



ورقة عمل

(مفهوم الغذاء الصحي)

ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (x) أمام العبارة الخاطئة:

يعتبر الدواء نوعاً من أنواع الغذاء؟

☐

إجابة خاطئة

☐

إجابة صحيحة

اختر الإجابة الصحيحة فيما يلي:

١ - توفير الاحتياجات اليومية من السرعات الحرارية والمجموعات الغذائية للجسم:

(ب) الحركة.

(أ) الطعام الصحي .

اختر من العمود (أ) ما يناسبه من العمود (ب) فيما يلي:

(ب)

(أ)

١	مجموعة الحبوب	الدجاج - الأسماك
٢	مجموعة الخضروات	التفاح - الموز - العنب
٣	مجموعة الفواكه	خبز البر
٤	مجموعة اللحوم	البطاطس - الجزر - الفاصوليا