

## اختبار الفصل الأول فاعلية مادة التربية العلمية

**التمرين الأول: (02 نقاط)**

أضع (ص) أمام الإجابة الصحيحة و (خ) أمام الإجابة الخاطئة :

- 1- لا يمكننا صفق الهواء من إناء إلى آخر(.....)
- 2- المحرار جهاز ضروري لمعرفة وتحديد درجة حرارة الأجسام (.....)
- 3- ينتج عن سوء التّغذية مشاكل صحية خطيرة (.....)
- 4- عند قيامي بمجهود عضلي تنخفض دقات القلب (.....)

**التمرين الثاني: (03 نقاط)**

إربط كل سلوك في التّغذية بالمرض الناتج عنه :

- الإكثار من تناول الأغذية السّكرية و العجائن .
- تناول وجبة غذائية تفتقر إلى اللّحوم .
- تناول وجبة غذائية تفتقر إلى الحليب و مشتقاته .
- تناول وجبة غذائية تفتقر إلى الخضّر كالجزر .
- الهزال .
- البدانة .
- عدم الرؤية ليلا .
- الكساح .

**التمرين الثالث: (02 نقاط)**

إملا الفراغ بالكلمة المناسبة: " مجهود - النّبض - تزداد - قلبي " عند قيامي ب..... عضلي.....دقات.....ويتسارع....."

**التمرين الرابع: (03 نقاط)**

تصنّف الأغذية ضمن ستّ مجموعات ، أذكرها :

- 1 - المجموعة الأولى : .....
- 2 - المجموعة الثانية: .....
- 3- المجموعة الثالثة: .....
- 4- المجموعة الرابعة: .....
- 5- المجموعة الخامسة: .....
- 6- المجموعة السادسة: .....

## حل التمرين الأول: (02 نقاط)

أضع (ص) أمام الإجابة الصحيحة و (خ) أمام الإجابة الخاطئة :

- 1- لا يمكننا صفق الهواء من إناء إلى آخر (خ) (0.5ن)
- 2- المحرار جهاز ضروري لمعرفة و تحديد درجة حرارة الجسم (ص) (0.5ن)
- 3- ينتج عن سوء التغذية مشاكل صحية خطيرة (ص) (0.5ن)
- 4- عند قيامي بمجهود عضلي تنخفض دقات القلب (خ) (0.5ن)

## حل التمرين الثاني: (03 نقاط)

ربط كل سلوك في التغذية بالمرض الناتج عنه :

- |         |  |                     |
|---------|--|---------------------|
| (0.75ن) | - الإكثار من تناول الأغذية السكرية و العجائن .   | ← الهزال .          |
| (0.75ن) | - تناول وجبة غذائية تفتقر إلى اللحوم .           | ← البدانة .         |
| (0.75ن) | - تناول وجبة غذائية تفتقر إلى الحليب و مشتقاته . | ← عدم الرؤية ليلا . |
| (0.75ن) | - تناول وجبة غذائية تفتقر إلى الخضر كالجزر .     | ← الكساح .          |

## حل التمرين الثالث : (02 نقاط)

ملء الفراغ بالكلمة المناسبة : " مجهود - النبض - تزداد - قلبي "

" عند قيامي بمجهود عضلي تزداد دقات قلبي و يتسارع النبض "

## حل التمرين الرابع : (03 نقاط)

تصنيف الأغذية ضمن ست مجموعات ، هي :

- 1- المجموعة الأولى : الماء و المشروبات. (0.5ن)
- 2- المجموعة الثانية : الخضر و الفواكه. (0.5ن)
- 3- المجموعة الثالثة : الدهون. (0.5ن)
- 4- المجموعة الرابعة : الحليب و مشتقاته. (0.5ن)
- 5- المجموعة الخامسة : اللحوم. (0.5ن)
- 6- المجموعة السادسة : الحبوب. (0.5ن)