

الأستاذة : ساسي فاطيمة	الاختبار الأول في مادة العلوم الطبيعية
مستوى : أولى متوسط	المدة : ساعة ونصف السنة الدراسية : 2024/2023

التمرين الأول (6):

يتناول الإنسان الغذاء يوميا لتوفير حاجيات جسمه إلا أن الحاجيات اليومية تختلف من شخص لأخر مما يؤدي الى اختلاف الرواتب.

			
ط ف ل	امراة حاملا	رجل كبير قليل النشاط	بناء



من خلال السند المقدم لك ومن مكتسباتك :

- 1- عرف الراتب الغذائي ؟
 - 2- أذكر العوامل المتغيرة في الرواتب الغذائية .
- حدد الراتب الغذائي لكل شخص في السند 1

التمرين الثاني : (6 ن) يمثل الجدول التالي الحاجيات الغذائية لشخص اثناء الراحة وفي حالة ممارسته الرياضة



الأغذية	البروتين	الغلوسيدات (سكر)	الدهن
حالة الراحة	15	40	25
في حالة ممارسة الرياضة	15	67	45

التعليمات : مما سبق ذكره أجب :

- 1- قارن بين نسبة الغلو سيدات والدهن في حالة الرياضة والراحة
- فسر سبب حاجة لغلو سيدات والدهن في حالة الدهن ؟ . استنتج دورهما في الجسم
- 2-فسر سبب المساواة في نسبة البروتين؟. استنتج دوره في الجسم.

الوضعية الادمــــاجية : (ن8)

يعاني سكان المناطق الجبلية من تضخم الغدة الدرقية بحيث اعتادوا على شرب الماء من الينابيع التي تفتقر إلى ملح اليود واستعمال نوع

ملح الطعام غير المعالج في جباتهم إضافة إلى عدم تناول الأسماك.

السندات :

السمك :
مصدر طبيعي للبروتين غني بعنصر اليود ,
والفوسفور

ملح معالج	ملح غير معالج
هو ملح الطعام مخلوط بكميات صغيرة من عنصر اليود.	هو ملح مستخرج من الطبيعة لا يضاف له عنصر اليود

السند 1

السند 2



السند 3 : صورة جانبية لامرأة مصابة بهذا المــــرض

التعليمات : من خلال السياق والسندات ومكتسباتك في مقطع التغذية عند الإنسان أجب عن :

- 1- حدد المرض الذي يعاني منه سكان القرية
- 2- فسر سبب ظهور هذا المرض عند سكــــان القرى ؟
- 3- قدم نصيحتين للوقاية من هذا المرض