



نموذج إجابة
بنك أسئلة العلوم
لـلصف السابع
الفصل الدراسي الأول
للعام الدراسي
2023-2024



الموجه الفني العام للعلوم
أ. منى الأنصاري

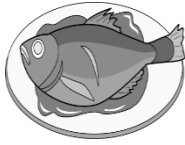
الوحدة التعلّمية الثانية

المغذيات Nutrients

- أنواع المغذيات
- قائمة طعامي
- الكربوهيدرات، البروتينات والدهون
- المُخبر الكيميائي
- حفظ الطعام
- Types of nutrients
- My food list
- Carbohydrates, proteins and fats
- Lab detective
- Food preservation

السؤال الأول: اختر الإجابة الصحيحة علمياً لكل من العبارات التالية و ضع علامة (√) في المربع المقابل لها :

1- الطعام الذي يتغير لونه بمحلول اليود:

☐☐☒

زيت

☐

2 - جميع المغذيات التالية مغذيات معقدة ما عدا:

☐☒☐

زيت

☐

3- عند الكشف عن نوع المغذي وظهور اللون الأحمر فذلك يدل على وجود:

البروتينات

☐

السكريات

☒

الماء

☐

الدهون

☐

4 - الطعام الذي يتغير لونه إلى اللون البنفسجي عند إضافة محلول البيوراييت عليه:

البطاطس

☐

نشا الأرز

☐

بياض البيض

☒

عصير التفاح

☐

5 - عند إضافة محلول فهلنج إلى عصير الليمون ينتج راسب لونه:

بنفسجي

☐

أحمر

☒

أزرق

☐

أخضر

☐

6- مغذيات عضوية تساعد على تنظيم التفاعلات الكيميائية التي تحول الغذاء إلى طاقة وأنسجة حية:

الفييتامينات

☒

الدهون

☐

البروتينات

☐

الكربوهيدرات

☐

7 - الطعام الذي يحتوي على بروتينات كاملة:

لوبيا

☐

العدس

☐

الفاصوليا

☐

البيض

☒

8 - جميع الفييتامينات التالية توجد في البيض ما عدا:

D

☐

C

☒

A

☐

B المركب

☐

9 - يعزز صحة العظام والأسنان وشفاء الجروح فيتامين:

K

☐

E

☐

C

☒

D

☐

10- الفييتامين الذي يساعد على تجلط الدم (وقف النزيف) :

C

☐

E

☐

D

☐

K

☒

11- يستخدم محلول فهلنج للكشف عن:

الدهون

☐

البروتين

☐

سكر مائدة

☒

نشا

☐

تابع / السؤال الأول: اختر الإجابة الصحيحة علمياً لكل من العبارات التالية و ضع علامة (√) في المربع المقابل لها

12- يستخدم محلول اليود للكشف عن وجود:

☐ سكر المائدة ☐ بياض البيض ☐ الدهون ☒ النشا

13- جميع ما يلي يعتبر مغذيات عضويه ما عدا:

☐ الدهون ☐ البروتينات ☒ الماء والأملاح ☐ السكر

14- مغذيات عضويه مكونه من الكربون والهيدروجين والأكسجين:

☐ الماء ☐ الأملاح المعدنية ☒ الكربوهيدرات ☐ الفيتامينات

15- أحدي طرق حفظ الطعام تعتمد على تبخير الماء من الأطعمة وقف نشاط البكتيريا والفطريات:

☒ التجفيف ☐ التجميد ☐ التملح ☐ التغليف

16- يستخدم البيورايت للكشف عن:

☐ النشا ☐ السكر ☒ بياض البيض ☐ عصير الليمون

السؤال الثاني: أكتب بين القوسين كلمة (صحيحة) أمام العبارة الصحيحة وكلمة (خطأ) أمام العبارة غير الصحيحة لكل مما يلي:

- 1- التغذية الجيدة جزء من نمط الحياة الصحي. (صحيحة)
- 2- الغذاء المتوازن يحتوي على المغذيات الضرورية لصحة الجسم. (صحيحة)
- 3- البروتينات جزئيات كبيرة ومعقدة تتكون من وحدات أصغر تسمى الاحماض الامينية. (صحيحة)
- 4- الكربوهيدرات مواد البناء الرئيسية التي تستخدم في نمو الجسم. (خطأ)
- 5- لكي يعمل الجسم بشكل سليم يحتاج للطاقة التي تنتج من البروتين. (خطأ)
- 6- زيت كبد الحوت من الدهون غير المشبعة. (خطأ)
- 7- الدهون النباتية دهون غير مشبعة. (صحيحة)
- 8- تناول صفار البيض بنسب عالية يمكن أن يسبب أمراض القلب والشرابين. (صحيحة)
- 9- المعكرونة والخبز والأرز من مصادر حصول جسمك على النشويات. (صحيحة)
- 10- فيتامين (أ) من المغذيات العضوية. (صحيحة)
- 11- الجلوكوز هو سكر العنب بينما الفركتوز هو سكر الفاكهة. (صحيحة)
- 2- سكر الفركتوز من السكريات المعقدة. (خطأ)

السؤال الثاني: أكتب بين القوسين كلمة (صحيحة) أمام العبارة الصحيحة وكلمة (خطأ) أمام العبارة غير الصحيحة لكل مما يلي:

- 13 - عملية التنفس الخلوي اتحاد الجلوكوز مع الأكسجين خارج خلايا الجسم للحصول على الطاقة. (خطأ)
- 14 - الكربوهيدرات مغذيات عضوية مكونة من الكربون والهيدروجين والنيتروجين. (خطأ)
- 15 - تناول المغذيات الصحية يقلل من الإصابة بأمراض القلب. (صحيحة)
- 16 - الماء والأملاح المعدنية من المغذيات غير العضوية. (صحيحة)
- 17 - تعتبر البروتينات من أهم مواد البناء للجسم وتوجد بالعضلات والجلد. (صحيحة)
- 18 - مرض السكري متلازمه تنصف بارتفاع تركيز السكر بالدم. (صحيحة)
- 19 - البروتينات غير الكامله تحتوي على جميع الاحماض الأمينية الأساسية . (خطأ)
- 20 - التمثيل من طرق حفظ الطعام يعتمد على وقف نشاط البكتيريا بإضافة كميته كبيره من الملح . (صحيحة)
- 21 - فيتامين (k) يساعد على تجلط الدم ووقف النزيف. (صحيحة)
- 22 - ينقسم السكروز خلال عملية الهضم الى جلوكوز ومالتوز . (خطأ)
- 23 - تعتبر الاحماض الأمينية وحدات بنائيه صغرى لتكوين البروتينات. (صحيحة)

السؤال الثالث: في الجدول التالي اختر العبارة أو الشكل من المجموعة (ب) واكتب رقمها أمام ما يناسبها من عبارات المجموعة (أ) .

الرقم	المجموعة (أ)	المجموعة (ب)
(3) (1)	- تتكسر البروتينات إلى وحدات صغيرة تسمى: - تتكسر الكربوهيدرات إلى وحدات صغيرة تسمى:	1- الجلوكوز 2- الفيتامينات 3- الأحماض الأمينية
(1) (3)	- أساسي لتخثر الدم ووقف النزيف فيتامين: - يعزز صحة العظام والأسنان وشفاء الجروح فيتامين:	1- K 2- B المركب 3- C
(2) (3)	- توجد الدهون المشبعة في: - توجد الدهون غير المشبعة في:	1- بياض البيض 2- صفار البيض 3- زيت السمسم
(2) (1)	- مغذيات عضوية من أهم مواد بناء الجسم وتوجد في العضلات: مغذيات عضوية تدخل في بناء المخ وتساعد في إذابة بعض الفيتامينات:	1- الدهون 2- البروتينات 3- الكربوهيدرات
(3) (1)	- فيتامين يحمي أغشيه الخلية: - فيتامين يساعد الخلايا على استخدام الطاقة والاكسجين:	1- B 2- A 3- E

تابع/ السؤال الثالث: في الجدول التالي اختر العبارة أو الشكل من المجموعة (ب) واكتب رقمها أمام ما يناسبها من عبارات المجموعة (أ)

الرقم	المجموعة (أ)	المجموعة (ب)
(2)	- طريقه حفظ الطعام تعتمد على تبخر الماء:	1- التجميد
(3)	- طريقه حفظ الطعام تعتمد على وضع الطعام في الثلاجة:	2- التجفيف
		3- التبريد
(2)	- تعتبر من البروتينات الكاملة:	1- الفواكه
(3)	- تعتبر من البروتينات غير الكاملة:	2- البيض والحليب
		3- الحبوب الجافة
(3)	- يستخدم كاشف فهلنج للكشف عن:	1- النشا
(2)	- يستخدم كاشف البيوريت للكشف عن	2- البروتينات
		3- سكر المادة

السؤال الرابع: ماذا يحدث في كل حالة من الحالات التالية:

- عند ترك الخبز بخزانة المطبخ عدة أيام في جو رطب.
 - تنمو عليه الفطريات (عفن اسود).
- عند تناول الفول والحبوب معاً.
 - يحصل الجسم على بروتينات كاملة تحتوي على جميع الأحماض الأمينية.
- عندما يتحد الأكسجين بالجلوكوز في التنفس الخلوي.
 - يحترق الغذاء وتنطلق الطاقة.
- عند إضافة محلول اليود على الخبز.
 - يتغير الي اللون الأزرق لاحتوائه على النشا.
- عند ترك الطعام مكشوفاً للحشرات.
 - يعرضه للتلوث بالميكروبات العالقة بجسم الحشرة.
- عند رش مبيدات حشرية بجوار الطعام لمقاومة الحشرات.
 - يتلوث الطعام بالمبيدات الحشرية.
- عندما يتحلل سكروز أثناء عملية الهضم.
 - يعطي جلوكوز سكر العنب وفركتوز سكر الفاكهة.

السؤال الخامس: علل ما يأتي تعليلاً علمياً سليماً

- يتغير لون زلال البيض عند إضافة كاشف البيوريت عليه.
 - دليل على احتواء زلال البيض على البروتينات.
- طريقة حفظ الأطعمة بالتعليب يتم تسخين العلب قبل أن تملأ بالطعام.
 - لطرد الهواء منها.

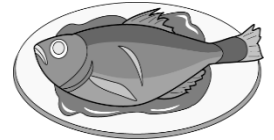
السؤال السادس: قارن بين كلا مما يلي كما هو موضح في الجدول التالي:

وجه المقارنة	اللحوم	المشمش
طريقة الحفظ	التجميد	التجفيف

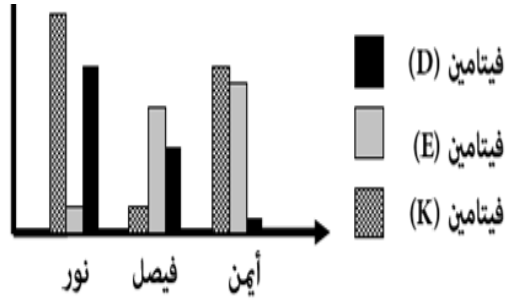
وجه المقارنة		
نوع الدهون	غير مشبعة	مشبعة
مصدرها	نباتية	حيوانية

السؤال السابع: أي مما يلي لا ينتمي للمجموعة مع ذكر السبب:

- 1- (الفيتامينات - الماء - الكربوهيدرات - البروتينات)
- الذي لا ينتمي للمجموعة: **الماء**
- السبب: **لأن الماء من المغذيات غير العضوية، والباقي من المغذيات العضوية.**
- 2- (زبدة - زيت زيتون - صفار البيض - زيت السمك)
- الذي لا ينتمي للمجموعة: **زيت الزيتون**
- السبب: **لأن من الدهون غير المشبعة أما الباقي من الدهون المشبعة.**
- 3- (التجفيف - التجميد - التملح - التبخير)
- الذي لا ينتمي للمجموعة: **التبخير**
- السبب: **لأن ليس من طرق حفظ الطعام.**

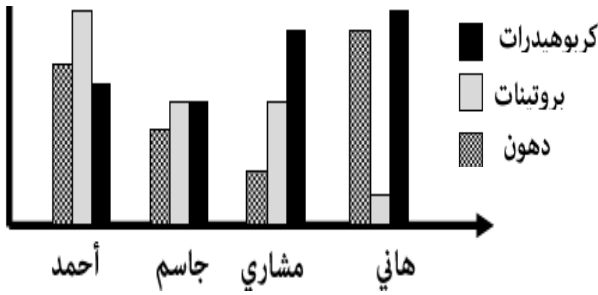


- الذي لا ينتمي للمجموعة: **العدس**
- السبب: **لأن من البروتينات غير الكاملة أما الباقي من البروتينات الكاملة.**

السؤال الثامن: ادرس الرسومات البيانية التالية ثم أجب عن المطلوب:

1- الرسم البياني يوضح نسب الفيتامينات عند الأشخاص:

- الطالب الذي يعاني من لين العظام **أيمن**
- الطالب الذي يعاني من سيولة الدم صعوبة تجلطه **فيصل**

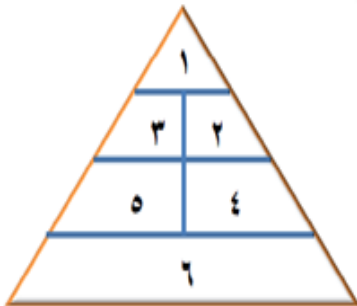


2- الرسم البياني يوضح نسب المواد الغذائية عند الأشخاص:

- الطالب الذي يتناول غذاء متوازن **مشاري**
- الطالب الذي يزيد وزنه ويمرض **هاني**
- الطالب الذي تنمو عضلاته بشكل أفضل من غيره **أحمد**

السؤال التاسع: صنف كل مما يلي كما هو موضح بالجدول:

1- حدد مكان الطعام على الهرم الغذائي واكتب رقمه في الجدول:



الطعام	رقم المكان	الطعام	رقم المكان
الجزر	5	الزبدة	1
الأرز	6	التفاح	4
البيض	3	حليب	2