

الوحدة 3

تَنَاوُلُ الطَّعَامِ الصَّحِيِّ



الاختبارات

■ الاختبار التشخيصي للوحدة 3
تناول الطعام الصحي

■ التطبيق 1 للوحدة 3
تناول الطعام الصحي

■ اختبار مهارات الاستقصاء العلمي 1 الوحدة 3
تناول الطعام الصحي

■ اختبار مهارات الاستقصاء العلمي 2 الوحدة 3
تناول الطعام الصحي

■ اختبار نهاية الوحدة 3
تناول الطعام الصحي

الإجابات

■ دليل تصحيح الاختبار التشخيصي
للوحدة 3

■ دليل تصحيح التطبيق 1
للوحدة 3

■ دليل تصحيح اختبار مهارات الاستقصاء العلمي 1
للوحدة 3

■ دليل تصحيح اختبار مهارات الاستقصاء العلمي 2
للوحدة 3

■ دليل تصحيح اختبار نهاية
الوحدة 3

الاختبارات

الاختبار التشخيصي للوحدة 3 - تناول الطعام الصحي

اسم الطالب الصف التاريخ

5

ظَلِّ الدَّائِرَةَ إِلَى جَانِبِ الإِجَابَةِ الصَّحِيحَةِ لِلسُّؤَالَيْنِ 1-3.

1/

1. أَيُّ شَكْلٍ يُبَيِّنُ طَعَامًا طَازِجًا؟



Ⓐ



Ⓑ



Ⓒ



Ⓓ

1/

2. ماذا يَحْدُثُ لِلطَّعَامِ الطَّازِجِ مَعَ مُرُورِ الزَّمَنِ؟

Ⓐ يتَغَفَّنُ.

Ⓑ يُصْبِحُ أَكْبَرَ.

Ⓒ يَبْقَى كَمَا هُوَ.

Ⓓ يُصْبِحُ مُغَذِّيًا أَكْثَرَ.

3. أَيُّ مِمَّا يَأْتِي يُبَيِّنُ طَرِيقَةً لِحِفْظِ الطَّعَامِ طَارِجًا؟



Ⓐ

تَغْلِيفُهُ



Ⓑ

تَقْطِيعُهُ



Ⓒ

التَّخْلُصُ مِنْهُ



Ⓓ

وَضَعُهُ عَلَى الطَّائِلَةِ

4. اُرْسَمْ خُطُوطًا لِتُبَيِّنَ عُمَرَ كُلِّ مِّنْ ثَمَارِ اللَّيْمُونِ الْآتِيَةِ.

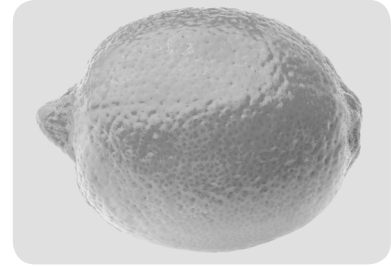
يُومَانِ



أُسْبُوعَانِ



4 أُسَابِيْعَ



5. مَاذَا يُمَكِّنُ أَنْ يَحْدُثَ لَكَ فِي حَالِ أَكَلَتِ طَعَامًا مُتَعَفِّئًا؟

التطبيق 1 للوحدة 3 - تناول الطعام الصحيّ

اسم الطالب الصف التاريخ

10

ظَلِّ الدَّائِرَةَ إِلَى جَانِبِ الإِجَابَةِ الصَّحِيحَةِ لِلْأَسْئَلَةِ 1-5.

1/ 1. أَكْمِلِ الْجُمْلَةَ الْآتِيَةَ:

يَجِبُ أَنْ أَتَنَاوَلَ أَطْعَمَةً مِنْ جَمِيعِ الْمَجْمُوعَاتِ الْغِذَائِيَّةِ الْخَمْسِ كُلِّهَا...

(A) يَوْمٍ

(B) دَرْسٍ

(C) سَاعَةٍ

(D) دَقِيقَةٍ

1/ 2. تَحْتَوِي هَذِهِ الْوَجْبَةُ عَلَى أَطْعَمَةٍ مِنْ ثَلَاثِ مَجْمُوعَاتٍ غِذَائِيَّةٍ.
مَا هِيَ هَذِهِ الْمَجْمُوعَاتُ؟



(A) الدُّهُونُ، مُنْتَجَاتُ الْأَلْبَانِ، وَالْحُبُوبُ

(B) الْفَوَاكِهُ وَالْخَضِرَوَاتُ، الْحُبُوبُ، وَاللُّحُومُ

(C) اللَّحُومُ، الْفَوَاكِهُ وَالْخَضِرَوَاتُ، وَمُنْتَجَاتُ الْأَلْبَانِ

(D) الْفَوَاكِهُ وَالْخَضِرَوَاتُ، الْحُبُوبُ، وَمُنْتَجَاتُ الْأَلْبَانِ

3. أَكْمِلِ الْجُمْلَةَ بِمَا تَخْتَارُهُ مِنَ الْكَلِمَاتِ الْآتِيَةِ:

شُرِبَ كُلَّ يَوْمٍ مُهِمٌّ لِصِحَّةِ الْجِسْمِ.

(A) الماءِ

(B) الشَّايِ

(C) عَصِيرِ الْبُرْتُقَالِ

(D) الْمَشْرُوبَاتِ الْغَازِيَّةِ

4. مَا أَهْمِيَّةُ مُمَارَسَةِ التَّمَارِينِ الرِّيَاضِيَّةِ؟

(A) تُسَاعِدُنَا عَلَى الْقِرَاءَةِ.

(B) تَجْعَلُ عَضَلَاتِنَا وَعِظَامَنَا أَقْوَى.

(C) تَجْعَلُ التَّحَكُّمَ فِي وَزْنِ الْجِسْمِ أَصْعَبَ.

(D) تُحَافِظُ عَلَى بُرُودَةِ أَجْسَامِنَا فِي الطَّقْسِ الْحَارِّ.

5. أَيُّ شَكْلِ يُبَيِّنُ وَجَبَةً مُتَوَازِنَةً؟



(A)



(B)



(C)



(D)

6. أَرَسِّمْ دَائِرَةً حَوْلَ الْمُصْطَلَحَيْنِ الصَّحِيحَيْنِ لِإِكْمَالِ الْجُمْلَةِ الْآتِيَةِ.

تَتَاوَلُ نِسَبٌ عَالِيَةٌ مِنَ الْمِلْحِ وَالسُّكَّرِ وَالذُّهُونِ يُؤَدِّي إِلَى

(صِحَّةٌ أَفْضَلُ / مَرَضُ السُّكَّرِيِّ) وَإِلَى (الرَّشْحُ / أَمْرَاضِ الْقَلْبِ)

7. يَتَنَاوَلُ عُمَرُ الْفَوَاكِهَ وَالْخَضَرَوَاتِ كُلَّ يَوْمٍ. أَضِفْ مَجْمُوعَتَيْنِ أُخَرَيَيْنِ يَجِبُ أَنْ يُضِيفَهُمَا عُمَرُ إِلَى غِذَائِهِ الْيَوْمِيِّ.

1/

1.

2.

8. أَكْمِلِ الْجُمْلَةَ بِاسْتِخْدَامِ (عَالِيَةٍ) أَوْ (مُنْخَفِضَةٍ).

1/

نِسْبَةُ مِنْ السُّكَّرِ



نِسْبَةُ مِنْ الدُّهُونِ



نِسْبَةُ مِنْ الْمِلْحِ



9. سَجَّلَ كُلُّ مَنْ أَحْمَدَ وَرَاشِدٍ الْوَجَبَاتِ الَّتِي تَتَاوَلَاهَا خِلَالَ يَوْمٍ وَاحِدٍ .

وَجَبَاتُ رَاشِدٍ	وَجَبَاتُ أَحْمَدَ	
خُبْزٌ مُحَمَّصٌ مَعَ الزُّبْدَةِ وَمَوْزَةٌ	خُبْزٌ مُحَمَّصٌ وَعَصِيرُ الْبُرْتَقَالِ	الْفُطُورُ
دَجَاجٌ وَأَرْزٌ وَمَاءٌ لِلشَّرْبِ	بَطَاطَا مَقْلِيَّةٌ وَمَوْزَةٌ	الغَدَاءُ
سَمَكٌ وَبَطَاطَا وَفُولٌ أَخْضَرٌ	بِرْعَرٌ مَعَ مَشْرُوبٍ غَازِيٍّ	العِشَاءُ
حَلِيبٌ وَمَوْزَةٌ	رَقَائِقُ الْبَطَاطَا وَتَفَّاحَةٌ	الْوَجَبَاتُ الْخَفِيفَةُ

1/ a. قَارِنِ بَيْنَ وَجَبَاتِ أَحْمَدَ وَوَجَبَاتِ رَاشِدٍ الْيَوْمِيَّةِ. مَنْ مِنْهُمَا يَتَنَاوَلُ طَعَامًا صَحِيًّا أَكْثَرَ؟

1/ b. اِشْرَحْ أَهَمِّيَّةَ أَنْ يَتَّبَعَ الْأَطْفَالُ مِثْلَ أَحْمَدَ وَرَاشِدٍ نِظَامًا غِذَائِيًّا صَحِيًّا فِي مَرَحَلَةِ النُّمُو.

اختبار مهارات الاستقصاء العلمي 1 الوحدة 3 - تناول الطعام الصحي

اسم الطالب

الصف

التاريخ

10

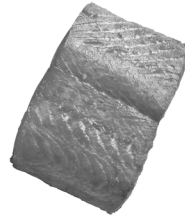
1. a. قُصَّ أَشْكَالُ الْأَطْعِمَةِ الْآتِيَةِ وَالصِّقْهَا فِي الْأَمْكِنَةِ الصَّحِيحَةِ مِنَ الْجَدُولِ. 5/



مَعَكَرُونَةُ



فَاصُولِيَاءُ



سَمَكُ السَّلْمُونِ



زَيْتُ الزَّيْتُونِ



دَجَاجٌ



فَلْفَلٌ



زُبَادِي



جُبْنٌ



أَرْزٌ



زُبْدَةُ الْفُولِ السُّودَانِيِّ

الحبوب	الفواكه والخضروات

اللحوم	منتجات الألبان

الدُّهُونُ

3/ b. اسْتَخْذِمِ الْأَطْعَمَةَ الْمُبَيَّنَةَ فِي جَدْوَلِكَ لِتَكُونِ وَجِبَةً مُتَوَازِنَةً. ارْسُمِ الْوَجِبَةَ
وَاكْتُبِ أَسْمَاءَ الْأَطْعَمَةِ.

1/ c. أَحَدُ الطُّلَّابِ لَا يُحِبُّ الْفَاصُولِيَاءَ وَالْفُلُفْلَ. اقْتَرِحْ طَعَامًا مُخْتَلَفًا يَنْتَمِي
إِلَى نَفْسِ الْمَجْمُوعَةِ الَّتِي يَنْتَمِي إِلَيْهَا الْفَاصُولِيَاءُ وَالْفُلْفُلُ.

1/ d. يُمَكِّنُ تَصْنِيفُ الْجُبْنِ ضَمْنَ أَكْثَرِ مِنْ مَجْمُوعَةٍ. اِشْرَحِ السَّبَبَ.

اختبار مهارات الاستقصاء العلمي 2 الوحدة 3 - تناول الطعام الصحي



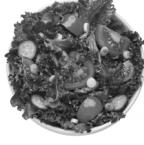

اسم الطالب

الصف

التاريخ

10

تريدُ ماجدةُ أَنْ تتعلَّمْ أَكْثَرَ عَنْ طُرُقِ الْمُحَافَظَةِ عَلَى الصِّحَّةِ. كَتَبَتْ ماجدةُ أَسمَاءَ الْأَطْعِمَةِ الَّتِي تَنَاوَلَتْهَا وَالْأَنْشِطَةَ الَّتِي مَارَسَتْهَا خِلَالِ يَوْمٍ مُعَيَّنٍ.

الأنشطة	الأطعمة
<p>قَبْلَ الْمَدْرَسَةِ:</p>  <p>القِرَاءَةُ</p>	<p>الْفُطُورُ:</p>  <p>تَفَاحَةٌ</p>  <p>حَلِيبٌ</p>  <p>خُبْزٌ مُحَمَّصٌ</p>  <p>جِبْنٌ</p>
<p>فِي فَتْرَةِ الْغَدَاءِ:</p>  <p>التَّحَدُّثُ إِلَى الْأَصْدِقَاءِ</p>	<p>الْغَدَاءُ:</p>  <p>سَلَطَةٌ</p>  <p>بَطَاطَا مَقْلِيَّةٌ</p>  <p>دَجَاجٌ مَقْلِيٌّ</p>  <p>مَشْرُوبٌ غَازِيٌّ</p>  <p>حَلْوَى</p>

العشاء:



ماء



شطيرة (سمك مقلي وخبز)

بعد المدرسة:



الجلوس في الحديقة

وجبات خفيفة:



موزة



لوح شوكولاتة

قبل النوم:



مشاهدة التلفاز

1. a. اكتب أسماء المجموعات الغذائية في فطور ماجدة.

2/

b. حدد شيئاً واحداً نسبته عالية في عشاء ماجدة.

1/

c. في رأيك، هل نظام ماجدة الغذائي صحي؟ اذكر دليلاً واحداً على ذلك.

1/

2/

d. تُريدُ مَاجِدَةً تَتَأوَّلُ وَجَبَةً خَفِيفَةً مِنَ الزَّبَادِي المُنْتَلَجَةِ. أُرْسَمَ دَائِرَةٌ حَوْلَ كُلِّ مِنْ طَعَامَيْنِ صَحِّيَّيْنِ يُمْكِنُ أَنْ تُضِيفَهُمَا مَاجِدَةً إِلَى الزَّبَادِي المُنْتَلَجَةِ.



2. اُنْظُرْ إِلَى أَنْشِطَةِ مَاجِدَةٍ. فِي رَأْيِكَ، هَلْ تُسَاعِدُهَا هَذِهِ الْأَنْشِطَةُ عَلَى الْمُحَافَظَةِ عَلَى صِحَّتِهَا؟ اِشْرَحِ السَّبَبَ.

3. تَنْظُرُ مَا جَدَّةٌ إِلَى الْبَيَانَاتِ الْآتِيَةِ الْمَكْتُوبَةِ عَلَى مُغْلَفِ الْآيسِ كَرِيمٍ:



آيس كريم بِنَكْهَةِ الْفَرَاوَلَةِ
حَقَائِقُ غِذَائِيَّةٌ (فِي كُلِّ 100 g)

سُعْرَاتُ حَرَارِيَّةٍ (كيلوكالوري) 300

بروتينات 3 جرامات

دُهُونٌ 13 جرامًا

سُكَّرٌ 37 جرامًا

هَلْ عَلَى مَا جَدَّةٍ تَنَاوُلُ الْآيسِ كَرِيمٍ كَثِيرًا، أَمْ أحيانًا فَقَطْ؟ اِشْرَحِ السَّبَبَ.

اختبار نهاية الوحدة 3 - تناول الطعام الصحي

اسم الطالب الصف التاريخ

10

ظَلِّ الدَّائِرَةَ إِلَى جَانِبِ الإِجَابَةِ الصَّحِيحَةِ لِلْأَسْئَلَةِ 1-5.

1/

1. أَيُّ مِمَّا يَأْتِي مِثَالٌ عَلَى مُمَارَسَةِ التَّمَارِينِ الرِّيَاضِيَّةِ؟

Ⓐ النَّوْمُ

Ⓑ الْأَكْلُ

Ⓒ الْقِرَاءَةُ

Ⓓ السَّبَّاحَةُ

1/

2. أَيُّ شَكْلِ يُبَيِّنُ طَعَامًا يَنْتَمِي إِلَى مَجْمُوعَةِ الْفَوَاكِهِ وَالْخُضْرَوَاتِ؟



Ⓑ



Ⓐ



Ⓓ



Ⓒ

1/

3. أَيُّ مِنَ الْأَطْعِمَةِ الْآتِيَةِ يَحْتَوِي عَلَى نِسْبَةٍ عَالِيَةٍ مِنَ السُّكَّرِ؟



Ⓐ



Ⓑ



Ⓒ



Ⓓ

1/

4. أَيُّ مَجْمُوعَةٍ غِذَائِيَّةٍ يَجِبُ أَنْ تُشَكَّلَ الْجُزْءُ الْأَصْغَرَ مِنْ نِظَامِكَ الْغِذَائِيِّ؟

Ⓐ اللُّحُومُ

Ⓑ الدُّهُونُ

Ⓒ الحُبُوبُ

Ⓓ الفَوَاكِهُ وَالْخَضِرَوَاتُ

1/

5. مَا أَهْمِيَّةُ النُّظَامِ الْغِذَائِيِّ الْمُتَوَازِنِ؟

Ⓐ يُجَنَّبُ الْجِسْمَ الْجَرَائِمَ.

Ⓑ يُحَافِظُ عَلَى صِحَّةِ الْجِسْمِ.

Ⓒ يُصِيبُ الْجِسْمَ بِأَمْرَاضِ الْقَلْبِ.

Ⓓ يُصِيبُ الْجِسْمَ بِمَرَضِ السُّكَّرِ.

6. اُكْتُبْ مِثَالًا عَلَى طَعَامٍ يَنْتَمِي إِلَى إِحْدَى هَاتَيْنِ الْمَجْمُوعَتَيْنِ:

الْحُبُوبُ:

مُنتَجَاتُ الْأَلْبَانِ:

7. طَابِقْ بَيْنَ كُلِّ نَوْعٍ مِنَ الطَّعَامِ بِالْوَصْفِ الْمُنَاسِبِ لَهُ.

نِسْبَةٌ عَالِيَةٌ
مِنَ الدُّهُونِ



حَلْوَى الْجِيلَاتِينِ

نِسْبَةٌ عَالِيَةٌ
مِنَ الْمِلْحِ



جُبْنَةٌ صَفْرَاءُ (مُصَنَّعَةٌ)

نِسْبَةٌ عَالِيَةٌ
مِنَ السُّكَّرِ



زَيْتُونٌ مُخَلَّلٌ

8. ما أهمية التمارين الرياضية لصحتك؟

1/

9. أنظر إلى الوجبة الآتية.





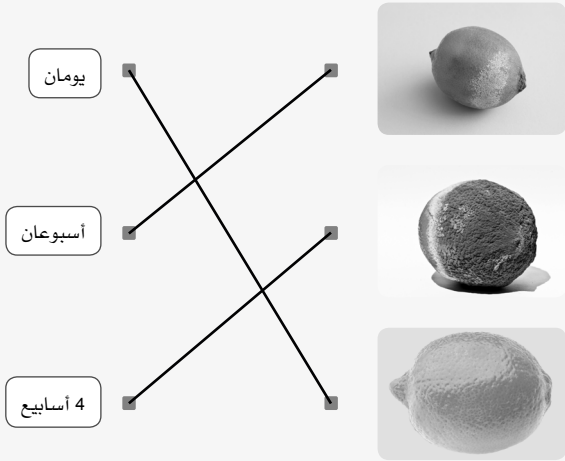
سَمَكٌ مَقْلِيٌّ وَبَطَاطُسٌ مَقْلِيَّةٌ مَعَ مَشْرُوبٍ غَازِيٍّ

1/ a. يَقُولُ نَاصِرٌ إِنَّ هَذِهِ الْوَجْبَةَ صَحِيَّةٌ، لِأَنَّهَا تَحْتَوِي عَلَى الْبُرُوتِينَاتِ وَالْفَوَاكِهِ وَالْخُضْرَوَاتِ. اِشْرَحْ لِنَاصِرٍ مَا الَّذِي يَجْعَلُ هَذِهِ الْوَجْبَةَ غَيْرَ صَحِيَّةٍ.

1/ b. كَيْفَ يُمَكِّنُكَ أَنْ تُغَيِّرَ هَذِهِ الْوَجْبَةَ لِجَعْلِهَا صَحِيَّةً أَكْثَرَ؟ يَجِبُ أَنْ تَبْقَى الْوَجْبَةُ الَّتِي تَخْتَارُهَا مُكَوَّنَةً مِنْ سَمَكٍ وَبَطَاطَا وَمَشْرُوبٍ بَارِدٍ.

الإجابات

دليل تصحيح الاختبار التشخيصي للوحدة 3

الدرجة	الإجابات	العمق المعرفي	مُخرج التعلّم	رقم السؤال	ملاحظات إضافية
1		DoK 2	B0106.1	1	
1	<p>Ⓐ يتعضّن.</p>	DoK 1	B0106.2	2	
1	 <p>Ⓐ</p> <p>تغليفه</p>	DoK 2	B0107.1	3	
1		DoK 1	B0106.2	4	<p>وضع درجة كاملة مقابل ثلاث إجابات صحيحة و1/2 درجة مقابل إجابة واحدة صحيحة</p>

رقم السؤال	مُخرج التعلّم	العمق المعرفي	الإجابات	الدرجة	ملاحظات إضافية
5	B0107.2	DoK 1	قد تصاب بتسمّم غذائي/تصاب بالمرض/ تشعر بألم في البطن	1	
			المجموع	5	

دليل تصحيح التطبيق 1

للوحدة 3

رقم السؤال	مُخرج التعلّم	العمق المعرفي	الإجابات	الدرجة	ملاحظات إضافية
1	B0207.1	DoK 1	Ⓐ يوم	1	
2	B0207.2	DoK 2	Ⓑ الفواكه والخضروات، والحبوب، واللحوم	1	
3	B0207.1	DoK 1	Ⓐ الماء	1	
4	B0207.3	DoK 1	Ⓑ تجعل عضلاتنا وعظامنا أقوى.	1	
5	B0207.1	DoK 2	Ⓒ 	1	
6	B0207.3	DoK 1	تناول نسب عالية من الملح والسكر والدهون يؤدي إلى مرض السكري وأمراض القلب.	1	وضع 1/2 درجة مقابل كل اختيار صحيح

رقم السؤال	مُخرج التعلّم	العمق المعرفي	الإجابات	الدرجة	ملاحظات إضافية
7	B0207.1	DoK 1	أي مجموعتين من: الحبوب، اللحوم، الدهون، منتجات الألبان	1	وضع 1/2 درجة مقابل تسمية كل مجموعة غذائية.
8	B0207.2	DoK 2	 <p>نسبة عالية من السكر</p>  <p>نسبة منخفضة من الدهون</p>  <p>نسبة عالية من الملح</p>	1	وضع العلامة مقابل أن تكون الإجابات الثلاث صحيحة.
9a	B0207.2	DoK 2	راشد	1	

رقم السؤال	مُخرج التعلّم	العمق المعرفي	الإجابات	الدرجة	ملاحظات إضافية
9b	B0207.3	DoK 3	<p>مثال: لمساعدتهم في المحافظة على صحة أجسامهم/البقاء بصحة جيدة.</p> <p>لمساعدة أجسامهم/عظامهم/عضلاتهم على النمو.</p> <p>لتجنّب الأمراض/مرض السكري/أمراض القلب.</p>	1	
			المجموع	10	

دليل تصحيح اختبار مهارات الاستقصاء العلمي 1

للوحدة 3

رقم السؤال	مهارات الاستقصاء العلمي	العمق المعرفي	الإجابات	الدرجة	ملاحظات إضافية										
1a	التصنيف	DoK 2	<table><tr><th>الفواكه والخضروات</th><th>الحبوب</th><th>اللحوم</th><th>منتجات الألبان</th><th>الدهون</th></tr><tr><td>فاصولياء فلفل معكرونة</td><td>أرزّ معكرونة</td><td>دجاج سمك السلمون</td><td>جبين زبادي</td><td>زيت الزيتون زبدة الفول السوداني</td></tr></table>	الفواكه والخضروات	الحبوب	اللحوم	منتجات الألبان	الدهون	فاصولياء فلفل معكرونة	أرزّ معكرونة	دجاج سمك السلمون	جبين زبادي	زيت الزيتون زبدة الفول السوداني	5	وضع درجة واحدة مقابل كل عمود الإجابات فيه صحيحة
الفواكه والخضروات	الحبوب	اللحوم	منتجات الألبان	الدهون											
فاصولياء فلفل معكرونة	أرزّ معكرونة	دجاج سمك السلمون	جبين زبادي	زيت الزيتون زبدة الفول السوداني											
1b	التحليل والاستنتاج: استخدام المعلومات	DoK 2	يجب على الطالب رسم وجبة تحتوي على أطعمة من كل مجموعة غذائية، مثل: دجاج مع معكرونة، فاصولياء، جبين وزيت الزيتون. وضع درجة واحدة لرسم وجبة تحتوي على أطعمة من أربع مجموعات، ودرجة إضافية إن ضمت الإجابة المجموعات الخمس جميعها، ودرجة واحدة لكتابة أسماء الأطعمة.	3	قبول أن يرسم الطالب الطعامين اللذين ينتميان إلى المجموعة نفسها. مثلاً: الفاصولياء والفلفل										
1c	التصنيف	DoK 1	أي نوع آخر من الفواكه والخضروات، مثل البروكولي أو الجزر أو الموز	1											
1d	التواصل وتقديم تقرير: الشرح	DoK 3	مثال: يمكن تصنيف الجبن في مجموعة الدهون لأنه يحتوي على نسبة عالية من الدهون، ويمكن تصنيفه أيضاً في مجموعة منتجات الألبان لأنه يُصنع من الحليب.	1											
			المجموع	10											

دليل تصحيح اختبار مهارات الاستقصاء العلمي 2

للوحدة 3

رقم السؤال	مهارات الاستقصاء العلمي	العمق المعرفي	الإجابات	الدرجة	ملاحظات إضافية
1a	التصنيف	DoK 2	فواكه/فواكه وخضروات، حبوب، دهون	2	وضع 1/2 درجة مقابل كل مجموعة من المجموعات الغذائية
1b	الملاحظة والتجريب: الملاحظة	DoK 2	الدهون أو السكر	1	
1c	التحليل والاستنتاج: تفسير البيانات البسيطة وتحليلها	DoK 2	مثال: لا، لأن طعامها يحتوي على نسبة عالية من الدهون/الملح/السكر. لا، لأن نظامها الغذائي ليس متوازناً كثيراً.	1	وضع 1/2 درجة لتحديد أن نظام ماجدة الغذائي غير صحي، و 1/2 درجة لذكر دليل يبرر الإجابة.
1d	التحليل والاستنتاج: استخدام المعلومات	DoK 2	 	2	وضع درجة واحدة مقابل خيار صحيح
2	التواصل وتقديم تقرير: الشرح	DoK 3	لا، لأنها لا تمارس ما يكفي من تمارين رياضية/عليها ممارسة مزيد من التمارين الرياضية لتقوية جسمها وبناء عضلاتها.	2	وضع درجة واحدة لتقييم أنشطة ماجدة، ودرجة واحدة لذكر السبب

رقم السؤال	مهارات الاستقصاء العلمي	العمق المعرفي	الإجابات	الدرجة	ملاحظات إضافية
3	التحليل والاستنتاج: تفسير البيانات البسيطة وتحليلها	DoK 2	مثال: أحياناً فقط، لأنّ الآيس كريم يحتوي على 13 جراماً من الدهون. أحياناً فقط، لأنّ الآيس كريم يحتوي على نسبة عالية من السكر.	2	وضع درجة واحدة لتحديد أنّ الآيس كريم يجب تناولها أحياناً فقط، ودرجة واحدة لذكر السبب.
			المجموع	10	

دليل تصحيح اختبار نهاية الوحدة 3

رقم السؤال	مُخرج التعلّم	العمق المعرفي	الإجابات	الدرجة	ملاحظات إضافية
1	B0207.3	DoK 1	Ⓓ السباحة	1	
2	B0207.1	DoK 2	Ⓒ 	1	
3	B0207.2	DoK 2	Ⓐ 	1	
4	B0207.1	DoK 1	Ⓑ الدهون	1	
5	B0207.3	DoK 1	Ⓑ يحافظ على صحة الجسم.	1	
6	B0207.1	DoK 1	أي مثال منطقي مثل: الحبوب: أرز، خبز، معكرونة منتجات الألبان: جبنة، حليب، لبن	1	وضع 1/2 درجة مقابل كل مثال صحيح

رقم السؤال	مُخرج التعلّم	العمق المعرفي	الإجابات	الدرجة	ملاحظات إضافية
7	B0207.2	DoK 1		1	
8	B0207.3	DoK 2	تساعد التمارين الرياضية على التحكم بوزن الجسم/تقوية العضلات والعظام.	1	
9a	B0207.2	DoK 2	هذه الوجبة ليست متوازنة لأنها لا تضم المجموعات الغذائية كلها/تحتوي على نسبة عالية من الدهون والملح. المشروب يحتوي على نسبة عالية من السكر.	1	
9b	B0207.1	DoK 3	<p>أي اقتراح منطقي مثل:</p> <p>أن يتم استبدال المشروب الغازي بعصير فواكه طازجة أو ماء أو حليب،</p> <p>أن يتم استخدام البطاطا المسلوقة أو المشوية،</p> <p>أن يتم شواء السمك وليس قليه</p>	1	عدم قبول دايت كولا.
			المجموع	10	