



- اللغة العربية -



الاسم :

ورقة عمل

2021/2022م

الدرجة : 10/.....

- الصف الثامن

- الفصل الدراسي الأول

درس من أجل نمط عيش صحي

اختر الإجابة الصحيحة مما يلي

السؤال الأول:

الاسترخاء الحقيقي يحدث عند الانسلاخ عن الواقع " الانسلاخ عن الواقع " يعني:

- 1- التحرر من الواقع
- 2- الارتباط بالواقع
- 3- التفكير بالواقع

السؤال الثاني:

الهدف من اتباع نمط عيش صحي هو:

- 1- التقليل من الأمراض
- 2- الحياة الكفوءة
- 3- جميع ما سبق

السؤال الثالث:

الغذاء الصحي هو الغذاء:

- 1- غال الثمن
- 2- المتنوع
- 3- المحضر يدويا

السؤال الرابع:

أسلوب التمثيطي يساعد الجسم على التخلص من :

- 1- التعب
- 2- التوتر



- اللغة العربية -



الاسم :

ورقة عمل

2021/2022م

الدرجة : 10/.....

- الصف الثامن

- الفصل الدراسي الأول

3- الوهن

السؤال الخامس:

روح الفكاهة تساعد على مواجهة الإخفاقات " الإخفاق " هو:

1- الكسل

2- الفشل

3- الضغط