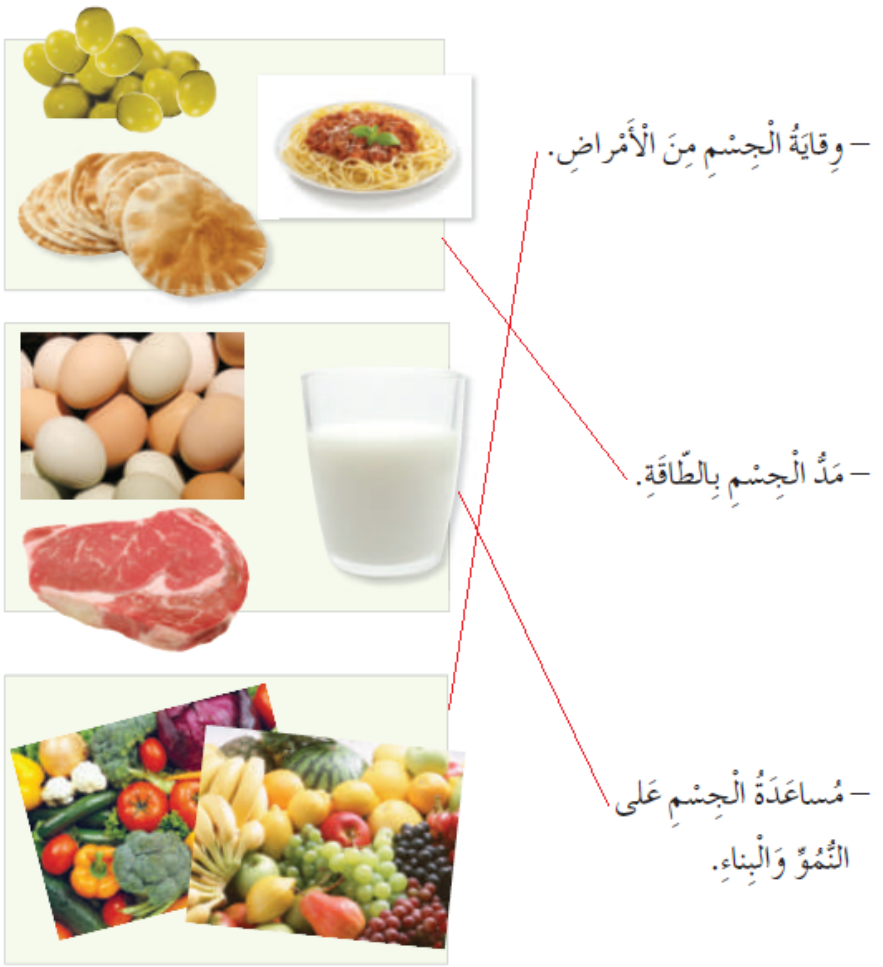
أسئلة المحتوى وإجاباتها

الصحة والتغذية

النشاط (1-2) صفحة (10):

الأطعمة وفوائدها الرئيسة للجسم

تأمل الصور في الشكل، ثم صل بخط بين الأطعمة وفوائدها الرئيسة للجسم:



النشاط (1-3) صفحة (11):

تصنيف الأطعمة وفوائدها الرئيسة للجسم

صنف الأطعمة الآتية في مجموعات، حسب فائدتها الرئيسة للجسم، ثم ضعها في الوعاء المناسب: دجاج، سمك، زبدة، حمص، فول، عدس، حليب، موز، تفاح، خبز، أرز، بندورة:

- أطعمة تمد الجسم بالطاقة: حمص، فول، عدس، الأرز، حليب.

- أطعمة تساعد الجسم على النمو والبناء: حليب، دجاج، أسماك.
- أطعمة تقي الجسم من الأمراض: بندورة، موز،، تفاح.

مهارات الريادة (حلّ المشكلات) صفحة (16):

فكرْ أنتَ وفريقُ مجموعتك بإشراف المعلم في طرائق مناسبة للحدّ من ظاهرة انتشار بائعي الأطعمة المكشوفة؛ حفاظاً على سلامتك وسلامة الآخرين.

عدم الشراء من بائعي الأطعمة المكشوفة نهائياً.

- نشر الوعي بين طلبة المدرسة عن مخاطر الأطعمة المكشوفة.
- تشجيع الطلبة على إحضار إفطارهم من المنزل.