



تم تحميل الملف من موقع **بداية**



للمزيد اكتب
في جوجل



بداية التعليمي

موقع بداية التعليمي كل ما يحتاجه الطالب والمعلم
من ملفات تعليمية، حلول الكتب، توزيع المنهج،
بوربوينت، اختبارات، ملخصات، اختبارات إلكترونية،
أوراق عمل، والكثير...

حمل التطبيق



المملكة العربية السعودية اختبار فكري مهارات الحياتية الصف: الثاني المتوسط ف ٢

الفصل:

الاسم:

١- ضع/ي علامة (✓) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) أمام العبارة الخاطئة

١- التغذية هي مجموعة عمليات يحصل الجسم بواسطتها على المواد الغذائية اللازمة لنموه ونشاطه وتجديد خلاياه
٢- يعتبر فول الصويا من البروتينات النباتية المنخفضة القيمة الغذائية
٣- من امثلة المواد المنهكة مادة جلوتومات احادي الصوديوم
٤- من فوائد البروتينات انها مصدر للطاقة عند الحاجة
٥- من اسباب الاقبال على الوجبات السريعة وجود خدمة التوصيل السريع
٦- الوجبات السريعة لا تزيد من التكاليف المادية للأسرة
٧- تضاف المواد الملونة للأطعمة لمنع الفساد الميكروبي
٨- ان عدد الحصص الغذائية تختلف بحسب النشاط والجنس والعمر
٩- تم إضافة الماء للنخلة الغذائية بسبب طبيعة المملكة ذات المناخ الصحراوي لتناول الماء بكميات كافية
١٠- الأظعمة البروتينية تتكون من وحدات بنائية تسمى احماض امينية
١١- يدل وجود الدهون والسكريات في قمة النخلة الغذائية لأنها تشمل حصص أكثر خلال اليوم
١٢- الوجبات السريعة هي الأغذية التي يتم تحضيرها وتقديمها في وقت قصير
١٣- تناسب الطول مع الوزن وشكل البنية والعمر يدل على تغذية متوازنة

٢- اختار/ي الإجابة الصحيحة:

١- المضافات الغذائية لها رمز موحد عالميا وهو (A) - (E) - (C)
٢- من اضرار الوجبات السريعة الصحية (تحتوي على دهون عالية - تقلل تدريب الأبناء على آداب الطعام - جميع ما سبق)
٣- تضاف الى المواد الغذائية لتعزيز قيمتها الغذائية (مضادات الاكسدة - مواد مغذية - مواد حافظة)
٤- لتفادي اضرار الوجبات السريعة (ممارسة الرياضة - تقليل عدد مرات تناولها- جميع ما سبق)
٥- الرمز (٣٠٠-٣٩٩) E يدل على (مضادات الاكسدة - مواد حافظة - مواد ملونة)

٣- أكمل/ي المخطط التالي:

