



مدونة المناهج السعودية

<https://eduschool40.blog>

الموقع التعليمي لجميع المراحل الدراسية

في المملكة العربية السعودية

الواجب الأول..

1- المقصود بالتكامل البدني .

- أ. تمتع الفرد بالاستقرار الداخلي
ب. قدرة الفرد علي التعامل مع الآخرين واكتساب محبتهم
ج. كل الإجابات خاطئة
د. تمتع الفرد بعمليات حيوية سليمة لوظائف الجسم

2- من أسس تنمية عناصر اللياقة البدنية:

- أ. النوع
ب. العمر
ج. جميع ما ذكر صحيح
د. التدرج - زيادة الحمل

3- شخص عمره (٣٠) سنة فإن نبض القلب الأعلى للفرد تقريباً يساوي :

195

- أ. نبضة/ د.
ب. ١٨٠ نبضة/ د
ج. ١٩٠ نبضة/ د.
د. ١٨٥ نبضة/ د

الواجب الثاني ..

1- أ. في حالة المرض يحتاج المريض إلى إضافة الفيتامينات والأملاح المعدنية

ب. حسب رغبة المريض نفسه

ج. حسب نوع المرض وما يراه الطبيب لتحديد الكمية والنوع

د. حسب ما يراه المحيطين بالمريض

د. جميع ما ذكر

2- تنشأ أمراض سوء التغذية بسبب نقص أو زيادة عنصر واحد هام للجسم.

أ. صح

ب. خطأ

3- من أسباب تعاطي المخدرات حب الاستطلاع.

أ. صح

ب. خطأ

الواجب الثالث ..

1- في حالات القيء يلزم رفع راس المصاب عاليا

أ. صح

ب. خطأ

2- النزيف الوريدي هو اخطر انواع النزيف

أ. صح

ب. خطأ

3- من اعراض النزيف الخارجي (تجمع الدم في احد تجاويف الجسم)

أ. صح

ب. خطأ

4- في حالة النزف بالطرف السفلي يجب الضغط على الشريان الفخذي عند تجاويف الفخذ

أ. صح

ب. خطأ