

فرض الثلاثي الأول في مادة العلوم الطبيعية

- الوضعية التقويمية 01: (06ن)

تناول خالد في وجبة الغذاء : بطاطا مقلية مع الدجاج المحمر ، قطعة خبز ، طبق سلطة ، كوب من الحليب الرائب بالإضافة الى الماء.

1- صنف الأغذية المكونة للوجبة الغذائية حسب : أصلها ثم حسب مصدرها .

2/- ما الفرق بين الحليب و الخبز من حيث التركيب ؟

3- تساءل خالد عن العنصر البسيط السائد في الدجاج و البطاطا فأخبره أخاه ما يلي:

أ- ما النتيجة التي ستظهر في الحالتين ؟

ب- استنتج العناصر البسيطة السائدة في الدجاج و البطاطا.

ت- صنف هذه العناصر البسيطة حسب دورها في الجسم.

الوضعية التقويمية 02: (06ن)

تتكون عائلة من : جدة مسنة ، أب عامل في شركة البترول بالصحراء، أم ، رضيع ، بنت في الابتدائي ، مراهق .

يتناول المراهق خلال 24 ساعة لسد حاجيات عضويته راتب مركب مما يلي :

95 غ بروتينات ، 75 غ دسم ، 545 غ غلوسيدات ، 2ل من الماء ، 2960 ملغ من الأملاح المعدنية و فيتامينات .

1/- اقترح الرواتب الغذائية المناسبة لكل فرد من أفراد هذه العائلة .

2/- صنف الأغذية البسيطة المركبة لراتب المراهق حسب دورها في الجسم .

3/- استنتاج العوامل التي تغيرت حسبها الرواتب الغذائية .

الوضعية الإدماجية (08ن):

لاحظت عائشة على ابنها الرضيع الذي أخرجت في فطامه أعراض غير طبيعية تتمثل في :

ضعف ، شح ——— وب ، اصرار .

علما أن رضيعها يتغذى على الحليب فقط و لم تدعمه بأغذية أخرى .

بعد عرضه على الطبيب تبين أنه يعاني من أحد أمراض سوء التغذية

السنة 01:

حليب الأم ذو جودة الا أنه يعتبر مصدرا غير كافيا لأملاح الحديد .

السنة: 02:

يلعب ملح الحديد دور في تركيب خلايا الدم الحمراء .

السنة 03:

العدس ، الكبد ، اللحم أغذية غنية بملح الحديد .

التعليمات :

1/- سم المرض الذي يعاني منه ابن عائشة .

2/- اشرح بأسلوب علمي سبب هذا المرض .

3/- قدم نصائح لعائشة لضمان شفاء ابنها .

الفرض الأول في مادة علوم
الطبيعة و الحياة

التمرين الأول:

أ- ضع علامة X في الخانة المناسبة:

غذاء معدني	غذاء عضوي		غذاء كامل	غذاء مركب	غذاء بسيط	مصدر و تركيب الأغذية
	حيواني	نباتي				
						ملح الطعام
						حليب
						عسل
						خبز
						سكر عنب

ب- تتركب الأغذية من مجموعة من العناصر الغذائية وللكشف عنها نستعمل بعض المحاليل التي تدعى الكواشف.

1- املأ الجدول التالي من خلال ما درست:

النتائج	الكاشف	الأغذية
ظهور لون أحمر أجوري	محلول فهلنك +	
.....		النشاء
.....	حمض الأزوت	

تتكون أسرة صهيب الذي يدرس في السنة الأولى متوسط من أب رياضي و أخ صغير
تقوم الأم الواعية بإعداد وجبات غذائية تتوافق مع احتياجات كل أفراد عائلتها

المندجات :

الأغذية المقدمة للأطفال
ترتكز أساسا على الأغذية الغنية بالبروتينات
الماء، الأملاح المعدنية و الفيتامينات مثل:
الحليب، الأسماك و اللحوم، البيض و الخضر و
الفواكه .

السند 2

الأغذية المقدمة للآب
ترتكز أساسا على أغذية غنية بالغلوسيدات و
الدسم مثل : العصائر، العجائن، حلويات و الأجبان

السند 1

بالاعتماد على السندات و مكتسباتك السابقة :
1. فسر سبب اختيار الأم الأغذية الغنية بالبروتينات لأطفالها.

2. بين لماذا يحتاج الآب لكميات أكبر من الغلوسيدات و الدسم في غذائه اليومي .

الاسم و اللقب :
القسم :

فرض في مادة العلوم الطبيعية للثلاثي الأول

التمرين الأول: (6 ن)

تناول خالد في وجبة الغذاء بطاطا مقلية مع الدجاج المحمر ، قطعة خبز ، طبق سلطة ، كوب من الحليب الرائب بالإضافة إلى الماء .

1 - صنف الأغذية المكونة للوجبة الغذائية حسب الجدول التالي

الاغذية	الاصل	المصدر
بطاطا مقلية		
الدجاج المحمر		
قطعة خبز		
طبق سلطة		
الحليب الرائب		
الماء		

2-- ما الفرق بين الحليب و الماء من حيث الاصل ؟

التمرين الثاني: (6 ن)

1. اعط تفسيرا للحالات التالية .

- يقدم للرياضي قبل الانطلاق كاس عصير برتقال

- يكثر سكان المناطق الباردة من تناول الدسم

- يقدم للطفل كمية من اللحوم اكثر من البالغ

2. اربط بسهم بين الشخص و الاغذية اللازمة له

- طفل

- اغذية طاقة

- عامل في ورشة

- شخص مريض في المستشفى

- اغذية بناء

- مراهق

- امرأة حامل

- رياضي كرة قدم

الوضعية الإدماجية : (8 ن)

بشرى تلميذة عمرها 10 سنوات , تهمل الوجبات الغذائية المحضرة في البيت , رغم تحذيرات والدتها من هذا السلوك الغذائي

بعد اشهر , اصبحت بشرى نحيفة , شاحبة الوجه , قليلة النشاط الحركي و الفكري كما تعاني من صداع متكرر - اعتمادا على مكتسباتك القلبية و اسندات التالية

1. فسر الاعراض المرضية المرضية التي تعاني منها بشرى

2. اقترح نصائح لبشرى للوقاية من هذه الاعراض



اللقب:

الاسم:

القسم:

فرض الثلاثي الأول لمادة علوم الطبيعة والحياة

التمرين الأول: (06ن)

املأ الفراغات بما يناسبها من الكلمات التالية:

(كامل- أغذية معدنية- بسيط- طاقة- أغذية عضوية- مركب)

- 1- يدعى الغذاء المكون من مادة واحدة غذاء.....
- 2- يدعى الغذاء المكون من مادتين أو أكثر غذاء.....
- 3- يتم تصنيف الأغذية من حيث المصدر إلى.....و.....
- 4- يعتمد الرضيع في تغذيته على الحليب فقط لأنه غذاء.....
- 5- تصنف السكريات حسب دورها في الجسم الى أغذية.....

التمرين الثاني: (06ن)

يتناول الانسان يوميا الغذاء لتلبية مختلف حاجيات جسمه.

1- عرف الراتب الغذائي

تعريف الراتب الغذائي:.....

.....

2- حدد نوع الراتب الغذائي الواجب تناوله عند كل فرد من الافراد التالية:

- امرأة حامل — راتب
- عامل نظافة — راتب
- شخص بالغ في حالة راحة — راتب
- تلميذ يدرس سنة أولى متوسط — راتب

الوضعية الإدماجية: (08ن)

يعاني أحمد من زيادة في الوزن تسبب له مشاكل صحية عديدة، بينما صديقه مراد فهو شخص سليم يتمتع بوزن مثالي يمنحه الخفة والرشاقة. اراد مراد أن يفسر لأحمد بأن الحالة التي يعاني منها مرتبطة بتغذيته ونشاطه مدعما أقواله بمحتويات السند التالي:

حصىلة التغذفة والأأأة	النشاط	نوع الأغذفة المستهلك فى الغالب	مراد
			العمر: 16 سنة الوزن: 60 kg الطول: 1,65 m مؤشر كتلة الجسم: 22,03
			أأمد العمر: 16 سنة الوزن: 90 kg الطول: 1,65 m مؤشر كتلة الجسم: 33,05

السند 1: يوضح معطيات تخص كل من مراد وأأمد

بالاعتماد على النص السند وما درسته أأب على مايلي:

1. أأد المرض الذى يعانى منه أأمد.

2. فسر سبب الأعراض التى يعانى منها أأمد (اعطاء تبريرا)

3. اقترح ثلاث نصائح تتوقع من مراد ان يقدمها لأأمد ليصبح متمتعا بوزن مثالى مثله.

. بالتوفيق للجميع