أوراق تدريبية (علاجية) للصف السادس

مادة الحوسبة وتكنولوجيا المعلومات

استعداداً لاختبارات نهاية الفصل الدراسي الأول

للعام الدراسي 2018- 2019 م

مدرسة جابر بن حيان الابتدائية للبنين

ورقة عمل: المعلومات المصورة

اسم الطالب: _____

الصـــــف: السادس (.....) الفصل: الأول

رقم الجهاز : .....

التدريب الثالث:

المهارة	التقييم
1. قم بتشغيل برنامج Microsoft word .	.....
2. قم بإدخال النص التالي : ---------- # الغذاء الصحي ## تعريف الغذاء الصحي الغذاء الصحي هو الذي يحتوي على جميع المتطلبات الغذائية اليومية والتي يحتاج لها جسم الإنسان في جميع مراحل حياته العمرية، فالغذاء يعد الركيزة الأساسية للصحة جيدة والجسد الخالي من الأمراض، وفي حالات كثيرة يكون الطعام مصدراً لإصابة الإنسان بالأمراض المختلفة، عندما يحتوي على الجراثيم والبكتيريا المختلفة، لذلك يجب الاهتمام بقيمة الطعام الغذائية. ## إرشادات لتناول الغذاء الصحي هناك العديد من الإرشادات التي يجب إتباعها عند تناول الطعام، لكي يتمكن الإنسان من الحصول على الطعام الصحي والمتكامل وهي: • مراعاة التنوع في الأطعمة التي يتناولها الإنسان، وتجنّب تناول نوع واحد لفترات طويلة • التركيز على تناول كميات كبيرة من الخضروات والفواكه • تناول الوجبات الغذائية بشكل منظم، ويكون من خلال تقسيمها إلى ثلاثة	

وجبات رئيسية وهي وجبة الإفطار، ووجبة الغداء، ووجبة العشاء

- مراعاة التوازن في الأطعمة التي يتم تناولها حتى يتمكن الجسم من الحصول على جميع العناصر بنفس النسب.
- تناول كميات معتدلة من الأطعمة والتقيد بحاجة الجسم لها
- تجنب حرمان الإنسان لنفسه من تناول أنواع معينة من الأطعمة
- تناول كميات كبيرة من الماء

أهمية الغذاء الصحي

للغذاء الصحي العديد من الفوائد التي تعود على الإنسان وهي:

- إمداد الجسم بالطاقة اللازمة له، والتي تمكنه من ممارسة جميع نشاطاته على أكمل وجه.
- بناء خلايا الجسم وتجديدها، وذلك من خلال تناول الأطعمة التي تحتوي على نسب عالية من البروتينات.
- تقوية عظام الإنسان وبنائه، وذلك من خلال تناول الأطعمة التي تحتوي على عنصر الكالسيوم بشكل أساسي.
- حامية الجسم من التعرض لخطر الإصابة بالأمراض السرطانية، وذلك عن طريق تناول الأطعمة التي تحتوي على مضادات للأكسدة.
- نمو الجسم وبنائه بطريقة صحيحة وسليمة.
- تمتع الإنسان بالوزن الصحي والمثالي، وتجنّب تعرضه للمسنة المفرطة والناتجة عن تناول الأطعمة غير الصحية.

---

3. قم بحفظ الملف في مجلد العبة في القرص :D باسمك الثلاثي.

1. نسق النص ليصبح منظمًا في عمودين

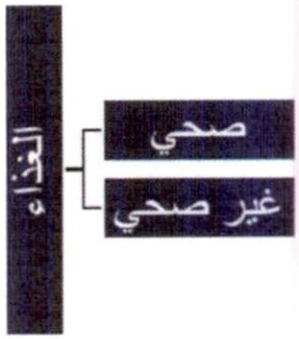
Two

2. أدخل بادئة نص للفقرة الأولى من النص

4. قم بادراج فاصلة للصفحة قبل العنوان الفرعي " إرشادات لتناول الغذاء الصحي" وكذلك قبل العنوان الفرعي "أهمية الغذاء الصحي" بحيث يتم تقسيم الملف الى ثلاثة صفحات.

.....

3. قم بإدراج الرسم التوضيحي SmartArt التالي في الصفحة الأولى:



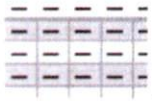
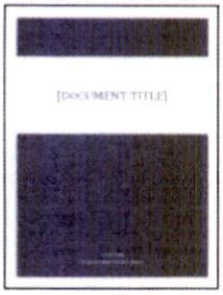
5. قم بتطبيق نمط Design من اختيارك للرسم الذي قمت بإدراجه.

4. قم بإضافة الشكل Shapes التالي بعد الفقرة الثانية:

6. في الصفحة الثانية قم بإدراج الأيقونات ... التالية:

5. قم بإدراج الجدول Table التالي في آخر الملف:

المكونات	
الطاقة	139 kcal
الدهون	0 غرام
البروتين	0 غرام
الملح	0 غرام

7. قم بتطبيق نمط Design  للجدول الذي أضفته.	
6. قم بإضافة سطر جديد للجدول. 8.	السكر | 35 غرام
9. غير لون خلفية عنوان الجدول Shading الى اللون الأصفر.	
10. قم بإضافة رأس للصفحات Header يعرض عنوان المجلة "مجلة الغذاء السليم"	
11. قم بإضافة تذييل للصفحات Footer يعرض رقم الصفحة	
7. أدرج صفحة غلاف للمجلة Cover Page من نوع Banded.  Banded 12.	
13. غير عنوان المجلة في صفحة الغلاف بحيث يكون "مجلة الغذاء السليم".	
14. احفظ التعديلات التي قمت بها على الملف.	

مع تحيات قسم تكنولوجيا المعلومات

مدرسة جابر بن حيان الابتدائية للبنين

ورقة عمل: تصميم وبرمجة اللعبة

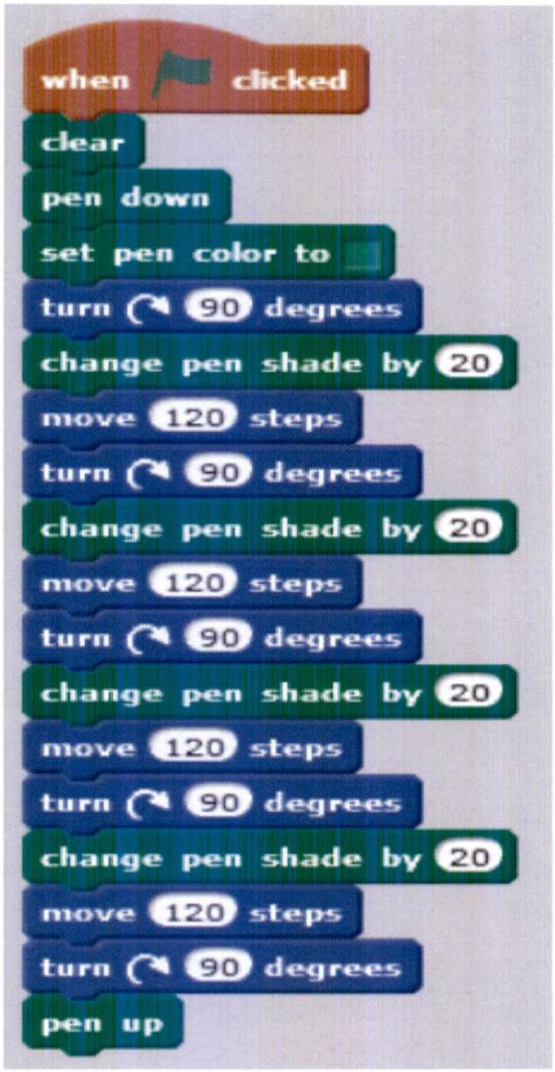
اسم الطالب:

الصـــــف: السادس (.....) الفصل: الأول

رقم الجهاز : .....

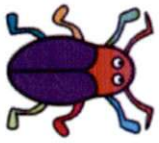
التدريب الأول:

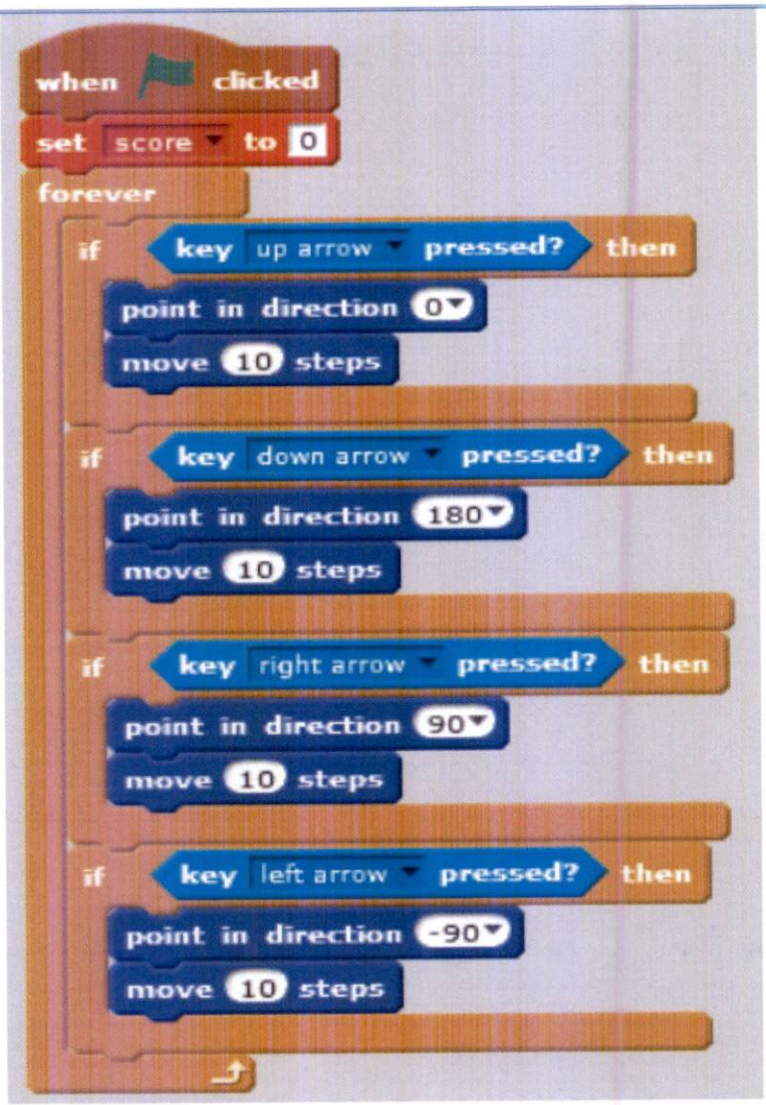
المهارة	التقييم
1. قم بتشغيل برنامج Scratch	.....
2. قم بإضافة الكود البرمجي اللازم لرسم مربع كما هو مبين في المثال التالي.	.....

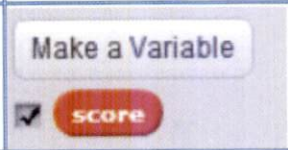


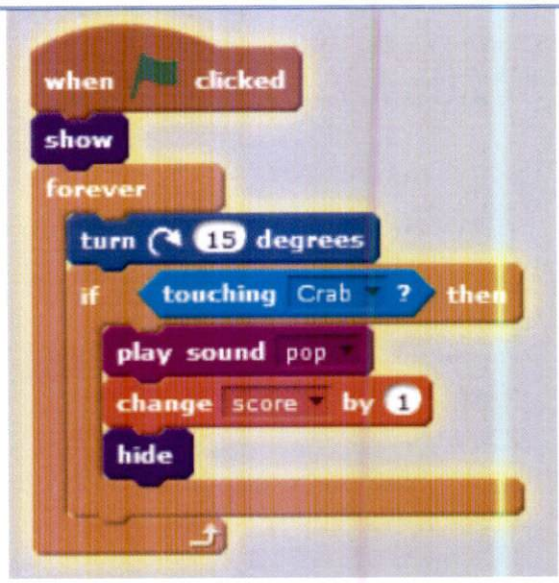
3. احفظ العمل داخل القرص D في ملف الشعبة باسمك الثلاثي	.....

التدريب الثاني:

المهارة	التقييم
4. قم بتشغيل برنامج Scratch	.....
5. غيّر المنصة الى beach rio beach rio	.....
6. قم بحذف Delete كائن القط	.....
7. قم بإضافة الكائن Beetle  Beetle	.....
8. قم بإضافة الكود البرمجي اللازم للتحكم في حركة الكائن Beetle في الأربع اتجاهات (→ ← ↑ ↓) باستخدام الكيبورد كما هو مبين:	.....

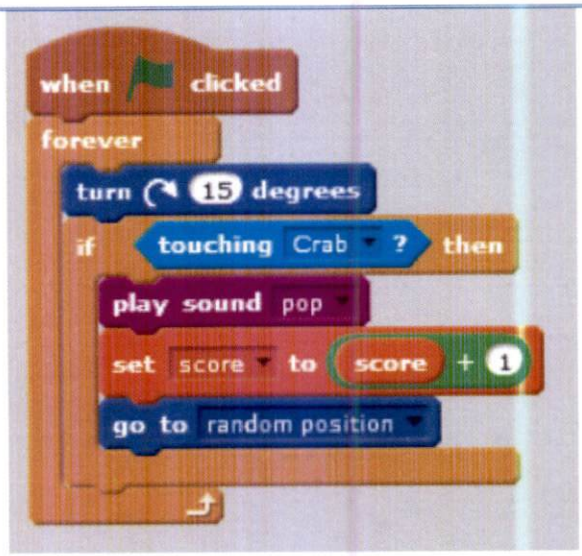


.....		9. قم بإنشاء المتغير **Score**
.....		10. قم بإضافة الكائن **Ball-Soccer**
.....		11. قم بإضافة الكود البرمجي اللازم لإضافة نقطة للمتغير **Score** كلما لُمِسَت الكرة

	
.....	12. قم بتكرار الكائن "الكرة" من خلال الأمر **Duplicate**
.....	13. قم بحفظ ملف العمل على القرص **D** في مجلد الشعبة باسم "الدرس الثاني"

التدريب الاثرائي:

المهارة	التقييم
1. قم بتعديل البرنامج بحذف جميع الكرات ما عدى واحدة فقط	.....
2. قم بتعديل الكود البرمجي الخاص بالكائن "الكرة " بحيث تغير الكرة موقعها على المنصة عند اللمس كما هو مبين في الكود التالي.	.....



مع تحيات قسم تكنولوجيا المعلومات