مذكرة

الاختبارات المركزية

العلـــوم

الصف الرابع

الفصل الدراسي الأول

من برزنتيشن علوم المرحلة الابتدائية



الاسم :	الفصل :	الدرجة :

أختار الإجابة الصحيحة:



١. فيم يختلف المشروم عن النباتات؟

- ◯ أ- لا يستطيع صنع غذائه بنفسه.
- ◯ ب- لا يستطيع الانتقال من مكان إلى آخر.
- ◯ ج- يحتوي على جدار خلوي.
- ◯ د- تحتوي خلاياه على أنوية.

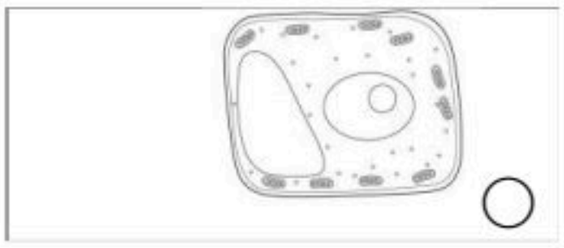
٢. أي العبارات التالية صحيحة عن جميع المخلوقات الحية؟

- ◯ أ- تتكون أجسامها من الأنسجة.
- ◯ ب- يمكنها الانتقال من مكان إلى آخر.
- ◯ ج- تحتاج إلى طاقة.
- ◯ د- تغير شكلها.

٣. أي مما يلي يوجد في خلايا جسمك؟

- ◯ أ- جدار خلوي
- ◯ ب- كلوروفيل.
- ◯ ج- بلاستيدات خضراء.
- ◯ د- سيتوبلازم.

٤. أي الأشكال يشبه نموذج الخلية النباتية التالية؟









٥. تركيب الخلية الذي يساعدها على خزن الماء والغذاء والفضلات هو:

- ◯ أ- الفجوات.
- ◯ ب- الميتوكندريا.
- ◯ ج- البلاستيدات.
- ◯ د- السيتوبلازم.

٦. أي ممالك المخلوقات الحية التالية تحوي مخلوقات حية وحيدة الخلية وأخرى عديدة الخلايا؟

- ◯ أ- البكتيريا.
- ◯ ب- الطلائعيات.
- ◯ ج- النباتات.
- ◯ د- الحيوانات.

٧. أي المجموعات التصنيفية التالية يكون أفرادها متشابهين كثيراً في الشكل؟

- ◯ أ- المملكة.
- ◯ ب- الشعبة.
- ◯ ج- الطائفة.
- ◯ د- النوع.

٨. ما الجزء الذي يوجد في الخلية النباتية ولا يوجد في الخلية الحيوانية؟



- ◯ أ- الغشاء البلازمي.
- ◯ ب- النواة.
- ◯ ج- السيتوبلازم.
- ◯ د- البلاستيدات الخضراء

٩. أي الأجزاء التالية يوجد في الخلية النباتية فقط؟

- ◯ أ- الميتوكندريا.
- ◯ ب- البلاستيدات.
- ◯ ج- الغشاء الخلوي.
- ◯ د- الكروموسوم.

١٠. جميع الخلايا النباتية:

- ◯ أ- تشبه الصناديق.
- ◯ ب- تؤدي الوظيفة نفسها.
- ◯ ج- بيضية الشكل.
- ◯ د- لا تحتوي على كلوروفيل

١١. أي مما يلي يشمل أكثر عدداً من الأنواع؟

- ◯ أ- المملكة.
- ◯ ب- الشعبة.
- ◯ ج- الطائفة.
- ◯ د- الرتبة.

١٢. أي الممالك التالية يصنع جميع أفرادها غذائه بنفسه؟

- ◯ أ- الفطريات.
- ◯ ب- الطلائعيات.
- ◯ ج- البكتيريا.
- ◯ د- النباتات.

١٣. أي مما يلي يشمل أكثر عدداً من الأنواع؟

- ◯ أ- المملكة.
- ◯ ب- الشعبة.
- ◯ ج- الطائفة.
- ◯ د- الرتبة.

١٤. أي الممالك التالية يصنع جميع أفرادها غذائه بنفسه؟

- ◯ أ- الفطريات.
- ◯ ب- الطلائعيات.
- ◯ ج- البكتيريا.
- ◯ د- النباتات.

١٥. عندما يتكاثر مخلوق حي فإنَّه يُنتج :

- ◯ أ. الفضلات
- ◯ ب. ثاني أكسيد الكربون
- ◯ ج مخلوقات حيةً جديدةً
- ◯ د. الجذور

١٦. الجدول التالي يبين وظائف بعض : أجزاء الخلية النباتية
ما الوظيفة الأنسب لوضعها في فراغ الجدول؟

أجزاءِ الخليةِ النباتيةِ

اسمُ الجزءِ	الوظيفةُ
الجدارُ الخلويُّ	يوفّرُ الحمايةَ والدعمَ
الكلوروفيلُ	يساعدُ على صنعِ الغذاءِ
النواةُ	؟

- ◯ أ . تنتج الطاقة في الخلية
- ◯ ب. تحتفظ بالماء والفضلات
- ◯ ج. تعطي الخلية شكلا يشبه الصندوق
- ◯ د. تتحكم في نشاطات الخلية

١٧. لا تصنع الخلايا الحيوانية غذاءها بنفسها ؛ لأنها تفتقر إلى :

- ◯ أ. الطاقة
- ◯ ب . الكلوروفيل
- ◯ ج. الأكسجين
- ◯ د. الأنسجة

١٨. أي العبارات التالية تصف النسيج في مخلوق حي متعدد الخلايا ؟

- ◯ أ. أنواع مختلفة من الخلايا تؤدي وظائف مختلفة
- ◯ ب . خلايا متماثلة تؤدي وظيفة محددة
- ◯ ج. أعضاء متماثلة تؤدي وظيفة محددة
- ◯ د. مجموعة أعضاء ترتبط بعدد من الخلايا

١٩. ماذا يستخدم العلماء لرؤية المخلوقات الحية ذات الخلية الواحدة ؟

- ◯ أ. المجهر.
- ◯ ب. أنبوب الاختبار.
- ◯ ج الميزان.
- ◯ د. الملاقط.

٢٠. أي مما يلي هو اسم أصغر مجموعة يمكن للمخلوق الحي أن يُصنّف ضمنها ؟

- ◯ أ . الشعبة
- ◯ ب . النوع
- ◯ ج. الطائفة
- ◯ د . الرتبة

الوحدة الأولى : المخلوقات الحية　　الفصل الثاني : المملكة الحيوانية

الاسم :	الفصل :	الدرجة :

نظلل الدائرة التي تمثل الإجابة الصحيحة

١. أي الحيوانات التالية من اللافقاريات؟

◯ أ- النسر.	◯ ب- السمكة.
◯ ج- الروبيان.	◯ د- الحية (الثعبان).

٢. ما الخاصية التي تشترك فيها الرخويات والمفصليات:

◯ أ- لها عمود فقري.	◯ ب- ليس لها عمود فقري.
◯ ج- لها هياكل خارجية.	◯ د- غير قادرة على الحركة.

٣. جميع الطيور والثدييات:

◯ أ- لها عمود فقري وتنتج الحليب.	◯ ب- تبيض، ولها عمود فقري.
◯ ج- لها عمود فقري وترعى صغارها.	◯ د- تبيض، ودرجة حرارة أجسامها ثابتة.

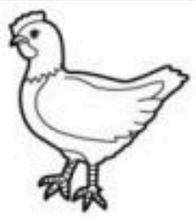
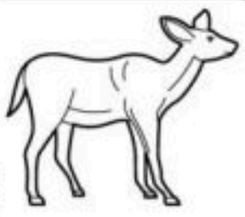
٤. المعدة من أعضاء الجهاز:

◯ أ- العصبي.	◯ ب- الهضمي.
◯ ج- الهيكلي.	◯ د- الدوراني.

٥. وظيفة الجهاز الإخراجي هي:

◯ أ- أخذ الأوكسجين من الماء والهواء.	◯ ب- دعم العضلات.
◯ ج- تحليل الطعام.	◯ د- تخليص الجسم من الفضلات.

٦. أي الحيوانات التالية يصنف في مجموعة الحيوانات اللافقارية؟

◯ 	◯ 	◯ 	◯ 

٧. ما الذي يوفر الحماية والأمان للحيوان في الصورة التالية:



◯ أ- العمود الفقري.	◯ ب- الهيكل العظمي.
◯ ج- الهيكل الداخلي.	◯ د- الهيكل الخارجي.

٨. أي أجهزة جسم الحيوان مسؤول عن التواصل بين أجزاء الجسم؟

◯ أ- الجهاز التنفسي.	◯ ب- الجهاز الهضمي.
◯ ج- الجهاز الهيكلي.	◯ د- الجهاز العصبي.

٩. أي الحيوانات التالية تعتني بصغارها؟

◯ أ- الطيور.	◯ ب- الحشرات.
◯ ج- الضفادع.	◯ د- الثعابين.

١٠. أي الأنواع التالية لا يعتبر من أنواع الديدان؟

◯ أ- الديدان المفلطحة.	◯ ب- الديدان الحلقية.
◯ ج- عديدة الأرجل.	◯ د- الديدان الأسطوانية.

١١. أي أنواع الرخويات تستقر في مكان واحد ولا تتحرك؟

◯ أ- الحبار	◯ ب- الأخطبوط.
◯ ج- قنفذ البحر.	◯ د- المحار.

١٢. ٧أي الحيوانات التالية تكون درجة حرارة أجسامها ثابتة؟

◯ أ- الأسماك.	◯ ب- السحالي.
◯ ج- الضفادع.	◯ د- العصافير.

١٣. المسار الصحيح للغذاء في الجهاز الهضمي لأحد الحيوانات هو:

◯ أ- الفم - المعدة - المريء - الأمعاء الغليظة - الأمعاء الدقيقة..	◯ ب- الفم المريء - المعدة - الأمعاء الدقيقة - الأمعاء الغليظة
◯ ج- المريء الفم المعدة الأمعاء الدقيقة - الأمعاء الغليظة.	◯ د- الفم المريء - المعدة الأمعاء الغليظة - الأمعاء الدقيقة.

١٤. الجهاز الذي ينقل الرسائل الإشارات إلى أجهزة الجسم الأخرى هو الجهاز:

◯ أ- العضلي.	◯ ب- الإخراجي.
◯ ج- الدوراني.	◯ د- العصبي.

١٥. ينتمي كُلٌّ من الروبيان والسرطانات إلى مجموعة المفصليات التالية:

◯ أ. الحشرات	◯ ب العديدة الأرجل.
◯ ج . القشريات.	◯ د. العنكبيات.

١٦. يتكون الجهاز الهيكلي من:

◯ أ العظام	◯ ب العضلات
◯ ج. الأعصاب	◯ د. الأوعية الدموية

١٧. أي المخلوقات الحية الآتية جهازها العصبي أقل تعقيدا ؟

◯ أ. الطيور	◯ ب الخيول
◯ ج القوراض	◯ د الديدان

١٨. أي الأشياء التالية لا ينتقل بواسطة الدم ؟

◯ أ. الغذاء	◯ ب. ثاني أكسيد الكربون
◯ ج. العصارة الهاضمة	◯ د. الأكسجين

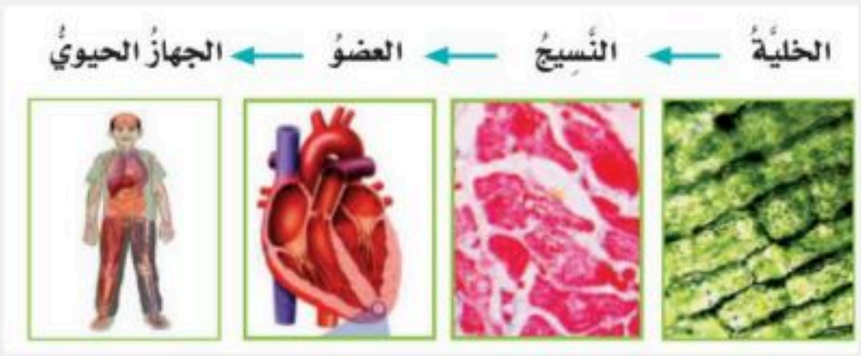
١٩. مجموعة الخلايا التي تقو م بالوظيفة نفسها تشكل معا:

◯ أ. جهازا	◯ ب. عضوا
◯ ج. خلية.	◯ د. نسيجا.

٢٠. ما العضو المسؤول عن عملية التَّعرُّقِ وارتفاع درجة الحرارة؟ ؟

◯ أ . الجلد	◯ ب . العظام
◯ ج . القلب	◯ د . العضلات

٢١. الخلية - النسيج - العضو الجهاز الحيوي أي العبارات المتعلقة بالصور أعلاه صحيحة



◯ أ. الخلايا مجموعة من الأنسجة المتماثلة	◯ ب النسيج أصغر وحدة في المخلوق الحي
◯ ج. الجهاز الحيوي مجموعة من الأعضاء في الجسم	◯ د. العضو مجموعة من الأجهزة تقوم معاً بأداء وظيفة معينة

٢٢. أي المجموعات التصنيفية التالية يكون أفرادها متشابهين كثيراً في الشكل؟

◯ أ . المملكة	◯ ب . الشعبة
◯ ج. الطَّائِفَة	◯ د. النوع

٢٣. أي مما يلي يعبر عن المخلوقات الحية التي ليس لها نواة ؟

◯ أ. البكتيريا 	◯ ب. الطلائعيات 
◯ ج. الفطريات 	◯ د. النباتات 

٢٤. أي المخلوقات الحية التالية تحافظ على درجة حرارة أجسامها مع تغير البيئة المحيطة بها ؟

◯ أ. الأسماك.	◯ ب. الزَّوَاحِف.
◯ ج. البرمائيات.	◯ د. الطيور

٢٥. تنتمي اللافقاريات التالية : (قنديل البحر - المحار - قنفذ البحر) - إلى المجموعات التالية على التوالي:

◯ أ. اللاسعات - الرخويات - شوكيات الجلد..	◯ ب. شوكيات الجلد. - اللاسعات - الرخويات.
◯ ج. الرخويات - شوكيَّات الجلد - اللاسعات.	◯ د. الرخويات - اللاسعات - شوكيات الجلد.

الاسم :	الفصل :	الدرجة :

نظلل الدائرة التي تمثل الإجابة الصحيحة

١. أي المناطق الحيوية فيها أشجار أكثر؟

○ أ- الصحراء ○ ب- الغابة ○ ج- المنطقة العشبية ○ د- المنطقة القطبية.

٢. كل الجماعات التي تعيش في النظام البيئي تكون:

○ أ- الموطن. ○ ب- العوامل اللاحيوية. ○ ج- المجتمع الحيوي. ○ د- العلاقات.

٣. يعد الحيوان الموضح في الصورة:



○ أ- محللاً. ○ ب- مفترساً. ○ ج- آكل أعشاب. ○ د- قارتاً.

٤. ينشأ عن اتحاد سلسلتي غذاء أو أكثر:

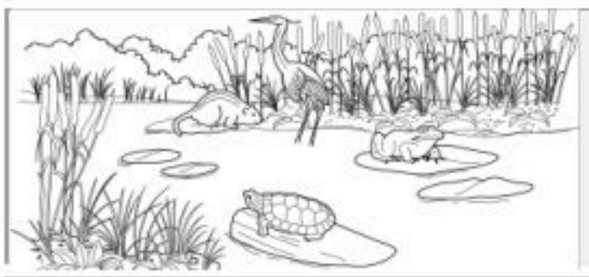
○ أ. نظام بيئي. ○ ب. شبكة غذاء ○ ج. مجتمع حيوي. ○ د . هرم غذاء

٥. أي الظواهر الطبيعية جميعها تؤثر في النظام البيئي؟

○ أ- الفيضان يؤدي إلى إزالة الغابات. ○ ب- الهزات الأرضية الحرائق الاكتظاظ السكاني.

○ ج- الإعصار الفيضان الانزلاقات الأرضية. ○ د- الزراعة إعادة التدوير الاكتظاظ السكاني.

٦. أنظر إلى الشكل الذي يوضح موطن البركة:
أي مما يأتى يعد من العوامل اللاحيوية؟



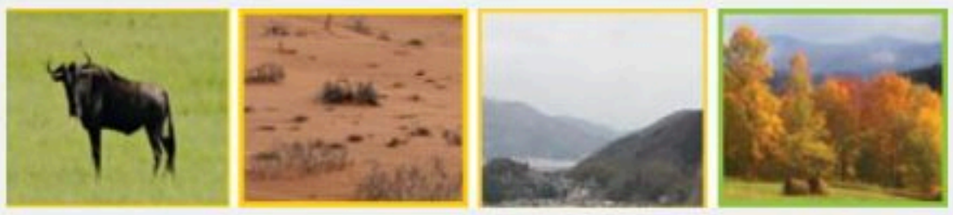
○ أ- السلحفاة. ○ ب- الصخر. ○ ج- العشب. ○ د- الطائر.

٧. وضع قانون لحماية الأنواع المهددة بالانقراض ماذا تتوقع أن يكون نص القانون؟

○ أ- منع صيد جميع أنواع المخلوقات الحية. ○ ب- السماح بصيد المخلوقات الحية المهددة بالانقراض.

○ ج- توفير الحماية للمخلوقات الحية المهددة بالانقراض. ○ د- منع هجرة الطيور.

٨. تشير الأشكال المبينة أعلاه إلى المناطق الحيوية
أي مما يلي يعبر عن الترتيب الصحيح لها؟



○ أ- مناطق الغابات، المناطق الجبلية، الصحراء، المناطق العشبية. ○ ب- المناطق الجبلية، مناطق الغابات، الصحراء، المناطق العشبية.

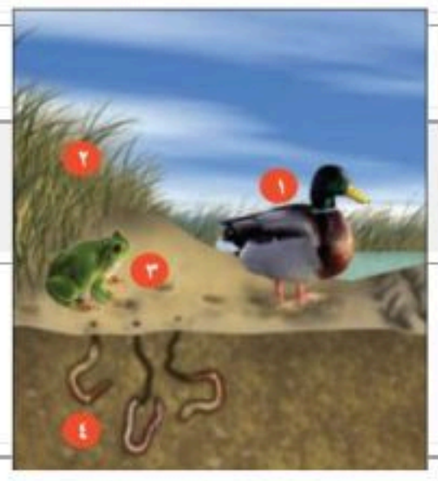
○ ج- المناطق العشبية، المناطق الجبلية، مناطق الغابات، الصحراء. ○ د- المناطق الجبلية، الصحراء، مناطق الغابات، المناطق العشبية.

٩. ما المصطلح المناسب لوصف الصحراء بالنسبة للجمل؟

○ أ- موطن. ○ ب- منطقة حيوية.

○ ج- إطار بيئي. ○ د- نظام بيئي

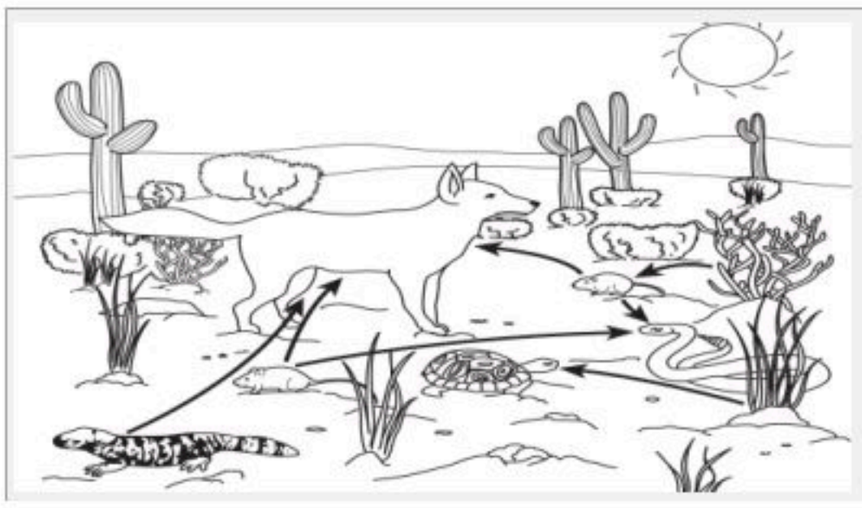
١٠. يوضح الشكل التالي الأدوار في النظام البيئى
ما الجزء في الصورة الذي يشير إلى المنتجات؟



○ أ- ١ ○ ب- ٢

○ ج- ٣ ○ د- ٤

١١. أي الحيوانات التالية ينافس الذئب فى الشبكة الغذائية أدناه؟



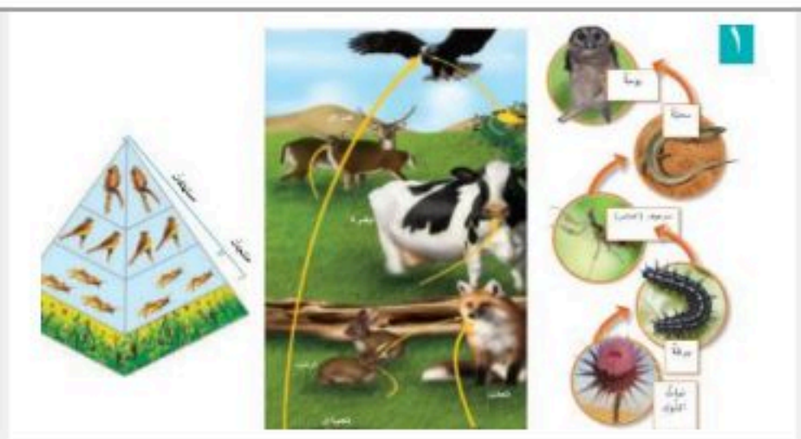
◯ أ- السحلية.

◯ ب- الفأر.

◯ ج- السلحفاة.

◯ د- الأفعى المجلجلة

١٢. تشير الأشكال المبينة أعلاه بالترتيب من اليمين إلى اليسار إلى:



◯ أ- هرم طاقة، سلسلة غذائية، شبكة غذائية.

◯ ب- سلسلة غذائية، شبكة غذائية، هرم طاقة.

◯ ج- شبكة غذائية، سلسلة غذائية، هرم طاقة.

◯ د- هرم طاقة، شبكة غذائية، سلسلة غذائية.

١٣. أنظر إلى الخريطة الموضحة في الشكل أدناه: فيم استخدمت هذه الخريطة؟



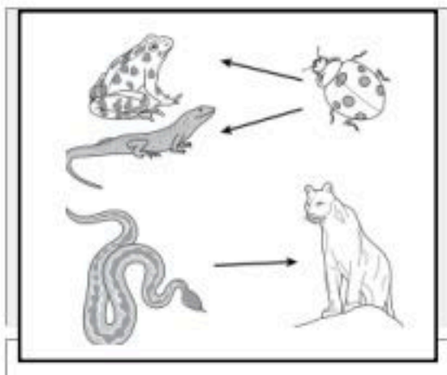
◯ أ- توقع حالة الطقس في منطقة ما.

◯ ب- توزيع المناطق الحيوية في جزء من العالم.

◯ ج- توزيع اليابسة والمحيطات والبحيرات في العالم.

◯ د- توزيع المستهلكات في المناطق.

١٤. أي مما يلي يصف انتقال الطاقة؟



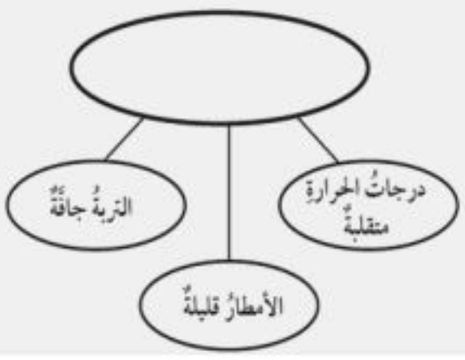
◯ أ- من الخنفساء إلى الضفدع.

◯ ب- من الضفدع إلى الثعبان

◯ ج- من الأسد إلى الثعبان.

◯ د- من الأسد إلى الضفدع.

١٥. أنظر إلى الخريطة المفاهيمية التالية:
أي الأنظمة البيئية يمكن وضعه في الفراغ؟



◯ أ- منطقة الغابات.

◯ ب- الصحراء.

◯ ج- المنطقة العشبية.

◯ د- التندرا.

الاسم :	الفصل :	الدرجة :

نظلل الدائرة التي تمثل الإجابة الصحيحة

١. درجة حرارة جسم الانسان الطبيعية هي

◯ أ . ٣٩ سْ	◯ ب . ٢٧ سْ	◯ ج . ٣٧ سْ	◯ د . ٢٩ سْ

٢. ما الخلايا التي تهاجم مسببات الأمراض

◯ أ. خلايا الدم الحمراء	◯ ب. خلايا الدم البيضاء	◯ ج. الصفائح الدموية	◯ د. الخلايا العصبية

٣. أجسام غير حية قادرة على إصابة المخلوقات الحية بالأمراض وَلَا تُرَى بالعين المجردة.

◯ أ. البكتيريا.	◯ ب. الفيروسات.	◯ ج . الفطريات.	◯ د. الحشرات.

٤. حالة غير طبيعية تُؤثر على جسم المخلوق الحي، وترتبط غالبا بأعراض وعلامات مختلفة، قد تسببها الفيروسات والبكتيريا.

◯ أ. النوم.	◯ ب. المرض.	◯ ج. الخوف.	◯ د. الأرق.

٥. الأمراض ..... تنتقل من مخلوق لآخر.

◯ أ. المعدية.	◯ ب. غير المعدية.	◯ ج. العقلية.	◯ د. النفسية.

٦. من طرق انتقال العدوى:

◯ أ. غسل اليدين.	◯ ب . ارتداء الكمامة .	◯ ج. ارتداء القُفَّازَاتِ.	◯ د. الأطعمة المكشوفة.

٧. تعد الكلاب والفئران والطيور والبعوض نواقل :

◯ أ. حيوية.	◯ ب . لا حيوية.	◯ ج . صناعية.	◯ د. طبيعية.

٨. خلايا تستهدف مسببات الأمراض هي:

◯ أ. خلايا الدم البيضاء.	◯ ب. خلايا الدم الحمراء.	◯ ج. خلايا الجلد.	◯ د. الخلايا العصبية.

٩. تنتقل الملاريا من الجسم المصاب إلى الجسم السليم بواسطة :

◯ أ. الذباب	◯ ب. البعوض	◯ ج الكلاب.	◯ د. القطط.

١٠. أَي مما يلي يُعدُّ من الأمراض غير المعدية:

◯ أ. مرض القلب.	◯ ب الزكام.	◯ ج . جُدري الماء.	◯ د. الأنفلونزا.

الاسم :	الفصل :	الدرجة :

نظلل الدائرة التي تمثل الإجابة الصحيحة

١. من العادات غير الصحية

◯ أ . ممارسة الرياضة	◯ ب . شرب الماء بكميات كافية	◯ ج. النوم مبكرا	◯ د. الإكثار من تناول السكريات

٢. تساعد الجسم على النمو وتعويض الخلايا التالفة

◯ أ .الدهون	◯ ب . الأملاح المعدنية	◯ ج . البروتينات	◯ د . الألياف

٣. مواد غذائية يُؤدي الإكثار من تناولها إِلَى الإصابة بالسمنة:

◯ أ. الفيتامينات والبروتينات	◯ ب الدهون والكربوهيدرات.
◯ ج. الأملاح المعدنية والفيتامينات	◯ د. البروتينات والأملاح المعدنية

٤. المصدر الرئيس للطاقةِ فِي أجسامِنَا :

◯ أ. الأملاح المعدنية.	◯ ب. الفيتامينات.	◯ ج. البروتينات.	◯ د. الكربوهيدرات.

٥. أيُّ مِمَّا يلي لا يُستخدم في تنظيف الأسنان:

◯ أ. الصابون.	◯ ب المسواك.	◯ ج. الفُرْشَاةُ وَالمَعْجُون	◯ د. خَيْطُ الأَسْنَانِ.

٦. أي الكلمات التالية تصفُ الشَّكل أدناه:



◯ أ. الغذاء.	◯ ب. الهرم الغذائي
◯ ج . الطاقة.	◯ د. مثلث الطاقة

٧. عند تناول كمية متنوعة ومناسبة من الأطعمة يوميًا، فإنَّ الغذاء يصبح:

◯ أ . محددًا	◯ ب متوازنا.	◯ ج. ناقصا	◯ د. ملونا.

٨. يعد الحديد من المعادن الهامة التي تدخل في تركيب الدم، وهو ينتمي إلى مجموعة:

◯ أ . الفيتامينات.	◯ ب. الأملاح المعدنية	◯ ج. الألياف.	◯ د. الدهون.

٩. أنظر إلى الصور أدناه الصورة التي تمثل الغذاء الصحي:



◯ أ.١	◯ ب. ٢
◯ ج . ٣	◯ د . ٤

١٠. من المجموعات الغذائية التي تساعد على المحافظة على صحة الجسم والوقاية من الأمراض:

◯ أ. الأملاح المعدنية	◯ ب. الكربوهيدرات.	◯ ج. البروتينات.	◯ د. الفيتامينات.

١١. تعرض أحمد الإصابة في أثناء لعبه بكرة القدم، ونتج عنها كسر في القدم .
ما المشروب الذي تنصح أحمد بتناوله ليمد جسمه بالكالسيوم ؟

◯ أ. القهوة.	◯ ب. مشروب غازي.	◯ ج. الحليب	◯ د. الشاي

١٢. أَيُّ مِمَّا يلي من فوائد شرب الماء :

◯ أ. المحافظة على ثبات درجة حرارة الجسم	◯ ب. مصدر هام للطاقة
◯ ج.إمداد الجسم بالدهون.	◯ د. تخزين البروتينات

١٣. من مخاطر نقص الكالسيوم الإصابة:

◯ أ. بالسكري.	◯ ب. بهشاشة العظام	◯ ج بالجدري.	◯ د. بالحصبة

١٤. أيُّ الأغذية التالية يحتوي على أعلى نسبة من البروتينات ؟

◯ أ. الأرز	◯ ب التمر	◯ ج الجزر	◯ د. البيض

١٥. تسلك سلوك المخلوقات الحية أحيانًا وسلوك الأشياء غير الحية أحيانًا أخرى هي:

◯ أ- الفيروسات	◯ ب - البكتيريا	◯ ج - الفطريات	◯ د - الطفيليات.

١٦. أي المواد الغذائية التالية تُعدُّ غذاءً مُتوازِنًا:

◯ أ . حليب - شوكولاتة - أرز - خبز -كعك	◯ ب. سمك - خبز - جزر - زبدة - عنب
◯ ج. لحم - دجاج - بيض - خبز -بطاطس	◯ د. تفاح - برتقال - طماطم – أرز – خبز

١٧. للمحافظة على صحة الجسمِ لَا بُدَّ من تجنب الإكثار من شرب ..... والقيام بـ .....
أي الكلمات التالية يُكمل العبارة السابقة بشكل صحيح ؟

◯ أ. المنبهات - التمارين الرياضية.	◯ ب التمارين الرياضية - التغذية الجيدة
◯ ج. الماء - التمارين الرياضية.	◯ د. الماء - التغذية الجيدة

١٨. ما الوظيفة الرئيسة لخلايا الدم البيضاء في الجسم ؟

◯ أ. استهداف مسببات الأمراض ومكافحة العدوى.	◯ ب. نقل ثاني أكسيد الكربون إلى الرئتين؛ لإخراجه.
◯ ج. الارتباط بالأكسجين للقيام بعملية التنفس.	◯ د. مساعدةُ الدَّمِ على التخثر.

١٩. أي مما يلي من المخلوقات المجهرية الضارة بجميع أنواعها ؟

◯ أ. الطحالب.	◯ ب. الفيروسات.
◯ ج. البكتيريا	◯ د. الفطريات

٢٠. الشَّكلُ المُقابِل يُمثلُ الهرم الغذائى
أَيُّ الأرقام التالية تُمثِّلُ مجموعة الأطعمة التي يجب تناولها بكميات قليلة :



◯ أ. ١	◯ ب. ٣
◯ ج. ٤	◯ د. ٥