

مراجعة الاختبار الأول التربية الأسرية



تم تحميل هذا الملف من موقع مناهج مملكة البحرين

موقع المناهج ← مناهج مملكة البحرين ← الصف الخامس ← تربية أسرية ← الفصل الثاني ← ملفات متنوعة ← الملف

تاريخ إضافة الملف على موقع المناهج: 21:35:53 2025-10-24

ملفات اكتب للمعلم اكتب للطالب ا اختبارات الكترونية ا اختبارات ا حلول ا عروض بوربوينت ا أوراق عمل
منهج انجليزي ا ملخصات وتقارير ا مذكرات وبنوك ا الامتحان النهائي للمدرس

المزيد من مادة
تربية أسرية:

التواصل الاجتماعي بحسب الصف الخامس



صفحة مناهج مملكة
البحرين على
فيسبوك

الرياضيات

اللغة الانجليزية

اللغة العربية

التربية الاسلامية

المواد على تلغرام

المزيد من الملفات بحسب الصف الخامس والمادة تربية أسرية في الفصل الثاني

مراجعة الاختبار الأول للصف الخامس (تربية الأسرية)

اولاً: ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (×) أمام العبارة الخاطئة فيما يلي:

- ١ - فيتامين (أ) يساعد على نمو الأطفال (✓)
- ٢ - الأطعمة الغنية بفيتامين (أ) هي (الفاصوليا - الشعيرة - الحبوب الكاملة). (×)
- ٣ - أتناول أطعمة غنية بمجموعة فيتامين (أ) مثل الملفوف والذرة لتساعد قلبي على تأدية وظيفته بشكل جيد . (×)
- ٤ - يحصل جسمك على فيتامين (أ) عندما تتناول أطعمة باللون الأصفر فقط (×)
- ٥ - الفيتامينات والمعادن ضرورية للحفاظ على صحة الإنسان (✓)

ثانياً : ضع دائرة حول الإجابة الصحيحة فيما يلي :

١ - من أطعمة مصادر فيتامين (أ) يجب تناول:

أ- البيض - الحليب كامل

ب - بروكلي - جرجير - جزر

ج - مانجو - موز - بقدونس

د - جميع ما سبق

٢ - فائدة الكربوهيدرات للجسم

أ- تعطي جسمك الطاقة والحركة والنشاط.

ب- سلامة الأسنان والعظام

ج - حتي لا تصاب بالأمراض

د - تمنع فقدان الشهية

٣- أتناول أطعمة مثل لبناء خلايا جديدة لجسمي.

أ- سمك - دجاج - لحم.

ب - خيار- البقدونس - الجزر .

ج- الحليب - الجزر - البروكلي

د - معكرونة - شعرية - جزر

٤- عدد أعراض نقص فيتامين (أ) في الجسم؟

أ- التعب والحمول

ب- تقشر وجفاف الجلد

ج- يساعد القلب على تأدية وظيفته

٥ - الأطعمة الغنية بالفيتامين (أ)

ذات اللون الأصفر الماتجو والموز و الجزر

ذات اللون الأخضر الجرجير وبقدونس وبروكلي

ألوان أخرى الحليب والكبد و البيض.

ثالثا: أجب عن الأسئلة التالية:-

١ - أكتب اثنين من الأطعمة الغنية بفيتامين (أ)

الإجابة: الجزر - الحليب كامل الدسم - الجرجير - الموز - البيض - بقدونس

٢ - عدد أعراض فيتامين (أ) ؟

أ- تقشر وجفاف الجلد

ب - جفاف سطح العين

٣ - ما فوائد الماء لجسم الإنسان؟

١ - انتقال المغذيات

٢ - الهضم - إخراج الفضلات

-

