مراجعة في مادة العلوم للصف الثالث الابتدائي

السؤال الأول : اختر الإجابة الصحيحة علمياً لكل من العبارات التالية بوضع علامة(✓) في المربع المقابل لها:

1- تساعد السمكة علي الحركة في جميع الإتجاهات .

☐ العين ☐ الخياشيم ☐ القشور ■ الذيل و الزعانف

2-جزء من السمكة يساعدها على التنفس.

☐ القشور ☐ الذيل والزعانف ■ الخياشيم ☐ العين

3 - جزء من السمكة يحميها من الصخور.

■ القشور ☐ الزعانف ☐ الخياشيم ☐ الذيل

4- المجموعة التي تشمل على كل من الزيت والآيس كريم :

☐ مجموعة الحليب ☐ مجموعة الرز والحبوب ■ المجموعة الدهون والسكريات ☐ مجموعة البيض واللحوم

5 -المجموعة التي تشمل كل من المعكرونة و الكرواسون والمعجنات :

☐ مجموعة الخضراوت ☐ مجموعة البيض واللحوم ☐ المجموعة الحليب ■ مجموعة الخبز والحبوب

6- المجموعة التي تشمل كل من الأجبان و اللبنه :

■ مجموعة الحليب ☐ مجموعة الخضراوات ☐ المـــاء ☐ مجموعة الخبز والحبوب

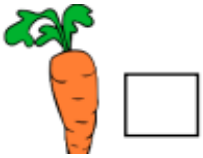
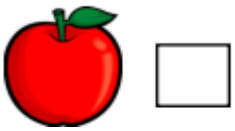
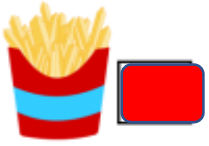
7- المجموعة التي تشمل كل من الخيار و الخس و الطماطم :

☐ مجموعة البيض واللحوم ☐ مجموعة الحليب ■ مجموعة الخضراوات ☐ مجموعة الفواكه

8- طعام مفيد لصحة العظام والاسنان:-

 ☐  ☐  ☐  ☐

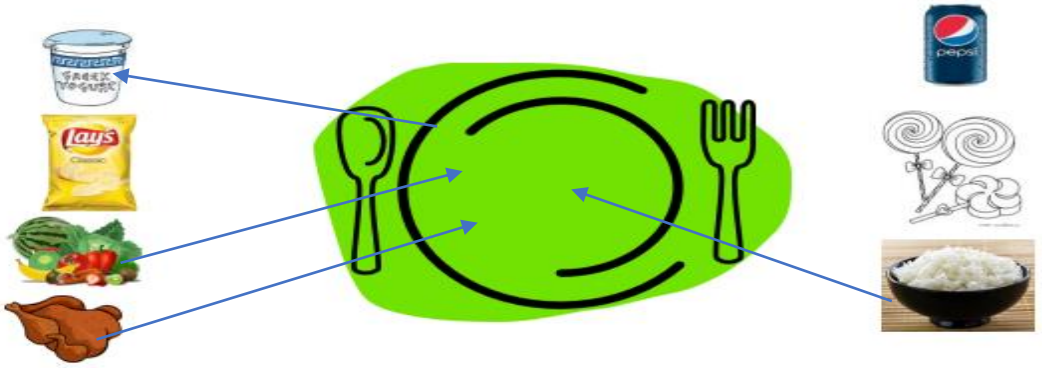
9- طعام يحتوي علي كمية كبيرة من الدهون:-

 ☐  ☐  ☐ 

10 - الطعام الصحي :-

 ☐  ☐  ☐  ☐

السؤال الثاني :صل الأطعمة الصحية المناسبة لوجبة الغداء داخل الطبق :



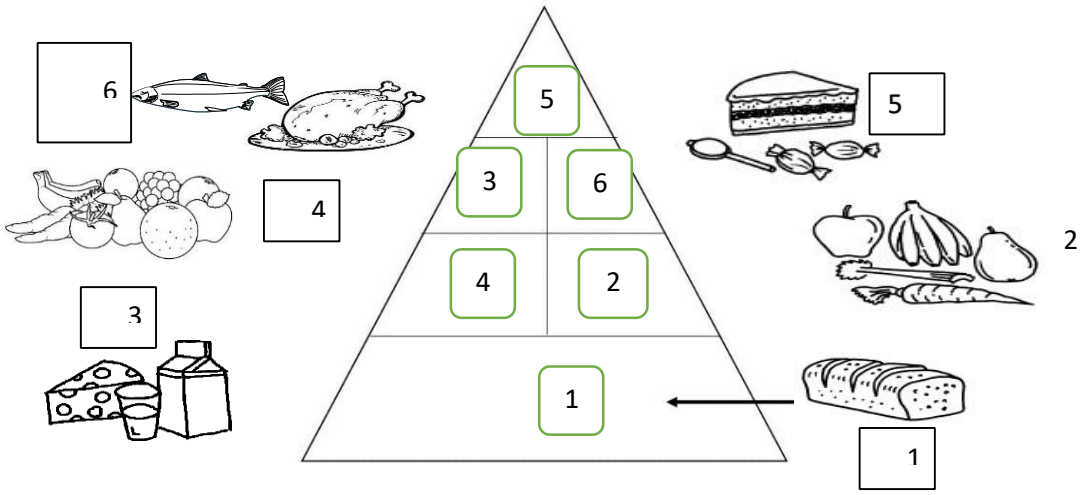
السؤال الثالث: أكمل المطلوب فيما يلي:

- عددي آثار التغذية الغير صحية على جسم الإنسان.
  1. .. .... السمنة وفقدان اللياقة
  2. الاصابة بالامراض (السكر/ ضغط الدم / القلب .

السؤال الرابع : اذكر ماذا يحدث في كلاً من الحالات التالية :

1. طفل يكثر من تناول السكريات و الحلويات ..... معرض لتسوس الاسنان / السمنة....
2. طفل يتناول الكثير من الوجبات السريعة معرض للسمنة و أمراضها.

السؤال الخامس : اكتب رقم المجموعة الغذائية في مكانها الصحيح



السؤال السادس : أختار من القائمة (ب) مع ما يناسبها من القائمة (أ) :

الرقم	القائمة أ	القائمة ب
4	تحتوي البطاطا المقلية على نسب عالية من	1. الدهن و السكر والملح.
2	تحتوي المياه الغازية على نسب عالية من	2. السكر
3	يحتوي المايونيز علي نسب عالية من	3. السكر و الدهون.
		4. الملح والدهن.