

شكراً لتحميلك هذا الملف من موقع المناهج القطرية



تدريبات دعم وإثراء الفرقان منتصف الفصل

موقع المناهج ← المناهج القطرية ← المستوى الثاني ← علوم ← الفصل الثاني ← الملف

تاريخ نشر الملف على موقع المناهج: 2024-02-19 22:34:00 | اسم المدرس: مجمع الفرقان

التواصل الاجتماعي بحسب المستوى الثاني



روابط مواد المستوى الثاني على تلغرام

[الرياضيات](#)

[اللغة الانجليزية](#)

[اللغة العربية](#)

[التربية الاسلامية](#)

المزيد من الملفات بحسب المستوى الثاني والمادة علوم في الفصل الثاني

اوراق دعم وإثراء الفرقات منتصف الفصل مع الاحابة النموذجية	1
اوراق عمل منتصف الفصل مدرسة الأندلس مع الإجابة	2
اوراق عمل منتصف الفصل مدرسة الأندلس غير محابة	3
اوراق عمل الوحدة الرابعة	4
بنك اسئلة الوحدة الثالثة الطعام الصحي	5

العلوم

الصف 2

تدريبات

دعم وإثراء

منتصف

فصل ثاني

العام الدراسي

1445 هـ - 23-24 م



يا رب انصر عبادك المؤمنين
وجنك الموحدين في كل مكان

القدس والأقصى ▼ حتماً ستعود

ملحوظة: هذه التدريبات لا تقني عن الكتاب المدرسي

الاسم / الصف / 2-

التميز



الوحدة الثالثة (تناول الطعام الصحي)

1/ اختر الإجابة الصحيحة بوضع علامة (x) داخل المربع.

1 أي من الأطعمة التالية ينبغي أن أتناولها بكميات كثيرة؟

A الأملاح

B السكريات

C الفواكه والخضروات

2 أي مما يلي من مجموعة منتجات الألبان؟

A الزيت

B الحليب

C الدجاج

3 أي مما يلي من مجموعة الحبوب؟

A الخبز

B الموز

C الخيار

4 أي من الأطعمة التالية ينبغي أن أتناولها بكميات قليلة؟

A السمك

B الدهون

C الفواكه والخضروات

5 أي من الأطعمة التالية تساعد على بناء العضلات؟

A اللحوم

B الألبان

C الدهون

6 أي من الأطعمة التالية تساعد على تجنب المرض؟

A الحبوب

B الشوكولاتة

C الفواكه والخضروات

7 ما النظام الغذائي الأفضل للأشخاص المصابين بمرض السكري؟

A نسبة قليلة من السكر

B نسبة عالية من السكر

C نسبة عالية جداً من السكر

8 ما هو النشاط المفيد للصحة؟



A مشاهدة التلفاز

B تناول الحلويات بكثرة

C ممارسة التمارين الرياضية

2/ أكمل الفراغات من صندوق المفردات.

اللحوم	الفواكه والخضروات	الدهون	6 أكواب
--------	-------------------	--------	---------

1- يحتاج الطفل إلى شرب..... من الماء يومياً.

2- يعتبر السمك من مجموعة.....

3- تساعد..... على تجنب الأمراض.

4- ينبغي أن يحتوي الطعام الصحي على القليل من.....

3/ أصل ما في العمود (أ) بما يناسبه من العمود (ب).

العمود (ب)
الدهون.
يساعد على نمو العظام.
الفواكه والخضروات.
اللحوم.

العمود (أ)





4/ أضع علامة (√) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (x) أمام العبارة الخاطئة.

1/	الأغذية الصحية توفر للجسم حاجاته الضرورية لصحة جيدة.	()
2/	تساعد الفواكه والخضروات على تجنب المرض.	()
3/	الأغذية الصحية تحتوي على كمية كبيرة من الدهون أو السكر أو الملح.	()
4/	تعد الوجبات السريعة من الاغذية الصحية.	()
5/	من الأغذية غير الصحية الأملاح والسكريات.	()
6/	الإكثار من الدهون يصيب الجسم بالأمراض.	()
7/	ينبغي للأطفال ممارسة تمارين بدنية بشكل يومي.	()
8/	تساعدني الملصقات الغذائية لمعرفة مكونات الأطعمة المصنعة.	()
9/	الحلوى من الأطعمة التي تناسب شخصاً مصاباً بمرض السكري.	()
10/	يحتاج جسمي عادة شرب (3) أكواب من الماء يومياً.	()

5/ أجب عن الأسئلة التالية.

أ/ من خلال الجدول أذكر كم جراماً من السكر موجود في هذا الطعام؟

حقائق غذائية	
فول	
القيمة لكل حصة	
سعرات حرارية 733	السعرات الحرارية من الدهون 342
% المقادير اليومية*	
إجمالي الدهون 38g	58%
دهون مشبعة 5g	25%
كوليسترول 0mg	0%
صوديوم 32mg	1%
بوتاسيوم 1365mg	39%
الكربوهيدرات الكلية 70g	23%
الألياف الغذائية 27g	108%
سكريات 6g	
بروتين 35g	70%
فيتامين أ	5.9%
فيتامين سي	9.3%
الكالسيوم	17.8%
حديد	50.3%

* النسبة المئوية للقيم اليومية مبنية على نظام غذائي يحتوي على 2000 سعر حراري.

ب/ أذكر بعض الأطعمة غير الصحية؟

الوحدة الرابعة (الضوء والظلال)

1/ اختر الإجابة الصحيحة بوضع علامة (×) داخل المربع.

1 أي من الأشياء التالية يعكس ضوء الشمس الساقط عليه؟

A القمر

B الشمس

C الأرض

2 أي مما يلي يصدر الضوء بالاحتراق؟

A الشمعة

B المصباح اليدوي

C المصباح الكهربائي

3 أي مما يلي يصدر الضوء بالكهرباء؟

A النار

B النجوم

C المصباح الكهربائي



4 ماذا يحدث عندما تواجه دولة قطر الشمس؟

A يحدث الليل

B يحدث النهار

C يحدث الظلام

5 أي مما يلي من الأشياء المعتمة؟

- A الباب الخشب
B الزجاج الشفاف
C الزجاج البلوري

6 أي من الأجسام التالية تسمح بمرور بعض الضوء ولا نرى الأشياء خلفها بوضوح؟



- A الشفافة
B المعتمة
C شبه الشفافة

7 ماذا يحدث عندما يسقط الضوء على أشياء معتمة؟



- A يتشكل الظل
B لا يتشكل الظل
C يمر الضوء خلالها

8 ماذا يحدث للظل عندما يكون مصدر الضوء قريباً من الشيء؟



- A لا تتغير مساحة الظل
B تكون مساحة الظل كبيرة
C تكون مساحة الظل صغيرة

2/ أكمل الفراغات من صندوق المفردات.

الشمس	المعتمة	المصباح الكهربائي	القمر
-------	---------	-------------------	-------

1- هي المصدر الرئيسي للضوء والحرارة على الأرض.

2- من الأشياء التي تصدر الضوء بالكهرباء.

3- عاكس الضوء لأنه يعكس ضوء الشمس.

4- لا نستطيع أن نرى من خلال الأشياء

3/ أصل ما في العمود (أ) بما يناسبه من العمود (ب).

العمود (ب)
كرة ضخمة من الغاز المحترق.
في خطوط مستقيمة.
يسقط الضوء على أشياء معتمة.
من الأشياء الشفافة.

العمود (أ)
يسير الضوء
الشمس
الكأس الزجاجي
يتشكل الظل عندما

4/ أضع علامة (√) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (×) أمام العبارة الخاطئة.

()	1/ نستطيع أن نعيش من دون الشمس.
()	2/ تدور الأرض حول نفسها مرة كل 24 ساعة.
()	3/ الألعاب النارية تصدر الضوء بالاحتراق.
()	4/ القمر والمرايا والأسطح اللامعة من مصادر الضوء.
()	5/ نستطيع أن نرى بوضوح تام من خلال المواد الشفافة.
()	6/ المواد المعتمة لا تسمح بمرور الضوء من خلالها.
()	7/ تصنع نوافذ غرفة الحمام من مادة شفافة.
()	8/ تسمح الأشياء شبه الشفافة بمرور بعض الضوء من خلالها.
()	9/ يسير الضوء في خطوط مستقيمة.
()	10/ عندما نضع الدمية في مسار الضوء يتشكل الظل.

5/ أجب عن الأسئلة التالية.

1/ أذكر بعض الأشياء التي تصدر الضوء بالاحتراق.

.....

2/ أذكر بعض الأشياء التي تصدر الضوء بالكهرباء.

.....

3/ أذكر بعض الأشياء التي تعكس الضوء.

.....

4/ أذكر بعض الأشياء الشفافة (التي تسمح بمرور الضوء من خلالها).

.....

5/ أذكر بعض الأشياء المعتمة (التي لا تسمح بمرور الضوء من خلالها).

.....

انتهت الأسئلة
مع أطيب التمنيات بالنجاح والتوفيق