

بطاطاً غاه شمع الاستعمال يكون من عدة مولاً منها الخضر (س)، الكثف عن هذا الخضر تضع قطرات من ماء شيرد على قطعة بطاطاً فيظير لون لزرق يتحقق

مكونات (100g)			المولاد (ب)	
المولاد (ب)	المادة (س)	النسم	المولاد (ب)	الماء
الثروان	73g	0.6g	24g	20.2g

- ما هي المادة (س)؟
- صف المادة (س) حسب دورها في الجسم
- سم المولاد (ب) والثروان (ب).
- كيف تتميز بين المولاد (ب) والمولاد (ب)؟

التمرين الثاني:

التعرف على أغذية الخضر تم اجراء مجموعة من التجارب كلت تتجهها كما في الورقة المقابلة

توقف النمو وموت النبات	توقف النمو وموت النبات

- فهر تلخچ التجارب.
- لتلخچ من خلال هذه التجارب الحدائق الغذائية الخضراء الخضر.
- عرف المحلول المعنلي

الجزء الثاني : (08 نقاط)

الوضعية الاستنادية

يعتني كمال من زيادة في الوزن بسبب له مشكل صحيّ عديمه بينما صحيّه مراد فهو شخص سليم يمتنع بوزن مثلي يمنحه الخبرة والرشاقة. أراد مراد أن يصرّ لكمال بأن الحلة التي يعتني منها مربطة بكتابه ورشطه مدعماً أن قوله بمحتويات الحلة تالي :

صحته الغذائية واللحمة	كتاب	نوع الأطعمة التي يحب في العيد	مراد
			<p>مراد العمر: 16 سنة الوزن: kg60 الطول: m1,65 مؤشر كتلة: 22.03 الجسم:</p>
			<p>مراد العمر: 16 سنة الوزن: kg90 الطول: m1,65 مؤشر كتلة: 33.05 الجسم:</p>

بالاعتماد على النص المكتوب وما يرتكبه أجب على ما يلي :

1 - حد المرض الذي يعتني منه كمال.

2 - قم تصريحاً لسبب المرض الذي يعتني منه كمال.

3 - اقترح ثلاث نصائح تتوافق من مراد لأن يكتفي بالكمال ليصبح مكتفياً بوزن مثلي منه.

4 - ينبع عن عدم احترام القواعد لصحته الغذائية عدة أمراض.

- انكر نوعين من هذه الأمراض . مع انكر السبب الذي يؤدي إلى الإصابة بكل مرض .

* - مرض تسمّي

* - مرض تسمّي

التمرين الأول (06 ن)

أربط بسهم واحد بين عناصر المجموعة الأولى وعناصر المجموعة الثانية

- (أ) دليل على الإصابة بالسمنة
 (ب) تسبب مرض السلعة الدرقية
 (ت) يكشف عن سكر النساء ويتحول لونه إلى الأزرق البنفسجي
 (ج) انه غذاء عضوي
 (ه) غذاء مركب كامل
 (و) يتواجد بكثرة في: البيض - اللحم - الحبوب الجافة

- (01) البروتينات
 (02) الحليب
 (03) الخبز غذاء قابل للاحتراق
 (04) ماء اليود لونهبني
 (05) الأغذية الفقيرة من ملح اليود
 (06) ارتفاع مؤشر الكتلة imc

التمرين الثاني (06 ن)

إليك الجدول الآتي :

الأشخاص	الطفل سليم	العمر	العجوز فاطمة
06 سنوات	الرجل عبد العزيز	80 سنة	
أغلب أوقاته بين اللعب والدراسة	عامل بناء كثير النشاط	قليلة الحركة أغلب وقتها نائمة	
الأغذية التي ترکب راتبه الغذائي	حليب اسماك اخضر وفواكه اتمر وخضر -ياغورت- ماء - شاي- لبن .تمر - حليب ماء اخبار احلى	حساء-ياغورت- ماء - شاي- لبن .تمر - حليب	

- (01) سترجع من الجدول الأغذية المتكررة في الوجبات الثلاثة .
 (02) استنتج نوع الراتب الغذائي الخاص بكل شخص مذكور في الجدول
 (03) ما نوع الغذاء البسيط السائد في أغلبية أغذية عبد العزيز ولماذا؟
 (04) استخرج غذاء بروتيني من الراتب الغذائي لسليم وغذاء سكري من الراتب الغذائي لفاطمة .

الوضعية الإدماجية (08 ن)

عنترة وأخته الخنساء ولدين مدللين عند والديهما حيث كانوا لا يرفض لهم طلبا . فتجد عنترة يمشي مع أصدقاء أكبر منه سنا وأغلبهم مدخنين وكان يميل إلى تناول الأغذية الجاهزة و المحفوظة داخل أكياس خاصة (شيبس- بطاطا مقرمشة- بذور كثيرة الملوحة . حلوى في شكل سيجارة أو أدوية.....). ولا يبالي مع أصدقائه أين يرمون فضلات الطعام فتجد درج طاولاتهم مملوءة بفضلات الأطعمة من: أكياس- قشور - أغلة حلوى -.....

أما أخته فكانت تميل إلى تناول الأغذية السكرية (شوكولا - حلويات- مكسرات (فستق-بندق- لوز- فول سوداني.....)- بسكويت.....). لكنها عكس أخيها كانت تحرص على رمي فضلات طعامها في سلة المهملات وأنثناء تواجدها بفناء المدرسة تبقى مخلفات الطعام في جيبيها حفاظا على نظافة محبيتها ولكي يقتدي بها صديقاتها واحتراما لعمال النظافة في مدرستها .

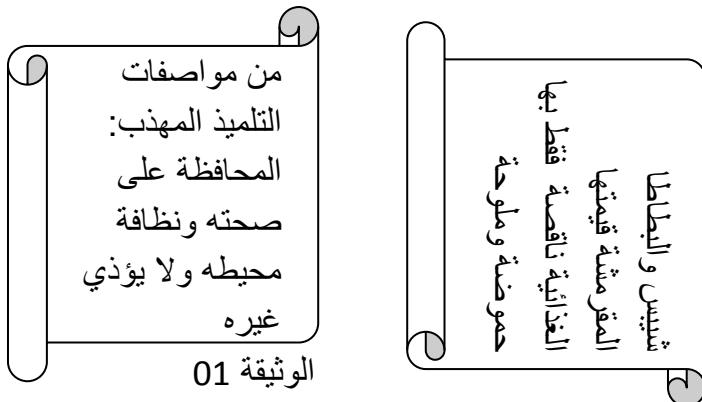
فأصبحا قليلا ما يتناولان نصف وجباتها المنزلية وبعد مدة من الزمن ظهرت عليهما أعراض أقفلت والديهما أما عنترة فأصابته نحافة شديدة وضعف تنفس سبب له سعال مستمر أما الخنساء فأصابتها سمنة شوهدت مظهرها وأحرجتها في لباسها وكادت أن تسبب لها مرض الداء السكري .

أ) اشرح الخطأ في تغذية كل من عنترا و الخنساء ؟

ت) بين لعنة والخسأ شروط الراتب الغذائي المتوازن .

ث) استخرج الأخطاء السلوكية التي قام بها عنترة وأصدقائه والسلوكيات الايجابية التي قامت بها الخنساء وصديقاتها وبماذا تنجح باقي زملائه لكي يحافظوا على محيطهم المدرسي .

السندات :



السمنة تسبب عدة أمراض منها داء المفاصل



الأغذية السكرية بها كمية كبيرة من الطاقة والجزء المتبقى منها يخزن على هيئة شحوم.

الوثيقة 03

الوثقة 02



لا تنس الملاحظات السابقة
اقرأ الأسئلة ثم أجب على مهلك

مع تمنياتنا لكم بال توفيق والنجاح أستاذة المادة

المدة: س____اعة و نصف

الاختبار الأول في مادة: علوم الطبيعة و الحياة

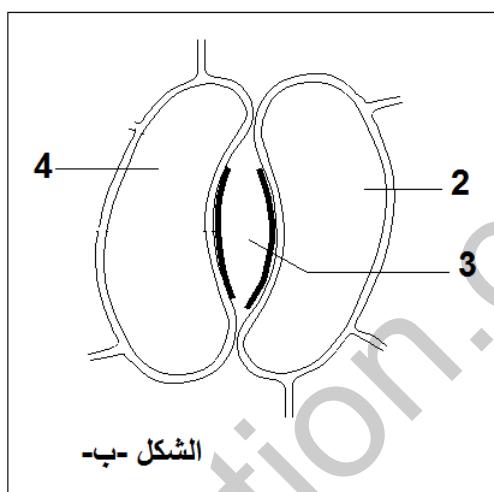
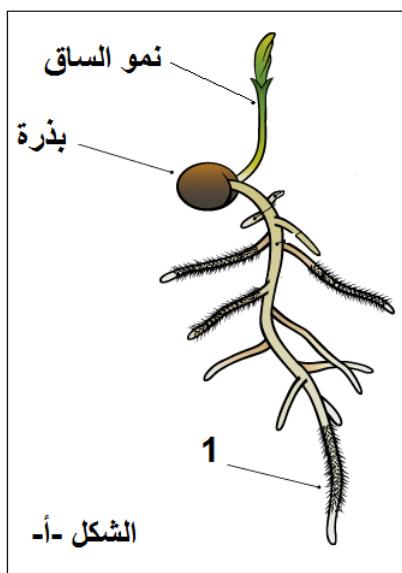
الجزء الأول: 12 نقطة

التمرين الأول: 06 نقاط

تستمد النباتات الخضراء غذاءها المعدني من وسطها الخارجي مثل جميع الكائنات الحية.

كما أن النبات الأخضر يمتص (CO₂) من الجو.

- إليك الشكلين المقابلين: أ و ب.



1. أكتب البيانات بدل الأرقام: 4-3-2-1.

2. ما هو دور العنصر رقم (1)؟

3. أين تتوارد البنية الممثلة في الشكل (ب).

4. حدد مقر امتصاص (CO₂) .

التمرين الثاني: 06 نقاط

إن أغذيتنا مواد معقدة تصنف إلى مجموعات مختلفة حسب تركيبها ، و من أجل تصنيف كل من اللحم ، السكر و الخبز قام التلاميذ بإنجاز تجربة التفحُّم.

1- لماذا قام التلاميذ بتجربة الحرق؟.

2- صنف هذه الأغذية حسب خاصية التفحُّم.

إذا علمت أن الخبز يتربّك من الأغذية البسيطة التالية: بروتين، سكريات، ماء.

3- هل يعتبر الخبز غذاء مركباً أو بسيطاً؟ علّ إجابتك.

4- حدد دور البروتينات و الدُّسم في الجسم.

اقلب الصفحة

بعد انتهاء تسعة شهور من الحمل وضعت امرأة مولوداً جديداً سمي فؤاد، فطمت الأم رضيعها فؤاد بسبب نقص الحليب الطبيعي حيث اضطرت لاستبداله بالحليب الاصطناعي.

يبين الجدول التالي الحاجات الغذائية عند امرأة مرضعة

كمية الفيتامينات ب mg				كمية الأملاح المعدنية ب mg		كمية الأغذية العضوية ب g		
D	C	B	A	كالسيوم	فوسفور	دسم	سكريات	بروتينات
0.004	110	4	4	1100	1400	70	450	85

السند -1-

يبين الجدول التالي تركيب وجبة أم فؤاد

كمية الفيتامينات ب mg				كمية الأملاح المعدنية ب mg		كمية الأغذية العضوية ب g		
D	C	B	A	كالسيوم	فوسفور	دسم	سكريات	بروتينات
0.001	9.7	0.3	0.3	145	122	6.55	27.55	5.44

السند -2-

بالاعتماد على السند و مكتسباتك السابقة:

- 1- استنتاج نوع الراتب الغذائي الضروري للأم فؤاد و للرضيع فؤاد.
- 2- ما هو سبب نقص الحليب عند أم فؤاد.
- 3- اقترح نصيحة للأمهات المرضعة لمحافظة على صحة أطفالهن.

المستوى : 1 متوسط

المدة : 30 دسا و 1 د

الاسم: اختبار الثالث، الأول في، مادة علوم الطبيعة والحياة القسم:



-1 - سند

الوضعية الأولى : (6ن)

زراعة فلاح نبات الفول وللحصول على نباتات جيدة النمو زود المزرعة بكميات منتظمة من محلول كنوب يحتوي على PK (فوسفور + بوتاسيوم) فعند نمو النبات لاحظ ظهور بعض الأعراض :

نیات هزیله - صفراء و اوراق قلیله - قصر الساق

ولمعالجة هذه الأعراض قام بإضافة الأزوت كما قام بزيادة تركيز NPK بـ (20 %) في محلول كنوب وأضافه للنبات فلاحظ أيضا ذبول وموت النبات.

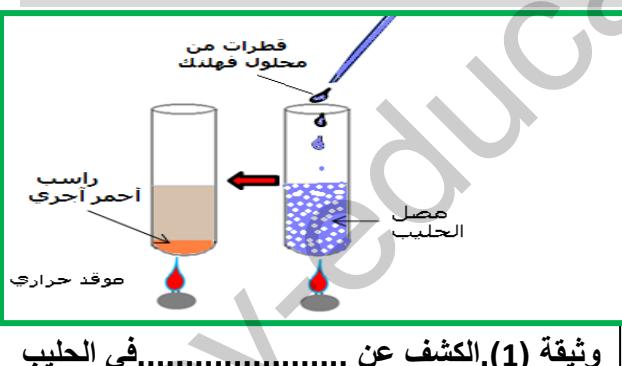
بالاعتماد على السندات ومعلوماتك السابقة أجب على التعليمات :

١- حدد سبب ظهور الأعراض السابقة على نباتات الفول؟ (٢ ن)

2- فسر دبول و موت النبات في المرة الثانية رغم توفر كل العناصر الأساسية NPK ؟ (2 ن)

3- قدم نصيحة لهذا البستانى حتى يتحصل على نباتات جيدة النمو. (2 ن)

الوضعية الثانية : (ن)



إن الرضيع خلال الأشهر الستة (6) الأولى من نموه لا يتناول إلا الحليب لأنه يحتوي على كل الأغذية البسيطة سواء كانت عضوية أو معدنية التي يحتاجها الرضيع أثناء نموه، وللكشف عن أحد هذه الأغذية قمنا بتجربة تحليل الحليب و الموضحة في الوثيقة (1)

إعتماداً على الوثيقة (1) و مكتسباتك القبلية أجب على التعليمات :

وثيقة (1). الكشف عن في الحليب

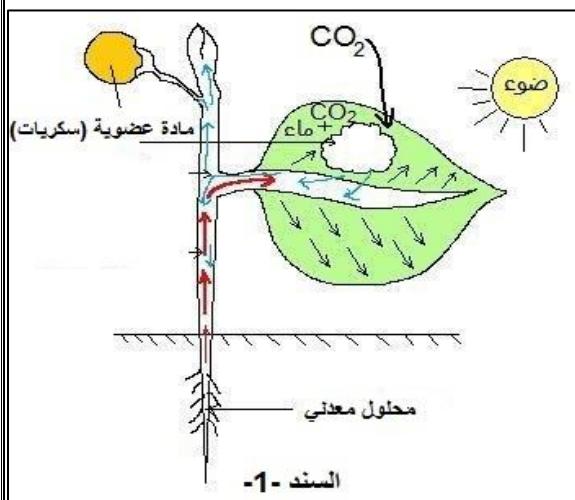
1- أكمل عنوان التجربة و هل الغذاء المراد الكشف عنه في التجربة هو غذاء عضوي أو معدني؟ علل إجابتك (2 ن)

3- استنتج بالتعريف الفرق بين الغذاء البسيط و المركب ؟ (2 ن)

4- فسر لماذا يعتبر الحليب غذاء مركب كامل ؟ (2 ن)

أقل الصفحه

الوضعية الانماجية (08 ن)



في عطلة الشتاء زار "تامر" عمه الفلاح الذي يملك مزرعة لأشجار البرتقال الحلوة و عند رجوعه أهدي له شجيرة برتقال و نصحه بالاعتناء بها بتوفير كل شروط نموها حتى تزوده في العام المقبل برتقال حلو المذاق فغرسها "تامر" في فناء البيت وراء منزلهم حيث لا يصل ضوء الشمس فالمكان كثير الظل لكنه كان يسقيها بانتظام و بعد سنة نمت الشجيرة و أصبحت شجرة كثيرة الثمار لكن عند تذوقه للبرتقال كان مذاقه غير حلو رغم نضج الثمار.

اعتماداً على السند (1) و مكتسباتك القبلية ساعد "تامر" للتحصل على ثمار حلوة في العام الموالي بالإجابة على التعليمات التالية

التعليمات

- 1- فسر تحصل "تامر" على ثمار ناضجة لكنها غير حلوة رغم نمو الجشة؟
- 2- حدد العملية التي يتحصل فيها النبات على المادة العضوية و شروطها؟
- 3- اقترح نصيحة لتامر حتى يتحصل على ثمار حلوة المذاق؟

حل الوضعية الانماجية

ملاحظة : (0.5 ن) على تنظيم الورقة

تصحيح اختبار الثلاثي الأول لعلوم الطبيعة والحياة

<u>المقاطع التعلمية</u>	<u>الميادين</u>
1- التغذية عند الإنسان	1- الإنسان و الصحة
1- التغذية النبات الأخضر.	2- الإنسان و المحيط

تصحيح الوضعية الأولى:(06ن)

3م	2م	1م	المؤشرات	المعايير	التعليمات
		0.25	أن يستطيع المتعلم تحديد سبب ظهور الأعراض - قصر الساق - أوراق قليلة و صفراء - نباتات هزيلة	1م- الوجاهة.	ت 1
		0.25	- استغلال السياق (النص) و السند (1) .	2م- إستعمال أدوات المادة.	
1.5			- سبب ظهور أعراض - قصر الساق - أوراق قليلة و صفراء- نباتات فول هزيلة هو نقص الأزوت N في محلول المعدني (كتوب)	3م- الإنسجام.	ت 2
		0.25	2- أن يستطيع المتعلم تفسير سبب ذبول و موت النبات في المرة الثانية رغم توفر العناصر الأساسية NPK ؟	1م- الوجاهة.	
		0.25	- استغلال المكتسبات القبلية . و النص	2م- إستعمال أدوات المادة.	ت 3
1.5			- سبب ذبول و موت النبات في المرة الثانية هو توفر العناصر الأساسية NPK في محلول المعدني لكنها بتركيز عالي	3م- الإنسجام.	
		0.25	- أن يستطيع المتعلم إقتراح نصيحة للبستاني حتى يتحصل على نباتات جيدة النمو .	1م- الوجاهة.	ت 2
		0.25	- استغلال مكتسباته القبلية.	2م- إستعمال أدوات المادة.	
1.5			✓ النصيحة هي أن يستعمل البستاني محلول معدني يحتوي على العناصر الأساسية NPK بتركيز معتدل	3م- الإنسجام.	ت 3

تصحيح الوضعية الثانية:(06ن)

3م	2م	1م	المؤشرات	المعايير	التعليمات
		0.25	أن يستطيع المتعلم التعرف على عنوان التجربة مع تحديد الغذاء بسيط عضوي أو معدني مع التعليل	1م- الوجاهة.	ت 1
		0.25	- استغلال المكتسبات القبلية و السند (1) .	2م- إستعمال أدوات المادة.	
1.5			- عنوان التجربة الكشف عن الغلوسيدين (السكر) في الحليب - الغلوسيدين غذاء عضوي لأنه يتحمّل على الكربون	3م- الإنسجام.	ت 2
		0.25	- أن يستطيع المتعلم أن يستنتج الفرق بين الغذاء البسيط و المركب	1م- الوجاهة.	
		0.25	- استغلال المكتسبات القبلية . و السياق	2م- إستعمال أدوات المادة.	ت 3
1.5			- الغذاء البسيط هو الذي يتكون من مادة غذائية واحدة بينما الغذاء المركب هو الغذاء المكون من مادتين غذائيتين فأكثر (غذائين بسيطين فأكثر)	3م- الإنسجام.	
		0.25	- أن يستطيع المتعلم تفسير جملة "يعتبر الحليب غذاء مركب كامل"	1م- الوجاهة.	ت 3
		0.25	- استغلال مكتسباته القبلية و السياق.	2م- إستعمال أدوات المادة.	
1.5			✓ يعتبر الحليب غذاء مركب كامل لأنه يحتوي على كل الأغذية البسيطة	3م- الإنسجام.	ت 3

تصحيح الوضعية الإدماجية (8 ن)

التعليمات	المعايير	المؤشرات	1م	2م	3م	4م
ت 1	1م- الوجاهة.	- أن يستطيع المتعلم تفسير تحصل " تامر " على ثمار ناضجة لكنها غير حلوة رغم نمو الجشة	0.5			
	2م- إستعمال أدوات المادة.	- إستغلال السياق و السند (1).	0.5			
	3م- الإنسجام.	- تحصل " تامر " على ثمار ناضجة لأنه لكنها غير حلوة رغم نمو الجشة لأنه وفر لها شروط النمو محلول معدني و غاز ثاني أكسيد الكربون لكن الإضاعة كانت ضعيفة و الذي أثر على تركيب المادة العضوية (سكريات)	1.5			
ت 2	1م- الوجاهة.	- أن يستطيع المتعلم تحديد العملية التي يتحصل فيها النبات على المادة العضوية و شروطها	0.5			
	2م- إستعمال أدوات المادة.	- إستغلال المكتسبات القبلية . و السند -1	0.5			
	3م- الإنسجام.	- العملية التي يتحصل فيها النبات الأخضر على المادة العضوية هي التركيب الضوئي و شروطها هي : الضوء - غاز ثاني أكسيد الكربون - محلول المعدني (ماء + أملاح معدنية) - اليخصوص .	1.5			
ت 3	1م- الوجاهة.	- أن يستطيع المتعلم اقتراح نصيحة لتامر حتى يتحصل على ثمار حلوة المذاق	0.5			
	2م- إستعمال أدوات المادة.	- إستغلال مكتسباته القبلية.	0.5			
	3م- الإنسجام.	✓ النصيحة هي أن ينقل " تامر " شجرته إلى مكان يصله ضوء الشمس جيدا حتى يمتص النبات الكمية الكافية من الضوء لعملية التركيب الضوئي.	1.5			
	4م- الاتقان و التنظيم	نظافة الورقة و تنظيم الإجابة	0.5			

المتوسطة :

المستوى : الأولى متوسط

التاريخ : 2017/12/07م

المدة : ساعة ونصف

اختبار الثلاثي الأول في مادة علوم الطبيعة والحياة

التمرين الأول : (6ن) إليك الجدول التالي الذي يمثل الاحتياجات الغذائية اليومية للطفلين احمد وعمر

المجموع	الفيتامينات	أملاح معدنية	الغلوسيدات	الدهن	البروتينات	
417.9	0.174	1.8	310	36	70	احمد(6سنوات)
758.3	0.181	3.2	580	75	100	عمر(14سنة)

- قارن بين الاحتياجات الغذائية اليومية (الراتب الغذائي) للطفلين احمد وعمر
- حدد حسب ماذا تتغير الحاجة الغذائية اليومية (الراتب الغذائي) في هذه الحالة (حالة الطفلين)
- هات باقي التغيرات للراتب الغذائي
- ما نوع الراتب الغذائي الذي يحتاجه هؤلاء الأشخاص : فلاح - الرضيع - امرأة حامل - الجد

التمرين الثاني : (6ن) يتحصل النبات الأخضر على احتياجاته الغذائية من الوسط الذي يعيش فيه



- ما هي الحاجيات الغذائية للنبات ؟
- سم الجزأين 1 و 2
- يقوم الجزء الثاني بعملية هامة في حياة النبات ما هي ؟ ما المنطقة المسؤولة عن هذه العملية
- اعد رسم الجزء الثاني عليه كافة البيانات والعنوان

الوضعية الإدماجية : (8ن)

انتشرت في السنوات الأخيرة محلات الأكل السريع "FAST FOOD" مما جعل الأولاد يقبلون عليها بشغف وشراهة ودون رقابة وفي معظم الأوقات. ما سبب عدّة مشاكل صحية. كما توضّحه الوثائق الموقّلة

السمنة أحد أمراض سوء التغذية انتشر كثيرا في الآونة الأخيرة بسبب بعض السلوكيات الخاطئة في التغذية كما أنه سبب لمرض السكري وارتفاع ضغط الدم .. وعده مشاكل صحية أخرى.

التعليمات: اعتمادا على السندات المقدمة و معارفك السابقة أجب :

- سم المرض الناتج عن السلوكيات الغذائية السيئة التي يقوم بها الأولاد.
- فسر سبب الإصابة بهذا النوع من الأمراض.
- قدم 3 نصائح لتقادي الإصابة بالأمراض الناتجة عن هذا السلوك في التغذية.



الوثيقة2

الوثيقة1

بالتوفيق

المدة ساعة ونصف

المستوى أولى متوسط

اختبار الفصل الأول في مادة علوم الطبيعة والحياة

القسم:

اللّقب:

الاسم:

التمرين الأول (6 نقاط):

مجيد تلميد في سنة أولى متوسط تكون أسرته من الأفراد التالية: جده كبير في السن ومتقاعد، والده بناء، أمه حامل في شهرها السادس، وأخته تلميذة في الابتدائي، حيث تقوم الأم باعداد الوجبات التي تلي حاجياتهم.

1. أعطِ تعرِيفَ الراتِبِ الغذائيِّ؟

2. اقترح لكل شخص الراتب الذي يحتاجه؟

.....: أمه

جده:.....

أخته:.....

والدہ:.....

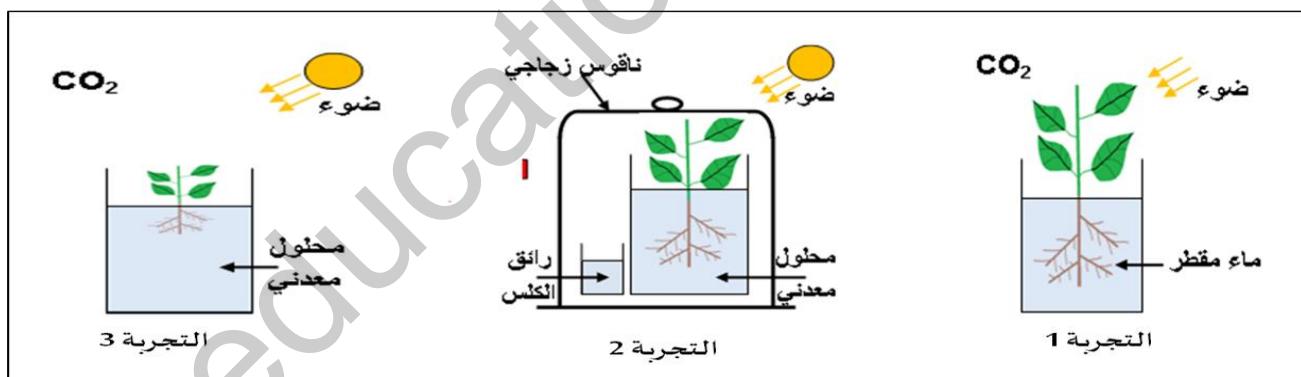
.....محلی.....

3. ما هي العوامل وراء اختلاف الراتب الغذائي؟

..... ۹ ۹ ۹ ۹ ۹ ۹

التمرين الثاني (6 نقاط):

أليك الوثيقة التالية التي توضح تجارب أجريت على النبات الأخضر من أجل معرفة العناصر الغذائية له:



١. أذكر النتائج المتوقعة في كل تجربة وفسرها؟

التجربة	النتيجة المتوقعة	التفسير
1		
2		

اقل الصفحة

2. ما هو دور رائق الكلس في التجربة؟

3. استنتاج شروط نمو النبات؟

الوضعية الادماجية (8 نقاط):

يعاني سكان بعض المناطق الجبلية من تضخم الغدة الدرقية بحيث اعتاد هؤلاء على شرب الماء من الينابيع التي تفتقر إلى ملح اليود واستعمال نوع من ملح الطعام الغير معالج في وجباتهم إضافة إلى عدم تناولهم الأسمدة.

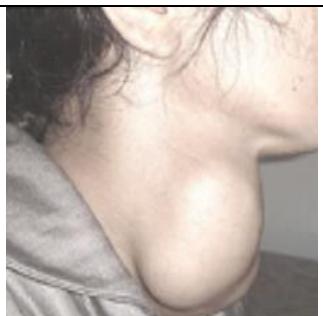
السندات:

السند 1:

ملح معالج	ملح غير معالج
هو ملح طعام مخلوط بكميات صغيرة من عنصر اليود	هو ملح مستخرج من الطبيعة لا يضاف له عنصر اليود

السند 2:

السمك مصدر طبيعي للبروتين غني بعنصر اليود، عنصر الكالسيوم، عنصر الفوسفور.



السند 3: صورة جانبية لامرأة مصابة بهذا المرض

التعليمات:

1. فسر سبب ظهور هذه المرض عند سكان القرى

2. قدم ثلاثة نصائح وقائية من هذا المرض وأمراض سوء التغذية.

