



وزارة التربية

التوجيه الفني للعلوم

اللجنة الفنية المشتركة للفصول الخاصة

إجابة بنك أسئلة الصف السابع

الفصل الدراسي الأول

٢٠١٨-٢٠١٩

إجابة 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 :

سنك التوصيل المفتاح الكهربائي **العمود الجاف** المصباح الكهربائي

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

مسطرة بلاستيك بالون مطاوي 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 :



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
X	٣- توصل الدارات الكهربائية في المنازل بطريقة التوصيل على التوالي
X	٤- المولد الكهربائي جهاز يحول الطاقة الحركية الى طاقة وضع كامنة
✓	٥- يمكن زيادة قوة جذب المغناطيس الكهربائي المؤقت بزيادة عدد الأعمدة الجافة
X	٦- الشحنات الكهربائية نوع واحد فقط
✓	٧- يتم توصيل الدارات الكهربائية في المنازل بطريقة التوصيل على التوازي
X	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 .

بسبب الكهرباء الساكنة و انتقال الالكترونات من الملابس الصوفية الى الجسم

٢- خطورة استخدام الهاتف النقال عند سقوط المطر .

لانه يؤدي الى التعرض الى الصدمات الكهربائية بسبب الصواعق

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

لان للتيار الكهربائي عدة مسارات – عند تلف أحد المصابيح لا يتأثر الباقي – عند اضافة مصباح لا تتغير اضاءة باقي المصابيح

٤_ سبب انجذاب قصاصات الورق للمسطرة البلاستيكية بعد دلكها بقطعة من الصوف .

بسبب الشحنات الكهربائية المتركمة على الجسم نتيجة الدلك

بسبب تفرغ الشحنات الكهربائية المتراكمة على الجسم نتيجة الاحتكاك

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

لحماية المباني من اخطار الصواعق

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

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

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

أ - عند ذلك المسطرة البلاستيك بقطعة من الصوف .

تتكون على المسطرة شحنة كهربائية سالبة

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

ينجذب خيط الماء الرفيع الى البالون المشحون

ج - الجهاز الموجود بالشكل المقابل يسمى **الكشاف الكهربائي**

يستخدم الجهاز في الكشف عن الشحنات الكهربائية



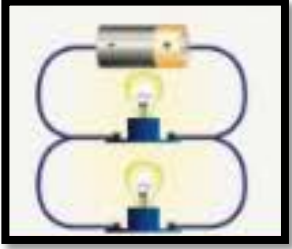

د- تم لف سلك حول مسمار من الحديد

وتوصيل طرفي السلك بقطبي العمود الجاف

اسم الاداة التي نحصل عليها **المغناطيس الكهربائي**



الاداة تحول الطاقة الكهربائية الى الطاقة المغناطيسية

وجه المقارنه	الدائرة الكهربائية المفتوحة	الدائرة الكهربائية المغلقة
مرور التيار الكهربائي	لا يمر التيار	يمر التيار
المقارنة		
نوع دائرة التوصيل	التوازي	التوالي
اثر انقطاع التيار عن أحد المصابيح	لا يتاثر الباقي	ينطفئ الباقي

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

X	١- غاز ثاني أكسيد الكربون يساعد علي الاشتعال .
X	٢- الحياة ممكنة بدون وجود غاز الأوكسجين.
X	٣- نسبة الأوكسجين في الهواء الجوي متغيرة.
✓	٤- الهواء خليط من غازات مختلفة يمتد من سطح الأرض حتي نهاية الغلاف الجوي .
X	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.
X	٩- لا يستخدم الأوكسجين في عمليات التنفس في المستشفيات .
X	١٠- العوامل المؤثرة في مقاومة الهواء علي سقوط الأجسام مساحة السطح فقط .
✓	١١- البارومتر جهاز يستخدم لقياس الضغط الجوي .
✓	١٢- تختلف المطفأة باختلاف نوع المادة المحترقة.
X	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)
(٢)	غاز من مكونات الهواء الجوي نسبة وجوده ٢١%	١- النيتروجين ٢- الأكسجين ٣- ثاني أكسيد الكربون
(٣)	غاز من مكونات الهواء الجوي يصعب رصده	
(٦)	الطبقة الممتدة من سطح الأرض حتي نهاية الغلاف الجوي	٤- الضغط الجوي ٥- الكثافة ٦- الهواء
(٤)	وزن عمود الهواء المؤثر عموديا علي وحدة المساحات من السطح	
(٨)	-يرمز لوحددة الضغط الهكتو باسكال.	٧- Pa ٨- HPa ٩- MPa
(٧)	-يرمز لوحددة الضغط الباسكال .	

قارن فى الجدول التالى كما هو مطلوب:

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



١- خروج فقاعات من القنينة دليل على ان 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 :-

٢١% ٧٨% ١% ٢١%

٥- جميع مايلي تدخل في صناعة مطافئ الحريق ماعدا:

الماء الرغوة ثاني أكسيد الكربون الأكسجين

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

الأميتر الفولتميتر الباروميتر الالكتروسكوب

٧- لإطفاء حرائق الاوراق والملابس نستخدم مطفاة

الرغوة الماء ثاني اكسيد الكربون الباودر

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

محمد أحمد فهد سعد

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

علل لما يأتي تعليلا علميا سليما :-

١- ضرر نقص نسبة الأكسجين في الهواء الجوي

يسبب الاختناقات للبشر و موتهم

٢- ضرر زيادة نسبة الأكسجين في الهواء الجوي .

احتمالات نشوب الحرائق كبيرة

٣- يوجد جهاز باروميتر في محطة الأرصاد الجوية .

لمعرفة التغيرات في ضغط الهواء الجوي

٤- إصابة متسلقي الجبال بنزيف بالانف .

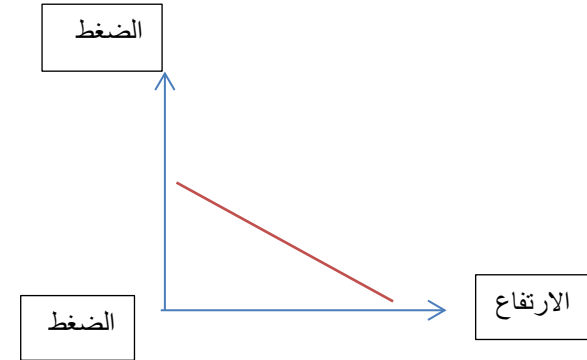
بسبب امخفاض الضغط الجوي

٤- ينصح المسافرين بالطائرة بمضغ العلكة .

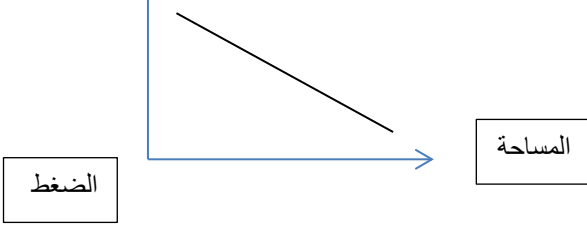
للتغلب على الاختلال في الضغط الجوي و حماية طبلة الاذن

ارسم العلاقات المطلوبة

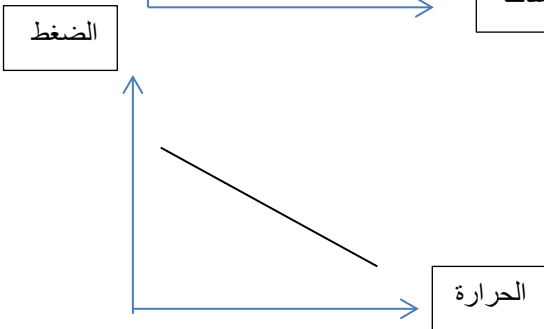
١- ضغط الهواء والارتفاع



٢- ضغط الهواء والمساحة



٣- ضغط الهواء والحرارة



ادرس الرسومات التالية ثم اجب عن التالي:-

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



شكل (22)

الملاحظة : لم يخرج الهواء و يشعر الاصبع بالانسحاب للداخل

الاستنتاج : للهواء ضغط

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

وإخراجه سريعا ثم استخرج المنديل ماذا تلاحظ

الملاحظة : لا يبتل المنديل

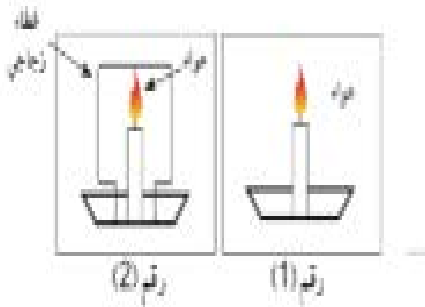
الاستنتاج : الهواء يشغل حيزا



٣- عند إشعال شمعتين كما بالشكل الذي أمامك .

-الشمعة التي تستمر بالاشتعال رقم (١)

السبب : التعرض للهواء باستمرار و توفر الأكسجين



تخيل نفسك مكان الشمعة رقم (٢)

الأختناق و من ثم الموت



ثم أشعل الكيس بعود ثقاب من اعلي وشاهد ماذا حدث

الملاحظة يندفع الكيس لاعلى

عدد بعض طرق التي تساعد في الحفاظ على صحة الرئتين.

٧- الأقلع عن التدخين

٢- التقليل من ملوثات الهواء

٣- تحسين الهواء في الاماكن المغلقة

٤- ممارسة تمارين التنفس العميق يوميا

٥- تناول الأطعمة الصحية

٦- ممارسة التمارين الرياضية بانتظام

عدد العوامل المؤثرة في مقاومة الهواء على سقوط جسم

١- مساحة السطح

٢- الشكل

٣- السرعة

٤- وزن الجسم

اكمل المخطط التالي بما يناسبه علميا:

مطفأة الرغوة

أنواع طفايات الحريق

مطفأة الماء

مطفأة ثاني أكسيد الكربون

مطفأة مطفأة البودرة الجافة

ماذا يحدث في الحالات التالية :

تصبح احتمالات نشوب الحرائق في كل مكان و لا نستطيع السيطرة عليها

٢- عند وضع جهاز التكييف في اسفل الغرفة .

لا يرتفع الهواء البارد لاعلى لانه ثقيل

٣- ثقب قنينة مملوءة بالماء .

لا يخرج الماء من الثقب



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

س١: 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 :

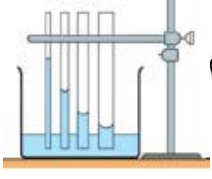
النتح الانتشار الامتصاص الانصهار

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

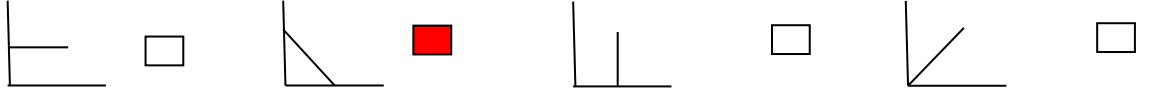
نشا ماء كلوروفيل اكسجين

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

■ الثايلاكويدات الستيروما الغشاء الداخلي الغشاء الخارجي



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



٧- تخزن 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 تسمى:

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 الأكسجين 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 الأكسجين . (✗)
- 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 . (×)

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

الرقم	المجموعة (أ)	المجموعة (ب)
(١)	- يتم نقل الماء والأملاح في التركيب رقم .	١-  -٢  -٣ 
(٢)	- تتم عملية النتح في التركيب رقم .	
(٢)	- تتم التفاعلات الضوئية في .	١- الستروما .
(١)	- تتم التفاعلات اللاضوئية في .	٢- الثايلاكويدات . ٣- الجرانا .
(٣)	- نسيج ميت يطلق عليه أوعية ينقل الماء والمعادن من الجذور إلى الساق إلى الأوراق .	١- اللحاء . ٢- الثغور .
(١)	- 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 تستخدم لزيادة خصوبة التربة وتتكون من مخلفات الحيوانات والنباتات .	١- أسمدة كيميائية . ٢- أسمدة عضوية . ٣- النفايات العضوية .
(٣)	- 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	الماء والأملاح	السكر والمغذيات
نوع النسيج (حياميت)	ميت	حي
وجه المقارنة	التفاعلات الضوئية	التفاعلات اللاضوئية
الحاجة للضوء	تحتاج للضوء	لا تحتاج للضوء

السؤال الخامس : علل تعليلا علمياً دقيقاً لكل مما يلي :

- ١- لون النبات اخضر .
- لاحتوائه على صبغة خضراء
- ٢- احتواء النبات على حزم وعائية .
- لنقل الماء والأملاح والمغذيات في النبات
- ٣- يحرص الناس على زيادة المزروعات من حولهم .
- لزيادة نسبة الاكسجين في الهواء
- ٤- أنابيب الخشب تكون أنابيب دقيقة ذات قطر صغير.
- لحاجة النبات لقوى تحرك الماء خلالها ضد الجاذبية الأرضية للأعلى
- ٥- وجود الكلوروفيل في ورقة النبات .
- لامتصاص الطاقة الضوئية

السؤال السادس : ماذا يحدث في الحالات التالية :

- ١- إذا لم يتوفر للنبات غاز ثاني أكسيد الكربون .
- لاتقوم بعملية البناء الضوئي
- ٢- عند وضع ورقة نبات في ماء ساخن لمدة دقيقة ثم وضعها في كحول لمدة دقيقة تقريبا .
- يصبح لون الورقة ابيض .

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

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

الذي لا ينتمي : **النيتروجين**

السبب : **لأنه ليس من مكونات عملية البناء الضوئي**

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

الذي لا ينتمي: **الجذور**

السبب : **لأنها ليست من تركيب البلاستيدة الخضراء**

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:

لا تتكون بقع زرقاء اللون على الورقة



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

ماذا يحدث لورقة النبات عند وضعها في ماء مغلي؟

تتكون فقاعات غازية على سطح الورقة.



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

• العامل الذي يعبر عن الرياح رقم (١)

• العامل الذي يعبر عن الضوء رقم (٢)

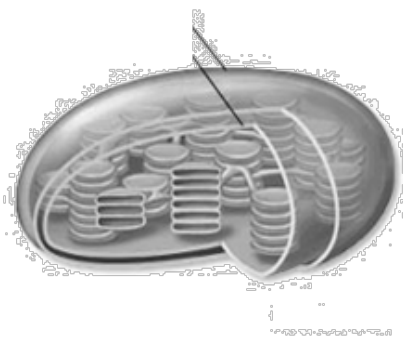
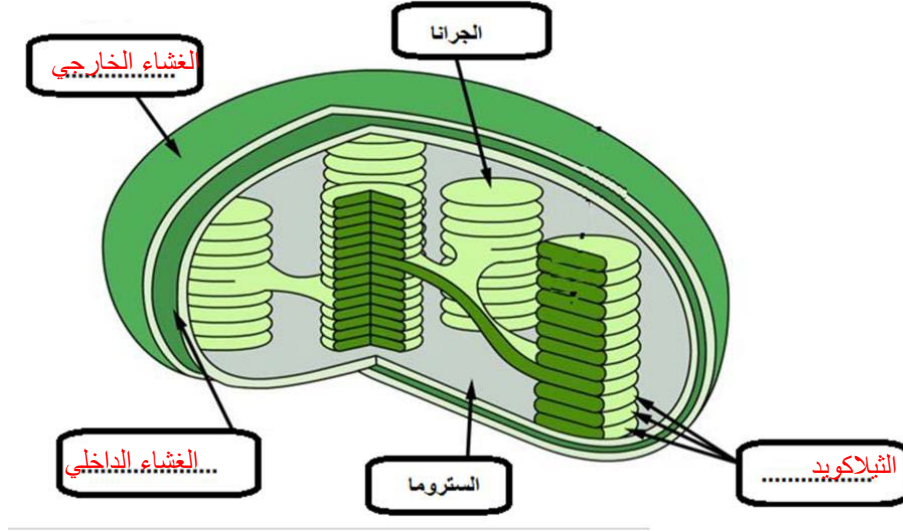
• العامل الذي يعبر عن الرطوبة رقم (٣)

٣

٢

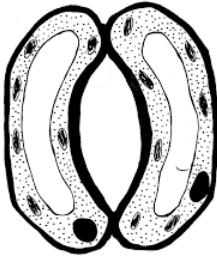
١

٤- اكمل البيانات على الرسم التالي:



٤- الشكل المقابل يمثل :

البلاستيدة الخضراء



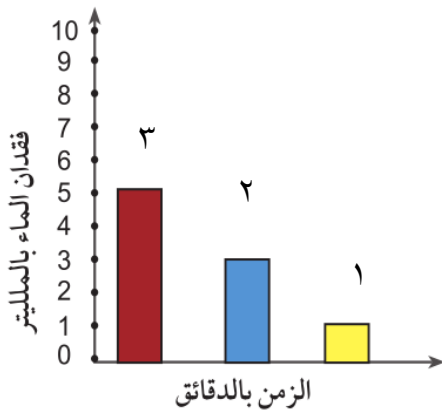
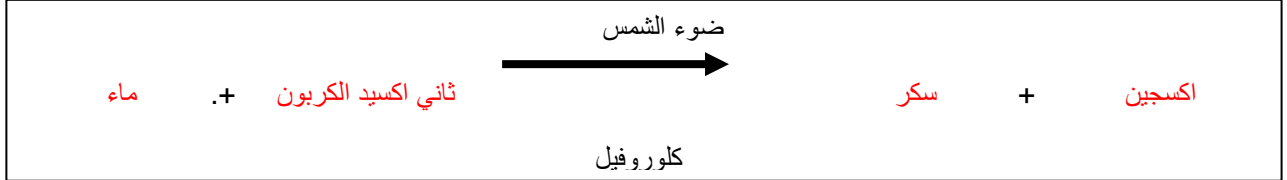
٥- الشكل المقابل يمثل : الثغور

• يكثر على سطح ورقة النبات من الاسفل

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 : (٣) ، (٢) ، (١)

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 اساسي 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.

البروتينا الكربوهيدرات الدهون الماء

١٢- من الفيتامينات الذائبه بالدهون.

فيتامين د فيتامين ك فيتامين (أ) جميع ما سبق

١٣- يمكن الحصول على الدهون المشبعه.

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

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.

السكريات الدهون الكربوهيدرات البروتينات

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

٢- تصنف الأملاح المعدنية ضمن المغذيات العضوية (خطأ)

٣- البيض يعد مصدرا جيدا للبروتينات الكامله (صحيحة)

٤- الفيتامينات تساعد على مقاومه الامراض (صحيحة)

٦- يحتاج الجسم الى المغذيات المختلفه (صحيحه)

٧- دراستك للعلوم تساعدك على اتخاذ القرارات السليمه في اختيار قائمه طعامك (صحيحه)

٨- من الفيتامينات الذائبه في الدهون فيتامين (ك) (صحيحه)

٩- الفيتامينات مركبات لا عضويه تنظم عمل الخلايا والخلايا (خطأ)

١٠- الوجبات السريعه تحتوي على نسب عاليه من الدهون (صحيحه)

١١- الزبد من الدهون المشبعه (صحيحه)

١٢- الكربوهيدرات مغذيات عضويه مكونه من الكربون والهيدروجين والنتروجين (خطأ)

١٣- البطاط تحمل نسبه عاليه من الالياف (صحيحه)

١٤- النشا مركب كربوهيدرات مكون من جزيئات صغيره (خطأ)

١٥- الغذاء يفيد في بناء ونمو الجسم فقط (خطأ)

١٦-السبب الرئيسي لانسداد الشرايين هو تناول الاطعمه المصنعه من الدهون المشبعه (صحيحه)

١٧- الدهون من المغذيات المهمة للجسم. (صحيحة)

١٨- تنشط البكتريا والفطريات عند توفر الحرارة المناسبه والرطوبه (صحيحة)

١٩- حفظ الطعام يعمي المحافظه على الاطعمه من الفساد (صحيحة)

٢٠- الكربوهيدرات هي مغذيات عضويه مكونه من الكربون والهيدروجين فقط (خطأ)

٢١- تناول المغذيات بشكل صحيح يعزز الصحة العامة الخاصة بك (صحيحة)

٢٢- تناول المغذيات يقلل من خطر الاصابه بأمراض مزمنه مثل السرطان وامراض القلب (صحيحة)

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

٢٤- تعتبر الاملاح المعدنيه من المغذيات العضويه (خطأ)

٢٥- المصدر الرئيسي للسكريات في الجسم هو السكريات الثنائيه (خطأ)

٢٦- يعتبر السكروز من السكريات الثنائيه ويتميز بنيه بلوريه صلبه (صحيحة)

٢٧- يستخدم الجلوكوز من الخليه النباتيه مباشره لتحرير الطاقه (خطأ)

(صحيحة)

٢٨-يستخرج السكرز غالبا من قصب السكر والشمندر

٢٩-الاصابه بمرض السكر لا يؤدي الى مضاعفات خطيره ولا تسبب الوفاه (خطأ)

٣٠-زياده مرات التبول وفقدان الوزن وتغيم الرؤيه من اعراض مرض السكر (صحيحة)

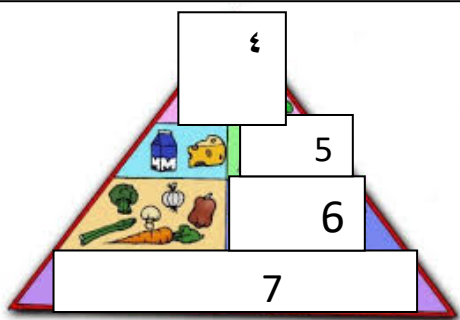
٣١-يساعد حفظ الطعام على الاستفاده من الطعام لأطول فتره ممكنه (صحيحة)

٣٢-المبيدات الحشريه التي تقتل الحشرات المنزليه لا تسبب تلوث للطعام المكشوف (خطأ)

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

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)
(٣)	- يظهر اللون البنفسجي المزرق اعلى قطعه الكعك عند اضافه	١- يود
(١)	يظهر راسب ازرق اللون اسفل زلال البيض عند اضافه	٢- بندكت ٣- بيوريت
(٧)	في الهرم الغذائي :	
(٤)	- مجموعه الخبز والحبوب يمثلها الرقم - مجموعه الدهون يمثلها الرقم.....	



١- خلو طعامك من الأطحمة التي تحوي الفيتامينات.

.....**الإصابه بالمرض**.....

٣- عند تناول الحبوب والفول معا.

.....**تتحد وتكون بروتينات كامله**.....

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

.....**تعتبر بروتينات غير كامله**.....

٥- عند الاكثار من تناول البطاط.

.....**تسبب السمنه**.....

٦- عندما تتكسر النشويات الى جزئيات صغيرة.

.....**تكون السكريات**.....

٧- عندما يتحد الجلوكوز بالأكسجين خلال عمليه التنفس الخلوي.

.....**تنطلق طاقه الجلوكوزالمخزنة**.....

٨- للسكروز خلال عمليه الهضم.

.....**ينقسم الى جزئين اصغر من السكر البسيط**.....

١٤- حدوث نقص في هرمون الانسولين في الدم.

.....**الاصابه بمرض السكر.**

١٥- عند انخفاض حساسية الأنسجة للإنسولين.

.....**الاصابه بمرض السكر.**

١٦- في حاله عدم حفظ الأظعمه.

.....**تسبب تلف للاطعمة.**

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

.....**تتلف الفطريات والبكتريا قطعه الخبز.**

السؤال الخامس: علل لما يلي تعليلا علميا سليما.

١- جسم الانسان يحتاج الى المغذيات.

.....**ليساعد في بناء ونمو الجسم وليقلل من خطر الاصابه من الامراض.**

٢- عدم الاكثار من تناول الوجبات السريعه.

.....**لاحتوائها على نسبة دهون عاليه تسبب السمنه.**

٣- يجب الحذر من تناول الأظعمه النشويه.

.....**لانها تسبب السمنه.**

٤- يحتاج الجسم الى الطاقه التي تنتج من النشويات.

.....**لانه توفر الطاقه خاصه للدماغ والجهاز العصبي وتساعد في عمليه الهضم.**

لأنها تحتوي نسبة عالية مكن الدهون

٦-يفضل حفظ اللحوم بطريقه التجميد

لان التجميد يعمل على وقف نشاط البكتريا وقتل معظمها

٨-البكتريا والفطريات تتسبب في فساد الاطعمه.

لأنها تتغذى على الطعام بتحليله فتتلفه ويصبح فاسد

٧-تعتبر الفيتامينات مهمه في حياتنا.

لأنه تحمي من الأمراض

٨-اهميه استخدام البطاقه الغذائيه.

لأنها تحوي على كميه السعرات الحراريه التي يحويها المنتج

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

١- (جبين – بيض – لحم – الفول)

الذي لا ينتمي: **الفول**

السبب: **لأنه من الحبوب**

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

الذي لا ينتمي: **زيت الذرة**

السبب: **لأنه من الدهون الغير المشبعة**

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

الذي لا ينتمي: **التبريد**

السبب: **طريقه لحفظ الطعام**

السؤال السادس: قارن بين كلا من:

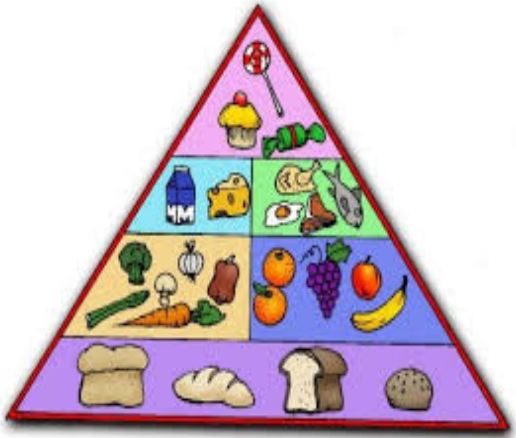
وجه مقارنه	البروتينات الكامله	البروتينات الغير كامله
التعريف	تحتوي جميع الاحماض الامينيه التي يحتاجها الجسم في تكوين بروتيناته	تفتقر الى حمض او اكثر من الاحماض الامينيه الاساسيه
امثله عليها	السمك - الحليب	الفاصوليا - الفول
وجه مقارنه	الدهون المشبعه	الدهون الغير مشبعه
التعريف	يمكن الحصول عليها من الحيوانات	تنتجها النباتات
امثله عليها	الزبد - زيت السمك - زيت السلمون	زيت السمسم - زيت الذره - زيت دوار الشمس
وجه مقارنه	الخضار الطازجه	المخللات
طريقه حفظ الطعام	التبريد	التمليح
وجه مقارنه	البروتينات الكامله	البروتينات الغير كامله
أمثلة لمصدرها	الجبن - الحليب - البيض	الحبوب - الثمار - الحبوب الجافه

- 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 : لانها وجبة صحية تتوفر فيها المغذيات التي يحتاجها جسم الانسان

السؤال الثامن: ادرس الرسومات التاليه جيدا ثم اجب عن المطلوب.



- الشكل الذي امامك يمثل.. دليل الهرم الغذائي
- المجموعه التي يجب التقليل منها مجموعته. **الدهون**
- السبب :. **لانها تسبب السمنه والامراض**

