

الأسئلة البنائات

اختر مما بين القوسين:

- يتكون النبات من (مجموع جذرى - مجموع خضري - الأثنين معًا)
- يوجد في المجموع الجذرى. (الساق - الثمرة - الجذر).
- من مكونات المجموع الخضرى(الساق والجذر - الورقة والزهرة - الثمرة والجذر).
- يحمل أجزاء النبات. (الثمره - الورق - الساق).
- الثمار(تمتص الماء من التربة - تنتج البذور - تصنع غذاء النبات).
- تقوم بصنع غذاء النبات. (الأوراق - الثمار - الزهرة).
- يوجد المجموع الخضرى التربة. (أسفل - فوق - تحت).

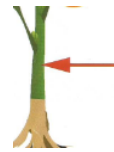
صل كل جزء بوظيفته:-

- يحمل أجزاء النبات



- ١

- يمتص الماء من التربة.



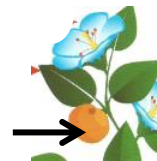
- ٢

- تنتج البذور.



- ٣

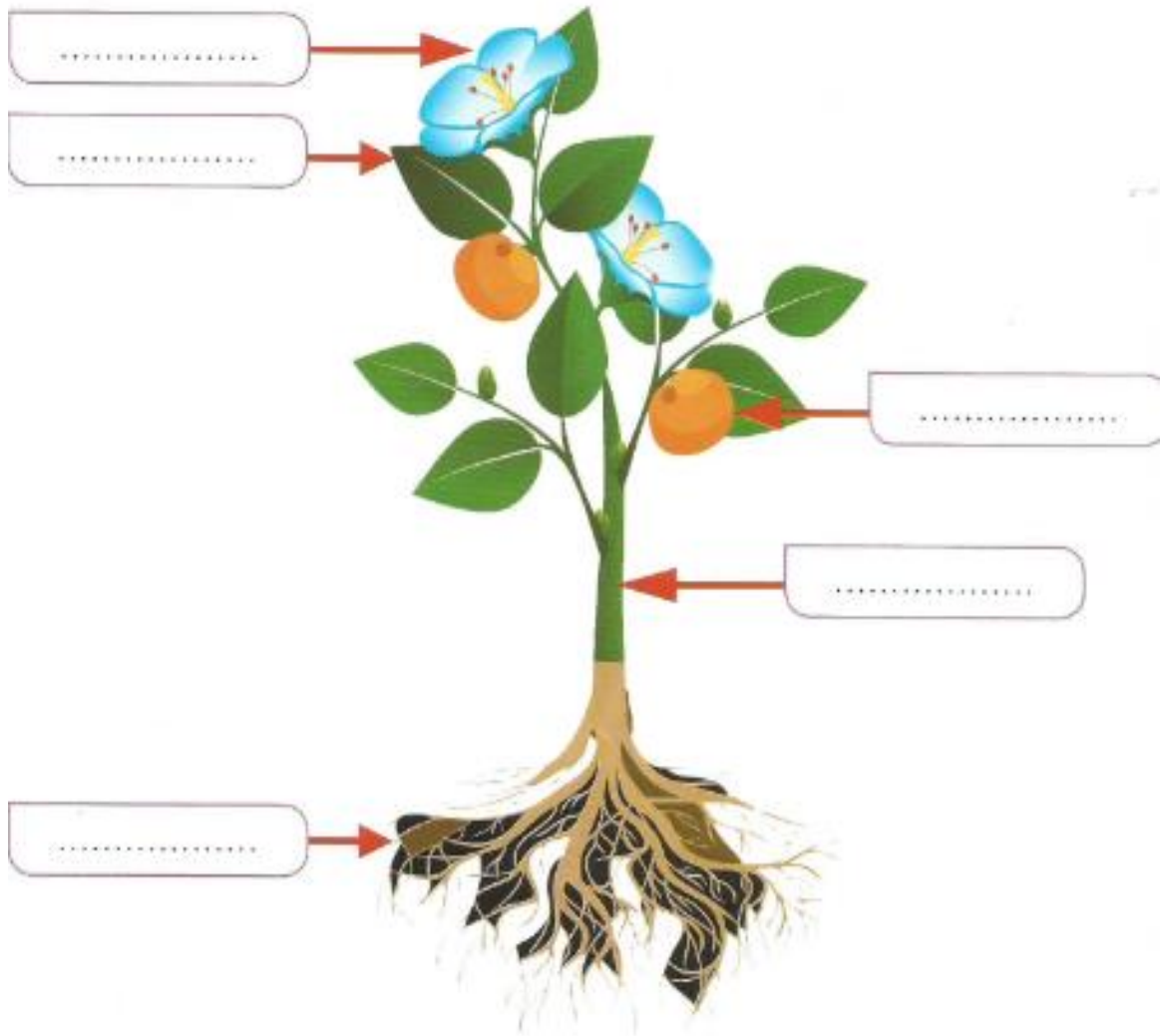
- تصنع غذاء النبات.



- ٤

ضع اسم كل جزء في مكانة الصحيح:-

(زهرة – ساق – جذر – ثمرة – ورقة)



البناء الضوئي

أكمل:-

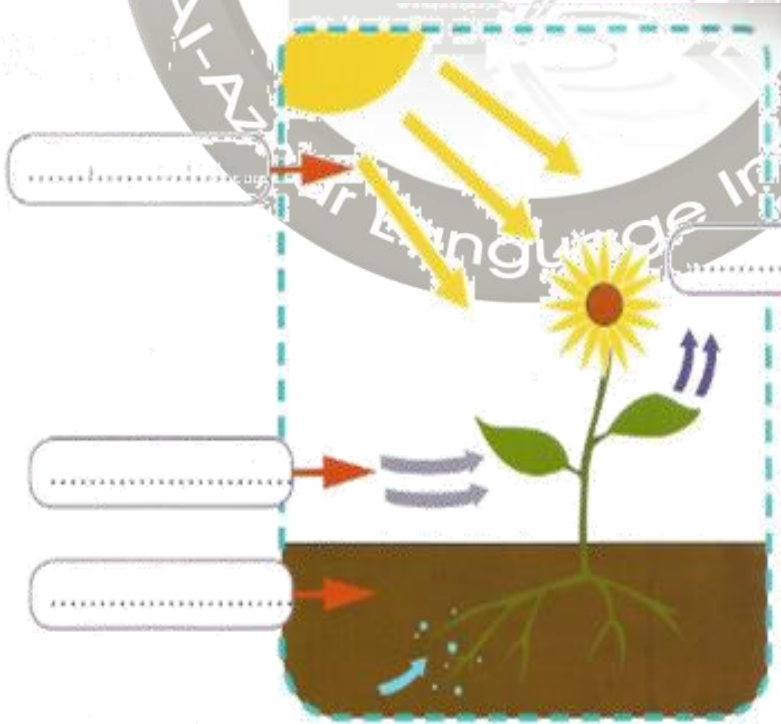
يحتاج النبات ليعيش.....



يصنع

و + ينتج غاز

اكتب البيانات على الشكل التالي:-



اختر الإجابة الصحيحة:-

- ١- يحتاج النبات لصنع غذاؤه. (ضوء الشمس – الماء – الأثتان معًا)
- ٢- ينتج النبات غاز أثناء عملية لبناء الضوئي. (الأكسجين – ثاني أكسيد الكربون - النتروجين).
- ٣- ينتج النبات غذاؤه في (الساق – الزهرة – الأوراق الخضراء)

صل:

- ١- الشمس .
 - ٢- الأوراق الخضراء .
 - ٣- الجذر.
 - ٤- غذاء النبات.
- تصنع للنبات غذاؤه.
 - المواد النشوية والسكريات.
 - تعطى النبات الضوء.
 - يمتص الماء من التربة.

الأجزاء التي نؤكل من النبات

صل:-



١- نأكل أوراق.



٢- نأكل ثمار.



٣- نأكل ساق.



٤- نأكل جذر.



٥- نأكل أزهار.



٦- نأكل بذور.

اختر الإجابة الصحيحة:

١- نأكل في البطاطس. (الساق - الأوراق - الجذر)

٢- نأكل الجذر في (البطاطا - الفول - الكمثرى)

٣- نأكل الأزهار في (القرنبيط - اليوسفى - اللفت)

٤- نأكل من الكرنب. (الثمار - الساق - الأوراق)

٥- نأكل من الفول. (الجذر - البذور - الثمار).

ضع دائرة حول الصورة الصحيحة:-



- نأكل جذوره .



- نأكل ساقه .



- نأكل أوراقه .



- نأكل بذوره .



- نأكل ثماره .



- نأكل أزهاره .

الطعام الصحي والغني صحي

اكتب كلمة (صحي) أو (غير صحي) تحت ما يناسبه من الصورة:-



(.....)



(.....)



(.....)



(.....)



(.....)



(.....)



(.....)



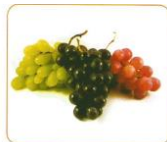
(.....)



(.....)



(.....)



(.....)



(.....)

الغذاء

(١) أكمل ما يأتي :-

- يقسم الغذاء إلى ثلاثة مجموعات ، ،
- مجموعة الطاقة تكون غنية بـ
- الغذاء يساعد في الجسم.
- مجموعة البناء تحتوي مواد غنية بـ
- الغذاء يحمينا من
- السمك والبيض أمثلة من مجموعة
- الخبز من مجموعة
- الفاكهة من مجموعة
- مجموعة تحتوي مواد غنية بالفيتامينات والمعادن.

(٢) ضع علامة (✓) أو (×) :-

- مجموعة الطاقة غنية بالبروتين. ()
- مجموعة البناء من أمثلتها اللحوم والبقول. ()
- مجموعة الحماية غنية بالفيتامينات والمعادن. ()
- الغذاء يعطينا الطاقة. ()
- الغذاء لا يحمينا من الأمراض. ()
- يساعدنا الغذاء على النمو. ()
- يتكون الغذاء من مجموعتان فقط. ()

مجموعات الغذاء

(١) اكمل الجملة الآتية:-

- ١- الغذاء يعطينا.....
- ٢- الفيتامينات والمعادن توجد في مجموعة.....
- ٣- نحصل المواد النشوية والسكريات من مجموعة.....
- ٤- البروتينات تساعدنا على.....
- ٥- تحمينا من الأمراض.
- ٦- نحتاج إلى القليل من.....والكثير منها يؤذى القلب.

(٢) ضع علامة (✓) أو (×):-

- ١- الفاكهة والخضروات تحتوى على البروتينات. ()
- ٢- الكربوهيدرات تساعدنا على النمو. ()
- ٣- الغذاء يعطينا الطاقة ويحمينا من الأمراض. ()
- ٤- الزيت والزبدة نحتاج إليها بكميات كبيرة. ()
- ٥- اللحوم والأسماك من مجموعة البناء. ()
- ٦- الخبز من مجموعة الطاقة. ()
- ٧- البطاطس تحتوى على المواد النشوية والسكريات. ()
- ٨- العنب والطماطم من مجموعة الحماية. ()
- ٩- يحتوى الفول على البروتين. ()
- ١٠- يحتوى الباذنجان على الفيتامينات المعادن. ()

٣) اكمل الجدول التالي بالكلمات الآتية:-

(فلفل - خيار - بيض - لبن - أرز - زيت - خس - سمك - كيك - طماطم - بطاطس مقلية - زبدة - عنب - خبز - فول - لحم بطاطس - فراخ)

| دهون وزيوت | فيتامينات ومعادن | كربوهيدرات | بروتينات |
|------------|------------------|------------|----------|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

٤) صل من العمود (أ) ما يناسبه في العمود (ب) :-

| (ب) | (أ) |
|--------------------------|------------------------|
| تعطينا الطاقة | الفيتامينات فى المعادن |
| الكثير منها يؤذى القلب | الكربوهيدرات |
| تساعدنا على النمو | الدهون والزيوت |
| من مجموعة البناء | البرتقال |
| من مجموعة الحماية | الزيت |
| من مجموعة الطاقة | الفول |
| من مجموعة الزيوت والدهون | البطاطس |

٥) صل كل صورة بالمجموعة الخاصة بها:-



مجموعة البناء



مجموعة الطاقة



مجموعة الحماية



٦) كون من العناصر السابقة وجبة غذائية متوازنة:-

عصير - فاكهة - خبز - بيض - سمك - مكرونة - ماء - زيادى - جبن - لبن.

| إفطار | غذاء | عشاء |
|-------|------|------|
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |

الغذاء المتوازن

(١) أكمل:

- يتناول الإنسان عدد وجبات غذائية في اليوم.
- الوجبة المتوازنة تحتوى على ، ، و

- نتناول في الصباح وجبة
- نتناول في المساء وجبة
- يجب أن يتناول الإنسان وجبة
(٢) ضع علامة (✓) أو (×):-

- لا يجب أن نأكل وجبة متوازنة. ()
- يمكن أن تحتوى وجبة الأفطار خبز ولبن وعسل. ()
- تحتوى وجبة الغذاء على خضروات وفواكه ولحوم وأرز. ()
(٣) حدد أي الوجبات الآتية متوازنة ضع أمامها علامة (✓) وأيها غير متوازنة وضع

أمامها علامة (×):-

- خبز - لبن. ()
- أرز - سمك - سلطة. ()
- فول - خبز - لبن - بيض. ()
- فاكهة وخضروات فقط. ()
- لحوم - أرز. ()

نموذج إمتحان

السؤال الأول: اختر الإجابة الصحيحة مما بين القوسين:

١. يتكون النبات من
- (مجموع جذري – مجموع خضري – مجموع جذري ومجموع خضري)
٢. نأكل البذور في
- (العنب – العدس – البلح)
٣. من الطعام الصحي
- (الشيبسي – الشيكولاته – اللبن)
٤. تساعد
- (النشويات والسكريات – الفيتامينات والمعادن – البروتينات)
٥. من النشويات والسكريات
- (الخبز – الطماطم – السمك)

السؤال الثاني: ضع علامة (√) أو (×):

١. الفول من البروتينات. ()
٢. يحتاج النبات إلى الماء وضوء الشمس فقط. ()
٣. نحتاج إلى الزيت بكثرة في طعامنا. ()
٤. النبات لا يستطيع صنع غذائه بنفسه. ()
٥. يتكون المجموع الخضري من الزهرة والساق فقط. ()

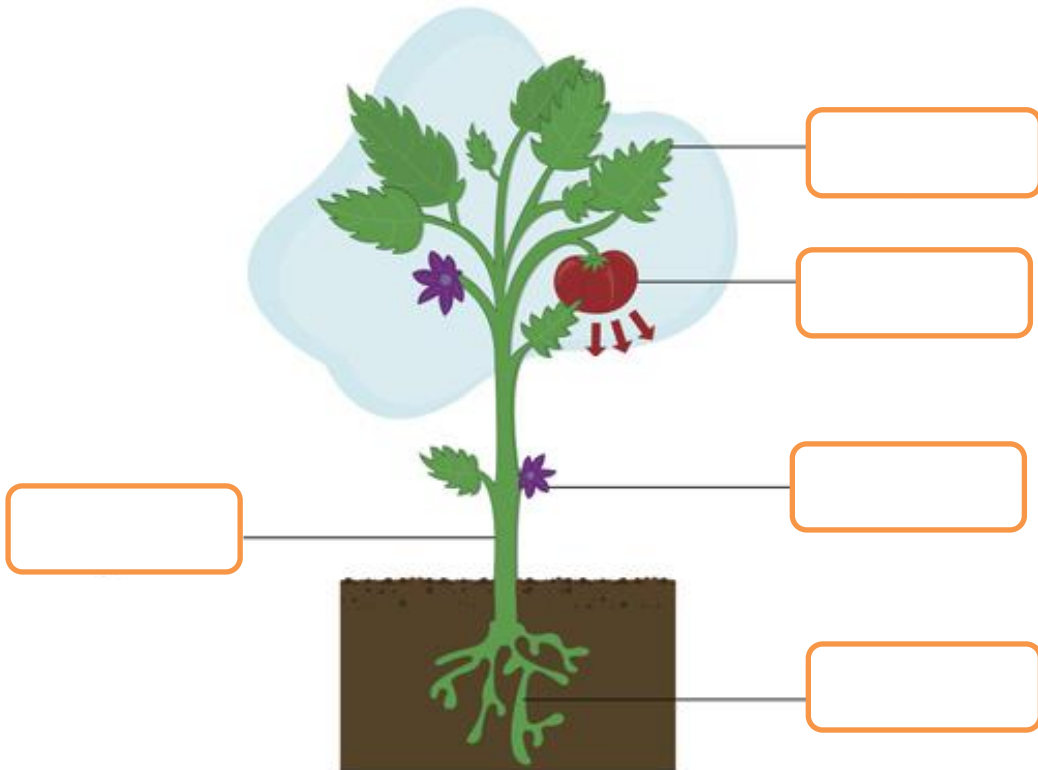
السؤال الثالث: اكمل الجملة الآتية:

- يحتاج النبات إلى من التربة و من الهواء
و الشمس و الأجزاء الخضراء ليقوم بعملية ليصنع
..... وينتج غاز

السؤال الرابع: صل:-

- | | |
|-------------------------|-----------------------------|
| ١. اللبن | - نأكل أوراقه. |
| ٢. الجذر | - طعام غير صحي. |
| ٣. الخس | - يساعدنا على بناء أجسامنا. |
| ٤. الكيك | - تحمينا من الأمراض. |
| ٥. الفيتامينات والمعادن | - من المجموع الجذري. |

السؤال الخامس: اكتب البيانات على الصورة:-

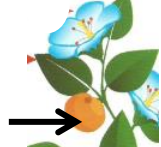


الأجابة البنات

اختر مما بين القوسين:

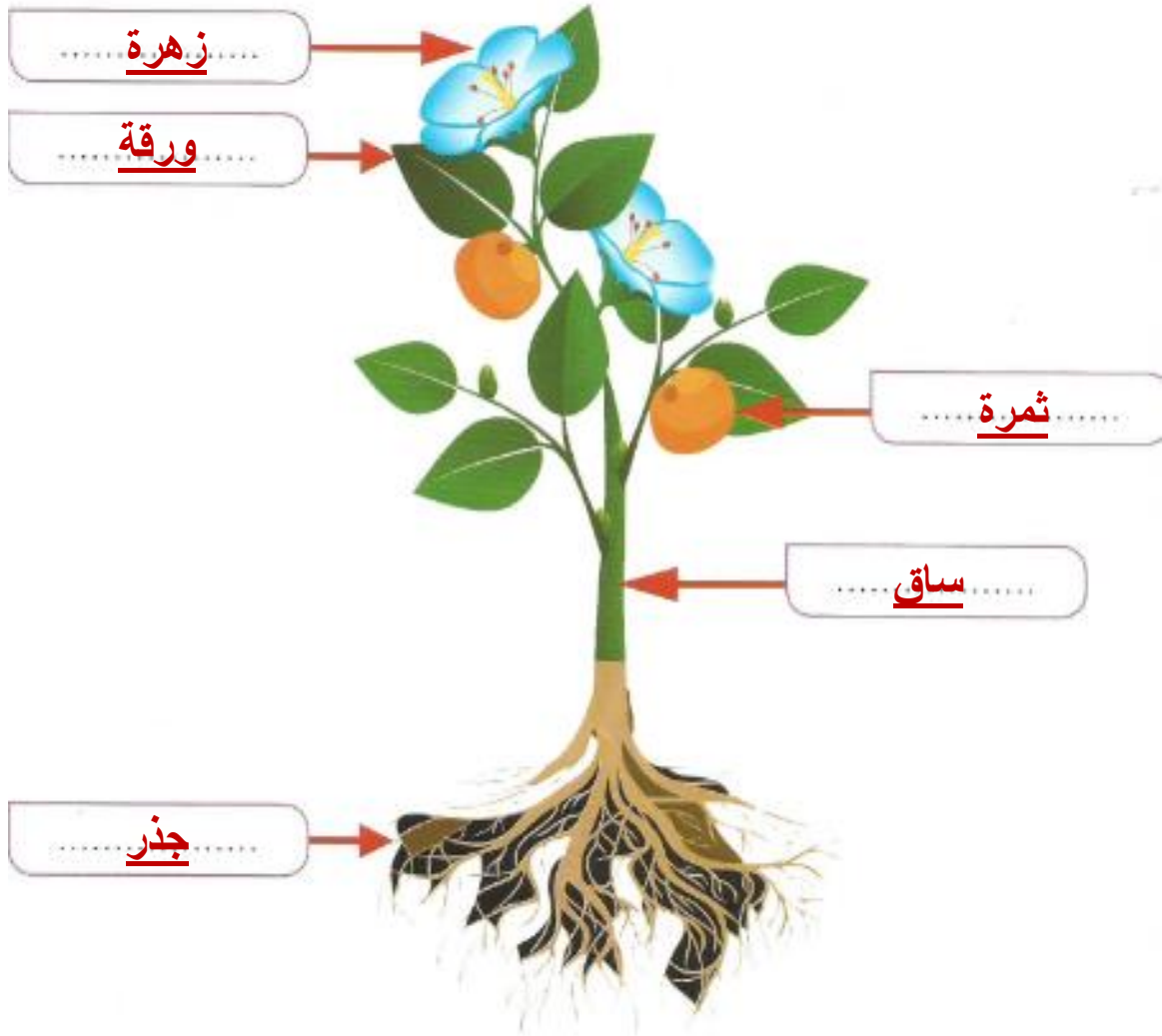
- يتكون النبات من (مجموع جذرى - مجموع خضري - الأثنين معاً)
- يوجد في المجموع الجذرى. (الساق - الثمرة - الجذر).
- من مكونات المجموع الخضرى(الساق والجذر - الورقة والزهرة - الثمرة والجذر).
- يحمل أجزاء النبات. (الثمره - الورق - الساق).
- الثمار(تمتص الماء من التربة - تنتج البذور - تصنع غذاء النبات).
- تقوم بصنع غذاء النبات. (الأوراق - الثمار - الزهرة).
- يوجد المجموع الخضرى التربة. (أسفل - فوق - تحت).

صل كل جزء بوظيفته:-

- | | | | |
|-------------------------|---|---|----|
| - يحمل أجزاء النبات. | → |  | ١- |
| - يمتص الماء من التربة. | → |  | ٢- |
| - تنتج البذور. | → |  | ٣- |
| - تصنع غذاء النبات. | → |  | ٤- |

ضع اسم كل جزء في مكانة الصحيح:-

(زهرة – ساق – جذر – ثمرة – ورقة)



البناء الضوئي

أكمل:-

يحتاج النبات ليعيش.....



ثاني أكسيد الكربون

أجزاء خضراء

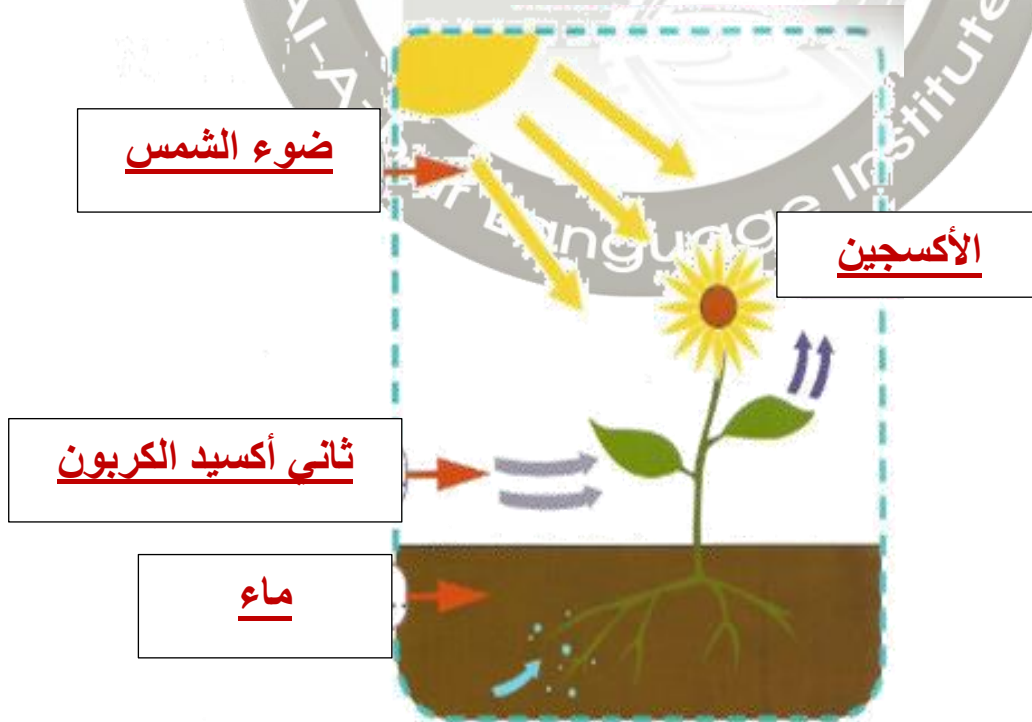
ضوء الشمس

ماء

يصنع

المواد النشوية و السكريات + ينتج غاز الأكسجين.

اكتب البيانات على الشكل التالي:-



اختر الإجابة الصحيحة:-

- ١- يحتاج النبات لصنع غذاؤه. (ضوء الشمس – الماء – الأثان معاً)
- ٢- ينتج النبات غاز أثناء عملية لبناء الضوئي. (الأكسجين – ثاني أكسيد الكربون - النتروجين).
- ٣- ينتج النبات غذاؤه في (الساق – الزهرة – الأوراق الخضراء)

صل:

- | | | |
|----------------------|---|-----------------------------|
| ١- الشمس . | → | - تصنع للنبات غذاؤه. |
| ٢- الأوراق الخضراء . | → | - المواد النشوية والسكريات. |
| ٣- الجذر. | → | - تعطى النبات الضوء. |
| ٤- غذاء النبات. | → | - يمتص الماء من التربة. |

الأجزاء التي نؤكل من النبات

صل:-



١- نأكل أوراق.

٢- نأكل ثمار.

٣- نأكل ساق.

٤- نأكل جذر.

٥- نأكل أزهار.

٦- نأكل بذور.

اختر الإجابة الصحيحة:

١- نأكل في البطاطس. (الساق - الأوراق - الجذر)

٢- نأكل الجذر في (البطاطا - الفول - الكمثرى)

٣- نأكل الأزهار في (القرنبيط - اليوسفى - اللفت)

٤- نأكل من الكرنب. (الثمار - الساق - الأوراق)

٥- نأكل من الفول. (الجذر - البذور - الثمار).

ضع دائرة حول الصورة الصحيحة:-



- نأكل جذوره .



- نأكل ساقه .



- نأكل أوراقه .



- نأكل بذوره .



- نأكل ثمارة .



- نأكل أزهاره .

الطعام الصحي والغني صحي

اكتب كلمة (صحي) أو (غير صحي) تحت ما يناسبه من الصورة:-



(صحي)



(غير صحي)



(صحي)



(غير صحي)



(صحي)



(غير صحي)



(صحي)



(غير صحي)



(غير صحي)



(صحي)



(صحي)



(غير صحي)

الغذاء

(١) أكمل ما يأتي :-

- يقسم الغذاء إلى ثلاثة مجموعات البناء ، الطاقة ، الحماية .
- مجموعة الطاقة تكون غنية بـ المواد النشوية والسكريات .
- الغذاء يساعد في بناء الجسم .
- مجموعة البناء تحتوى مواد غنية بـ البروتين .
- الغذاء يحمينا من الأمراض .
- السمك والبيض أمثلة من مجموعة البناء .
- الخبز من مجموعة الطاقة .
- الفاكهة من مجموعة الحماية .
- مجموعة الحماية تحتوى مواد غنية بالفيتامينات والمعادن .

(٢) ضع علامة (✓) أو (×) :-

- مجموعة الطاقة غنية بالبروتين. (×)
- مجموعة البناء من أمثلتها اللحوم والبقول. (✓)
- مجموعة الحماية غنية بالفيتامينات والمعادن. (✓)
- الغذاء يعطينا الطاقة. (✓)
- الغذاء لا يحمينا من الأمراض. (×)
- يساعدنا الغذاء على النمو. (✓)
- يتكون الغذاء من مجموعتان فقط. (×)

مجموعات الغذاء

١) اكمل الجملة الآتية:-

١- الغذاء يعطينا الطاقة.

٢- الفيتامينات والمعادن توجد في مجموعة الحماية.

٣- نحصل المواد النشوية والسكريات من مجموعة الطاقة.

٤- البروتينات تساعدنا على النمو.

٥- الفيتامينات والمعادن تحمينا من الأمراض.

٦- نحتاج إلى القليل من الزيوت والدهون والكثير منها يؤذي القلب.

٢) ضع علامة (✓) أو (×):-

١- الفاكهة والخضروات تحتوى على البروتينات. (×)

٢- الكربوهيدرات تساعدنا على النمو. (×)

٣- الغذاء يعطينا الطاقة ويحمينا من الأمراض. (✓)

٤- الزيت والزبدة نحتاج إليها بكميات كبيرة. (×)

٥- اللحوم والأسماك من مجموعة البناء. (✓)

٦- الخبز من مجموعة الطاقة. (✓)

٧- البطاطس تحتوى على المواد النشوية والسكريات. (✓)

٨- العنب والطماطم من مجموعة الحماية. (✓)

٩- يحتوى الفول على البروتين. (✓)

١٠- يحتوى الباذنجان على الفيتامينات المعادن. (✓)

٣) اكمل الجدول التالي بالكلمات الآتية:-

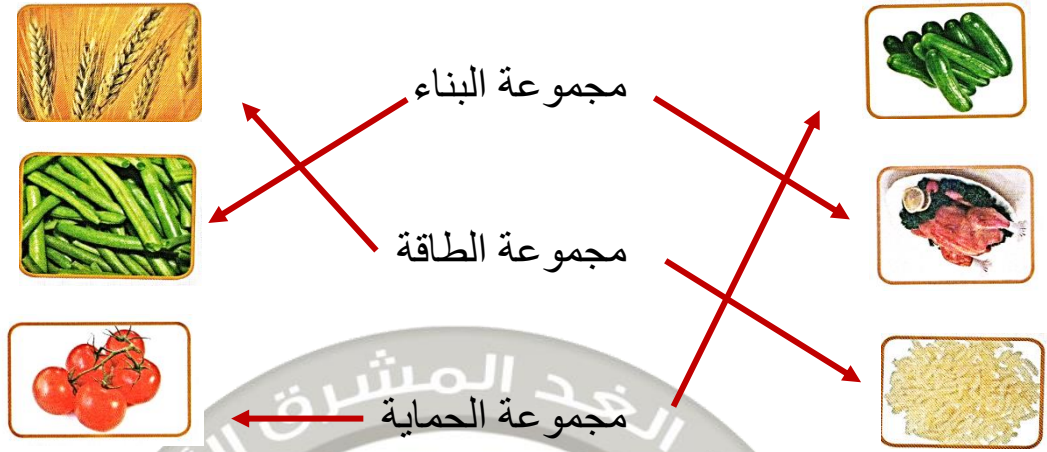
(فلفل - خيار - بيض - لبن - أرز - زيت - خس - سمك - كيك - طماطم - بطاطس مقلية - زبدة - عنب - خبز - فول - لحم بطاطس - فراخ)

| بروتينات | كربوهيدرات | فيتامينات ومعادن | دهون وزيوت |
|----------|------------|------------------|-------------|
| بيض | أرز | فلفل | بطاطس مقلية |
| لبن | بطاطس | خيار | زيت |
| سمك | كيك | خس | زبدة |
| فراخ | خبز | طماطم | - |
| لحم | - | عنب | - |
| فول | - | - | - |

٤) صل من العمود (أ) ما يناسبه في العمود (ب) :-

- | (أ) | (ب) |
|-------------------------|----------------------------|
| - الفيتامينات و المعادن | - تعطينا الطاقة |
| - الكربوهيدارات | - الكثير منها يؤذى القلب |
| - البروتينات | - تحميها من الأمراض |
| - الدهون والزيوت | - تساعدنا على النمو |
| - البرتقال | - من مجموعة البناء |
| - الزيت | - من مجموعة الحماية |
| - الفول | - من مجموعة الطاقة |
| - البطاطس | - من مجموعة الزيوت والدهون |

٥) صل كل صورة بالمجموعة الخاصة بها:-



٥) كون من العناصر السابقة وجبة غذائية متوازنة:-

(عصير - فاكهة - خبز - بيض - سمك - مكرونة - ماء - زبادى - جبن - لبن)

| عشاء | غذاء | إفطار |
|-------------------------|--------------------|---------------------------------------|
| لبن - خبز - جبن - فاكهة | سمك - سلطة - فاكهة | عصير - خبز - بيض - ماء - زبدة - زبادى |

الغذاء المتوازن

(١) أكمل:

- يتناول الإنسان عد د ٣ وجبات غذائية في اليوم.
 - الوجبة المتوازنة تحتوي على بروتينات ، كربوهيدرات ، فيتامينات و معادن.
 - نتناول في الصباح وجبة الأفطار.
 - نتناول في المساء وجبة العشاء.
 - يجب أن يتناول الإنسان وجبة متوازنة.
- (٢) ضع علامة (√) أو (×):-

- لا يجب أن نأكل وجبة متوازنة. (×)
 - يمكن أن تحتوي وجبة الأفطار خبز ولبن وعسل. (√)
 - تحتوي وجبة الغذاء على خضروات وفواكه ولحوم وأرز. (√)
- (٣) حدد أي الوجبات الآتية متوازنة ضع أمامها علامة (√) وأيها غير متوازنة وضع أمامها علامة (×):-

- خبز - لبن. (×)
- أرز - سمك - سلطة. (√)
- فول - خبز - لبن - بيض. (√)
- فاكهة وخضروات فقط. (×)
- لحوم - أرز. (×)

إجابة نموذج إمتحان

السؤال الأول: اختر الإجابة الصحيحة مما بين القوسين:

٦. يتكون النبات من
- (مجموع جذري – مجموع خضري – **مجموع جذري ومجموع خضري**)
٧. نأكل البذور في
- (العنب – **العدس** – البلح)
٨. من الطعام الصحي
- (الشيبسي – الشيكولاته – **اللبن**)
٩. تساعد
- (النشويات والسكريات – الفيتامينات والمعادن – **البروتينات**)
١٠. من النشويات والسكريات
- (**الخبز** – الطماطم – السمك)

السؤال الثاني: ضع علامة (√) أو (×):

٦. الفول من البروتينات. (√)
٧. يحتاج النبات إلى الماء وضوء الشمس فقط. (×)
٨. نحتاج إلى الزيت بكثرة في طعامنا. (×)
٩. النبات لا يستطيع صنع غذائه بنفسه. (×)
١٠. يتكون المجموع الخضري من الزهرة والساق فقط. (×)

السؤال الثالث: اكمل الجملة الآتية:

- يحتاج النبات إلى **الماء** من التربة و **غاز ثاني أكسيد الكربون** من الهواء و **ضوء الشمس** و الأجزاء الخضراء ليقوم بعملية **البناء الضوئي** ليصنع **المواد النشوية والسكريات** وينتج غاز **الأكسجين**.

السؤال الرابع: صل:-

- | | |
|--------------------------|-----------------------------|
| ٦. اللبن | - نأكل أوراقه. |
| ٧. الجذر | - طعام غير صحي. |
| ٨. الخس | - يساعدنا على بناء أجسامنا. |
| ٩. الكيكة | - تحميها من الأمراض. |
| ١٠. الفيتامينات والمعادن | - من المجموع الجذري. |

السؤال الخامس: اكتب البيانات على الصورة:-

