

التمرين الأول (3ن) : أجب بـ (صحيح) أو (خطأ)

- يُؤدّي الإكثار من تناول الأغذية المصنوعة من السكر و الدهون إلى السمنة ☐
- تزداد نبضات القلب عند الاسترخاء ☐
- يظهر المصاب بمرض الكواشيوركور بعضلات ضعيفة و بطن منتفخ ☐
- تراكم الدهون في الدم سببه الإكثار من تناول الخضّر والفواكه ☐
- للمحافظة على صحتنا يجب أن تكون تغذيتنا متنوعة ☐
- نبضات القلب هي عدد دقات القلب في الساعة ☐

العلامة

10

التمرين الثاني (2.5ن) : أكمل الفراغ بالكلمات المناسبة

يُسبب سوء التغذية، مشاكل صحية خطيرة مثل و للمحافظة على صحتنا يجب أن تكون تغذيتنا ، تتوفر على غذاء من كل مجموعة من المجموعات على الأقل .

التمرين الثالث (3ن) : تصنف الأغذية ضمن ست مجموعات هي:

- 1- - 2-
- 3- - 5-
- 6- - 6-

التمرين الرابع (1.5ن) : أذكر ثلاث أنماط تتقل الحيوانات :

- 1- 2- 3-

بالتوفيق