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 الكربو هيدرات أنها تحافظ على سلامة الجهاز العصبي .

٢- يشكل الماء مانسبتة (٦٠-٧٠) من وزن جسم الانسان

٣- الفيتامينات الذائبة في الدهن لا تخزن في الجسم بكميات كبيرة

٤- من وظائف البروتينات تكوين الهرمونات وانزيمات الجسم

السؤال الثاني

اختاري 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

LIVEWORKSHEETS