ورقة عمل

سلامة الجهاز الهضمي

العلوم — الصف الثاني تعليم مستمر — الجهاز الهضمي

الاسم: ..... الفصل: ..... التاريخ: .....

1. أي الأعضاء التالية جزء من الجهاز الهضمي؟

أ) القلب ب) المعدة

ج) الرئة د) الكلية

2. غسل اليدين قبل الأكل يحافظ على سلامة الجهاز الهضمي

( ) صح ( ) خطأ

3. يجب مضغ الطعام جيدًا قبل _____ لتسهيل عملية الهضم

4. أي مما يلي يسبب ضررًا للجهاز الهضمي؟

أ) شرب الماء ب) غسل الخضار

ج) تناول طعام ملوث د) المضغ الجيد

5. اذكر عادتين صحيتين تحافظان على سلامة الجهاز الهضمي

---

6. قلة شرب الماء قد تسبب الإمساك

( ) صح ( ) خطأ

7. ماذا يحدث إذا لم نمضغ الطعام جيدًا؟

أ) يسهل هضمه ب) يصعب هضمه

ج) لا يؤثر على الهضم د) يزيد الطاقة

8. تناول الخضروات والفواكه الطازجة يساعد على _____ الجهاز الهضمي

9. ما الفرق بين الطعام المفيد والطعام الضار للجهاز الهضمي؟ اذكر مثالًا لكل منهما

---

10. ما السلوك الصحيح الذي يجب فعله بعد اللعب وقبل تناول وجبة الإفطار المدرسي؟

أ) غسل اليدين بالصابون ب) تناول الطعام مباشرة

ج) لمس الوجه فقط د) شرب عصير مُحلى فقط