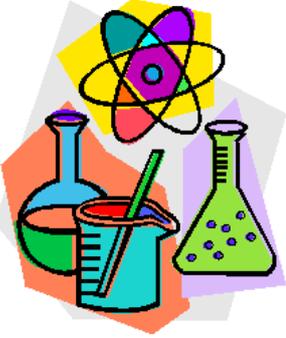


التعليم المبكر  
تنسيق الصف الثاني

مجمع الفرقان التربوي للبنين  
المرحلة الابتدائية



العام الدراسي  
١٤٣٦-١٤٤٠ هـ  
٢٠١٦-٢٠١٩ م



# العلوم العامة

## تدريبات إثرائية وعلاجية

اسم الطالب / ..... الصف 2 / .....

مع تحيات أسرة الصف الثاني

الأغذية الصحية وغير الصحية

1/ اختر الإجابة الصحيحة بوضع علامة (x) داخل المربع.

1 أي مما يلي من الأغذية الصحية ؟

- A التفاح  
B السكر  
C الأملاح

2 أي مما يلي من الأغذية غير الصحية ؟

- A الفواكه  
B الدهون  
C البيض

3 كم كوب من الماء يحتاجه جسم الإنسان يومياً ؟

- A 4  
B 6  
C 8

4 أي مما يلي من العادات غير الصحية ؟

- A شرب الحليب  
B ممارسة الرياضة  
C تناول الأطعمة المكشوفة

2/ صل ما في العمود ( 1 ) بما يناسبه من العمود ( 2 ) :

الفواكه	الملفوف والبقدونس من
الخضراوات	الموز والعنب من
غير صحية	طبق سمك مع أرز و صحن سلطة أغذية
صحية	وجبة بيتزا مع مشروب غازي أغذية
تناول الشوكولاتة	من العادات الغذائية السليمة
شرب الحليب	من العادات الغذائية غير السليمة

**3/ ضع علامة ( ✓ ) أمام العبارة الصحيحة وعلامة ( ✗ ) أمام العبارة الخاطئة:**

1/	الأغذية الصحية توفر للجسم حاجاته الضرورية لصحة جيدة .	( )
2/	تعد الفواكه مهمة لوقاية الجسم من الأمراض .	( )
3/	الأغذية الصحية تحتوي على كمية كبيرة من الدهون أو السكر أو الملح .	( )
4/	تعد الوجبات السريعة من الاغذية الصحية .	( )
5/	من الأغذية غير الصحية المخللات والحلويات بأنواعها .	( )
6/	الإكثار من الدهون يؤثر على صحة الجسم ويؤدي إلى السمنة.	( )
7/	أتناول الخضراوات دون غسلها .	( )
8/	أنسى تناول فطوري .	( )
9/	أمضغ الطعام جيداً .	( )
10/	يحتاج جسمي عادة شرب (8) أكواب من المياه يومياً تقريباً .	( )

**4/ أجب عن الأسئلة التالية :**

1/ أذكر بعض الأغذية الصحية التي توفر للجسم حاجاته الضرورية ليتمتع بصحة جيدة.

.....

2/ أذكر بعض العادات الغذائية السليمة.

.....

3/ أذكر بعض الأمراض التي قد تسببها الأغذية غير الصحية.

.....

**الضوء Light****1/ اختر الإجابة الصحيحة بوضع علامة (x) داخل المربع.****1** الأجسام التي تصدر ضوءاً تسمى أجسام :

A مضيئة

B عاكسة

C ساقطة

**2** من مصادر الضوء الطبيعية :

A الشمعة

B الشمس

C الفانوس

**3** من مصادر الضوء الصناعية :

A النار

B البرق

C المصابيح

**4** تعد الأجسام التي لاتسمح بمرور الضوء أجسام :

A معتمة

B شفافة

C شبه شفافة

5 أي مما يلي يعكس ضوء الشمس ولا يصدر الضوء بذاته ؟

A النار

B القمر

C البرق

6 أي من الأجسام الآتية تسمح بمرور جزء من الضوء ولا نرى الأشياء خلفها بوضوح ؟

A المعتمة

B الشفافة

C شبه الشفافة

7 عندما نقرب مصدر الضوء من الأجسام يكون الظل :

A كبير

B صغير

C متوسط

8 متى يكون ظل الشجرة طويلاً ؟

A في الظهر

B في الصباح

C في العشاء

2/ صل مافي العمود (1) بما يناسبه من العمود (2):

الشمعة	الشمس والبرق من مصادر الضوء
الطبيعية	مصدر ضوء من صنع الإنسان هو
مزولة	الأجسام التي تسمح بمرور الضوء منها أجسام
شفافة	صنع الإنسان قديماً الساعة الشمسية وكانت تسمى
الضوء	من الأجسام التي تعكس الضوء
الكتاب	لا نستطيع الرؤية دون وجود

**3/ ضع علامة ( ✓ ) أمام العبارة الصحيحة وعلامة ( x ) أمام العبارة الخاطئة:**

1/	الأجسام تنقسم إلى نوعين معتمة وشفافة فقط.	( )
2/	الكرة من الأجسام العاكسة للضوء.	( )
3/	نحن نستطيع الرؤية دون وجود الضوء.	( )
4/	النار من مصادر الضوء الطبيعية.	( )
5/	لوح الخشب جسم شفاف يسمح بمرور الضوء.	( )
6/	الماء النقي شفاف والماء المعكر بالرمل شبه شفاف.	( )
7/	ظل الشجرة في المساء قصير.	( )
8/	ظل الجسم يشبه شكل الجهة التي سقط عليها الضوء.	( )

**4/ أجب عن الأسئلة التالية :**

1/ تنقسم الأجسام من حيث الإضاءة إلي نوعان . أذكرهما.

.....

2/ أذكر ثلاثة أجسام شفافة.

.....

3/ أذكر ثلاثة أشياء عاكسة للضوء.

.....

4/ هل يمكنني تحريك الظل دون أن أحرك الجسم؟

.....

**انتهت الأسئلة**