

أسئلة تقويم الدرس الأول

النظافة الشخصية لليافعين

السؤال الأول:

الفكرة الرئيسة: ما أهمية المحافظة على النظافة الشخصية لليافعين؟

تعزيز الصحة العامة والوقاية من الأمراض، وتنعكس إيجاباً على الراحة النفسية والمظهر الشخصي.

السؤال الثاني:

التفسير: أذكر فائدةً واحدةً لكل إجراء من إجراءات النظافة الشخصية الآتية:

- الاستحمام المنتظم:

يساعد على إزالة العرق والأوساخ والبكتيريا.

- غسل اليدين المتكرر:

خط الدفاع الأول ضد الجراثيم، ويجب غسلها بانتظام خاصة قبل الأكل وبعده، وبعد استخدام الحمام.

- قص الأظافر:

يمنع تراكم الأوساخ تحتها، ويحافظ على المظهر الصحي.

- تغيير الجوارب بشكل يومي:

يمنع تراكم العرق والروائح الكريهة.

- استعمال مزيل العرق:

يساعد على التخلص من رائحة العرق، ويحافظ على الانتعاش.

السؤال الثالث:

التفكير الناقد: أكمل الجدول الآتي بإجراءات النظافة الشخصية لدى اليافعين، ثم أقيم كيف يسهم كل منها في تعزيز الصحة الجسدية والنفسية، وأوضح أيها أراه أكثر تأثيرًا، ولماذا.