

المستوى: الثالثة ابتدائي (3AP) ديسمبر 2021

اختبار الفصل الأول في التربية العلمية

الاسم: اللقب: القسم الثالث ...

التمرين الأول: (2ن)

- أضع (ص) أمام العبارة الصحيحة و (خ) أمام العبارة الخاطئة.
- لِحِفَافٍ عَلَى صِحَّتِي يَجِبُ أَنْ تَكُونَ أَغْذِيَّتِي مُتَنَوِّعَةً. (....)
 - أَتَنَاوَلُ الْكَثِيرَ مِنَ السُّكَّرِيَّاتِ وَالْحَلَوِيَّاتِ. (....)
 - الْإِفْرَاطُ فِي الْأَكْلِ يُسَبِّبُ السَّمَنَ. (....)
 - الْأَكْلُ بِسُرْعَةٍ يُسَبِّبُ آلامَ فِي الْمَعِدَةِ. (....)

التمرين الثاني : (2.5ن)

أكمل بما يناسب :

تُصَنَّفُ الْحَيَوَانَاتُ حَسَبَ نِظَامِ غِذَائِهَا إِلَى:

- 1- مِثْلَ
- 2- مِثْلَ
- 3- أَكَلَاتِ كُلِّ شَيْءٍ مِثْلَ

التمرين الثالث: (2.5ن)

اربط بين الغذاء والمجموعة الغذائية التي ينتمي إليها.

- | | |
|---------------------------|-----------------------------|
| - عَصِيرَ الْفَوَاكِه | - اللَّحُوم |
| - الزَّيْتُ وَالزُّبْدَةُ | - الْحُبُوب |
| - الْعَدَسُ | - الْمَاءُ وَالْمَشْرُوبَات |
| - الدَّجَاجُ وَاللَّحْمُ | - الدُّهُون |
| - الْمَوْزُ وَالنَّفَّاح | - الْفَوَاكِه وَالْخُضَر |

الوضعية الإدماجية: (3ن)

السند: تَخْتَلِفُ دَقَّاتُ قَلْبِي مِنْ حَالَةٍ إِلَى حَالَةٍ .
- لَوْنُ بِنَفْسِ اللَّوْنِ نَشَاطُ الْقَلْبِ وَالْجُهْدُ الْعَضَلِي الْمُنَاسِبُ لَهُ:

الْجُلُوس

الْمَشْي

الْجَرْي

120 دَقَّةً فِي الدَّقِيقَةِ

60 دَقَّةً فِي الدَّقِيقَةِ

95 دَقَّةً فِي الدَّقِيقَةِ

بالتوفيق.

التصحيح النموذجي:

التمرين الأول: (2ن) أضع (ص) أمام العبارة الصحيحة و (خ) أمام العبارة الخاطئة

- إلحفاظ على صحتي يجب أن تكون أغذيتي متنوعة (ص)

- أتناول الكثير من السكريات و الحلويات (خ)

- الإفراط في الأكل يسبب السمن (ص)

- الأكل بسرعة يسبب آلام في المعدة (ص)

التمرين الثاني : 2ن أكمل بما يناسب :

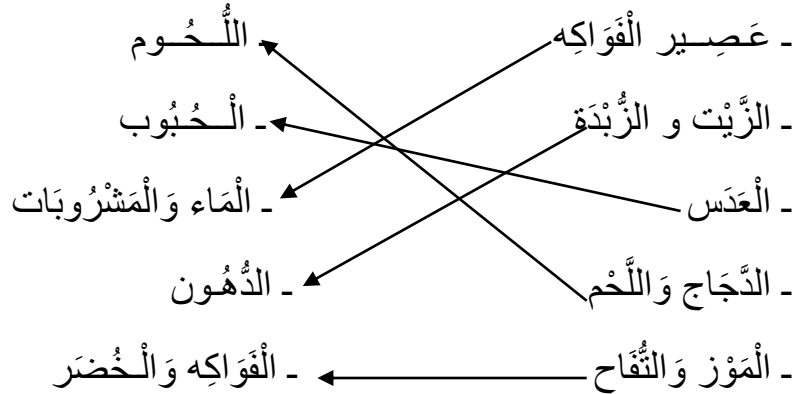
تُصنّف الحيوانات حسب نظام غذائها إلى:

1- حيوانات لاحمة مثل الأسد

2- حيوانات عاشبة مثل الخروف

3- آكلات كل شيء مثل الدب

التمرين الثالث: أربط بين الغذاء والمجموعة الغذائية التي ينتمي إليها 2.5 ن



الوضعية الإدماجية: 3ن

السند: تختلف دقات قلبي من حالة إلى حالة

- لَوْن بِنَفْس اللّون نَشَاط القلب والجهد العضلي المناسب له:

الجلوس

المشي

الجرى

120 دقة في الدقيقة

60 دقة في الدقيقة

95 دقة في الدقيقة