الصف الخامس ( )

الاسم/.....

العناصر الغذائية

صل العمود (أ) بما يناسبك من العمود (ب) :

(أ)	(ب)
الكربو هيدرات	المحافظة على صحة الجسم ووقايته من الأمراض
الفيتامينات	بناء الخلايا وتجديدها
البروتينات	إمداد الجسم بالطاقة

ضع (صح) أمام العبارة الصحيحة و (خطأ) أمام العبارة الخاطئه :

تتكون الأظافر والعضلات من مادة الكيراتين. ____

الإكثار من الدهون يسبب السمنة ____

يحتاج الجسم إلى كميات كبيرة من الفيتامينات . ____

الماء يساعد في عظم الطعام . ____

الدهون المصدر الرئيسي للطاقة وتشمل النشويات . ____

أشعة الشمس من أهم مصادر فيتامين د. ____

أ/ موضي فيصل

LIVEWORKSHEETS