



وزارة التربية  
التوجيه الفني للعلوم  
اللجنة الفنية المشتركة للفصول الخاصة



كتاب الطالب

الطبعة الأولى  
الرجلة المتوسطة

بنك أسئلة الصف السابع  
الفصل الدراسي الأول  
٢٠١٨-٢٠١٩

**بنك أسئلة العلوم الصف السابع – المادة والطاقة الوحدة التعليمية الاولى : الكهرباء**

**السؤال الأول : اختر الاجابة الصحيحة علميا لكل من العبارات التالية و ضع علامة ( √ ) في المربع المقابل لها :**

١- الأداة التي تستخدم لتحريك الالكترونات خلال الدائرة الكهربائية :

سلك التوصيل  المفتاح الكهربائي  العمود الجاف  المصباح الكهربائي

٢- احدى المواد التالية تعتبر من المواد الموصلة للشحنات الكهربائية :

مسطرة بلاستيك  بالون مطاطي  مشط بلاستيك  مسطرة معدنية

٣- في العمود الكهربائي تتحول الطاقة الكيميائية الى طاقة :

كهربائية  حرارية  النووية  الحركية

٤- في محطات توليد الكهرباء تحول المولدات الطاقة الحركية الى طاقة

الوضع الكامنة  النووية  الكيميائية  كهربائية

٥- عنفات الرياح مولدات ضخمة يمكنها توليد الكهرباء من طاقة :

الشمس  الماء  الرياح  النووية

٦- أداة تستخدم في فتح و غلق الدائرة الكهربائية :

وزارة التربية – التوجيه الفني العام للعلوم – اللجنة الفنية المشتركة للفصول الخاصة – بنك اسئلة للصف السابع – الفصل الأول – الوحدة الاولى ٢٠١٨-٢٠١٩

**السؤال الثاني : أكتب بين القوسين كلمة ( صحيحة ) للعبارة الصحيحة و كلمة ( خطأ ) للعبارة غير الصحيحة علميا في كل مما يأتي :**

١-	يمكن شحن الاجسام بطريقة الدلك
٢-	الكشاف الكهربائي جهاز يستخدم للكشف عن وجود شحنة كهربائية على الجسم
٣-	توصل الدارات الكهربائية في المنازل بطريقة التوصيل على التوالي
٤-	المولد الكهربائي جهاز يحول الطاقة الحركية الى طاقة وضع كامنة
٥-	يمكن زيادة قوة جذب المغناطيس الكهربائي المؤقت بزيادة عدد الأعمدة الجافة
٦-	الشحنات الكهربائية نوع واحد فقط
٧-	يتم توصيل الدارات الكهربائية في المنازل بطريقة التوصيل على التوازي
٨-	تستطيع الالكترونات أن تتحرك داخل سلك دون الحاجة الى مصدر طاقة حتى يدفعها
٩-	تعتبر الكهرباء صورة من صور الطاقة
١٠-	عند مرور تيار كهربائي في سلك فإنه ينشأ عنه مجال مغناطيسي

**السؤال الثالث : علل لما يأتي تعليلا علميا دقيقا :**

١- نسمع صوت فرقة خفيفة عند خلع بعض أنواع الملابس الصوفية .

.....

٢-خطورة استخدام الهاتف النقال عند سقوط المطر .

.....

٣- يتم توصيل الدارات الكهربائية في المنازل بطريقة التوصيل على التوازي .

.....

٤\_ سبب انجذاب قصاصات الورق للمسطرة البلاستيكية .

.....

٥-الشعور بصدمة كهربائية عند السير على السجادة ثم لمس مقبض الباب .

٦- يلجأ العديد من تركيب ساق معدني فوق اسطح المباني العالية .

السؤال الرابع : أختار العبارة المناسبة او الشكل من المجموعة ( ب ) و ضع رقمها أمام العبارة المناسبة لها من المجموعة ( أ ) :

الرقم	المجموعة ( أ )	المجموعة ( ب )
(.....)	- جهاز يحول الطاقة الكهربائية الى طاقة صوتية	٣  ١ 
(.....)	- جهاز يحول الطاقة الكيميائية الى طاقة كهربائية	٢ 
(.....)	-المصباح الأكثر توفيراً للطاقة .	٦  ٤ 
(.....)	-المصباح الأقل توفيراً للطاقة .	٥ 
(.....)	-تحويل الطاقة الكهربائية الى طاقة مغناطيسية أو العكس .	٧-المغناطيس الكهربائي.
(.....)	-لف سلك حول مسمار حديد وتوصيل طرفيه بعمود جاف	٨-الطاقة الكهرومغناطيسية.
		٩-الاعدة الكهروكيميائية .

**السؤال الخامس : أدرس التجارب التالية جيداً ثم أجب عما يلي :**

أ - عند ذلك المسطرة البلاستيك بقطعة من الصوف .

تتكون على المسطرة شحنة كهربائية .....

ب- عند تقريب بالون تم دلكه بقطعه صوف من تيار ماء .

.....

ج - الجهاز الموجود بالشكل المقابل يسمى .....

يستخدم الجهاز في .....



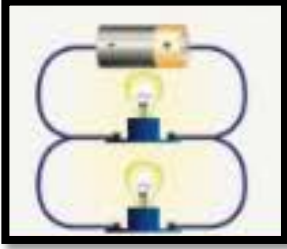
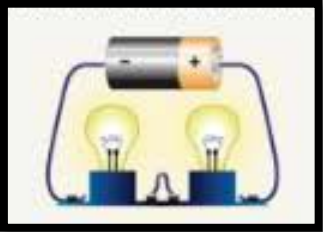
د- تم لف سلك حول مسمار من الحديد

وتوصيل طرفي السلك بقطبي العمود الجاف

اسم الاداة التي نحصل عليها .....



الاداة تحول الطاقة ..... الى الطاقة .....

وجه المقارنه	الدائرة الكهربائية المفتوحة	الدائرة الكهربائية المغلقة
مرور التيار الكهربائي	.....	.....
المقارنة		
نوع دائرة التوصيل	.....	.....
اثر انقطاع التيار عن أحد المصابيح	.....	.....

**السؤال الأول: اكتب بين القوسين كلمة (صحيحة ) أمام العبارات الصحيحة وكلمة (خطأ) أمام العبارات غير الصحيحة علميا في كل مما يأتي:**

١-	غاز ثاني أكسيد الكربون يساعد علي الاشتعال .	(.....)
٢-	الحياة ممكنة بدون وجود غاز الأوكسجين.	(.....)
٣-	نسبة الأوكسجين في الهواء الجوي متغيرة.	(.....)
٤-	الهواء خليط من غازات مختلفة يمتد من سطح الأرض حتي نهاية الغلاف الجوي .	(.....)
٥-	الهواء يؤثر علي أجسامنا من الأعلى فقط .	(.....)
٦-	الهواء يحيط بنا في كل مكان .	(.....)
٧-	الأوكسجين ضروري لاحتراق الوقود والحصول علي الطاقة .	(.....)
٨-	من الطرق التي تساعد علي الحفاظ علي صحة الرئتين للإقلاع عن التدخين.	(.....)
٩-	لا يستخدم الأوكسجين في عمليات التنفس في المستشفيات .	(.....)
١٠-	العوامل المؤثرة في مقاومة الهواء علي سقوط الأجسام مساحة السطح فقط .	(.....)
١١-	الباروميتر جهاز يستخدم لقياس الضغط الجوي .	(.....)
١٢-	تختلف المطفأة باختلاف نوع المادة المحترقة.	(.....)
١٣-	من الإسعافات الأولية في حالة الحريق نزع الملابس الملتصقة بالحرق بقوة .	(.....)

وزارة التربية –التوجيه الفني العام للعلوم –اللجنة الفنية المشتركة للفصول الخاصة-بنك اسئلة للصف السابع-الفصل الأول –الوحدة الاولى ٢٠١٨-٢٠١٩  
 فى الجدول التالى اختر العبارة أو الشكل من المجموعة (ب) واكتب رقمها أمام ما يناسبها من عبارات المجموعة (أ):

الرقم	المجموعة (أ)	المجموعة (ب)
(.....)	غاز من مكونات الهواء الجوي نسبة وجوده ٢١%	١- النيتروجين ٢- الأكسجين ٣- ثاني أكسيد الكربون
(.....)	غاز من مكونات الهواء الجوي يصعب رصده	
(.....)	الطبقة الممتدة من سطح الأرض حتي نهاية الغلاف الجوي	٤- الضغط الجوي ٥- الكثافة ٦- الهواء
(.....)	وزن عمود الهواء المؤثر عموديا علي وحدة المساحات من السطح	
(.....)	-يرمز لوحدته الضغط الهكتو باسكال.	٧- Pa ٨- HPa ٩- MPa
(.....)	-يرمز لوحدته الضغط الباسكال .	

قارن فى الجدول التالى كما هو مطلوب:

وجه المقارنة	الأكسجين	ثاني اكسيد الكربون
تأثيره علي الشمعة المشتعلة (تنطفئ – تستمر في الاشتعال)	.....	.....
تعكير ماء الجير الرائق ( يعكر – لايعكر)	.....	.....



**اختر الإجابة الصحيحة علمياً لكل من العبارات التالية بوضع علامة ( √ ) في المربع المقابل**



١- خروج فقاعات من القتينة دليل على أن الهواء الجوي له :

كتلة  وزن  حجم (يشغل حيز)  كثافة

٢- احد الغازات التالية يعكر ماء الجير :

الأكسجين  النيتروجين  ثاني أكسيد الكربون  الهيدروجين

٣- يعبأ الأكسجين في اسطوانات من أجل الاستخدامات التالية ماعدا:

الغوص تحت الماء  لحام وقطع المعادن  ملأ البالونات  عمليات التنفس في المستشفيات

٤- نسبة غاز الاكسجين في الهواء الجوي بـ:

٢١%  ٧٨%  ١%  ٢١%

٥- جميع مايلي تدخل في صناعة مطافئ الحريق ماعدا:

الماء  الرغوة  ثاني أكسيد الكربون  الأكسجين

٦- جهاز يستخدم في المراصد الجوية لمعرفة التغيرات في الضغط الجوي :

الأميتر  الفولتميتر  الباروميتر  الالكتروسكوب

٧- لإطفاء حرائق الاوراق والملابس نستخدم مطفاة :

الرغوة  الماء  ثاني اكسيد الكربون  الباوادر

٨- في الجدول التالي الشخص الذي يمتلك أعلى سعة رئوية هو:

محمد  أحمد  فهد  سعد

الاسم	مدة التمرين
محمد	٣٠ د
احمد	ساعة ونصف
فهد	ساعتين
سعد	ساعة

**علل لما يأتي تعليلا علميا سليما :-**

١- ضرر نقص نسبة الأوكسجين في الهواء الجوي

.....

٢- ضرر زيادة نسبة الأوكسجين في الهواء الجوي .

.....

٣- يوجد جهاز باروميتر في محطة الأرصاد الجوية .

.....

٤- إصابة متسلقي الجبال بنزيف بالانف .

.....

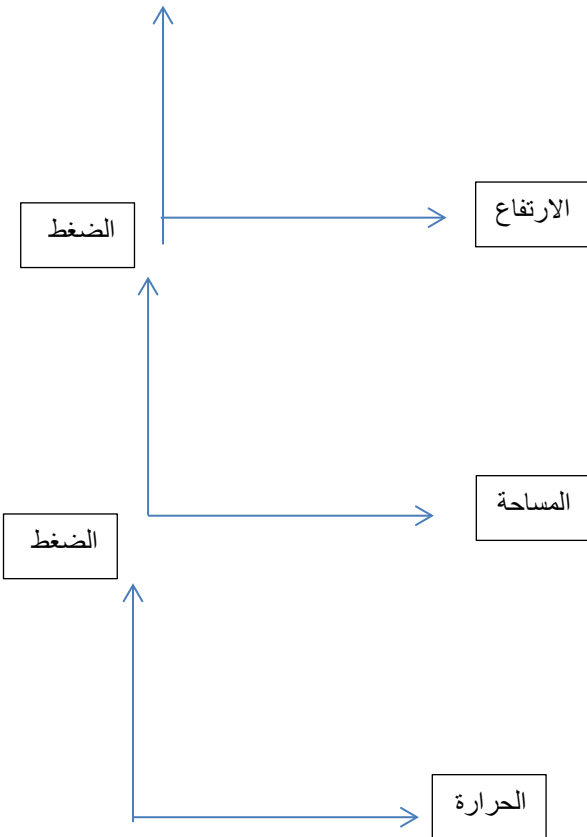
٤- ينصح المسافرين بالطائرة بمضغ العلكة .

.....

**ارسم العلاقات المطلوبة**

١- ضغط الهواء والارتفاع

الضغط



٢- ضغط الهواء والمساحة

٣- ضغط الهواء والحرارة

عند سحب ضاغط الحقنة البلاستيكية إلى المنتصف ثم دفعه للأمام ماذا تلاحظ



الملاحظة: .....

الاستنتاج: .....

٢- عند وضع منديل في قاع كأس ثم غمره في الماء بشكل عمودي

وإخراجه سريعا ثم استخرج المنديل ماذا تلاحظ



شكل (17)

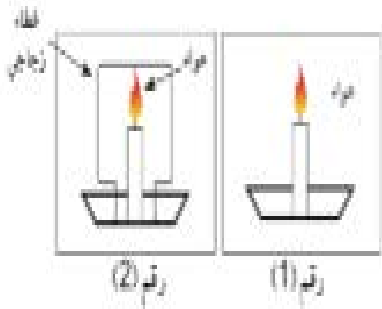
الملاحظة: .....

الاستنتاج: .....

٣- عند إشعال شمعتين كما بالشكل الذي إمامك .

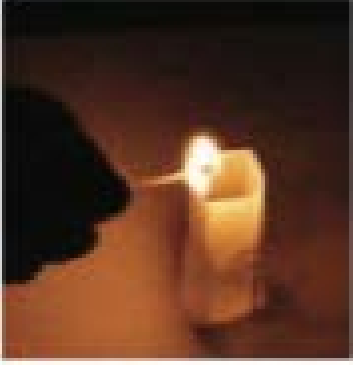
-الشمعة التي تستمر بالاشتعال رقم (.....).

السبب .....



تخيل نفسك مكان الشمعة رقم ( ٢ )





٤- عند إحضار كيس مفرغ من ورقة الشاي واقلبها بجعل فتحة الكيس لأسفل

ثم أشعل الكيس بعود ثقاب من اعلي وشاهد ماذا حدث

الملاحظة:-.....

**عدد بعض طرق التي تساعد في الحفاظ على صحة الرئتين.**

١-.....

٢-.....

٣-.....

٤-.....

٥-.....

**عدد العوامل المؤثرة في مقاومة الهواء على سقوط جسم**

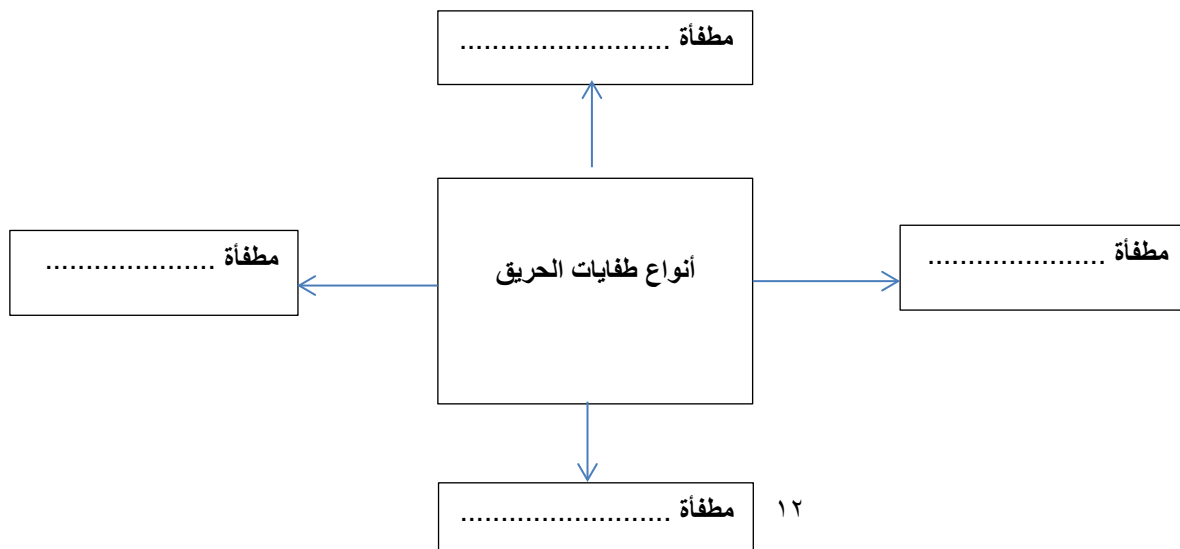
١-.....

٢-.....

٣-.....

٤-.....

**اكمل المخطط التالي بما يناسبه علميا:**



**ماذا يحدث في الحالات التالية :**

١-ارتفاع نسبة غاز الاكسجين في الهواء الجوي .

.....

٢- عند وضع جهاز التكيف في اسفل الغرفة .

.....

٣- ثقب قنينة مملوءة بالماء .

.....



**بنك أسئلة العلوم الصف السابع – علوم الحياة الوحدة التعليمية الاولى : البناء الضوئي**

**س ١: اختر الإجابة الصحيحة علمياً لكل من العبارات التالية و ضع علامة (√) في المربع المقابل لها :**

١- مادة تساعد على امتصاص ضوء الشمس في الورقة :

الأكسجين       ثاني أكسيد الكربون       النيتروجين       الكلوروفيل

٢- النبات ينتج غاز:

الأوزون       الهيدروجين       الأكسجين       ثاني أكسيد الكربون

٣- عملية خروج الماء الزائد عن حاجة النبات تسمى :

النتح       الانتشار       الامتصاص       الانصهار

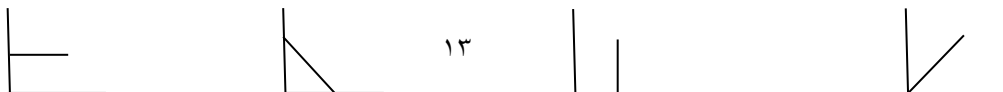
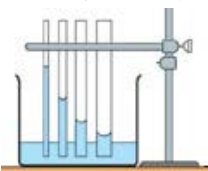
٤- عند وضع اليود على ورقة نبات تظهر بقع زرقاء دليل على وجود :

نشا       ماء       كلوروفيل       اكسجين

٥- تركيب في البلاسيده الخضراء يتم فيها امتصاص الطاقة الضوئية وتحويلها إلى طاقة كيميائية تسمى

الغشاء الداخلي       الغشاء الخارجي       الثايلاكويدات       الستروما

٦- في الشكل المقابل نستنتج العلاقة بين قطر الأنبوبة الشعرية وارتفاع الماء يمثلها الرسم البياني :





٧- تخزين الطاقة في النبات على هيئة غذاء ( سكر و :

دهون  بروتين  فيتامينات  نشا

٨- عندما تحتوي التربة على العناصر الغذائية بصورة متوازنة وكافية للإنتاج الأمثل لمحصول معين

تربة فقيرة  تربة خصبة  تربة مالحة  تربة رملية

**السؤال الثاني : أكتب بين القوسين كلمة (صحيحة) أمام العبارة الصحيحة وكلمة (خطأ) أمام العبارة غير الصحيحة لكل من العبارات التالية :**

- ١- عملية البناء الضوئي أساس الحياة على سطح الأرض . ( )
- ٢- لون النبات اخضر لاحتوائه على صبغة الكلوروفيل . ( )
- ٣- يستخدم النبات غاز الأوكسجين للقيام بعملية البناء الضوئي . ( )
- ٤- توجد الصبغة الخضراء في النبات في البلاستيدات الخضراء . ( )
- ٥- التفاعلات الضوئية لا تحتاج إلى ضوء . ( )
- ٦- ينتج من التفاعلات اللاضوئية الأوكسجين . ( )
- ٧- تتم التفاعلات الضوئية في الثايلاكويدات . ( )
- ٨- اللحاء ينقل الماء والأملاح في الساق . ( )
- ٩- أنابيب الخشب دقيقة جدا لتساعد على ارتفاع الماء إلى أعلى في الساق . ( )
- ١٠- النبات لا يفقد الماء الزائد عن حاجته . ( )
- ١١- توجد الثغور على السطح العلوي للورقة أكثر من السطح السفلي لها . ( )
- ١٢- أكثر العوامل التي تزيد عملية النتح هي الرطوبة . ( )

- ١٣ - تتحول الطاقة الكيميائية إلى ضوئية في الورقة .  
( )
- ١٤ - يحتوي النبات على حزم وعائية متخصصة لنقل الماء يطلق عليها أوعية اللحاء .  
( )
- ١٥ - العلاقة بين قطر الأنبوبة الشعرية وارتفاع الماء في الساق علاقة طردية .  
( )

**السؤال الثالث : في الجدول التالي إختار العبارة أو الشكل من المجموعة (ب) واكتب رقمها أمام ما يناسبها من عبارات المجموعة ( أ ) :**

الرقم	المجموعة ( أ )	المجموعة ( ب )
( )	- يتم نقل الماء والأملاح في التركيب رقم .	١-  ١- 
( )	- تتم عملية النتح في التركيب رقم .	٣- 
( )	- تتم التفاعلات الضوئية في .	١- الستروما . ٢- الثايلاكويدات . ٣- الجرانا .
( )	- تتم التفاعلات اللاضوئية في .	
( )	- نسيج ميت يطلق عليه أوعية ينقل الماء والمعادن من الجذور إلى الساق إلى الأوراق .	١- اللحاء . ٢- الثغور .
( )	- نسيج حي يتكون من أنابيب تنقل السكر والمغذيات الأخرى التي يصنعها النبات في الأوراق أثناء عملية البناء الضوئي إلى جميع أجزاء النبات .	٣- الخشب .

١ - أسمدة كيميائية . ٢ - أسمدة عضوية . ٣ - النفايات العضوية .	- أسمدة تستخدم لزيادة خصوبة التربة وتتكون من مخلفات الحيوانات والنباتات . - أسمدة طبيعية تستخدم لزيادة خصوبة التربة وتحسينها وتتكون من بقايا الطعام أو المخلفات الزراعية .	( )  ( )
---	---	----------------

**السؤال الرابع : قارن بين كل مما يلي وفق الجدول التالي :**

وجه المقارنة	أوعية الخشب	أوعية اللحاء
المواد التي تنقلها		
نوع النسج (حياميت)		
وجه المقارنة	التفاعلات الضوئية	التفاعلات اللاضوئية
الحاجة للضوء		

**السؤال الخامس : عطل تعليلا علمياً دقيقاً لكل مما يلي :**

١- لون النبات اخضر .

..... -

٢- احتواء النبات على حزم وعائية .

..... -

٣- يحرص الناس على زيادة المزروعات من حولهم .

..... -

٤- أنابيب الخشب تكون أنابيب دقيقة ذات قطر صغير .

..... -

٥- وجود الكلوروفيل في ورقة النبات .

..... -



**السؤال السادس : ماذا يحدث في الحالات التالية :**

١- إذا لم يتوفر للنبات غاز ثاني أكسيد الكربون .

٢- عند وضع ورقة نبات في ماء ساخن لمدة دقيقة ثم وضعها في كحول لمدة دقيقة تقريبا .

**السؤال السابع : أي مما يلي لا ينتمي للمجموعة مع ذكر السبب :**

١- ضوء الشمس	٢- غاز ثاني أكسيد الكربون	٣- النيتروجين	٤- الكلوروفيل
--------------	---------------------------	---------------	---------------

الإجابة : .....

السبب : .....

١- الجراننا	٢- الجذور	٣- الستروما	٤- الثايلاكويدات
-------------	-----------	-------------	------------------

الإجابة : .....

السبب : .....

**السؤال الثامن : أدرس الأشكال التالية ثم أجب عن الأسئلة التي تليها :**



١- أجريت التجربة في المخبر اجب عن المطلوب:

عند وضع اليود على الجزء المغطى من الورقة ماذا تلاحظ:



٢- الشكل المقابل يبين وضع ورقة نبات في ماء مغلي:

ماذا يحدث لورقة النبات عند وضعها في ماء مغلي؟



٣- أجريت التجربة بالشكل المقابل في المختبر اجب عن المطلوب:

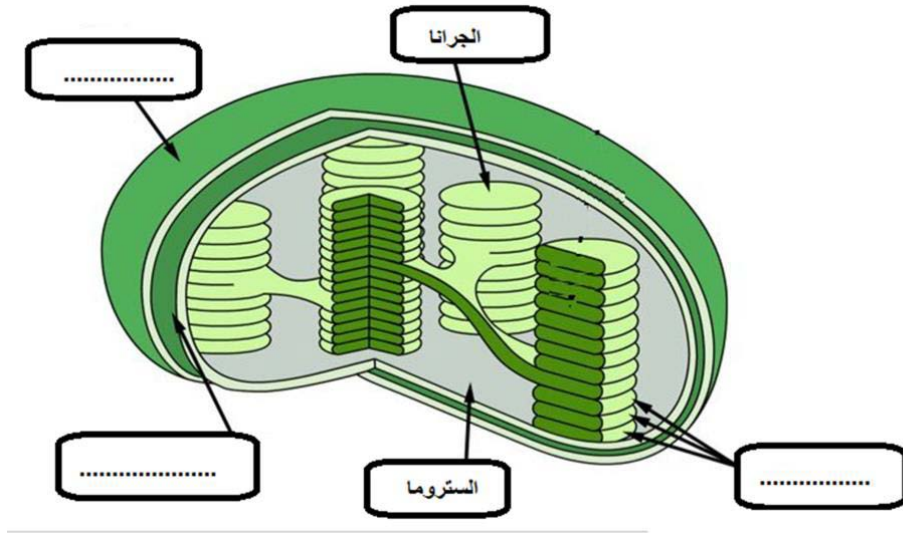
- العامل الذي يعبر عن الرياح رقم ( )
- العامل الذي يعبر عن الضوء رقم ( )
- العامل الذي يعبر عن الرطوبة رقم ( )

٣

٢

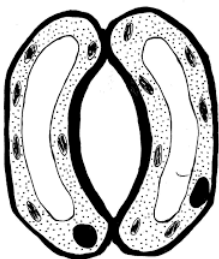
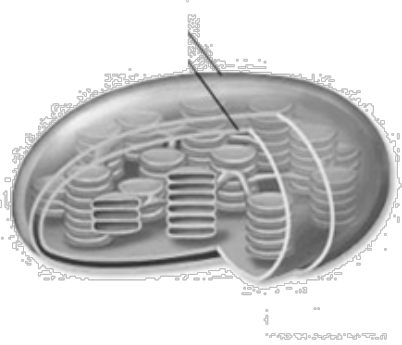
١

٤- اكمل البيانات على الرسم التالي:



٤- الشكل المقابل يمثل :

.....



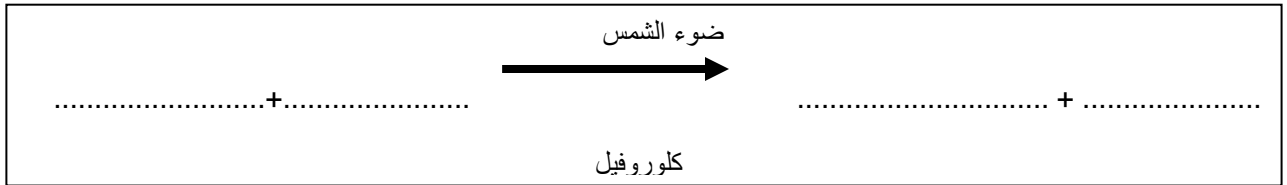
٥- الشكل المقابل يمثل :

.....

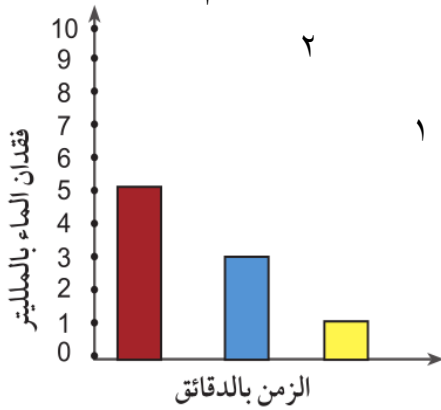
• يكتر على سطح ورقة النبات من .....

**السؤال التاسع : أجب عن الأسئلة التالية :**

- ١- استخدم الكلمات التالية لتكون معادلة البناء الضوئي :  
(ماء - سكر - أكسجين - ثاني أكسيد الكربون)



- ٢- رتب العوامل التي تؤثر على عملية النتج تنازليا .



يمثل الرقم (١) الرطوبة

يمثل الرقم (٢) الضوء

يمثل الرقم (٣) الرياح

الترتيب : (.....) ، (.....) ، (.....)

بنك أسئلة العلوم الصف السابع – علوم الحياة الوحدة التعليمية الثانية : المغذيات

**السؤال الأول(أ) اختر الإجابة الصحيحة علميا لكل من العبارات التالية وضع علامه ( ) في المربع المقابل لها:**

- ١- من اهم مواد البناء في الجسم.
- الكربوهيدرات  الدهون  البروتين  الفيتامينات
- ٢- مصدر رئيسي للطاقة المخزنه في الغذاء.
- الدهون  البروتين  الفيتامينات  الكربوهيدرات
- ٣- تدخل في بناء المخ وتركيب النخاعين.
- الدهون  البروتينات  الفيتامينات  النشا
- ٥- من المغذيات العضويه التي تنظم نمو الخلايا والانسجه.
- الماء  الأملاح المعدنيه  النشا  الفيتامينات
- ٦- من البروتينات الكامله.
- الحبوب الجافه  الثمار  الفاصوليا  الحليب
- ٧- من البروتينات الغير كامله.
- البيض  السمك  الفول  اللحم
- ٨- فيتامين أساسي لتجلط الدم هو.
- A  D  E  K

٩- عند الكشف عن نوع المغذ وظهور اللون البنسفي المزرق فذلك يدل على وجود:

الدهون  الماء  الكربوهيدرات  البروتينات

١٠- مغذيات تعتبر المصدر الرئيسي للطاقة التي يستهلكها الانسان هي:

الدهون  الماء  الكربوهيدرات  البروتينات

١١- مغذيات تصنف انها غير عضويه:

البروتينات  الكربوهيدرات  الدهون  الماء

١٢- من الفيتامينات الذائبة بالدهون:

فيتامين د  فيتامين ك  فيتامين (أ)  جميع ما سبق

١٣ يمكن الحصول على الدهون المشبعة.

النباتات  الحيوانات  النشويات  الفيتامينات

١٤- من انتاجات الدهون غير المشبعة.

زيت السلمون  الحليب  صفار البيض  زيت دوار الشمس

١٥- قسمت الأطعمة التي تتناولها الى.....مجموعات.

٦  ٤  ٥  ٧

١٦- محلول البندكت يستخدم للكشف عن وجود.....في الأطعمة.

السكريات  الدهون  الكربوهيدرات  البروتينات

١٧- تعتمد كمية المواد الغذائية التي تحتاجها كل يوم على.

العمر  الجنس  مستوى النشاط  جميع ما سبق

١٨- مغذيات تدخل في بناء المخ وتركيب النخاعين.

١٩- مغذيات حيوية تنظم نمو الخلايا والأنسجة ومضادات الأكسدة.

الكربوهيدرات  الدهون  الفيتامينات  البروتينات

**السؤال الثاني: اكتب بين القوسين كلمة (صحيحة) للعبارة الصحيحة وكلمة خطأ للعبارة غير الصحيحة علمياً في كل مما يأتي**

- ١- محلول البندكت يستخدم للكشف عن وجود الكربوهيدرات في الاطعمه (.....)
- ٢- تصنف الأملاح المعدنية ضمن المغذيات العضوية (.....)
- ٣- البيض يعد مصدرا جيدا للبروتينات الكامله (.....)
- ٤- الفيتامينات تساعد على مقاومه الامراض (.....)
- ٥- بطاقة المغذيات تساعدنا في معرفه السرعات الحراريه للمنتج الغذائي (.....)
- ٦- يحتاج الجسم الى المغذيات المختلفه (.....)
- ٧- دراستك للعلوم تساعدك على اتخاذ القرارات السليمه في اختيار قائمه طعامك (.....)
- ٨- من الفيتامينات الذائبه في الدهون فيتامين (ك) (.....)

- ٩- الفيتامينات مركبات لا عضويه تنظم عمل الخلايا والخلايا (.....)
- ١٠- الوجبات السريعه تحتوي على نسب عاليه من الدهون (.....)
- ١١- الزبده من الدهون المشبعه (.....)
- ١٢- الكربوهيدرات مغذيات عضويه مكونه من الكربون والهيدروجين والنيتروجين(.....)
- ١٣- البطاط تحمل نسبه عاليه من الالياف (.....)
- ١٤- النشا مركب كربوهيدرات مكون من جزيئات صغيره (.....)
- ١٥- الغذاء يفيد في بناء ونمو الجسم فقط (.....)
- ١٦- السبب الرئيسي لانسداد الشرايين هو تناول الاطعمه المصنعه من الدهون المشبعه(.....)
- ١٧- الدهون من المغذيات المهمه للجسم. (.....)
- ١٨- تنشط البكتريا والفطريات عند توفر حراره المناسبه والرطوبه (.....)
- ١٩- حفظ الطعام يعمي المحافظه على الاطعمه من الفساد (.....)

٢٠- الكربوهيدرات هي مغذيات عضوية مكونه من الكربون والهيدروجين فقط (.....)

٢١- تناول المغذيات بشكل صحيح يعزز الصحة العامة الخاصه بك (.....)

٢٢- تناول المغذيات يقلل من خطر الاصابه بأمراض مزمنه مثل السرطان وأمراض القلب (.....)

٢٣- ليس من الضروري معرفه ماذا يوجد بالطعام الذي نأكله . (.....)

٢٤- تعتبر الاملاح المعدنيه من المغذيات العضوية. (.....)

٢٥- المصدر الرئيسي للسكريات في الجسم هو السكريات الثنائية. (.....)

٢٦- يعتبر السكروز من السكريات الثنائية ويتميز ببنيه بلوريه صلبة. (.....)

٢٧- يستخدم من الخليه النباتيه مباشره لتحرير الطاقه . (.....)

٢٨- يستخرج السكروز غالبا من قصب السكر والشمندر . (.....)

٢٩- الاصابه بمرض السكر لا يؤدي الى مضاعفات خطيره ولا تسبب الوفاة . (.....)

٣٠- زياده مرات التبول وفقدان الوزن وتغيم الرؤيه من أعراض مرض السكر. (.....)

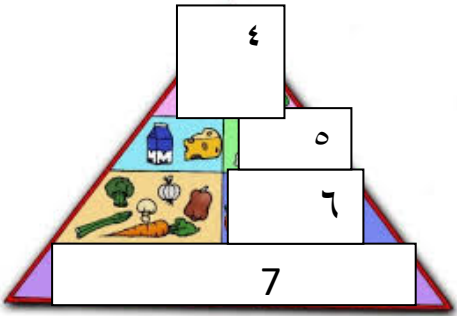
٣١- يساعد حفظ الطعام على الاستفاده من الطعام لأطول فتره ممكنه . (.....)



٣٢- المبيدات الحشرية التي تقتل الحشرات المنزلية لا تسبب تلوث  
للطعام المكشوف .  
(.....)

٣٣- افضل طريقه لحفظ الخضروات الطازجه هي التبريد  
(.....)

**السؤال الثالث: في الجدول التالي اختر العبارة او الشكل من المجموعه (ب) واكتب رقمها امام ما يناسبها  
من عبارات المجموعه (أ).**

الرقم	المجموعه (أ)	المجموعه (ب)
(.....)	- يظهر اللون البنفسجي المزرق اعلى قطعه الكعك عند اضافته	١- يود ٢- بندكت ٣- بيوريت
(.....)	يظهر راسب ازرق اللون اسفل زلال البيض عند اضافته	
(.....)	في الهرم الغذائي : - مجموعته الخبز والحبوب يمثلها	
(.....)	- مجموعته الدهون يمثلها	

--	--	--

**السؤال الرابع: ماذا تتوقع ان يحدث في الحالات التاليه.**

١ - خلو طعامك من الأطمعه التي تحوي الفيتامينات.

.....

٣ - عند تناول الحبوب والفول معا.

.....

٤ - اذا افتقر البروتين الى حمض او اكثر من الاحماض الامينيه.

٥- عند الاكثار من تناول البطاط.

---

٦- عندما تتكسر النشويات الى جزئيات صغيرة.

---

٧- عندما يتحد الجلوكوز بالأكسجين خلال عملية التنفس الخلوي.

---

٨- للسكروز خلال عملية الهضم.

---

١٠- خلو طعامك من الفيتامينات.

---

١٤- حدوث نقص في هرمون الانسولين في الدم.

---

١٥- عند انخفاض حساسية الأنسجة للانسولين.

---

١٦- في حالة عدم حفظ الأظعمه.

١٧-ترك قطعه من الخبز في مكان رطب ومظلم ودافئ.

**السؤال الخامس: علل لما يلي تعليلا علميا سليما.**

١- جسم الانسان يحتاج الى المغذيات.

٢- عدم الاكثار من تناول الوجبات السريعه.

٣- يجب الحذر من تناول الأظعمه النشويه.

٤- يحتاج الجسم الى الطاقه التي تنتج من النشويات.

٥-يحذر من تناول الاظعمه الخفيفه كالصلصه الجاهزه للسلطات والبطاط المخبوزه.

٧- يفضل حفظ اللحوم بطريقه التجميد

٨- البكتريا والفطريات تتسبب في فساد الاطعمه.

٩- تعتبر الفيتامينات مهمه في حياتنا.

١٠- اهميه استخدام البطاقه الغذائيه.

١١- تستخدم السكريات في تحليه الاطعمه والأشربه.

**السؤال الخامس: اي مما يلي ينتمي للمجموعه مع ذكر السبب:**

١- (جبن - بيض - لحم - الفول )

الذي لا ينتمي :

السبب:

٢- (زيت السمك - زيت السلمون - زيت كبد الحوت - زيت الذره )

الذي لا ينتمي:.....

السبب:.....

٣- ( مبيدات حشريه - تلوث - التبريد - الميكروبات )

الذي لا ينتمي:.....

السبب:.....

**السؤال السادس: قارن بين كلا من:**

وجه مقارنه	البروتينات الكامله	البروتينات الغير كامله
التعريف		
امثله عليها		
وجه مقارنه	الدهون المشبعه	الدهون الغير مشبعه
التعريف		

		امثله عليها
المخللات	الخضار الطازجه	وجه مقارنه
		طريقه حفظ الطعام
البروتينات الغير كامله	البروتينات الكامله	وجه مقارنه
		مصدرها

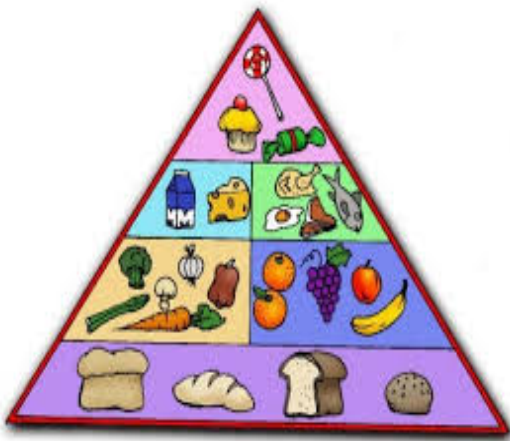
### السؤال السابع: حل المشكلات

- يعاني احمد من زياده في وزنه مما يسبب له مرض السكري
- برأيك ماهي الاطعمه التي ستساعد احمد في التغلب على مرضه .
- ( ضع علامه اسفل اختيارك ثم اذكر السبب)



السبب.....

**السؤال الثامن: ادرس الرسومات التالية جيدا ثم اجب عن المطلوب.**



- الشكل الذي امامك يمثل.....

- المجموعه التي يجب التقليل منها مجموعته.....

السبب :.....