

اللقب :

الاسم :

القسم : 1 م

المستوى : أولى متوسط

المدة : ساعة

فرض الفصل الأول في مادة علوم الطبيعة و الحياة

التمرين الأول : (8 نقاط)

- كمال تلميذ في السنة أولى متوسط تتكون أسرته من ام حامل في شهرها الرابع وأب رياضي وجده الذي تجاوز 70 سنة, حيث تقوم الأم بإعداد وجبات غذائية التي تتوافق مع احتياجات كل افراد العائلة رغم اختلافها من فرد لآخر

1- عرف الراتب الغذائي؟ الراتب الغذائي هو.....

.....

2- حدد نوع الراتب الغذائي لكل فرد من افراد العائلة

* كمال * الأم الحامل

* الاب الرياضي * الجد

3- اذكر عوامل تغير الراتب الغذائي من شخص لآخر

- -

- -

4- حتى تكون التغذية متوازنة يجب توفر شروط, اذكر أربعة منها:

- ان يكون -

- -

التمرين الثاني : (4 نقاط)

اربط بسهم الكاشف مع الغذاء الذي يكشف عنه.

وضع بين قوسين اللون المحصل عليه

* ماء اليود * البروتين (.....)

* محلول فهلنج (A+B) * ملح الكلور (.....)

* حمض الأزوت * النشاء (.....)

* نترات الفضة * السكر (.....)

صفحة 1 من 2

التمرين الثالث : (8 نقاط)

بمناسبة المولد النبوي الشريف قامت والدة محمد بتحضير وجبة العشاء و كانت الأطعمة متنوعة , طبق الشخشوخة عليه قطعة لحم , حمص و بجانبه طبق سلطة به (خس, زيتون, طماطم, جزر, بيض) بالإضافة إلى عنب و ماء و ملح الطعام .

التعليمات :

- اعتمادا على السندات ومكتسباتك القبلية اجب على ما يلي :

1- صنف الأغذية التالية في الجدول حسب المصدر و الأصل:

لحم- حمص- خس- زيتون- بيض- عنب- ماء- ملح الطعام

المصدر		الأصل	
.....			
.....			
.....			

3- ما هي الخاصية التي اعتمدت عليها في تصنيف المصدر

الخاصية هي :

• من خلال الوثيقة (01) صنف كل من اللحم و العنب حسب التركيب
تصنيف الأغذية :

اللحم :

.....

العنب :

.....

4- ماهو الغذاء المركب الكامل؟ أعط مثال.

الغذاء المركب الكامل:

.....

.....

الأغذية	تركيبها	بروتينات	غلوسيدات (سكريات)	دسم
اللحم		27g	0.5g	11g
العنب		1g	17g	1g



لن يستطيع أحد أن يحتكر النجاح لنفسه؛ فالنجاح ملك من يدفع ثمنه



بالنجاح و التوفيق

الصفحة 2 / 2

انتهى