

١ صل كل جملة في العمود (أ) بما يناسبها في العمود (ب):

(أ)	(ب)
يُحصلُ الجسمُ على الماءِ من	من منتجات الحليب.
يؤخذ الحليب من	حليب سائل تم تجفيفه وتبخيره.
الحليب المجفف	البقرة - الشاة - الناقة.
يمكن تقديم الحليب	ساخناً أو بارداً.
تعد اللبننة والجبننة	حليب طازج لم تنته مدة صلاحيته.
	الماء الخاص بالشرب.

٢ علل:

لتعويض نقص السوائل نتيجة ارتفاع الحرارة

أ ضرورة الإكثار من شرب الماء في فصل الصيف.

ب يُحرّك الحليب بالمعلقة عند غليه. **حتى يغلي جيداً ويقضي على الميكروبات**

ج يُحفظ الحليب المجفف بعيداً عن الرطوبة.

حتى لا ينتزع



٣ اكتب أعداد الكلمات الآتية ، ثم اجمع حروف المربعات، وكون منها كلمة، ثم ضعها في الفراغ لتكتمل الجملة في المستطيل:

سليبي ..! .. ي .. ج .. ا .. ب .. ي ..
قبيح .. ج .. م .. ي .. ل ..
سريع الغضب .. ح .. ن .. ا .. ي ..
نهار .. ل .. ي .. ل ..
طويل .. ق .. ص .. ي .. ر ..
صغير .. ك .. ب .. ي .. ر ..



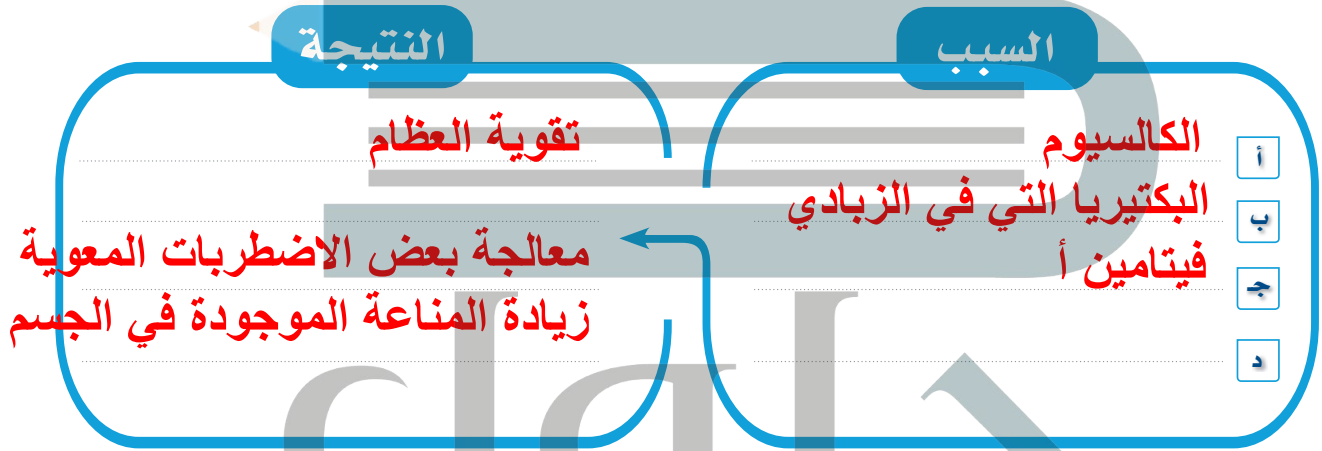
أشربُ .. الحليب .. يومياً؛ لأقوي عظامي وأسناني.

٤ أعد أجزاء الصورة الناقصة بكتابة رقمها في مكانها الصحيح؛ لتكتشف منتج الحليب الذي لم تصنعه أمي في القصة السابقة:



٥ اقرأ الجُمَلَ الآتية، ثمَّ استخلصِ السببَ والنتيجةَ، ودوّنْ إجابتك:

- أ يساعدُ الكالسيومُ في الحليبِ على تقويةِ عظامنا.
- ب تفيّدُ البكتيريا الموجودةُ في اللبنِ الزباديِّ في معالجةِ بعضِ الاضطراباتِ المعويةِ.
- ج يتوفّرُ فيتامينُ (أ) في الحليبِ ومنتجاته، ويعملُ على رفعِ مناعةِ الجسمِ ضدَّ الأمراضِ.
- د يحتاجُ الجسمُ من ٦-٨ أكوابٍ من الماءِ يومياً.



٦ صنف الأطعمة الآتية، وضع كل نوع في المجموعة المناسبة له من المجموعات الثلاث:



منتجات الحليب

٣
٨
١١

خضراوات

٤
٩
٣

فواكه

٥
٦
١٠

٧ اقترح نصائح فعالة لتفادي حالة العطش.

الحلول اون لاين
متروك للطالب
hulul.online



وحدة غذائي

أتعلم لغة الإشارة بشغف، حتى أتواصل مع زملائي / زميلاتي من الصم، وأنا
قادرٌ - بتوفيق الله - على إتقانها بكفاءة عالية.



