



ديسمبر 2022

المستوى: الثالث ابتدائي (3AP)

اختبار الفصل الأول في التربية العلمية

الاسم: اللقب: القسم:

التمرين الأول: ضَع (صَحِيح) أَوْ (خَطَأ) أَمَامَ كُلِّ عِبَارَةٍ.- يُؤَدِّي الإِكْتِنَارُ مِنْ تَنَاوُلِ الأَغْذِيَّةِ المَصْنُوعَةِ مِنْ السُّكَّرِ وَالدُّهُونِ إِلَى السُّمْنَةِ.
(...)

إِنَّ دَقَّاتِ القَلْبِ غيرُ مُتَلَزِمَةٌ مَعَ النُّبْضِ. (.....)

- يَزِيدُ التَّدْخِينُ مِنْ مَخَاطِرِ الإِصَابَةِ بِالسَّكَّةِ القَلْبِيَّةِ. (.....)

يُظْهِرُ المُصَابُ بِمَرَضِ "الكُوَأَشِيرُكُور" بَعْضَلاتِ ضَعِيفَةٍ وَ بَطْنٍ مُنْتَفِخٍ. (.....)

- تَتَنَقَّلُ الحَيَوَانَاتُ فِي أَوْسَاطِهَا بَحْثًا عَنِ الغِذَاءِ (.....)

- الأَكْلَاتُ السَّرِيعَةُ طَعَامٌ صَحِيٌّ (.....)

التمرين الثاني: إِرْبِطْ كُلَّ وَضْعِيَّةٍ بِمَا يُنَاسِبُ:

عَدَدَ دَقَّاتِ القَلْبِ فِي هَذِهِ الوَضْعِيَّاتِ هُوَ :

- عِنْدَ الجُلُوسِ - 95 دَقَّةً فِي الدَّقِيقَةِ.

- عِنْدَ المَشْيِ - 110 دَقَّةً فِي الدَّقِيقَةِ.

- عِنْدَ الجَرْيِ - 70 دَقَّةً فِي الدَّقِيقَةِ.

التمرين الثالث : أَكْمِلِ الفَرَاغَاتِ.

تُصَنَّفُ الأَغْذِيَّةُ ضِمْنَ سِتِّ مَجْمُوعَاتِ هِيَ:

1-..... 2-.....

3-..... 4-.....

5-..... 6-.....

التمرين الرابع: صنف هذه الحيوانات في الجدول.

القط - الجمل - الدب - الثعلب - الأرنب - الحصان - الكنغر - الحمامة

الحيوانات	أثر أقدامه على الأرض
.....	الحيوانات الأخرسية
.....	الحيوانات الأصبعية
.....	الحيوانات ذوات الحوافر

الوضعية الإدماجية:

عمر تلميذ في السنة الثالثة ، منطوي على نفسه و خجول بسبب بدانته التي تخرجه كثيرا ، و في حصة التربية البدنية لا يستطيع الجري لأنه يتعب بسرعة

- من خلال ما درست :

1- ما هو المشكل الصحي الذي يعاني منه عمر؟

2- ما هي أسباب هذا المشكل الصحي في رأيك؟

3- و بماذا تنصحه؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

التصحيح النموذجي

التمرين الأول: ضَع (صَحِيح) أَوْ (خَطَأ) أَمَام كُلِّ عِبَارَةٍ .

- يُؤَدِّي الإِكْتَارُ مِنْ تَنَاوُلِ الأَغْذِيَّةِ المَصْنُوعَةِ مِنْ السُّكَّرِ وَالدُّهُونِ إِلَى السُّمْنَةِ. (صَحِيح)

- إِنَّ دَقَّاتِ القَلْبِ عَيرِ مُتَلَازِمَةٌ مَعَ النَّبْضِ. (خَطَأ)

- يَزِيدُ التَّدْخِينُ مِنْ مَخَاطِرِ الإِصَابَةِ بِالسَّكَّتَةِ القَلْبِيَّةِ. (صَحِيح)

- يَظْهَرُ المُصَابُ بِمَرَضِ "الكُوَأَشِيرُكُور" بِعَضَلَاتٍ ضَعِيفَةٍ وَ بَطْنٍ مُنْتَفِخٍ. (صَحِيح)

- تَتَنَقَّلُ الحَيَوَانَاتُ فِي أَوْسَاطِهَا بَحْثًا عَنِ الغِذَاءِ (صَحِيح)

- الأَكْلَاتُ السَّرِيعَةُ طَعَامٌ صَحِيٌّ (خَطَأ)

التمرين الثاني: اِرْبِطْ كُلَّ وَضْعِيَّةٍ بِمَا يُنَاسِبُ:

عَدَدُ دَقَّاتِ القَلْبِ فِي هَذِهِ الوَضْعِيَّاتِ هُوَ :

- عِنْدَ الجُلُوسِ ← 95 دَقَّةً فِي الدَّقِيقَةِ.
- عِنْدَ المَشْيِ ← 110 دَقَّةً فِي الدَّقِيقَةِ.
- عِنْدَ الجَرِيِّ ← 70 دَقَّةً فِي الدَّقِيقَةِ.

التمرين الثالث : اكْمِلِ الفَرَاعَاتِ.

تُصَنَّفُ الأَغْذِيَّةُ ضِمْنَ سِتِّ مَجْمُوعَاتٍ هِيَ:

- 1- مَجْمُوعَةُ اللُّحُومِ
- 2- مَجْمُوعَةُ الحُبُوبِ
- 3- مَجْمُوعَةُ الخُضَرِ وَالفَوَاكِهِ
- 4- مَجْمُوعَةُ الحَلِيبِ وَمُشْتَقَاتِهِ
- 5- مَجْمُوعَةُ الدُّهُونِ
- 6- مَجْمُوعَةُ المَاءِ وَ المَشْرُوبَاتِ

التمرين الرابع: صنف هذه الحيوانات في الجدول.

القِطُّ - الجَمَلُ - الدُّبُّ - الثَّعلبُ - الأَرْنَبُ - الحِصَانُ - الكَنْعَرُ - الحَمَامَةُ

الحيوانات	أثر أقدامه على الأرض
الدُّبُّ - الأَرْنَبُ - الكَنْعَرُ	الحيوانات الأحمصية
القِطُّ - الحَمَامَةُ - الثَّعلبُ	الحيوانات الأصبعية
الحِصَانُ - الجَمَلُ	الحيوانات ذوات الحوافر

الوضعية الإدماجية:

عُمرُ تلميذٍ في السنّة الثالِثة ، مُنطويٌّ على نفسه و خَجُولٌ بسببِ بدانتِهِ الَّتِي تُخرِجُهُ كَثِيرًا ، وَ فِي حِصّةِ التَّربِيَةِ البَدَنِيَّةِ لَا يَسْتَطِيعُ الجَرِي لَأَنَّهُ يَتَعَبُ بِسُرْعَةٍ

- مِنْ خِلالِ مَا دَرَسْتَ :

1- مَا هُوَ المُشْكِـلُ الصَّحِّيُّ الَّذِي يُعَانِي مِنْهُ عَمْرٌ ؟

2- مَا هِيَ أَسْبَابُ هَذَا المُشْكِـلِ الصَّحِّيِّ فِي رَأْيِكَ ؟

3- وَ بِمَاذَا تَنْصَحُهُ ؟

1- المُشْكِـلُ الصَّحِّيُّ الَّذِي يُعَانِي مِنْهُ عَمْرٌ هُوَ البَدَانَةُ أَوْ السَّمْنَةُ.

2- أَسْبَابُ هَذَا المُشْكِـلِ الصَّحِّيِّ الاكْتِثَارُ مِنَ الدَّهُونِ وَ السُّكْرِيَّاتِ .

3- الامْتِنَاعُ عَنِ تَنَاوُلِ الأَطْعِمَةِ الغَيْرِ صِحِّيَّةٍ وَ اسْتِبْدَالِهَا بِأَطْعِمَةٍ صِحِّيَّةٍ وَ مُمَارَسَةِ الرِّيَّاضَةِ.