

((نشاط فردي للصف الأول الإعدادي))

(درس البروتين مادة التربية الاسرية)

الكفاية: تختار الأطعمة التي تزود الجسم بالبروتين اللازم لبناء الخلايا وصيانتها.



س1: ضعي (صح) أمام العبارة الصحيحة و(خطأ) أمام العبارة الخاطئة فيما يأتي:

- 1- البروتين هو المادة الأولية والأساسية لبناء خلايا الجسم. ()
- 2- البروتين مهم للنمو السليم للجسم. ()
- 3- كل غرام من البروتين يعطي الجسم تسع سعرات حرارية. ()

س2: أكمل العبارات الآتية بوضع الكلمات في مكانها الصحيح:

فوائد البروتين - البروتين - أربع سعرات حرارية

- 1- هو المادة الأولية والأساسية لبناء خلايا الجسم.
- 2- كل غرام من البروتين يعطي الجسم
- 3- من بناء خلايا الجسم وانسجته.

س3: استنتجي من الصورة التي أمامك فوائد البروتين؟

1-

2-



يعتمد مديرة المدرسة

أ/ زبيدة حسن البلوشي

المديرة المساعدة

أ/ ايمان الفهيد

إعداد معلمة التربية الأسرية

أ/ منى صلاح