

الصف الخامس
مديرية التربية و التعليم
الاسم:
الزرقاء الأولى
الشعبة ()
مدرسة حي البستان الأساسية المختلطة
امتحان الشهر الأول
العلوم العامة

السؤال الأول: عرّف ما يلي:

(6 علامات)

أ) الغذاء المتوازن:

ب) الفيتامينات:

السؤال الثاني: علل ما يلي:

(علامتان)

- اختلاف حاجة جسمي إلى المواد الغذائية باختلاف فصول السنة.

السؤال الثالث: اكتب اسم مجموعة الغذاء في الفراغ المناسب

(3 علامات)

1) الوقاية من الامراض _____

2) بناء العضلات _____

3) توفير الطاقة اللازمة لممارسة التمارين الرياضية _____

(4 علامات)

السؤال الرابع: ما تأثير كل مما يلي على صحة الجسم؟

(أ) نقص فيتامين (D)

(ب) تناول كميات كبيرة من الكربوهيدرات

السؤال الخامس: اذكر ثلاث عادات غذائية صحية يجب اتباعها للمحافظة على صحة أجسامنا:

(3 علامات)

(1

2

3)

(علامتان)

السؤال السادس: املأ الجدول الآتي بما هو مناسب:

أهميته للجسم	مصادره	الفيتامين
		فيتامين (C)
		فيتامين (D)

انتهت الأسئلة

إعداد المعلمة هبة بكر