ورقة عمل 1

الوحدة السابعة : الغذاء المتوازن

1-ضع كل عنصر غذائي بجانب وظيفته الأساسية في جسم الإنسان.

الفيتامينات والاملاح المعدنية	البـروتين	الكربوهيدرات والدهـون

..... المحافظة على صحة الجسم ويحمي من الأمراض.

..... يزود الجسم بالطاقة.

.....النمو وإعادة بناء أنسجة الجسم التالفة.

2-ضع كل من الاعراض الآتية في المكان المناسب.

نوبات قلبية	السمنة	امراض الكلى	تسوس الأسنان

الاكثار من تناول الدهون	الاكثار من تناول السكريات	الاكثار من تناول الملح

LIVEWORKSHEETS