

تم تحميل ورفع المادة على منصة

المعلم التعليمي



للعودة الى الموقع اكتب في بحث جوجل



المعلم التعليمي



ALMUALM.COM

المملكة العربية السعودية اختبار فكري مهارات الحياتية الصف: الثاني المتوسط ف ٢

الاسم: الفصل:

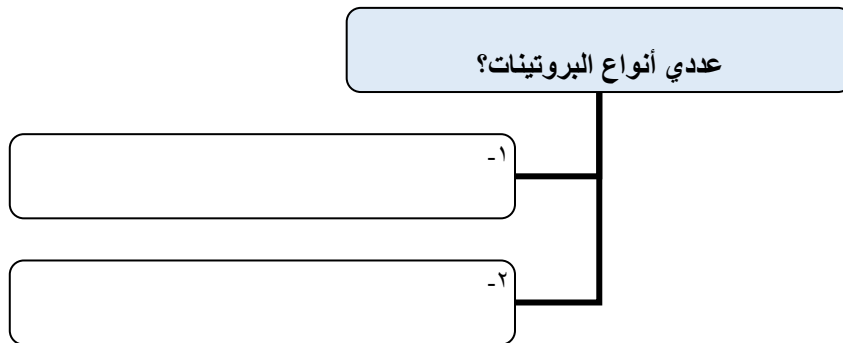
١- ضع/ي علامة (✓) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) أمام العبارة الخاطئة

١- التغذية هي مجموعة عمليات يحصل الجسم بواسطتها على المواد الغذائية اللازمة لنموه ونشاطه وتجديد خلاياه
٢- يعتبر فول الصويا من البروتينات النباتية المنخفضة القيمة الغذائية
٣- من امثلة المواد المنهكة مادة جلوتومات احادي الصوديوم
٤- من فوائد البروتينات انها مصدر للطاقة عند الحاجة
٥- من أسباب الاقبال على الوجبات السريعة وجود خدمة التوصيل السريع
٦- الوجبات السريعة لا تزيد من التكاليف المادية للأسرة
٧- تضاف المواد الملونة للأطعمة لمنع الفساد الميكروبي
٨- ان عدد الحصص الغذائية تختلف بحسب النشاط والجنس والعمر
٩- تم إضافة الماء للنخلة الغذائية بسبب طبيعة المملكة ذات المناخ الصحراوي لتناول الماء بكميات كافية
١٠- الأظعمة البروتينية تتكون من وحدات بنائية تسمى احماض امينية
١١- يدل وجود الدهون والسكريات في قمة النخلة الغذائية لأنها تشمل حصص أكثر خلال اليوم
١٢- الوجبات السريعة هي الأغذية التي يتم تحضيرها وتقديمها في وقت قصير
١٣- تناسب الطول مع الوزن وشكل البنية والعمر يدل على تغذية متوازنة

٢- اختار/ي الإجابة الصحيحة:

١- المضافات الغذائية لها رمز موحد عالميا وهو (A) - (E) - (C)
٢- من اضرار الوجبات السريعة الصحية (تحتوي على دهون عالية - تقلل تدريب الأبناء على آداب الطعام - جميع ما سبق)
٣- تضاف الى المواد الغذائية لتعزيز قيمتها الغذائية (مضادات الاكسدة - مواد مغذية - مواد حافظة)
٤- لتفادي اضرار الوجبات السريعة (ممارسة الرياضة - تقليل عدد مرات تناولها - جميع ما سبق)
٥- الرمز (E) (٣٩٩-٣٠٠) يدل على (مضادات الاكسدة - مواد حافظة - مواد ملونة)

٣- أكمل/ي المخطط التالي:



نموذج الاجابة

المملكة العربية السعودية اختبار فكري مهارات الحياتية الصف: الثاني المتوسط ف ٢

الاسم: الفصل:

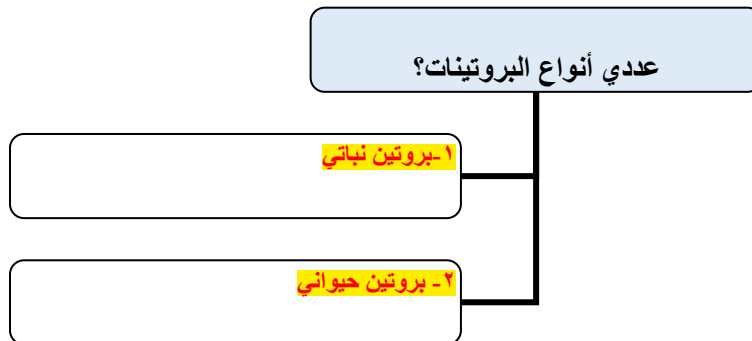
١- ضع/ي علامة (✓) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) أمام العبارة الخاطئة

✓	١- التغذية هي مجموعة عمليات يحصل الجسم بواسطتها على المواد الغذائية اللازمة لنموه ونشاطه وتجديد خلاياه
×	٢- يعتبر فول الصويا من البروتينات النباتية المنخفضة القيمة الغذائية
✓	٣- من امثلة المواد المنهكة مادة جلوتومات احادي الصوديوم
✓	٤- من فوائد البروتينات انها مصدر للطاقة عند الحاجة
✓	٥- من أسباب الاقبال على الوجبات السريعة وجود خدمة التوصيل السريع
×	٦- الوجبات السريعة لا تزيد من التكاليف المادية للأسرة
×	٧- تضاف المواد الملونة للأطعمة لمنع الفساد الميكروبي
✓	٨- ان عدد الحصص الغذائية تختلف بحسب النشاط والجنس والعمر
✓	٩- تم إضافة الماء للنخلة الغذائية بسبب طبيعة المملكة ذات المناخ الصحراوي لتناول الماء بكميات كافية
✓	١٠- الأطعمة البروتينية تتكون من وحدات بنائية تسمى احماض امينية
×	١١- يدل وجود الدهون والسكريات في قمة النخلة الغذائية لأنها تشمل حصص أكثر خلال اليوم
✓	١٢- الوجبات السريعة هي الأغذية التي يتم تحضيرها وتقديمها في وقت قصير
✓	١٣- تناسب الطول مع الوزن وشكل البنية والعمر يدل على تغذية متوازنة

٢- اختار/ي الإجابة الصحيحة:

١- المضافات الغذائية لها رمز موحد عالميا وهو (A) - (E) - (C)
٢- من اضرار الوجبات السريعة الصحية (تحتوي على دهون عالية - تقلل تدريب الأبناء على آداب الطعام - جميع ما سبق)
٣- تضاف الى المواد الغذائية لتعزيز قيمتها الغذائية (مضادات الاكسدة - مواد مغذية - مواد حافظة)
٤- لتفادي اضرار الوجبات السريعة (ممارسة الرياضة - تقليل عدد مرات تناولها - جميع ما سبق)
٥- الرمز (E - ٣٩٩-٣٠٠) يدل على (مضادات الاكسدة - مواد حافظة - مواد ملونة)

٣- أكمل/ي المخطط التالي:



اعداد المعلمة: