

الاسم واللقب : .....

## تقويم الفصل الأول في التربية العلمية

النشاط الأول: صَع (صَحِيحٌ) أو (خَطَأً) أمامَ كُلِّ عِبَارَةٍ .

.....

• يَتَوَقَّفُ نَبْضُ الْقَلْبِ أَثْنَاءَ النَّوْمِ .

.....

• يُجَسُّ نَبْضُ الْقَلْبِ فِي الرَّقْبَةِ .

.....

• السُّمْنَةُ سَبَبٌ تَنَاوُلُ الْكَثِيرِ مِنَ السُّكْرِيَّاتِ .

.....

• يَتَسَارَعُ نَبْضُ الْقَلْبِ كُلَّمَا نَقَصَ الْجَهْدُ الْعَضَلِيَّ .

النشاط الثاني: صَنَّفِ الْأَعْذِيَةَ التَّالِيَةَ فِي الْجَدُولِ حَسَبِ الْمَجْمُوعَةِ الْغِذَائِيَّةِ الَّتِي تَنْتَمِي إِلَيْهَا :

الْجَزْرُ ، الزُّبْدَةُ ، الدَّجَاجُ ، اللَّبْنُ ، عَصِيرُ الْبُرْتُقَالِ ، الْخَوْخُ ، الْعَدَسُ ، السَّمَكُ

الدُّهُونُ	اللُّحُومُ	الْحُضْرُ وَالْفَوَاكِهِ	الْحَلِيبُ وَمُسْتَقَاتُهُ	الْحُبُوبُ	الماء ومُشروباته

النشاط الثالث: أكْمِلِ الْفَقْرَةَ بِالْكَلِمَاتِ التَّالِيَةِ : ( الْأَسَاسِيَّةُ ، الْهَزَالُ ، وَاحِدٌ ، السُّمْنَةُ ، مُتَنَوِّعَةٌ )

يُسَبِّبُ سُوءَ التَّغْذِيَةِ ، مَشَاكِلَ صِحِّيَّةٍ خَطِيرَةٍ مِثْلَ : ..... و..... وللمحافظة على صحتنا ، يجب

أَنْ تَكُونَ تَغْدِيَتُنَا ..... تَتَوَفَّرُ عَلَى غِذَاءٍ ..... مِنْ كُلِّ مَجْمُوعَةٍ مِنَ الْمَجْمُوعَاتِ

..... عَلَى الْأَقْلِ .

بالتوفيق إن شاء الله

