

## الأهداف:

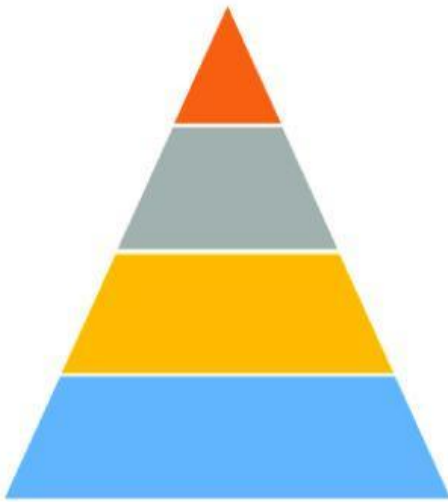
١. يتعرف إلى ترتيب المجموعات الغذائية في الهرم الغذائي.
  ٢. يوضح أهمية الهرم الغذائي.
- شارك طفلك في تنفيذ الأنشطة الآتية:

## 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.

