

الأهداف:

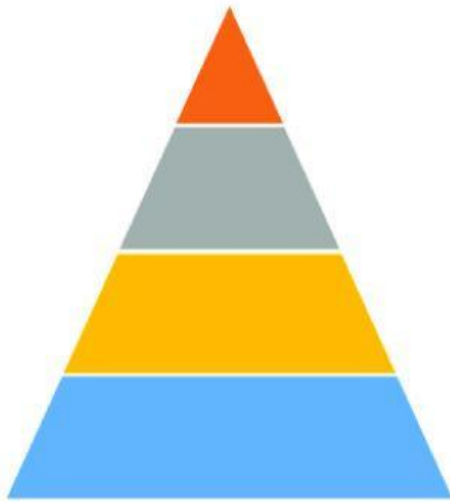
١. يتعرف إلى ترتيب المجموعات الغذائية في الهرم الغذائي.
 ٢. يوضح أهمية الهرم الغذائي.
- شارك طفلك في تنفيذ الأنشطة الآتية:

المحتوى التعليمي

الهرم الغذائي: هو مخطط على شكل هرم يرشدنا إلى كمية ونوع الغذاء الذي يجب أن نتأوله.

نشاط (١)

بعد مشاهدة صورة الهرم الغذائي في الكتاب المدرسي صفحة (٩) أسمى هذه الأطعمة و أكتبها في مكانها المناسب في الهرم المقابل:



من خلال الهرم السابق أكمل الفراغ:

١. الأغذية التي يتناولها الإنسان بكميات قليلة هي
٢. أغذية تساعد على النمو وتعويض أنسجة التالفة.
٣. ينصح الأطباء بالتقليل من تناول الدهون لأنها تسبب
٤. أغذية تقي الجسم من الأمراض.

