

كتاب الطالب				TIMSS			م
عنوان الدرس	الفصل	الفصل الدراسي	الصف	الفكرة	الفرع	المجال	
مرجعيات الطالب	-	الأول	الرابع الثالث	ربط انتقال الأمراض المعدية الشائعة إلى الاتصال البشري	انتقال الأمراض المعدية والوقاية منها وأعراضها	الصحة والإنسان	٥
السؤال					مستوى السؤال	مصدر السؤال	
درجة الحرارة الطبيعية لجسم الإنسان تقريباً ٣٧ درجة، تم أخذ درجة حرارة شخص في الصباح الباكر ولوحظ أن درجة حرارته ٣٩ درجة، أعط سبباً مقنعاً يمكن أن يكون وراء ارتفاع درجة الحرارة عن الطبيعية؟					الاستدلال	TIMSS (٢٠١١)	
كيف تنتقل الأنفلونزا من شخص لآخر؟					الاستدلال	TIMSS (٢٠١١)	

كتاب الطالب				TIMSS			م
عنوان الدرس	الفصل	الفصل الدراسي	الصف	الفكرة	الفرع	المجال	
مرجعيات الطالب	-	الأول	الرابع	وصف طرق انتقال الأمراض والوقاية منها وأعراضها	انتقال الأمراض المعدية والوقاية منها وأعراضها	الصحة والإنسان	٥
السؤال					مستوى السؤال	مصدر السؤال	
هدى تلعب مع صديقتها المصابة بالإنفلونزا. اكتب في الأسفل شيئاً تستطيع أن تفعله هدى لتجنب الأنفلونزا من صديقتها؟					الاستدلال	TIMSS (٢٠١١)	
ذهب سليم إلى المدرسة وهو مصاب بالرشح، وبعد عدة أيام أصيب نصف طلاب صفه بالرشح. ما السبب الأكثر قبولاً الذي يفسر أن بعض طلاب الصف أصيبوا بالرشح والبعض الآخر لم يصب به؟					الاستدلال	TIMSS (٢٠٠٧)	
أي مما يلي يحدث بسبب الفيروسات؟ أ - قرحة المعدة ب - الملاريا ج - مرض السل د - الإنفلونزا					المعرفة	TIMSS (٢٠٠٧)	
أخذت درجة حرارة جسمك وأنت غير سليم، أي درجة حرارة أقرب إلى ما يظهره الترمومتر؟ أ - ٢٩ °س ب - ٣٧ °س ج - ١٠٠ °س د - ٢١١ °س					المعرفة	TIMSS (٢٠٠٧)	

كتاب الطالب				TIMSS			م
عنوان الدرس	الفصل	الفصل الدراسي	الصف	الفكرة	الفرع	المجال	
مرجعيات الطالب	-	الأول	الرابع	وصف السلوكيات اليومية التي تعزز الصحة الجيدة	طرق الحفاظ على الصحة الجيدة	الصحة والإنسان	٥
السؤال					مستوى السؤال	مصدر السؤال	
هشام مصاب بالإنفلونزا ، لعب هشام مع صديقين. أصيب أحد الأصدقاء بالإنفلونزا بينما لم يصب الآخر. ماذا يمكن أن يكون السبب أن أحد الأصدقاء لم يصب بالإنفلونزا؟					التطبيق	TIMSS (٢٠٠٧)	
كيف تساعد عملية غسل اليدين في المحافظة على الصحة؟					المعرفة	كتاب الطالب	
أ- تزيل الجراثيم. ب- تقي اليدين من الجفاف. ج- تعطي منظرا جميلا لليدين. د - تدفئ اليدين.							

كتاب الطالب				TIMSS			م
عنوان الدرس	الفصل	الفصل الدراسي	الصف	الفكرة	الفرع	المجال	
مرجعيات الطالب	-	الأول	الرابع الثالث	تحديد مصادر الغذاء الصحي المتوازن	طرق الحفاظ على الصحة الجيدة	الصحة والإنسان	٥
السؤال				مستوى السؤال		مصدر السؤال	
عصارة المرارة هي سائل يخزن في كيس المرارة وتساعد على هضم الدهون أي من الأغذية التالية يجب أن يمتنع عنها الإنسان بعد إزالة كيس المرارة من جسمه؟				الاستدلال		TIMSS (٢٠٠٧)	
أ. الفواكه. ب. البذور. ج. الجبن. د. الخضار.							
إذا تناول الإنسان كمية من الطعام أكثر مما يحتاجه سوف:				الاستدلال		TIMSS (٢٠٠٧)	
أ- يتنفس بشكل أسرع. ب- يفقد بعضاً من وزنه. ج- تزداد نبضات قلبه. د- يقوم الجسم بتخزين هذا الطعام على شكل دهون.							
أكتب الإجابة الصحيحة: لماذا تحتاج إلى الكالسيوم؟				التطبيق		TIMSS (٢٠١١)	
أي أنواع الطعام الآتية يعد مصدراً رئيساً للكربوهيدرات؟				المعرفة		TIMSS (٢٠١١)	
أ - البطاطا (البطاطس) ب - البندورة. ج - التفاح. د - الخيار.							
يساعد الكالسيوم في جعل العظام والأسنان قوية أي هذه الأطعمة أفضل مصدر للكالسيوم؟				المعرفة		TIMSS (٢٠١١)	
أ- الحلوى ب- الأرز ج- الجبن د- اللحم							

كتاب الطالب				TIMSS			م
عنوان الدرس	الفصل	الفصل الدراسي	الصف	الفكرة	الفرع	المجال	
مرجعيات الطالب	-	الأول	الرابع الثالث	تحديد مصادر الغذاء الصحي المتوازن	طرق الحفاظ على الصحة الجيدة	الصحة والإنسان	٥
أخبر كمال صديقه فارس أنه عند أكل الفاكهة يمكنه الحصول على كل ما يحتاجه من تغذية للبقاء بصحة جيدة. ويعتقد فارس أن كمال سيحتاج لتناول أنواع أخرى من الأطعمة أيضاً. من منهما على صواب؟				ظلل مربع واحد فقط ☐ كمال ☐ فارس فسر إجابتك		التطبيق	TIMSS (٢٠١١)
تناول أوراق الخضراوات مهم جداً ، بسبب كون أوراق الخضراوات مصدراً مهماً للـ...				أ. بروتين (زلال) ب. سكريات ج. معادن د. دهن		التطبيق	TIMSS (٢٠٠٧)
عند القيام ببرنامج حمية صحيح ، يتضمن البرنامج تناول الأغذية التي تحتوي على بروتينات ، السبب لذلك لكون البروتينات المصدر المهم لـ...				أ. الطاقة للجسم. ب. ألياف للهضم. ج. مواد أساسية لنمو وبناء الخلايا. د. فيتامينات ضد الأمراض.		التطبيق	TIMSS (٢٠٠٧)
لماذا تعتبر الثمار وأوراق الخضراوات غذاء صحي؟				أ. لأنها تحتوي على كمية مياه عالية. ب. لأنها تشكل أفضل مصدر للبروتينات ج. لأنها غنية بالمواد المعدنية والفيتامينات د. لأنها تشكل مصدر جيد للكربوهيدرات.		التطبيق	TIMSS (٢٠٠٧)

كتاب الطالب				TIMSS			م
عنوان الدرس	الفصل	الفصل الدراسي	الصف	الفكرة	الفرع	المجال	
مرجعيات الطالب	-	الأول	الرابع الثالث	تحديد مصادر الغذاء الصحي المتوازن	طرق الحفاظ على الصحة الجيدة	الصحة والإنسان	٥
أي من مجموعات المواد الغذائية التالية ، تحتوي على معظم المواد الغذائية التي يحتاجها الإنسان؟				المعرفة		TIMSS (٢٠٠٧)	
أ. أسماك ، حليب وقطع شوكولاتة. ب. خبز ، خضروات وأسماك ج. خضروات ، فواكه وماء د. لحم ، أسماك وخبز				المعرفة		TIMSS (٢٠٠٧)	
ماذا يصنع بمساعدة البكتيريا؟				المعرفة		TIMSS (٢٠٠٧)	
أ. لبن ب. كريم ج. صابون د. زيت للطبخ							