najah213.com · نجاح 213

المدة: ساعة

متوسطة بوهالي الربيع
فرض الثلاثي الأول في مادة علوم الطبيعة و الحياة

مستوى: السنة الأولى متوسط
يوم: الثلاثاء 13 نوفمبر 2018

الوضعية الأولى 09 نقاط:

(التنظيم و الإتقان 1+)

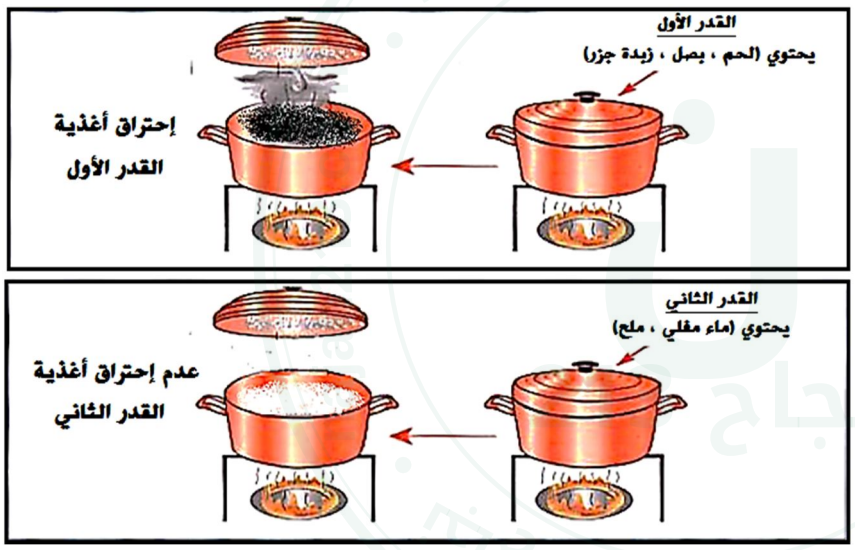
بينما كانت أم أحمد منشغلة في إرضاع أخوه الصغير نسيت الموقد مشتعل وعليه القدر الأول يحتوي (لحم ،بصل ، زبدة ، جزر) و القدر الثاني يحتوي على (ماء مغلي و ملح) فاحترقت أغذية القدر الأول فقط .

استغرب أحمد الذي يدرس في الابتدائي أمر احتراق أغذية القدر الأول وعند جلوسهم على المائدة اخذ يسأل أمه لماذا لا يأكل أخاه الرضيع معهم و من أين تحصلنا على الأغذية و ماهو الفرق بينها .فضحكت أمه وقالت له ابحث بنفسك .

السندات:

مكونات 1 لتر حليب	
المكونات	الكمية
الماء	890غ
البروتينات	35غ
السكريات	36غ
الدسم	35غ
الاملاح المعدنية	04غ
فيتامينات	آثار قليلة

السند 01



السند 02

التعليمات: من خلال السياق و السندات و مواردك السابقة

1. ساعد أحمد في تصنيف الأغذية المذكورة في الجدول التالي

أغذية عضوية (نباتية)	أغذية معدنية	أغذية عضوية (حيوانية)

2. وضح لأحمد سبب اكتفاء أخوه الرضيع بحليب أمه كغذاء وحيد له.
3. ساعد أحمد في تصنيف الأغذية الموجودة في السند 01 حسب دورها في الجسم

فروض واختبارات مع الحلول لكل المستويات — مجاناً
najah213.com

najah213.com · نجاح 213

الوضعية الإدماجية 10 نقاط:

إسلام و سمير توأمان ، يتردد إسلام كثيرا على محلات الأكل السريع ، يعاني من زيادة في الوزن تسبب له مشاكل صحية عديدة بينما شقيقه سمير فهو شخص سليم يتمتع بوزن مثالي يمنحه الخفة والرشاقة .

بعد عودة إسلام من المدرسة بدأ يعاني من آلام حادة على مستوى البطن و إسهال مما استدعى نقله إلى المستشفى ،بعد عودته إلى المنزل ، أردت أن تفسر له بأن الأعراض التي يعاني منها مرتبطة بتغذيته و نشاطه .

السندات:

مكونات الوجبة	حالة الوجبة
عصير فواكه	منتهي الصلاحية
الجبن	طازج
بطاطا مقلية	استعمال زيت قديم
مكونات الوجبة التي تناولها إسلام قبل العودة من المدرسة في محلات الأكل السريع	

السند 01

	إسلام	سمير
الطول	1.65 متر	1.65 متر
الوزن	80 كلغ	60 كلغ
تناول أغذية بين الوجبات الرئيسية	نعم	لا
ممارسة الرياضة	لا	نعم
الإدمان على الألعاب الإلكترونية	نعم	لا
نوع الأغذية المستهلكة في الغالب	الوجبات السريعة و الدسمة	متنوعة و كافية
حصيلة التغذية و الحاجة	التغذية أكثر من حاجيات الجسم	التغذية متوازنة مع حاجيات الجسم

السند 02

التعليمات: من خلال السياق و السندات و مواردك السابقة

1. فسر الأعراض التي تظهر عند إسلام .
2. حدد الأمراض الذي يعاني منها إسلام .
3. أذكر ثلاث سلوكات يقوم بها شقيقه سمير سمحت له بامتلاك جسم مثالي خفيف و رشيق .

فروض واختبارات مع الحلول لكل المستويات — مجاناً
najah213.com

najah213.com · نجاح 213

مستوى: السنة الأولى متوسط — متوسطة بوهالي الربيع — يوم: الخميس 15 نوفمبر 2018

الإجابة النموذجية لفرض الثلاثي الأول في مادة علوم الطبيعة والحياة

حل التمرين الأول 09 نقاط:

1. مساعدة أحمد في تصنيف الأغذية المذكورة في الجدول التالي ..... 3 = 6×0,5 ن

أغذية عضوية (نباتية)	أغذية معدنية	أغذية عضوية (حيوانية)
جزر ،بصل	ماء مغلي ، ملح	لحم ، زبدة

2. يرجع سبب اكتفاء أخوه الرضيع بحليب أمه كغذاء وحيد له لأنه : غذاء مركب كامل يحتوي على أغذية بسيطة عضوية بكميات متقاربة إضافة إلى مواد معدنية و فيتامينات و الماء . ..... 2 = 4×0,5 ن

3. مساعدة أحمد في تصنيف الأغذية الموجودة في السند 01 حسب دورها في الجسم

☒ يتمثل دور كل من : السكريات والدسم في الجسم في إعطاء الطاقة ..... 1 ن

- السكريات تمد الجسم بالطاقة الضرورية للنشاط العضلي ..... 0,5 ن
- الدسم تمد الجسم بالطاقة الضرورية لمقاومة البرد والمحافظة على حرارة الجسم ..... 0,5 ن

☒ يتمثل دور كل من : البروتينات و الفيتامينات والماء والأملاح المعدنية في الجسم في بناء (نمو) وصيانة العضوية . ... 2 ن

حل الوضعية الإدماجية 10 نقاط:

شبكة تقويم الوضعية الإدماجية (10 نقاط)			العلامة	
السؤال	المعيار	المؤشرات	مجزأة	المجموع
س1	الوجاهة	• احترام التعليمات (عدم الخروج عن الموضوع)	0,5	4
	استعمال أدوات المادة	• أن يستغل سياق النص والسندات وموارده السابقة ليفسر الأعراض التي تظهر عند إسلام	0,5	
	الانسجام	• يرجع سبب الأعراض التي تظهر عند إسلام إلى سلوكاته الغذائية غير السوية (السيئة) حيث يرجع سبب : ✓ الزيادة في الوزن إلى التغذية أكثر من حاجيات الجسم و الإكثار من تناول الدسم و السكريات	1	

فروض واختبارات مع الحلول لكل المستويات — مجاناً
najah213.com

najah213.com · نجاح 213

		الموجودة في الأكلات السريعة التي تتحول إلى شحوم في الجسم وكذا قلة النشاط و إدمانه على الألعاب الإلكترونية . ✓ الألم على مستوى البطن و الإسهال راجع لتناول الأكلة السريعة التي تحتوي على بطاطا مقلية بزيت قديم و كذلك عصير الفواكه المنتهي الصلاحية وهي أغذية تحتوي على سموم تضر الجسم.	2	
س2	الوجاهة	• احترام التعليمات (عدم الخروج عن الموضوع)	0,5	2
	استعمال أدوات المادة	• أن يستغل سياق النص والسندات وموارده السابقة ليحدد الأمراض الذي يعاني منها إسلام	0,5	
	الانسجام	• يعاني إسلام من مرض السمنة (البدانة) نتيجة إكثاره من تناول الدسم و السكريات و قلة النشاط وكذلك أصيب بتسمم غذائي نتيجة تناول أغذية منتهية الصلاحية و غير نظيفة و طازجة	1	
س3	الوجاهة	• احترام التعليمات (عدم الخروج عن الموضوع)	0,5	4
	استعمال أدوات المادة	• أن يستغل سياق النص والسندات وموارده السابقة لذكر ثلاث سلوكات يقوم بها شقيقه سمير سمحت له بامتلاك جسم مثالي خفيف و رشيق	0,5	
	الانسجام	• السلوكات التي يقوم بها سمير و التي سمحت له بامتلاك جسم مثالي خفيف و رشيق تتمثل في : ✓ إتباع نظام غذائي متوازن (كاف ، متنوع ، كامل) ✓ ممارسة النشاطات الرياضية ✓ عدم تناول أغذية بين الوجبات الرئيسية	3	

سلامة و سلاسة اللغة + تنظيم الورق (1+)

فروض واختبارات مع الحلول لكل المستويات — مجاناً
najah213.com