آزمون ۲: درس (۲) علوم سوم دبستان

الف) درست یا نادرست بودن جمله‌های زیر را مشخّص کنید.

۱- تخم‌مرغ دارای پروتئین است. (اردبیل – مدرسه‌ی حضرت خدیجه (س) -۹۸) ○درست ○نادرست

۲-مصرف زیاد نمک و شکر به بدن آسیب می‌رساند. (اردبیل – مدرسه‌ی افسر صادقی ۱ – ۹۸) ○درست ○نادرست

۳-با مصرف یک گروه غذایی، تمام نیازهای بدن ما برآورده می‌شود. (اردبیل – مدرسه‌ی افسر صادقی ۱- ۹۸) ○درست ○نادرست

ب) جاهای خالی را با کلمه‌های مناسب کامل کنید.

۴-بیشتر ویتامین‌های مورد نیاز بدن توسّط موادّ غذایی گروه ..... تأمین می‌شوند. (تهران – مدرسه‌ی صبح دانش – ۹۸)

۵-گروه ..... به بدن ما انرژی می‌رسانند و موجب حفظ گرمای بدن ما می‌شوند. (قائنات – مدرسه‌ی شهید یعقوبی – ۹۸)

۶-مصرف زیاد موادّ نگهدارنده در کنسرو، برای بدن ما ..... دارد. (ارومیه – مدرسه‌ی امیرکبیر شریف ۴- ۹۹)

۷- بستنی در گروه ..... قرار می‌گیرد. (بندرعبّاس – مدرسه‌ی نور مهر – ۹۸)

پ) گزینه‌ی درست را مشخّص کنید.

۸-تره، تربچه، ریحان و نعنا جزء کدام یک از گروه‌های موادّ غذایی هستند؟

۱) پروتئین ۲) ویتامین ۳) نشاسته

۹-بیشتر موادّ غذایی روزانه‌ی ما در کدام گروه قرار دارند؟

۱) پروتئین ۲) ویتامین ۳) نشاسته

۱۰- در هنگام خرید موادّ غذایی، مهم‌ترین نکته‌ای که باید به آن توجّه شود، چیست؟

۱) موادّ نگهدارنده نداشته باشد.

۲) تاریخ مصرف آن نگذشته باشد.

۳) مقدار چربی آن زیاد نباشد.

ت) به سؤال‌های زیر پاسخ دهید.

۱۱- نقش موادّ نگهدارنده چیست؟

۱۲-دو خوراکی نام ببرید که برای بدن مفید نیستند. (تهران – مدرسه‌ی هما – ۹۸)

۱۳- هر کدام از موادّ نام برده را در چه جایی نگهداری می‌کنند؟ (رفسنجان – مدرسه‌ی امام حسن مجتبی (ع) – ۹۹)

الف) ماست:

ب) گوشت:

پ) نخود:

۱۴-چهار مادّه‌ی غذایی نام ببرید که مصرف زیاد آنها برای سلامتی ضرر دارد.

۱۵- گروه نان و برنج چه نیازهایی از بدن ما را برآورده می‌کنند؟

۱۶-بدن یک کودک ۱ ساله بیشتر به پروتئین نیاز دارد یا نشاسته؟ دلیل شما چیست؟

۱۷- همه‌ی روش‌هایی را که برای نگهداری از موادّ غذایی می‌شناسید، نام ببرید.