

تلخيص سؤال وجواب

التربية المهنية

الصف الرابع

الفصل الدراسي الثاني



م. مريم السرطاوي

مريم السرطاوي

Graphic Designer
0795360003






من نحن

تلاخيص منهاج أردني - سؤال وجواب


- أول وأكبر منصة تلاخيص مطبوعة بشكل إلكتروني و مجانية.
- تعنى المنصة بتوفير مختلف المواد الدراسية بشكل مميز ومناسب للطالب وتهتم بتوفير كل ما يخص العملية التعليمية للمنهاج الأردني فقط.
- تأسست المنصة على يد مجموعة من المعلمين والمتطوعين في عام ٢٠١٨م وهي للإنتفاع الشخصي من قبل الطلاب أو المعلمين.
- لمنصة تلاخيص فقط حق النشر على شبكة الإنترنت ومواقع التواصل سواء ملفات المصورة PDF أو صور تلك الملفات ويسمح بمشاركتها أو نشرها من المواقع الأخرى بشرط حفظ حقوق الملكية للملخصات من اسم المعلم وشعار الفريق.

إدارة منصة فريق تلاخيص

يمكنكم التواصل معنا من خلال

 تلاخيص منهاج أردني - سؤال وجواب

 talakheesjo@gmail.com

 المنسق الإعلامي أ. معاذ أمجد أبو يحيى 0795360003





الوحدة الأولى: المضافات الغذائية

الدرس الأول: المواد المضافة إلى الأغذية

س: علل: اتساع مجال استخدام المواد المضافة للغذاء

ج: بسبب التطور السريع في طرق حفظ الأغذية

س: ما أبرز الأهداف المراد تحقيقها عند استخدام المواد المضافة إلى الأغذية

ج: ١- زيادة القيمة الغذائية ٢- إكساب المنتج مذاقاً حلوّاً ولوناً جذاباً ٣- زيادة مدة الحفظ

س: وضح المقصود بـ المضافات الغذائية.. أو ما تعريف المضافات الغذائية؟

ج: مواد ذات مصدر طبيعي أو كيميائي صناعي تُضاف إلى الغذاء في مراحل تحضير الأطعمة بهدف

حفظ المادة الغذائية أو تحسين صفاتها (اللون والطعم والقوام)

س: اذكر أهمية المضافات الغذائية في تصنيع المواد الغذائية

١. تحسين القيمة الغذائية، مثال: إضافة فيتامين د إلى الحليب

٢. المحافظة على سلامة الغذاء، مثال: إضافة فيتامين هـ إلى الزيوت

٣. تحسين صفات الغذاء الحسية، مثال: اللون والطعم والقوام

٤. زيادة مدة حفظ المادة الغذائية، مثل: إضافة المواد الحافظة إلى الطعام المعلّب

س: عدّد الأخطار الناجمة عن الإفراط في تناول المواد التي تحوي مضافات غذائية

١. انخفاض القيمة الغذائية للمنتج، والسبب: أن المضافات وسيلة لتعويض طعم خفيف أو غير

موجود أصلاً

٢. تراكم المواد المضافة في الجسم عند زيادة نسبة تركيزها في المادة الغذائية فتسبب مشكلات صحية

للمستهلك



س: ما المشكلات الصحية التي تسببها زيادة تركيز المضافات في المادة الغذائية؟

ج: ١- الحساسية ٢- التسمم ٣- تسوس الأسنان

س: كيف تُصنّف المضافات الغذائية؟

ج: تبعاً لأغراض إضافتها إلى الغذاء

س: ما هي أنواع المضافات الغذائية؟

١. مضافات لتحسين القيمة الغذائية، مثال: فيتامين د واليود

٢. مضافات لتحسين صفات المنتج الحسيّة، مثال: المحلّيات ومحسّات النكهة واللون

٣. مضافات لأغراض تكنولوجية، مثال: مكثفات القوام كالنشا والجيلاتين **(س: اذكر مكثفات**

قوام؟)

٤. مواد حافظة طبيعية ومصنّعة، مثال على الطبيعية: السكر والملح **(س: ما أنواع المواد الحافظة؟)**

س: عرف بطاقة البيان للمواد الغذائية

ج: بطاقة تحوي العديد من البيانات المهمة موجودة على الغلاف الخارجي للمادة الغذائية

س: اذكر البيانات التي تحويها بطاقة البيان (بطاقة المواد الغذائية)

١. اسم المنتج

٢. تاريخ الإنتاج والانتها

٣. مكونات المنتج الغذائية

٤. المواد الحافظة والملونات

٥. بلد المنشأ واسم الشركة المنتجة وعنوانها

٦. الوزن



س: لماذا يُنصح بعدم الإكثار من تناول المواد الغذائية التي تحوي مضافات غذائية؟

ج: حتى لا يتعدى الاستهلاك اليومي من المواد المضافة المقادير الجرعة المقبولة يوميًا، فتحدث أضرار ومشكلات صحية كالتحسس والتسمم وتسوس الأسنان

س: ما هي طرائق الوقاية من أضرار المضافات الغذائية؟

١. شراء الأغذية الخالية من المضافات الغذائية أو تلك التي تحوي نسبة قليلة منها كما هو مدوّن على

بطاقة البيان

٢. عدم تناول كميات كبيرة من الأغذية الخفيفة المصنّعة والتي تحوي نسبة كبيرة من الألوان

والاستعاضة بالأغذية الخفيفة المعدّة منزلياً (كالبوشار)، أو الفواكه والخضراوات

س: اذكر أمثلة على أغذية خفيفة مصنّعة يجب عدم الإكثار من تناولها

ج: ١- رقائق البطاطا (الشيبس) ٢- المعجنات

تنبيه: المضافات الغذائية غير ضارة في حدود نسبتها الطبيعية

الدرس الثاني: الوجبات الغذائية السريعة

س: ما المقصود بـ الوجبة السريعة؟ أو عرّف الوجبة السريعة

ج: الوجبة التي تحوي أطعمة سريعة التحضير

س: اذكر أمثلة على الوجبات الغذائية السريعة

ج: ١- شطائر الشاورما ٢- البرجر ٣- الفطائر ٤- قطع الدجاج المقلية

٥- شرائح البطاطا المقلية مع المشروبات الغازية أو العصير

تنبيه: تفتقر الوجبات السريعة إلى الفاكهة والسلطات ويتم تناولها على عجل

س: ما هي أبرز خصائص الوجبات السريعة؟

١. سرعة الإعداد والتحضير
٢. احتوائها على كميات كبيرة من الدهون (سعات حرارية عالية)
٣. افتقارها إلى العناصر الغذائية المفيدة، مثل: الفيتامينات والأملاح والمعادن الضرورية من الكالسيوم والحديد
٤. افتقارها إلى الألياف الغذائية اللازمة لعمل الجهاز الهضمي

س: ما هي مضار الوجبات السريعة؟

- أو اذكر المشكلات الصحية الناجمة من تناول الوجبات السريعة
١. السمنة المفرطة التي تسبب الكثير من المشكلات الصحية
 ٢. الإمساك، والسبب: لعدم احتوائها على الألياف التي تسهل حركة الأمعاء مما يؤدي للخمول والكسل

٣. ارتفاع نسبة الدهون الضارة بالجسم التي تسبب الكثير من المشكلات الصحية

س: عدد أبرز فوائد الغذاء الصحي.. أو ما هي فوائد تناول الأغذية الصحية؟

١. بناء الأنسجة اللازمة لنمو الجسم
٢. تعويض التالف من خلايا الجسم وأنسجته
٣. إمداد الجسم بالطاقة اللازمة للدفع والحركة
٤. وقاية الجسم من الأمراض وزيادة مناعته
٥. تنظيم العمليات الحيوية في الجسم من التنفس والإخراج

س: ما هي أهم حصص طبق الغذائي؟

ج: ١- الحبوب ٢- البروتين ٣- الخضراوات ٤- الفواكه ٥- الألبان



الوحدة الثانية: الحيوانات المنزلية

س: ما المقصود بـ الحيوانات المنزلية المنتجة؟ أو عرّف الحيوانات المنزلية المنتجة
ج: الحيوانات الأليفة التي تربي خارج المنزل ونستفيد من منتجاتها مثل: اللحم والبيض والحليب والصوف وغيره

س: اذكر أصنافاً لحيوانات منزلية منتجة

ج: ١- الطيور (الدجاج، الحمام، الديك الرومي) ٢- الأغنام (الضأن والماعز)

الدرس الأول: الطيور المنزلية المنتجة

س: علل: يعد الدجاج من أهم الطيور التي تربي في المنازل والمزارع

١. لأنه يزود الأسرة بالبيض واللحم

٢. يسهم في تحسين دخلها بتسويق الفائض عن الحاجة

س: علل: تنتشر تربية الدجاج البلدي في الأردن

١. بسبب تكيفه للعيش في الظروف البيئية القاسية

٢. مقاومته للأمراض

٣. يمتاز بارتفاع أسعار منتجاته

س: على ماذا يتغذى الدجاج البلدي؟

١. مخلفات المنزل العضوية النباتية (بقايا الطعام) والحبوب

٢. المراعي في المناطق الريفية

س: عرّف مخلفات المنزل العضوية النباتية

ج: مخلفات طعام المنازل مثل الخبز والأرز المطبوخ والخضراوات



س: ما هي أقسام منتجات الدجاج البلدي؟

١. منتجات رئيسة: أ- اللحم وأفراخ الدجاج ب- البيض

٢. منتجات ثانوية: أ- الريش ب- زرق الطيور

س: ما هي فوائد تربية الدجاج البلدي

ج: يوفر منتجات رئيسة ومنتجات ثانوية .. (يتم ذكرها كما في جواب السؤال السابق)

س: عرف زرق الطيور

ج: مخلفات الطيور التي تستخدم في الزراعة بعد معاملتها بطريقة معينة

س: عدد لوازم تربية الدجاج البلدي، أو ما هي أقسام لوازم تربية الدجاج البلدي؟

١. البيوت (المساكن): بيوت صغيرة جدرانها من الطوب والأسمت، سقوف من الصاج المجلفن

وأرضية من الأسمت ومائلة، والسبب: ليسهل التخلص من الفضلات، ويراعى في البيت

فتحات تهوية وخلوه من الشقوق

٢. الأدوات والتجهيزات الخاصة: أ- الفرشة ب- أعشاش البيض (المبايض)

ج- المشارب د- المعالف

س: علل: أرضية بيوت الدجاج تغطي بالأسمت وتكون مائلة

ج: ليهل التخلص من الفضلات

س: علل: يراعى أن تكون في بيوت الدجاج فتحات تهوية

ج: للتخلص من: ١- الروائح ٢- الحرارة ٣- والرطوبة الزائدة

س: ما هي الفرشة في بيوت الدجاج؟

ج: نشارة خشب أو تبين توضع في أرضية بيت الدجاج وداخل أعشاش البيض



س: ما أهمية الفرشة في بيوت الدجاج؟

أو علل: توضع نشارة خشب أو تبن في أرضية بيوت الدجاج

ج: ١- تعزل أرضية البيت حراريًا ٢- تمتص الرطوبة

س: عرّف أعشاش البيض (المبايض)

ج: مكان تضع فيه الدجاجة بيضها ويتوزع على جوانب البيت ويحوي داخله نشارة خشب أو تبن

س: عرّف المشارب الخاصة ببيوت الدجاج

ج: أواني يوضع فيها الماء النظيف وتصنع من البلاستيك أو المعدن المجلفن

س: عرّف المعالف الخاصة ببيوت الدجاج

ج: الأواني التي يوضع فيها الغذاء وتصنع من البلاستيك أو المعدن المجلفن

س: ما هي طرق تربية الدجاج في المزارع التجارية؟

ج: ١- التربية في بيوت مفتوحة ٢- التربية في بيوت مغلقة

س: قارن بين دجاج البيض ودجاج اللحم من حيث الصفات الشكلية

حجم العُرف ولونه	الحجم والشكل
عرف طويل وأحمر غامق	أصغر حجمًا
عرف قصير	أكبر حجمًا

س: ما الهدف من قص مناقير دجاج البيض؟

ج: ١- الحد من العراك والافتراس ٢- الحد من نقر البيض ٣- الحد من هدر العلف

تنبيه: يجب ارتداء الألبسة الواقية كالكمامة ولباس العمل والحذاء المناسب والقفازين عند تنظيف بيت الدجاج

س: أين تربي الأغنام (الضأن والماعز) في الأردن؟

ج: ١- المناطق الريفية ٢- الصحراوية وشبه الجافة



س: ما هي فوائد تربية الأغنام في المنازل؟ (يتم ذكر منتجاتها التي نستفيد منها)

ج: ١- الحليب ٢- الصوف ٣- الجلود ٤- الزبل البلدي ٥- اللحم

س: علل: حليب الماعز سهل الهضم ومفيد لصحة الإنسان

ج: لأنه يحتوي نسبة عالية من العناصر الغذائية

س: ما المنتجات التي يمكن تصنيعها من حليب الأغنام؟

ج: ١- الألبان ٢- الجبن ٣- السمن البلدي ٤- الشنينة ٥- الجميد

س: علل: لا نشرب الحليب إلا بعد غليه جيداً

ج: لتجنب الإصابة بالأمراض كالحمى المالطية

س: عدد لوازم تربية الأغنام

١. مساكن الأغنام (الحظائر): نوعين:

أ- حظائر: تحوي مظلات لتقيها أشعة الشمس صيفاً والأمطار والبرد شتاءً

ب- قريب من المنازل: غرف أسمنتية مغطاة بالصاج المجلفن وفيها تهوية مناسبة وتصريف

للمياه والمخلفات

٢. الأدوات والتجهيزات: نوعين:

أ- في المراعي الطبيعية: تتغذى بالأعشاب

ب- في الحظائر والبيوت: لا بد من توافر: ١- المشارب ٢- المعالف

س: عرف المشارب الخاصة بتربية الأغنام.. أو بم تمتاز مشارب حظائر الأغنام؟

ج: ١- حجمها كبير ٢- تصنع غالباً من الطوب والأسمت أو المعدن المجلفن

س: عرف المعالف الخاصة بتربية الأغنام

ج: تصنع من المعدن المجلفن أو الأسمت، ويوضع فيها العلف



س: ما العلف الذي تتغذى عليه الأغنام؟ اذكر أنواع العلف

ج: ١- الشعير ٢- النخالة ٣- الأعلاف الخضراء ٤- الأعلاف المجففة (البرسيم والتبن)

س: كيف يستفاد من الزبل البلدي (مخلفات الأغنام)؟

ج: تسميد الأراضي الزراعية، وأهميته:

س: علل: يستخدم السماد العضوي (الزبل البلدي) في الزراعة ... أو ما أهميته وفوائده؟

ج: ١- زيادة خصوبة التربة ٢- زيادة الإنتاج ٣- تقليل استخدام السماد الكيماوي

س: ما أهمية تغذية الحيوانات المنزلية ببقايا الطعام؟

١. لأنه يتوفر باستمرار فتقل الحاجة لشراء العلف

٢. نحصل على منتجات ذات قيمة غذائية أكبر

٣. المحافظة على البيئة بالاستفادة من البقايا وعدم رميها في النفايات



الوحدة الثالثة: العناية بالملابس الشخصية

الدرس الأول: العناية بملابسي

س: ما المقصود ب بطاقة بيان الملابس؟

ج: قطعة من القماش أو الجلد مثبتة بالملابس من الداخل تحوي إرشادات للغسيل والكي

س: ما أهمية بطاقة بيان الملابس؟

أو علل: وجود قطعة مثبتة بالملابس تحوي إرشادات لاستعمالها

ج: للتعرف على كيفية التعامل مع الملابس أثناء غسلها أو كيها فلا تتلف، فكل نوع قماش له طريقة

عناية خاصة به

س: عدّد طرائق العناية بالملابس

١. تنظيف أي بقعة على الملابس فوراً وعدم تركها حتى موعد الغسيل

٢. وضع الملابس غير المستخدمة لمدد طويلة في الخزانة أو حفظها بأكياس نايلون

٣. غسل الملابس وكيها مع الالتزام بتعليمات بطاقة بيان الملابس

٤. تعليق الزي المدرسي على علاقة الملابس بعد خلعه مباشرة

٥. غسل الجوربين بعد العودة من المدرسة

٦. تنظيف الحذاء يومياً ووضعها في مكان مناسب جيد التهوية

س: اذكر بعض فوائد خزانة الملابس

١. حفظ الملابس وترتيبها في مكانها المخصص

٢. المحافظة والعناية على شكل الملابس من خلال طيها أو تعليقها في خزانة الملابس

٣. توفير الوقت والجهد عند البحث عن الملابس في الخزانة



س: علل: غسل الجوربين بعد العودة من المدرسة

ج: حتى لا تبقى الرائحة عالقة بها وتبقى ناصعة اللون خاصة البيضاء منها بسبب العناية المستمرة

س: علل: شراء ملابس نوعيتها جيدة

ج: لأن النوعية الجيدة تبقى فترة أطول وتتحمل.

س: علل: إزالة أي بقعة عن الملابس فوراً

ج: لأنها قد تثبت ويصعب إزالتها إذا طال الوقت





الوحدة الرابعة: التعاون

الدرس الأول: المجتمع المتعاون

س: ما تعريف أو المقصود بـ التعاون؟

ج: سلوك إنساني نبيل، يتمثل في قيام مجموعة من الأفراد بالعمل معاً لإنجاز عمل ما بغية تحقيق أهداف مشتركة بينهم

س: اذكر صور أو مظاهر التعاون داخل المجتمع الأردني (يتم ذكر المظهر مع مثال واحد)

١. التعاون داخل الأسرة:

أ- طاعة الوالدين ب- قضاء الحاجات المنزلية عنها ج- مساعدتها

٢. التعاون داخل المدرسة:

أ- حل الواجبات ب- العلاقة الحسنة مع الزملاء ج- المحافظة على نظافة المدرسة

٣. التعاون داخل المجتمع:

أ- مشاركة الناس أفراحهم وأحزانهم ب- المساعدة في نظافة المرافق العامة ج- إبعاد الأذى عن الطريق

٤. الجمعيات الخيرية: ومنها الحكومية والخاصة

س: ما هي أنواع الجمعيات الخيرية؟

ج: ١- مؤسسات تعاونية حكومية ٢- مؤسسات تعاونية خاصة (غير حكومية)

س: اذكر بعض أسماء المؤسسات التعاونية في الأردن

١. مركز سمو الأميرة منى الحسين لرعاية المسنين

٢. المؤسسة التعاونية الأردنية

٣. جمعية سيدات الريف التعاونية

٤. جمعية سيدات النهضة الأردنية التعاونية

الدرس الثاني: المقصف المدرسي

س: ما المقصود بـ المقصف المدرسي؟

ج: مؤسسة تعاونية داخل المدرسة تُسهم في توفير الغذاء للطلبة وتحقق أرباحاً لهم وللمدرسة

س: ما هو شعار المقصف المدرسي؟

ج: ادخار - تعاون - استثمار

س: اذكر أهم مهام المقصف المدرسي

١. توفير حاجات الطلبة من الغذاء بأسعار مناسبة ونوعية جيدة

٢. تمكين الطلاب من ممارسة عملية البيع والشراء

٣. تعزيز سلوك العمل التعاوني لديهم

٤. تعميق مفهوم الاستثمار بالعمل وفق أسس صحيحة في المقصف

٥. تعويدهم الشراء من داخل المدرسة حفاظاً على سلامتهم

س: ما قيمة السهم الواحد للاشتراك في المقصف المدرسي؟

ج: ١٠ قروش

س: ما الحد الأعلى المسموح به في أسهم المدرسة؟

ج: خمسة أسهم

س: كيف يسير العمل في المقصف؟ آلية عمل المقصف

ج: يعقد اجتماع للمساهمين أي الهيئة العامة من الطلبة بداية العام الدراسي، من أجل انتخاب هيئة

إدارية ولجنة مشتريات ومبيعات ولجنة مراقبة

س: عدد لجان المقصف المدرسي

ج: ١ - هيئة إدارية ٢ - لجنة مشتريات ومبيعات ٣ - لجنة مراقبة



الوحدة الخامسة: المواد والعدد اليدوية المستخدمة في أعمال الكهرباء

الدرس الأول: أسماء بعض المواد والعدد اليدوية الكهربائية واستخداماتها

س: ما أهمية أو فائدة المواد والعدد اليدوية الكهربائية؟

ج: ١- توفير الوقت والجهد ٢- إنجاز العمل بسهولة ٣- توفير السلامة والأمان للمستخدم

في الجدول التالي أسماء العدد اليدوية الكهربائية استخدامها

اسم الأداة	الاستخدام
عراية (ذاتية الضبط)	تعرية الأسلاك من دون ضبط مسبق
عراية يدوية (ذات برغي ضبط)	تعرية الأسلاك مع الضبط المسبق
زرادية ذات رأس مدبب	جدل الأسلاك أو ربطها
زرادية عادية	جدل الأسلاك ووصلها
قطاعة	قطع الأسلاك
قطاعة ذات رأس عريض	قطع الأسلاك
أسلاك كهربائية	نقل التيار الكهربائي
مفك فاحص (تستر)	قياس الجهد الكهربائي
شريط لاصق عازل	عزل الأسلاك المعرّة والوصلات



س: عرّف الدارة الكهربائية، التيار الكهربائي، الجهد الكهربائي

- الدارة الكهربائية: مجموعة عناصر تتصل فيما بينها بأسلاك نحاسية (موصلات)
- التيار الكهربائي: انتقال الشحنات الكهربائية داخل موصل
- الجهد الكهربائي: القوة الدافعة للتيار من البطارية

الدرس الثاني: استخدامات بعض المواد والعدد اليدوية الكهربائية وتطبيقاتها

س: ما التطبيقات التي نستخدم فيها عدد يدوية كهربائية؟

١. قطع الأسلاك الكهربائية: نستخدم قطاعة يدوية وسلك كهربائي
٢. تعرية الأسلاك الكهربائية: نستخدم قطاعة وعراية سواء ذاتية الضبط أو ذات برغي ضبط وسلك كهربائي

٣. ربط الأسلاك الكهربائية: نستخدم عراية وزرّادية وشريط لاصق عازل وسلك كهربائي

س: ما الهدف من ضبط برغي العراية اليدوية تبعاً لمساحة مقطع السلك المراد تعريته؟

ج: لتعرية الطول المطلوب من السلك لا أكثر ولا أقل

س: ما الهدف أو أهمية تغطية الأسلاك الكهربائية بعد ربطها بشريط عزل لاصق؟

ج: لعزل الأسلاك الكهربائية وضمان سلامة الآخرين بعدم حدوث صدمة كهربائية أو تماس كهربائي



الوحدة السادسة: المشروبات الساخنة والمشروبات الباردة

الدرس الأول: المشروبات الساخنة

س: علل: يتناول الناس المشروبات الساخنة غالباً في فصل الشتاء

ج: ١- للاستمتاع بمذاقها ٢- للانتفاع بفوائدها

س: اذكر أمثلة على مشروبات ساخنة شائعة

ج: ١- منقوع الميرمية ٢- النعنع ٣- اليانسون ٤- القهوة ٥- الشاي

س: فسر: تنقع أوراق الميرمية بالماء الساخن وتغطى (٥-٧) دقائق.. بدلاً من غليها

ج: تنقع لاستخلاص مواد النكهة منها، ولا تغلى كي لا تُفقد مواد النكهة الطيارة أو يتغير طعمها

س: اذكر فوائد منقوع الميرمية

ج: ١- مادة قابضة ٢- مطهرة ٣- معطرّة ٤- طاردة للغازات

س: اذكر فوائد شراب اليانسون

ج: ١- التخلص من البلغم ٢- تخفيف آلام المغص المعوي

تنبيه: يغلى اليانسون ١٥ دقيقة ثم يترك ٥ دقائق في الماء المغلي

الدرس الثاني: المشروبات الباردة

س: علل: يتناول الناس المشروبات الباردة في فصل الصيف أو بعد أداء التمارين الرياضية

ج: ١- لنكهاتها الطيبة ٢- فوائدها المتعددة

س: اذكر بعض فوائد المشروبات الباردة في فصل الصيف أو بعد أداء التمارين

ج: ١- ترطيب الطعام أثناء تناوله وتسهيل عملية البلع ٢- تعويض ما يفقده الجسم من ماء

س: اذكر أمثلة على مشروبات باردة شائعة

ج: ١- عصير الليمون ٢- عصير البرتقال ٣- عصير الجزر ٤- عصير الموز بالحليب



س: اذكر فوائد عصير الليمون

ج: ١- غني بفيتامين ج ٢- يقي الجسم من الأمراض ويعالجها
٣- يخفف من الآلام الناتجة عن الحمى

س: اذكر فوائد شراب الموز بالحليب

ج: ١- طيب الطعم ٢- علاج الأمراض مثل فقر الدم والضعف العام
٣- الحليب فيه يساعد الأطفال على نمو العظام لاحتوائه على الكالسيوم

س: اذكر فوائد عصير البرتقال الطبيعي

ج: ١- غني بفيتامين ج ٢- برتقالة واحدة يوميًا تمد الجسم بحاجته من هذا الفيتامين

س: علل: يفضل شرب عصير الليمون أو عصير البرتقال الطبيعي بعد إعداده مباشرة

ج: لأن القيمة الغذائية لفيتامين ج تقل مع الوقت

س: عدد إرشادات ينبغي مراعاتها عند إعداد المشروبات

١. تقليم الأظافر والمحافظة على نظافتها

٢. غسل اليدين وتجفيفهما قبل العمل

٣. التحقق من نظافة الأواني والأدوات والتجهيزات المستخدمة وغسلها بعد الانتهاء وتجفيفها

ووضعها في مكانها

٤. الحرص على نظافة المواد الغذائية المستخدمة في إعداد المشروبات

٥. استخدام السكين بإشراف المعلم أو ولي الأمر فقط

٦. تشغيل الخلاط الكهربائي بإشراف المعلم أو ولي الأمر فقط



تم بحمد الله

التلخيص شامل ويتضمن حل أسئلة الدروس
ويفضل الرجوع لاختيارات أستاذ المادة وللكتاب

