najah213.com · نجاح 213

متوسطة: | المستوى: أولى متوسط | السنة الدراسية: 2022/2021 | المدة: ساعة

المراقبة المستمرة الأولى في مادة علوم الطبيعة والحياة

التمرين الأول: (10ن) تختلف الحاجيات الغذائية اليومية بين الأشخاص و يعود ذلك لعوامل مختلفة، وللتعرف على بعضها نُقدم إليك الجدول التالي :

الاحتياجات الغذائية / الحالة	البروتينات	السكريات	الدسم
إمرأة حامل	64غ	312غ	74غ
مراهق	81 غ	441غ	95غ
مراهقة	71 غ	354 غ	75 غ
جو بارد	61 غ	416 غ	150 غ
رجل مسن	51 غ	293 غ	55 غ

1/ استخرج من الجدول **العوامل** التي تؤدي إلى اختلاف الحاجيات الغذائية بين الأشخاص...(4ن).

2/ صنف العناصر الغذائية (البروتينات، السكريات، والدسم) **حسب دورها في الجسم**....(2ن).

3/ حدد **نوع الراتب الغذائي** لكل من "المراهق" و "المرأة الحامل"... (2ن).

4/ قدم **تعريفاً** للراتب الغذائي... (2ن).

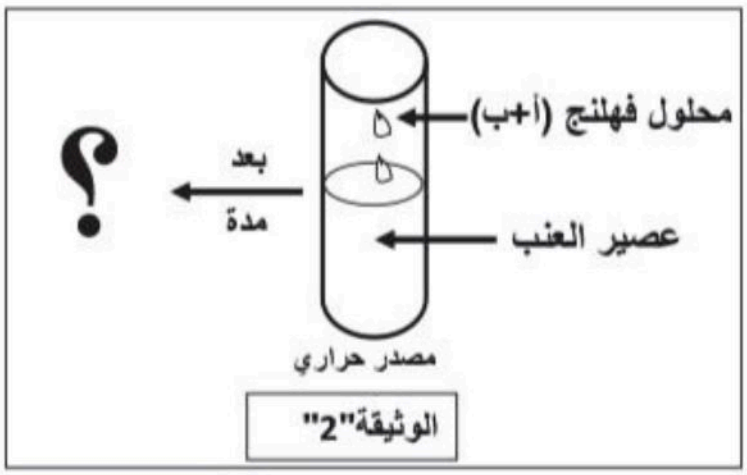
التمرين الثاني: (10ن) بمناسبة المولد النبوي الشريف، قامت والدة محمد بتحضير وجبة الغداء، وكانت متنوعة الأطعمة من بينها : طبق" الشخشوخة "، عليه قطعة لحم، حمص، و بجانبه طبق سلطة به : (خس، زيتون، طماطم، جزر، بيض) و طبق آخر به عنب .

الأغذية / تركيبها	بروتينات	غلوسيدات	دسم
اللحم	17 غ	0.5 غ	11 غ
العنب	1 غ	17 غ	1 غ

الوثيقة "1"

1/ صنّف الأغذية التالية **حسب مصدرها** (عنب، بيض، لحم، زيتون، حمص، جزر، خس، طماطم)... (4ن).

2/ صنّف كل من " **اللحم**" و "**العنب**" حسب العنصر الغذائي السائد فيهما (من خلال الوثيقة "1")...(2ن).



الوثيقة"2"

قصد التعرف على أحد العناصر الغذائية الأساسية التي يتكون منها العنب، قُمنا بإجراء تجربةٍ للكشف عليه، حيث نضع قطرات من " **محلول فهلنج { أ + ب} مع التسخين**" في أنبوب اختبار يحتوي على عصير العنب.

3/ سَجِل **مُلاحظتك** بعد مرور مدةٍ من التجربة... (2ن).

4/ سَمِ **العنصر الغذائي** الذي تم الكشف عليه... (2ن).

بالتوفيق يا نجوم العلوم ومبدعيها :)

www.dzexams.com

فروض واختبارات مع الحلول لكل المستويات — مجاناً
najah213.com