل المعلومات بشكل صادق (ج) يكون بشكل غير قانوني (د) يتشابه مع الإعلانات الأخرى
- ١١- شارك حسن فتحي في تصميم قرية (القرنة الجديدة) حيث إنه كان .....  
 (أ) طبيب قلب (ب) مهندسًا معماريًا (ج) رسامًا تشكيليًا (د) مدرس رياضيات
- ١٢- عملت نيروبا راو مع خبراء في علم ..... لتكون لوحاتها دقيقة من الناحية العلمية.  
 (أ) الحيوان (ب) الجيولوجيا (ج) النبات (د) الجغرافيا
- ١٣- تحتوي لحدائق على أنواع كثيرة من ..... لتقليل تلوث الهواء.  
 (أ) الحشرات (ب) السيارات (ج) النباتات (د) المباني
- ١٤- تساعد العناية بالملابس على .....  
 (أ) توفير المال (ب) إهدار المال (ج) استنزاف الطاقة (د) شراء الملابس
- ١٥- يمكن صناعة الملابس من مصادر مضرّة للبيئة مثل .....  
 (أ) الأغنام (ب) البترول (ج) دودة القز (د) القطن

### ثالثًا: أكمل العبارات الآتية بإجابات مناسبة:

- ١- من مميزات القماش المصنوع من **البوليستر** أنه لا يتجعد ويدوم لفترة طويلة.  
 ٢- تساعد النباتات على تقليل الهواء بامتصاصها غاز **ثاني أكسيد الكربون**  
 ٣- تزرع النباتات **المُعمرّة** في الحدائق لأنها ستبقي أكثر من عام.  
 ٤- يساعد الجلوس في أماكن الظل في الحديقة على **الاسترخاء**  
 ٥- يجب معالجة **البقع** على الفور قبل غسل الملابس.  
 ٦- يجب توخي الحذر عند **كي** الملابس لتكون ملابسك أكثر أناقة.

- ٧- نستطيع الحصول على القماش المصنوع من الحرير من **دودة القز**
- ٨- الرمز الذي يوضح المشروع أو النشاط الذي تمارسه الشركة هو **شعار الشركة**
- ٩- تستخدم العلامات التجارية الصور و **الرسومات** للتعبير عنها بشكل فعال.
- ١٠- تسمى المجموعة التي تقوم بتجربة المنتجات قبل عرضها في الأسواق بمجموعة **التركيز**
- ١١- عناصر التصميم تتمثل في لونه وحجمه وتركيبه و**شكله**
- ١٢- توفر **الإعلانات** المعلومات المهمة عن المنتجات والخدمات لإقناع العملاء بالمنتج.
- ١٣- يتم إقناع العملاء بمصادقية الإعلان عن طريق التسويق **الشفهي**
- ١٤- لقب بمهندس الفقراء بسبب تدريبه للسكان المحليين على صنع مواد البناء لمنازلهم **حسن فتحي**
- ١٥- كانت نيروبا راو رسامة **نباتية** في الهند.

### رابعًا: صل ما في العمود (أ) بما يناسبه من العمود (ب):

-١

(أ)	(ب)
١- كي الملابس (ب)	(أ) يساعد علة نظافتها
٢- غسل الملابس (أ)	(ب) يجعل شكلها أكثر أناقة
٣- تخزين الملابس (ج)	(ج) يساعد على ترتيبها بشكل منظم

-٢

(أ)	(ب)
١- قماش الحرير (أ)	(أ) ناعم ولين ومتمين
٢- قماش البوليستر (ج)	(ب) خفف الوزن وجيد التهوية
٣- قماش الكتان (ب)	(ج) لا يتجدد ويدوم لفترة طويلة

-٣

(أ)	(ب)
١- العلامة التجارية (ب)	(أ) رمز يوضح النشاط الذي تمارسه الشركة
٢- السوق المستهدفة (ج)	(ب) تعبر عن هوية الشركة
٣- شعار الإعلان (أ)	(ج) فئات تحاول الشركة تسويق المنتجات لهم

## خامسًا: فكر ثم أجب عن الأسئلة الآتية:

- ١- توجد عدة أمور يجب مراعاتها عند النظر لأي شعار حددها.  
**السوق المستهدفة والتعرف علي اسم الشركة والألوان.**
- ٢- توجد نباتات مزهرة في الحدائق ستتمو لمدة عام فقط، برأيك هل هذه النباتات (حولية أو معمرة) **حولية**
- ٣- يجب أن تتوافر عدة خصائص في الحدائق ليستمتع بها المجتمع. اذكر اثنين منها.  
- وجود أماكن ظل للاسترخاء.  
- وجود نباتات مزهرة ذات ألوان زاهية.
- ٤- يفضل استخدام الماء البارد لغسل الملابس. اذكر السبب.  
**لأنه يستهلك طاقة أقل.**
- ٥- يفضل صنع الملابس من مصادر صديقة للبيئة، اكتب أمثلة لهذه المصادر.  
**مصدر نباتي مثل القطن، مصدر حيواني مثل الأغنام.**
- ٦- تري سلمي أن القماش المصنوع من الحرير يصنع من دودة القز أما كريم يري أنه يصنع من البترول. أيهما رأيه صحيح.  
**رأي سلمي.**
- ٧- العلامة التجارية التي تستخدمها الشركات لها أهمية كبيرة، وضح ذلك.  
**لأنها توضح لعملاء الشركة طبيعة الشركة وأهمية عملها.**
- ٨- لون الشعار له دلالة مختلفة عند عمل كشروع تجاري فاللون الأحمر يظهر الحماس، فإذا كان لونه أزرق ماذا يعبر لك؟  
**يعبر عن الهدوء والسكينة.**
- ٩- يجب أن تتوافر عدة مبادئ ليكون التصميم جيدًا. اذكر ثلاثة منها.  
- أن يكون سهلًا في الاستخدام.  
- أن يوفر الحل المناسب للعمل المطلوب.  
- أي يفكر المصمم بنفس طريقة المستخدم.
- ١٠- يجب تجربة المنتج عن طريق مجموعة التركيز قبل عرضه في الأسواق. ما سبب ذلك.  
**ليتم تحسين المنتج قبل عرضه في الأسواق لو ظهرت مشكلة عقب تجربته بواسطة مجموعة التركيز.**
- ١١- يتكون التصميم من عدة عناصر. حددها.  
**شكل وتركيب ولون وحجم التصميم.**
- ١٢- للإعلان أهمية كبيرة وضحها.  
**لأنه يوفر المعلومات عن المنتجات والخدمات ويقنع العملاء بالمنتج.**
- ١٣- توجد عدة أمور اتباعها لضمان نجاح الحملة الإعلانية اذكر واحدة منها.  
**أن يتقصر شعار الإعلان على ثلاث كلمات.**
- ١٤- قام حسن فتحي بعدة إنجازات طوال حياته اذكر اثنين منها.  
- شارك ف تصميم القرنة الجديدة.  
- ساعد السكان المحليين على بناء منازلهم من مواد بناء طبيعية مثل الطين.
- ١٥- كانت نيروبا راو تساعد الناس على حماية الحياة النباتية فماذا كان عملها.  
**رسامة نباتية.**

# نعم بحمد الله

سلسلة مذكرات المصطفى يتم إعدادها من خلال  
موقع وتطبيق مذكرات جاهزة للطباعة ويتم نشرها بدون علامات مائية  
بشكل مجاني للجميع، ولم يتم كتابة اسم المعلم عليها ليستطيع  
الجميع طباعتها واستخدامها، ولكن دون حذف أي شيء منها



مذكرات جاهزة  
[mozkratgahza.com](http://mozkratgahza.com)

لمزيد من هذه النوعية من المذكرات  
قم بتثبيت تطبيق مذكرات جاهزة للطباعة  
على موبايلك لتحميل كافة المذكرات بسهولة



قمنا بالاستعانة بكتاب سلاح التلميذ