

www.9alami.com

1/ عرف المصطلحات التالية: 4 ن

الكواشيوركور : .....

أغذية مصنعة: .....

2/ ضع علامة X في الخانة المناسبة : 4 ن

خطأ	صحيح	السلوكات الغذائية
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• تقرأ سلمى مكونات المنتوجات الغذائية لأنها تعاني من حساسية الشوكولا.</li> <li>• لا يجمع محمد بين الحليب والسمك لأنه يسبب مرض جلدي.</li> <li>• يفتح إسماعيل علبة الحليب بعد أن يقرأ تاريخ الصلاحية.</li> <li>• يتجاهل أيوب نصيحة والده بعدم شرب الشاي مع الكبد.</li> </ul>

3/ صل بسهم كل خطأ غذائي بمضاعفاته: 4 ن

- \* فقر الدم
- \* الإفراط في شرب الشاي \*
- \* الكساح
- \* التفريط في تناول الحليب \*
- \* هشاشة العظام
- \* عياء

4/ تمثل الوثيقة أسفله لفافة منتج غذائي، لاحظ اللفافة وأجب عن الأسئلة. (3 ن)

1- اعط الاسم المناسب لكل رقم من أرقام الوثيقة :

3 — E : 04/09


4 — P : 04/08

1 — (R)

زيت صافية

المكونات : زيوت نباتية

2 —



2- أذكر المصطلح الذي يطلق على المعلومات الموجودة على اللفافة

3- تشير إحدى الدراسات التي أجريت على مجموعة من الدول العربية إلى أن من الأسباب التي يعتقد أنها تؤدي إلى زيادة الوزن ، تناول كميات كبيرة من الحلويات الغنية بالدهون ، والسكريات كما تعزى هذه الزيادة إلى بعض الممارسات الخاطئة والتمثلة في كثرة النوم والخمول وقلة العمل " (5 ن)

- 1- اقترح عنوانا مناسباً للنص :
- 2- استخرج من النص الخطأ الغذائي المرتكب:
- 3- استحضّر مضاعفات هذا الخطأ:
- 4- أذكر أربعة أخطاء غذائية أخرى غير سليمة: