

تم تحميل هذا الملف من موقع ملفات الكويت التعليمية



[com.kwedufiles.www//:https](https://www.kwedufiles.com)

\*للحصول على أوراق عمل لجميع الصفوف وجميع المواد اضغط هنا

\* للحصول على أوراق عمل لجميع مواد الصف السابع اضغط هنا

<https://kwedufiles.com/7>

\* للحصول على جميع أوراق الصف السابع في مادة علوم ولجميع الفصول, اضغط هنا

<https://kwedufiles.com/7science>

\* للحصول على أوراق عمل لجميع مواد الصف السابع في مادة علوم الخاصة بـ الفصل الأول اضغط هنا

<https://www.kwedufiles.com/7science1>

\* لتحميل كتب جميع المواد في جميع الفصول للـ الصف السابع اضغط هنا

<https://www.kwedufiles.com/grade7>

[bot\\_kwlinks/me.t//:https](https://t.me/bot_kwlinks)

للحصول على جميع روابط الصفوف على تلغرام وفيسبوك من قنوات وصفحات: اضغط هنا

الروابط التالية هي روابط الصف السابع على مواقع التواصل الاجتماعي

مجموعة الفيسبوك

صفحة الفيسبوك

مجموعة التلغرام

بوت التلغرام

قناة التلغرام

رياضيات على التلغرام



وزارة التربية

# العلوم SCIENCE

٧

الصف السابع  
الجزء الأول

بنك أسئلة الصف  
السابع  
الفصل الدراسي  
الأول  
٢٠١٨/٢٠١٩ م



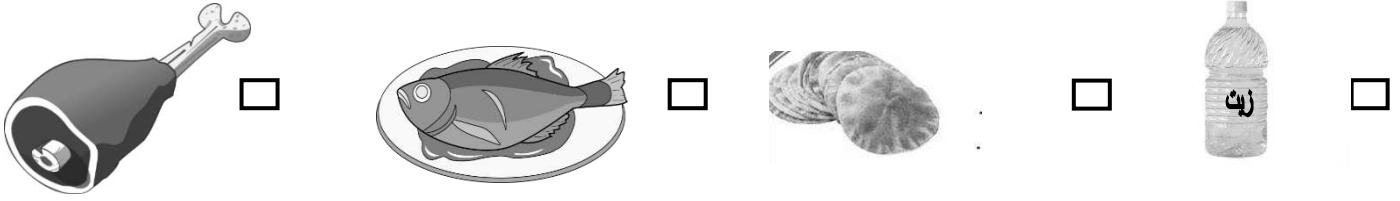
كتاب الطالب

المغذيات

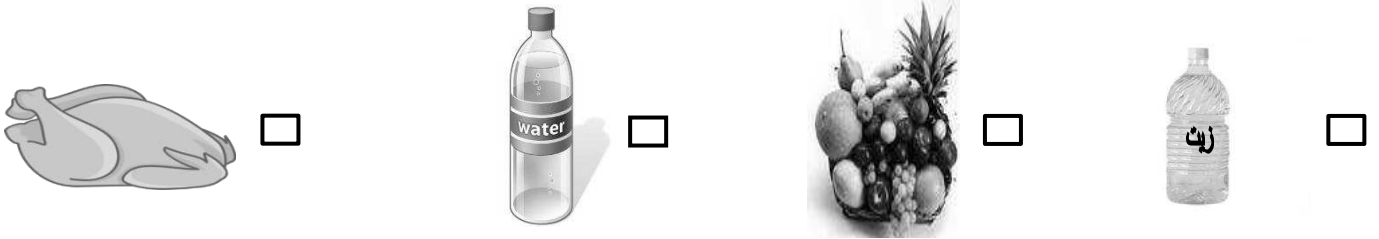
الطبعة الأولى  
المرحلة المتوسطة

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

١- الطعام الذي يتغير لونه بمحلول اليود هو :



٢ - جميع المغذيات التالية مغذيات عضوية ما عدا :



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

الدهون ☐ الماء ☐ السكريات ☐ البروتينات ☐

٤ - الطعام الذي يتغير لونه للبنفسجي عند إضافة محلول البيورايت عليه هو :

عصير التفاح ☐ بياض البيض ☐ نشا الأرز ☐ البطاطس ☐

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

أخضر ☐ أزرق ☐ أحمر ☐ بنفسجي ☐

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

الكربوهيدرات ☐ البروتينات ☐ الدهون ☐ الفيتامينات ☐

٧ - الطعام الذي يحتوي على بروتينات كاملة هو:

البيض ☐ الفاصوليا ☐ العدس ☐ لوبيا ☐

٨ - جميع الفيتامينات التالية توجد في البيض ما عدا فيتامين :

B المركب ☐ A ☐ C ☐ D ☐

٩ - الفيتامين الذي يعزز صحة العظام والأسنان وشفاء الجروح هو فيتامين :

D ☐ C ☐ E ☐ K ☐

١٠- الفيتامين الذي يساعد على تجلط الدم :

K ☐ D ☐ E ☐ C ☐

**السؤال الثاني: أكتب بين القوسين كلمة (صحيحة) للعبارة الصحيحة وكلمة (خطأ) للعبارة غير الصحيحة**

- ١ – التغذية الجيدة جزء من نمط الحياة الصحي . (.....)
- ٢ – الغذاء المتوازن يحتوي على المغذيات ، وهي ضرورية لصحة جيدة . (.....)
- ٣ – الأحماض الأمينية هي الوحدة الأساسية لتركيب البروتينات . (.....)
- ٤ – الكربوهيدرات هي مواد البناء الرئيسية التي تستخدم في نمو الجسم . (.....)
- ٥ – لكي يعمل الجسم بشكل سليم يحتاج للطاقة التي تنتج من البروتين . (.....)
- ٦ – زيت السمك من الدهون غير المشبعة. (.....)
- ٧ – الدهون النباتية دهون غير مشبعة . (.....)
- ٨ – تناول نسبة عالية من صفار البيض يمكن أن يسبب أمراض القلب والشرابين . (.....)
- ٩ – المعكرونة والخبز والأرز من مصادر حصول جسمك على النشويات. (.....)
- ١٠ – فيتامين ( أ ) من المغذيات العضوية . (.....)
- ١١ – ليس من الضروري عند شراء منتج غذائي قراءة بطاقة المعلومات الموجودة عليه . (.....)
- ١٢ – الجلوكوز هو سكر العنب بينما الفركتوز هو سكر الفاكهة . (.....)
- ١٣ – سكر الفركتوز من السكريات المعقدة . (.....)
- ١٤ – عملية التنفس الخلوي هي اتحاد الجلوكوز مع الأكسجين خارج خلايا الجسم للحصول على الطاقة . (.....)
- ١٥ – الكربوهيدرات مغذيات عضوية مكونة من الكربون والهيدروجين والنيتروجين . (.....)

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

| الرقم    | المجموعة ( أ )                          | الرقم | المجموعة ( ب )   |
|----------|---|-------|------------------|
| ( .... ) | تتكسر البروتينات إلى وحدات صغيرة تسمى   | ( ١ ) | الجلوكوز         |
| ( .... ) | تتكسر الكربوهيدرات إلى وحدات صغيرة تسمى | ( ٢ ) | السكروز          |
|          |   | ( ٣ ) | الاحماض الامينية |
| ( .... ) | فيتامين يعزز صحة العظام وشفاء الجروح    | ( ١ ) | K                |
| ( .... ) | فيتامين أساسي لتجلط الدم                | ( ٢ ) | B المركب         |
|          |   | ( ٣ ) | C                |
| ( .... ) | طعام يحتوي دهون مشبعة .                 | ( ١ ) | بياض البيض       |
| ( .... ) | طعام يحتوي دهون غير مشبعة               | ( ٢ ) | صفار البيض       |
|          |   | ( ٣ ) | زيت السمسم       |

| الرقم    | المجموعة ( أ )   | الرقم | المجموعة ( ب ) |
|----------|--|-------|----------------|
| ( .... ) | كاشف فهلنج يستخدم للكشف عن                                   | ( ١ ) | النشا          |
| ( .... ) | كاشف اليود يستخدم للكشف عن                                   | ( ٢ ) | البروتينات     |
| ( .... ) | كاشف البيوريت يستخدم للكشف عن                                | ( ٣ ) | سكر المائدة    |
| ( .... ) | مغذيات عضوية تعتبر من أهم مواد بناء الجسم وتوجد بالعضلات     | ( ١ ) | الكربوهيدرات   |
| ( .... ) | مغذيات عضوية تدخل في بناء المخ وتساعد بإذابة بعض الفيتامينات | ( ٢ ) | الدهون         |
|          |  | ( ٣ ) | البروتينات     |

السؤال الرابع: ماذا تتوقع أن يحدث في الحالات التالية

١- ترك الخبز بخزانة المطبخ عدة أيام في جو رطب .

.....

٢- تناول الفول والحبوب معاً.

.....

٣- عندما يتحد الأكسجين بالجلوكوز في التنفس الخلوي .

.....

٤- إذا لم نتناول القدر الكافي من الفيتامينات في الغذاء.

.....

السؤال الخامس: علل ما يأتي تعليلاً علمياً سليماً



١- الطعام في الصورة المقابلة غير مرغوب بتناوله .

.....

٢- يتغير لون زلال البيض عند إضافة كاشف البيورايت عليه .

.....

٣- يتم تسخين العلب قبل أن تملأ بالطعام بطريقة حفظ الأطعمة بالتعليب .

.....

السؤال السادس : أكمل جدول المقارنة التالي:

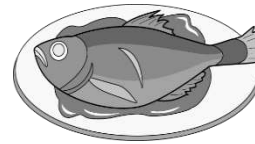
| المشمش  | اللحوم  | وجه المقارنة |
|---|---|--------------|
| .....   | .....   | طريقة الحفظ  |
|  |  | وجه المقارنة |
| .....   | .....   | نوع الدهون   |

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

١- (الفيتامينات - الماء - الكربوهيدرات - البروتينات)

الذي لا ينتمي للمجموعة : .....

السبب: .....



٢-

الذي لا ينتمي للمجموعة : .....

السبب: .....



٣-

الذي لا ينتمي للمجموعة : .....

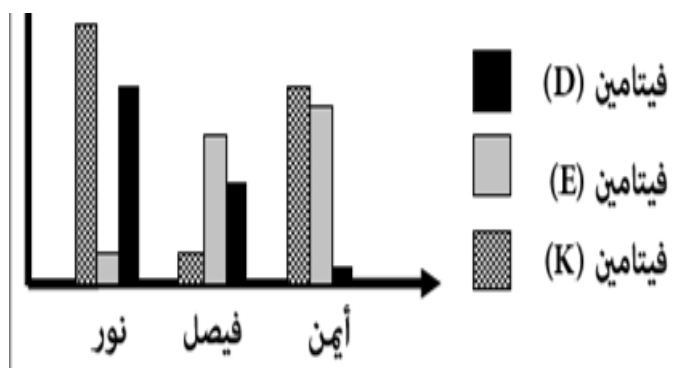
السبب: .....

٤- ( زبدة - زيت زيتون - صفار البيض - زيت السمك )

الذي لا ينتمي للمجموعة: .....

السبب: .....

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



١-

أ- الطالب الذي يعاني من لين العظام هو.....

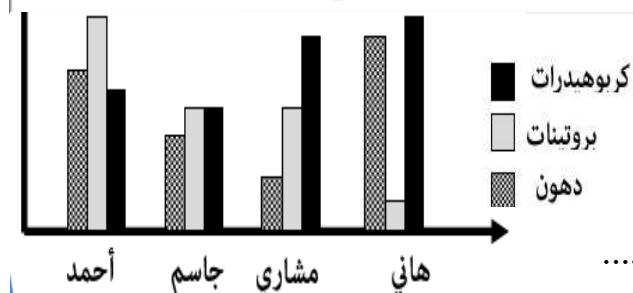
ب- الطالب الذي يعاني من سيولة الدم وصعوبة تجلطه هو .....

٢-

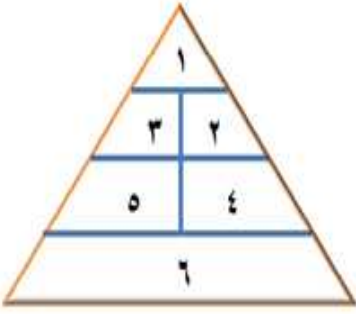
أ - الطالب الذي يتناول غذاء متوازن هو.....

ب- الطالب الذي يزيد وزنه ويمرض هو .....

ج - الطالب الذي تنمو عضلاته بشكل أفضل من غيره هو .....



السؤال التاسع :ادرس الأطعمة التالية ثم صنفها بوضعها فى مكانها المناسب بهرم الغذاء :-



| الطعام | رقم المكان | الطعام | رقم المكان |
|--------|------------|--------|------------|
| الجزر  | .....      | الزبدة | .....      |
| الأرز  | .....      | التفاح | .....      |
| البيض  | .....      | حليب   | .....      |