**ورقة عمل / العلوم و الحياة**

الاسم/ ………………………………………

الصف الرابع الأساسي/ ………



CS003339اذكر بعض الأطعمة التي تفيد جسم الإنسان:

CS003339

………………………………………………………

………………………………………………………

أضع إشارة ( 🗸 ) أمام العبارة الصحيحة وإشارة ( 🞪 ) أمام العبارة الخاطئة:

|  |  |
| --- | --- |
| 1- ينتمي الخبز إلى مجموعة الوقاية. | ( ) |
| 2- أغذية الطاقة تعطينا القوة للقيام بمجهود عضلي كبير. | ( ) |
| 3- اللحوم تحتوي على البروتينات التي تنتمي إلى أغذية البناء. | ( ) |
| 4- يساعدنا الهرم الغذائي في تحديد كميات الطعام التي نحتاجها باعتدال. | ( ) |
| 5- تعدّ المجدرة وجبة غذائية متوازنة. | ( ) |

أكتب أهمية كل مجموعة من المجموعات الغذائية الآتية:

|  |  |
| --- | --- |
| الدهون و الزيوت   ....................................... | البناء ...................... |

أضَعُ كُلاً مِمَّا يَأْتِي فِي جُمْلَةٍ مِنْ عِندْي:



التعليب



التخليل

.................................

.................................

.................................

.................................

.................................

.................................

.................................

.................................

.................................



##### - احدد نوع كل مجموعة من المجموعات الغذائية لهذه الأطعمة:



# **اسم المجموعة/**



# **اسم المجموعة/**



### 

# **اسم المجموعة/**



**عرفي :**

الهرم الغذائي : ............................................................................

الغذاء المتوازن : ............................................................

**انتهت الأسئلة**