



مدرسة الأندلس الابتدائية الاعدادية الثانوية الخاصة للبنات

العام الأكاديمي 2020-2021

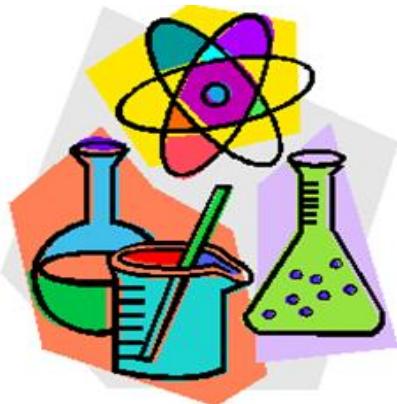
رؤيتنا: تنشئة جيل واعٍ بالعلم متفوقٌ به، راقٍ بالقيم والأخلاق، معترٌ بوطنه، أصيل بعقيدته، متواصل عالمياً.



التاريخ:

نسم العلوم العامة

أوراق عمل العلوم منتصف الفصل الدراسي الثاني 2020-2021



ملاحظة: هذه الأوراق لا تغفي عن الكتاب المدرسي



السؤال الأول: اختيار الإجابة الصحيحة مما يلي:

ما اسم المجموعة الغذائية التي ينتمي إليها زيت الزيتون؟

1. اللحوم

2. الدهون

3. الخضروات والفاكهة

أي من الأغذية الآتية صحية و يجب تناولها بكثرة؟

1. الدهون

2. الوجبات السريعة

3. الفواكه والخضروات

ما عدد اكواب الماء التي يجب أن يشربها الشخص البالغ يومياً؟

1 . 1

3 . 2

8 . 3



مدرسة الأندلس الابتدائية الاعدادية الثانوية الخاصة للبنات

العام الأكاديمي 2020-2021

رؤيتنا: تنشئة جيل واعٍ بالعلم متفوقٌ به، راقٍ بالقيم والأخلاق، معترٌ بوطنه، أصيل بعقيدته، متواصل عالمياً.



أي الاطعمة التالية يعتبر الاختيار الأفضل لوجبة خفيفة؟

1. الموز

2. الایس كريم

3. قطعة من الكعك

تعد ممارسة المنتظمة مهمة للتأكد من أن
الانسان يحافظ على وزن صحي.

1. الغذاء الصحي

2. التمارين الرياضية

3. الواجبات المدرسية

ما هو الطعام المناسب لشخص مصاب بمرض السكري؟

1. القيمات

2. البطاطا المقلية

3. سلطة الخضروات



مدرسة الأندلس الابتدائية الاعدادية الثانوية الخاصة للبنات

العام الأكاديمي 2020-2021

رؤيتنا: تنشئة جيل واعٍ بالعلم متوفّقٌ به، راقٍ بالقيم والأخلاق، معترٌ بوطنه، أصيل بعقيدته، متواصل عالمياً.



أي الاطعمة التالية تساعد على نمو العظام؟

1. اللحوم

2. الحليب

3. الفواكه والخضروات

إلى أي المجموعات الغذائية تنتمي الأسماك؟

1. لحوم

2. دهون

3. حبوب

أي من هذه الوجبات يعتبر وجبة غذائية غير صحية؟

1. التفاح

2. الحليب

3. رقائق البطاطس



مدرسة الأندلس الابتدائية الاعدادية الثانوية الخاصة للبنات

العام الأكاديمي 2020-2021

رؤيتنا: تنشئة جيل واعٍ بالعلم متوفّقٌ به، راقٍ بالقيم والأخلاق، معتزٌ بوطنه، أصيلٌ بعقيدته، متواصلٌ عالمياً.



أي الطعام قد يؤدي إلى أمراض القلب؟

1. السمك

2. منتجات الألبان

3. البطاطا المقلية

ما المصدر الرئيسي للضوء على الأرض؟

1. النار

2. النجوم

3. الشمس

ما الذي يحدث عند دوران الأرض حول نفسها

1. الليل

2. الليل والنهار

3. الفصول الأربع



مدرسة الأندلس الابتدائية الاعدادية الثانوية الخاصة للبنات

العام الأكاديمي 2020-2021

رؤيتنا: تنشئة جيل واعٍ بالعلم متوفّقٍ به، راقٍ بالقيم والأخلاق، معتزٌ بوطنه، أصيلٌ بعقيدته، متواصلٌ عالمياً.



أي من التالي يصدر ضوء عن طريق الكهرباء؟

1. الشمعة

2. الشمس

3. المصباح اليدوي

ماذا يحدث عندما تواجه دولة قطر الشمس؟

1. يكون فيها نهار

2. يكون فيها ليل

3. لا يحدث شيء



السؤال الثاني: أضع علامة / أمام العبارة الصحيحة وعلامة ✗ أمام العبارة الخاطئة

()	يجب ان تحتوي الوجبات الغذائية على كميات كبيرة من الأملاح والسكر.	/1
()	يساعدني الملصق الغذائي على معرفة مكونات الأطعمة المصنعة.	/2
()	يعمل الحليب على بناء العظام.	/3
()	تحتوي وجبة الطعام الصحية على بعض المجموعات الغذائية.	/4
()	الخيار والخس من أمثلة مجموعة الحبوب.	/5
()	نحتاج إلى الماء لنحافظ على صحتنا.	/6
()	القمر هو المصدر الرئيسي للضوء والحرارة على الارض.	/7
()	تدور الأرض حول الشمس.	/8
()	لا يصدر القمر الضوء ولكنه يعكس ضوء الشمس.	/9
()	مصدر ضوء الألعاب النارية هو الكهرباء.	/10
()	يتشكل الظل عندما يسقط الضوء على أشياء شفافة.	/11
()	النار من الأشياء التي تعكس الضوء.	/12



السؤال الثالث: أصل ما في العمود الأول مع ما يناسبه في العمود الثاني

● يساعد على نمو العظام
والمحافظة على قوتها



● يساعد على تجنب
المرض



● يساعد على بناء
العضلات





مدرسة الأندلس الابتدائية الاعدادية الثانوية الخاصة للبنات

العام الأكاديمي 2020-2021

رؤيتنا: تنشئة جيل واعٍ بالعلم متفوقٍ به، راقٍ بالقيم والأخلاق، معتز بوطنه، أصيل بعقيدته، متواصل عالمياً.



تصدر الضوء



تعكس الضوء



رسالتنا: تنمية الطالبات معرفياً ومهارياً ووجدانياً واجتماعياً ونفسياً على القيم الإسلامية وثوابت المجتمع.



السؤال الرابع: أذكّر مثلاً على المجموعات الغذائية الآتية

منتجات الألبان	حبوب	لحوم	فواكه	خضراوات
.....

السؤال الخامس: أذكّر مثلاً على مصدر للضوء وعักس للضوء

عักس للضوء	مصدر للضوء
.....



السؤال السادس: أجب عن الأسئلة التالية:

1/ اذكر أحد الأمراض التي يسببها النظام الغذائي غير المتوازن.

.....
.....

2/ ماذا يحدث في حال لم نشرب كمية كافية من الماء.

.....
.....

3/ اذكر أمثلة على الأشياء التي تسمح بمرور الضوء.

.....
.....

4/ فسر: سبب تكون الظل للأجسام.

.....
.....

مع تمنياتي بالنجاح الباهر