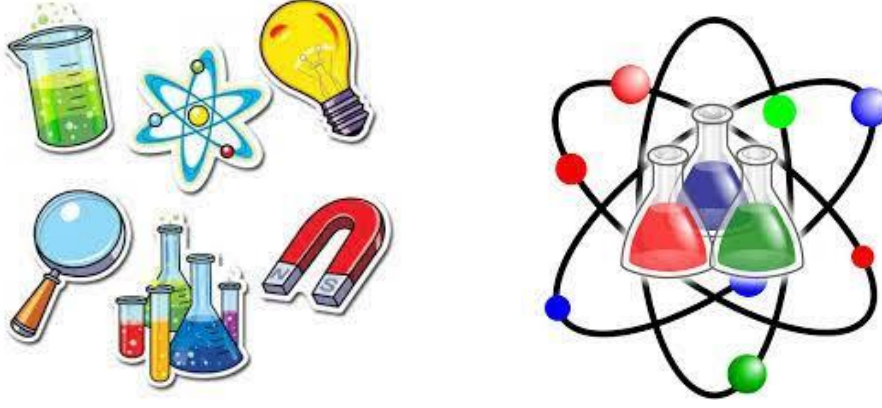


مادة العلوم

العام الأكاديمي 2024 / 2025



أوراق العمل الإثرائية

منتصف الفصل الدراسي الثاني

الصف الثاني الابتدائي

.....	اسم الطالب
..... الثاني /	الصف والشعبة

هذه الأسئلة لا تُغني عن الكتاب المدرسي أو
تدريبات الكتاب المدرسي

الاسم: ----- الشعبة: ----- ورقة عمل (1) التاريخ: / يناير / 2025

درس (ما الطعام الصحي؟)

1) أي من التالي وجبة غذائية صحية ومتوازنة؟

A	كيك وشوكلاتة وعسل
B	شيبس وكيك وهامبرغر
C	سلطة ولحم و أرز

2) كم كوب ماء يحتاج له الشخص البالغ في اليوم؟

A	2
B	4
C	8

3) ما هي المجموعة الغذائية التي تنتمي إليها لحم الغنم ؟

A	الحبوب
B	الألبان
C	اللحوم

4) أكمل الفراغ مستخدماً الكلمات التي بين القوسين:- (الخضروات والفاكهة / الحبوب)

أ) ينتمي الشوفان والأرز إلى مجموعة -----

ب) المجموعة الغذائية التي يجب أن نأكل منها كميات كثيرة جداً هي -----

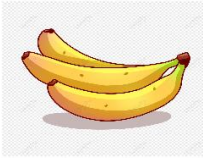
درس (كيف يمكنني أن أكل باعتدال؟)

1) الطعام المتكامل الصحي يحتوي على

A	كل المجموعات الغذائية
B	ثلاث مجموعات غذائية فقط
C	مجموعة غذائية واحدة فقط.

2) أي من التالي من الممكن أن نتناوله كوجبة خفيفة؟

A	(أ)
B	(ب)
C	(ت)



(أ) (ب) (ت)

3) ليكون طعامنا صحي يجب أن نتناول السكر بكميات

A	كثيرة جداً
B	كثيرة
C	قليلة

4) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (x) أمام العبارة الخطأ.

(.....)	أ) المصق الغذائي يساعدنا في التعرف على مكونات الأطعمة المصنعة.
(.....)	ب) يمكننا تناول المخلل بكميات كثيرة لأنه مفيد لصحتنا.

درس (كيف يمكنني أن أكل باعتدال؟)

5) انظر لمصق الطعام التالي ثم أجب عما يلي:-

المعلومات الغذائية لكل 80 جرام	
طاقة (كيلو جول / كيلو كالوري)	450 (كيلو جول / كيلو كالوري)
بروتين	2 جرام
دهون	10 جرام
كربوهيدرات	50 جرام
ألياف	3 جرام
سكريات	8 جرام
صوديوم	250 مليجرام

أ) كم كتلة الدهون في 80 جرام من هذا الطعام؟

ب) كم كتلة السكريات في 80 جرام من هذا الطعام؟

ت) هل يمكن أكل هذا الطعام باعتباره وجبة خفيفة ؟ ولماذا؟

درس (كيف يساعدني النظام الغذائي المتوازن والتمارين الرياضية على المحافظة على صحتي؟)

1) أي الأطعمة التالية تساعد في تقوية وبناء العظام؟

A	الألبان
B	الحبوب
C	الخضروات

2) أي من التالي أمراض تصيب الأشخاص الذين لا يتناولون طعامًا صحيًا؟

A	الحصبة الجدري
B	السكري وأمراض القلب
C	التيفويد والملاريا

3) كم عدد الدقائق المناسبة لممارسة الرياضة للأطفال يوميًا؟

A	240
B	120
C	60

4) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (x) أمام العبارة الخطأ.

(.....)	أ) لكي نعيش حياة صحية يجب علينا تناول طعام صحي وممارسة الرياضة بانتظام.
(.....)	ب) الأطعمة الدهنية والمالحة والسكريات مفيدة جدًا لمرضى القلب.

~~~~~

5) صل الجملة بالصورة الصحيحة التي تعبر عنها.

ت) تصرف صحي  
لتحكم في وزن الجسم

ب) طعام يساعد  
على تجنب المرض

أ) يساعد على نمو  
العظام والمحافظة  
على قوتها



الاسم: ..... الشعبة: ..... ورقة عمل (2) التاريخ: .... / فبراير / 2025

درس (ما الأشياء التي تصدر ضوءاً؟)

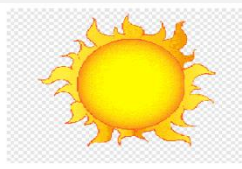
| 1) المصدر الرئيسي للضوء والحرارة على الأرض..... |        |
|-------------------------------------------------|--------|
| A                                               | القمر  |
| B                                               | النجوم |
| C                                               | الشمس  |

| 2) مصدر ضوئي ينتج الضوء بالاحتراق..... |                      |
|----------------------------------------|----------------------|
| A                                      | النار                |
| B                                      | الكشاف اليدوي        |
| C                                      | كشاف السيارة الأمامي |

| 3) أي من التالي مصدر ضوئي ينتج الضوء بالكهرباء؟ |     |
|-------------------------------------------------|-----|
| A                                               | (أ) |
| B                                               | (ب) |
| C                                               | (ت) |



( ت )



( ب )



( أ )

4) كم ساعة تحتاج لها الأرض لتدور حول نفسها دورة واحدة كاملة؟

.....

5) أكمل: جزء الأرض المقابل للشمس يكون (.....)

## درس (كيف تعكس بعض الأشياء الضوء؟)

1) أي من التالي من عاكسات الضوء؟

|   |                    |
|---|--------------------|
| A | المصباح الكهربائي  |
| B | سطح الطاولة اللامع |
| C | كشاف الجوال        |

2) أي من التالي من مصادر الضوء؟

|   |                          |
|---|--------------------------|
| A | مصباح السيارة الأمامي    |
| B | المرآة                   |
| C | السترة السلامة الفلورسنت |

3) أي الأشياء التالية نحتاج لمصباح يدوي لرؤيته عندما يكون موجود بغرفة مظلمة؟

|                                                                                      |     |   |
|--------------------------------------------------------------------------------------|-----|---|
|   | (ت) | A |
|   | (ب) | B |
|  | (أ) | C |

4) أكمل الجمل التالية بالكلمات الموجودة بين القوسين: ( تعكس / القمر )

(أ) يعتبر (-----) مضيئاً لأنه يعكس ضوء الشمس الساقط عليه.

(ب) أرى معظم الأشياء عندما (-----) الضوء.

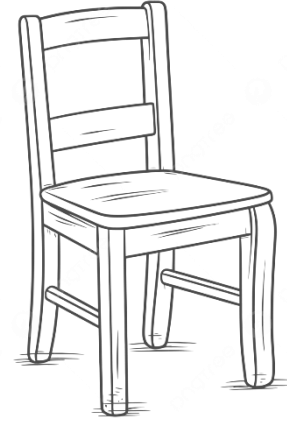


5) صل بين الجملة والصورة التي تعبر عنها.

ب) عاكس للضوء



أ) مصدر ضوئي



درس (ما الأشياء التي أرى من خلالها؟)

|                                                        |                    |
|--------------------------------------------------------|--------------------|
| 1) ما هي المادة التي لا يمكننا الرؤية من خلالها بوضوح؟ |                    |
| A                                                      | المادة الشفافة     |
| B                                                      | المادة المعتمة     |
| C                                                      | المادة شبه الشفافة |

|                                                        |                 |
|--------------------------------------------------------|-----------------|
| 2) لماذا نستخدم القماش الثقيل لصناعة ستائر غرفة النوم؟ |                 |
| A                                                      | لأنها شفافة     |
| B                                                      | لأنها معتمة     |
| C                                                      | لأنها شبه شفافة |

|                                 |           |
|---------------------------------|-----------|
| 3) الزجاج البلوري هو مادة ..... |           |
| A                               | شفافة     |
| B                               | معتمة     |
| C                               | شبه شفافة |

4) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (x) أمام العبارة الخطأ.

|         |                                                              |
|---------|--------------------------------------------------------------|
| (.....) | أ) نصنع الأشياء التي لا نريد أن نرى من خلالها من مادة معتمة. |
| (.....) | ب) نصنع عدسات النظارة الشمسية من مادة شفافة.                 |

## درس (هل تسمح للضوء بالمرور من خلالها؟)

| 1) ما هي المادة التي تسمح بمرور كل الضوء؟ |                    |
|-------------------------------------------|--------------------|
| A                                         | المادة الشفافة     |
| B                                         | المادة المعتمة     |
| C                                         | المادة شبه الشفافة |

| 2) ما هي المادة التي لا تسمح بمرور الضوء؟ |                    |
|-------------------------------------------|--------------------|
| A                                         | المادة الشفافة     |
| B                                         | المادة المعتمة     |
| C                                         | المادة شبه الشفافة |

| 3) ما هي المادة التي تسمح لبعض الضوء بالمرور؟ |                    |
|-----------------------------------------------|--------------------|
| A                                             | المادة الشفافة     |
| B                                             | المادة المعتمة     |
| C                                             | المادة شبه الشفافة |

## 4) أكمل الجملة التالية:

-صنع هذا البيت من (-----)

لأنه (-----)



5) صل بين الجملة والصورة التي تعبر عنها.

ب ( كوب يسمح  
بمرور كل الضوء

أ) كوب يسمح بمرور  
جزء من الضوء

