

ورقة
عمل

الغذاء

اسم الطالبة:
الصف:

اجيبي عن الاسئلة التالية :-

السؤال الأول

اقرئي العبارات التالية ثم حددي هل هي صحيحة أم خاطئة:

- ١- من وظائف الكربوهيدرات أنها تحافظ على سلامة الجهاز العصبي .
- ٢- يشكل الماء مانسبته (٦٠-٧٠) من وزن جسم الانسان
- ٣- الفيتامينات الذائبة في الدهون لا تخزن في الجسم بكميات كبيرة
- ٤- من وظائف البروتينات تكوين الهرمونات وانزيمات الجسم

السؤال الثاني

اختراري الاجابة الصحيحة من بين الاقواس فيما يلي:

- ١- من مصادر الكربوهيدرات (الأرز - البيض -اللحوم)
- ٢- الفيتامينات هي مواد عضوية يحتاجها جسم الانسان بكميات (كبيرة - بسيطة)
- ٣- من الفيتامينات الذائبة في الماء (أ - ج - ك .)

السؤال الثالث

صلي العمود أ بما يناسبة بالمعمود ب :

- | | |
|---------------|-------------------------------------|
| ١- فيتامين هـ | يساعد على امتصاص الكالسيوم والفسفور |
| ٢- فيتامين د | يعمل على التئام الجروح |
| ٣- فيتامين ك | مضاد للأكسدة |

معلمة المقرر : أ/ صالحة الزهراني