

مدرسة معاوية الإعدادية

ماتيا - ام الفحم

مركز الدعم للطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة

## ماذا يجب ان ناكل؟

وحدة تعليمية - العلوم

للسف السابع

من كتاب:

بنظرة جديدة

إعداد المعلمة:

فردوس اغبارية

نتاج عمل لسيرة ارشاد مهنية من قبل:

أ. أمل أبو عطا

2011-2012

# لماذا يجب أن نأكل؟



bld051484 fotosearch.com

## يقضي الإنسان قسم كبير من حياته لشؤون الغذاء.

- ✚ ينمي المزارعون الغذاء مثل: زراعة القمح والذرة، وتربية الأبقار والدجاج...
- ✚ تعمل المصانع بمعالجة الغذاء مثل: طحن القمح، تجفيف اللحوم، حفظ الخضار، خبز الكعك..
- ✚ توزع الشركات الغذاء إلى الحوانيت والأسواق.
- ✚ نقضي نحن وقتاً طويلاً وممتعاً بشراء الغذاء، وبخزنه، وبإعداده للأكل،



we043142 www.fotosearch.com



bxp64683 www.fotosearch.com



cd303003 www.fotosearch.com

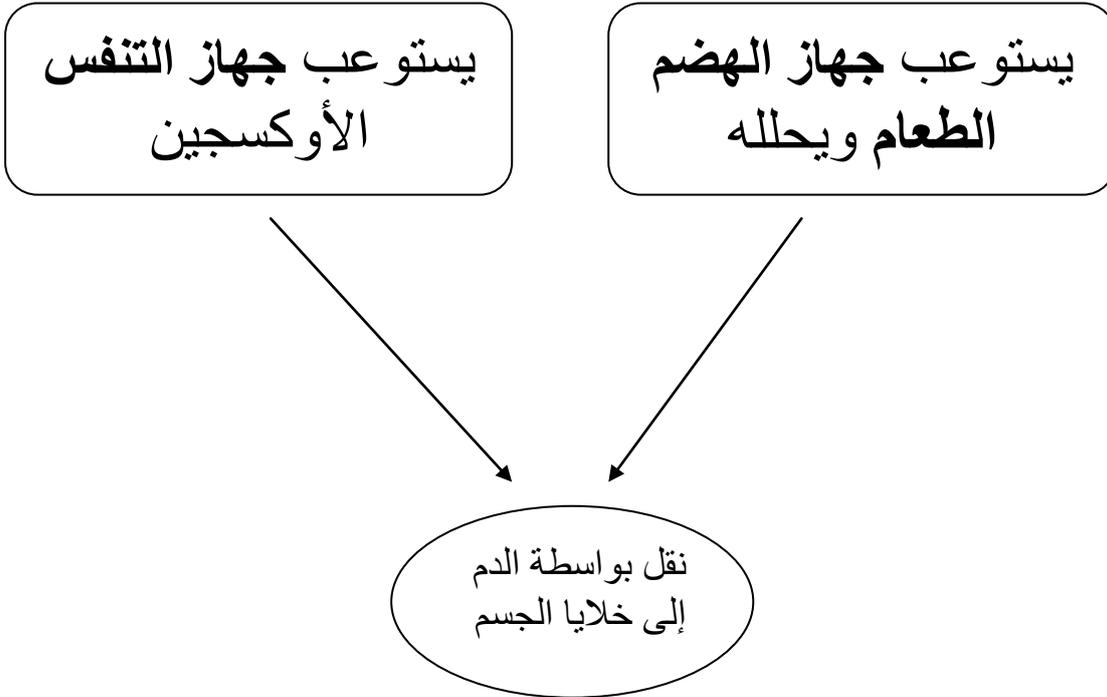
وفي النهاية نأكله... صحتين وعافية

## وظيفة الغذاء في جسمنا

يعمل جسم الكائنات الحية (الإنسان، الحيوانات، النباتات) بدون توقف.

**فعاليات حيوية تحدث كل الوقت في جسمنا مثل:**

- عملية التنفس.
  - جريان الدم
  - تزايد عدد الخلايا في الجسم في فترة النمو.
  - اندمال الجروح.
  - تجديد خلايا الجلد والدم.
- ولتنفيذ هذه الفعاليات يحتاج جسم الإنسان إلى الغذاء.



الغذاء ينتج الطاقة، وبفضل الطاقة يتمكن جسمنا من تنفيذ الفعاليات الحيوية، حيث نتمكن من التنفس والتحرك وهضم الطعام وعمل الكثير من الفعاليات اليومية.

يحتوي الغذاء مواد بناء تستخدم لبناء خلايا الجسم- هكذا ننمو.

لبناء خلايا جديدة عند الأطفال والأولاد يلزم غذاء.

ولصيانة الجسم عند البالغين أيضا يلزم غذاء.

## تأثير كمية الغذاء على أجسامنا

كل جسم بحاجة لكمية معينة من الغذاء للقيام بالعمليات الحيوية:

عندما نأكل أكثر من الحاجة فان هذا يخزن بشكل دهون – هكذا نسمن

وعندما نأكل اقل من الحاجة فان جسمنا يبدأ بتحليل الدهون وهكذا ننحف



مصطلحات

اقرأ الكلمات التالية:

فعاليات  
حيوية

الكائنات  
الحيية

غذاء

جهاز  
الهضم

يستوعب

خلايا

الطاقة

أوكسجين

جهاز  
التنفس

نحافة

سمنه

مواد بناء

## الإصغاء والحديث

أسئلة للمحادثة:

- ما هي الأمور التي يقوم بها الإنسان خلال اليوم؟
- ماذا ترى بالصور؟
- اذكر فعاليات ارادية وفعاليات غير ارادية. (مثل التنفس الأكل الصلاة)
- ما هو المشترك بين الكائنات الحية؟
- لماذا نتنفس، نأكل نشرب؟
- هل تحب الطعام؟ عدد أنواع الأغذية التي تتناولها خلال اليوم.
- ما هي العلاقة بين المطر والغذاء؟
- ما اسم الشخص الذي يعمل بالحقل؟ وما علاقته بالغذاء؟
- كيف نحصل على الغذاء؟
- هل تعرف أماكن او مصانع تبيع او تحضر الأغذية؟ اذكرها.
- هل تعرف أشخاص يعملون في تحضير او بيع الأغذية؟ اذكرهم.
- ما هو اسم الشخص الذي يحضر الأسماك من البحر؟
- عدد أنواع أغذية يتناولها الإنسان.
- تخيل أنك في السوق اذكر الدكاكين والمحلات التي لها علاقة بالطعام
- هل يتعب الناس بتحضير الطعام؟
- اذكر أنواع أغذية من: الأرض، البحر، السماء، الحيوانات، الطيور، وأخرى يصنعها الإنسان.
- كل هذا الاهتمام والتعب من اجل الطعام يدل على (أهمية الغذاء للإنسان).

مجال القراءة

أعط الاجابة الصحيحة بدائرة:

1. الكائنات الحية هي:

- الحيوانات والطيور فقط
- الإنسان والحيوان والنبات
- الماء والأشجار

2. المشترك بين الكائنات الحية هو:

- تآكل وتشرب
- تآكل وتشرب وتتنفس وتموت
- تنام وترقص

3. لماذا نأكل؟

- كي نعيش ونقوم بالفاعليات الحيوية
- كي نتنفس
- كي نموت

4. الغذاء يساعدنا على:

- الموت
- القيام بالفاعليات اليومية
- الشرب

5. التنفس والمشي واللعب كلها:

- فعاليات حيوية
- أغاني

اجب عن الأسئلة التالية:

(1) ماذا ينمي المزارعون؟

---

---

---

(2) ماذا تعمل المصانع؟

---

---

---

(3) ما هي الكائنات الحية؟

---

---

---

(4) ماذا ينتج الغذاء؟

---

---

---

صنف الكلمات التالية حسب الجدول:

منتجات من الأرض	منتجات من البحر	منتجات من الحيوان

بندورة      سمك مشط      برتقال      حليب  
 لحم عجل      لحم دجاج      فول      ملح  
 سمك دنيس      بقدونس      بيض      عسل  
 بطاطا      فواكه البحرية      قصب السكر

صنف الفعاليات الى:

فعاليات لا إرادية

فعاليات إرادية

أتنفس      العب      يجري الدم بعروقي  
 أسبح      اسمع  
 ارمش      احلم      أصلي  
 اركض      أقول

اكتب مأكولات:

<u>منتجات من صناعة الإنسان</u>	<u>منتجات من الطبيعة</u>

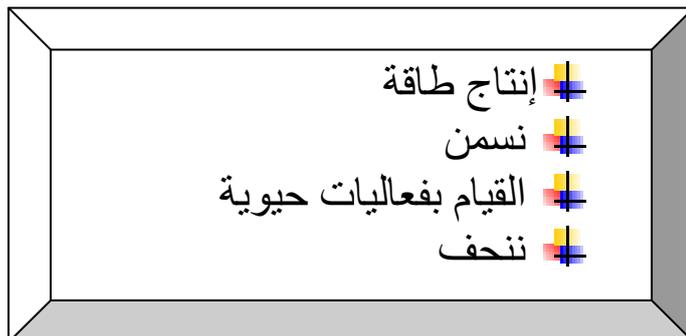
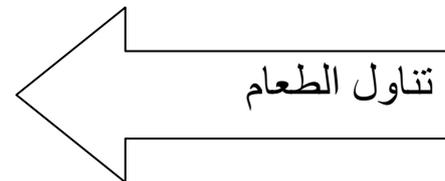
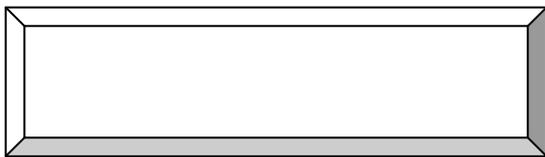
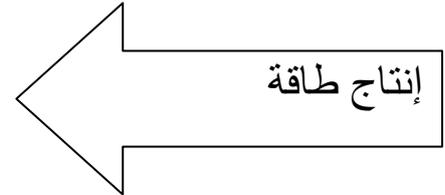
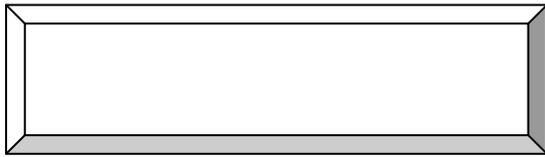
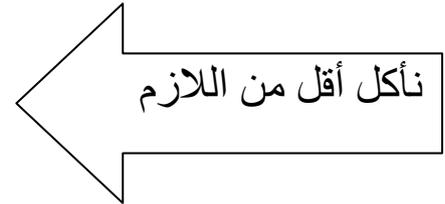
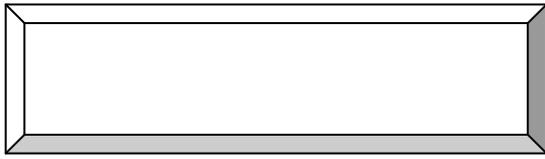
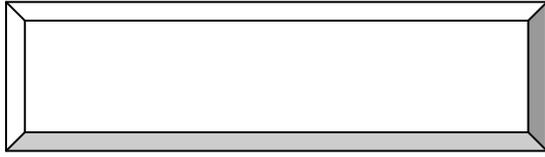
أحط الاجابة الصحيحة بدائرة

- ✓ العسل من منتجات \_\_\_\_\_ (الأرض، الحيوانات)
- ✓ البطاطا من منتجات \_\_\_\_\_ (الأرض، السماء)
- ✓ البيتسا من منتجات \_\_\_\_\_ (الطبيعة، الإنسان)
- ✓ الحليب من منتجات \_\_\_\_\_ (الحيوانات، الإنسان)
- ✓ اللبن من منتجات \_\_\_\_\_ (الأرض، الإنسان)
- ✓ الماء من منتجات \_\_\_\_\_ (الإنسان، السماء)
- ✓ الشوكولاتة من منتجات \_\_\_\_\_ (الإنسان، الحيوانات)
- ✓ الشاي من منتجات \_\_\_\_\_ (الأرض، الإنسان)
- ✓ القهوة من منتجات \_\_\_\_\_ (الأرض، السماء)
- ✓ الخبز من منتجات \_\_\_\_\_ (الإنسان، الأرض)

اكتب صح أو خطأ بجانب الجملة:

- كمية الطعام تؤثر على الجسم \_\_\_\_\_
- كل جسم بحاجة لكمية معينة من الطعام \_\_\_\_\_
- عندما نأكل أكثر من الحاجة ننحف \_\_\_\_\_
- عندما نأكل أقل من الحاجة نسمن \_\_\_\_\_
- لصيانة الجسم عند البالغين يلزم غذاء \_\_\_\_\_
- لكي يندمل الجرح يلزم دراسة \_\_\_\_\_

لائم بين السبب والنتيجة



## التعبير الكتابي لماذا يجب أن نأكل؟

أكمل الناقص من مخزن الكلمات:

✓ يقضي \_\_\_\_\_ قسم كبير من حياته لشؤون \_\_\_\_\_ .  
(الإنسان، الحيوان) (الرحلات، الغذاء)

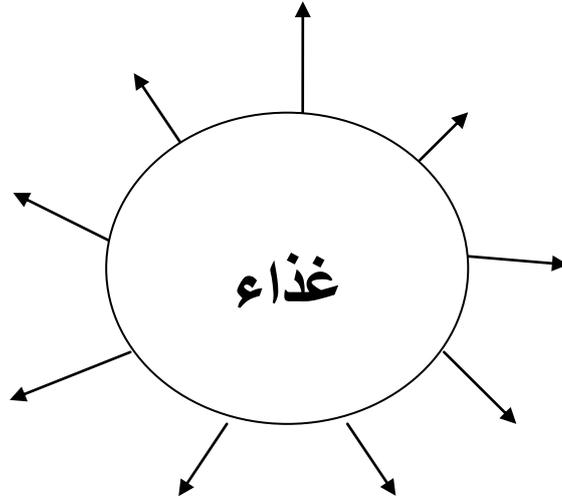
✓ ينمي المزارعون الغذاء مثل: زراعة \_\_\_\_\_  
وتربية \_\_\_\_\_  
(القمح والذرة، القطن والصوف) (الأبقار والدجاج، الأولاد والخشب)

✓ تعمل \_\_\_\_\_ بمعالجة الغذاء مثل: طحن القمح، تجفيف  
اللحوم، حفظ الخضار، خبز الكعك....  
(المصانع، المدارس)

✓ توزع \_\_\_\_\_ الغذاء إلى الحوانيت والأسواق  
(الشركات، المعلمات)

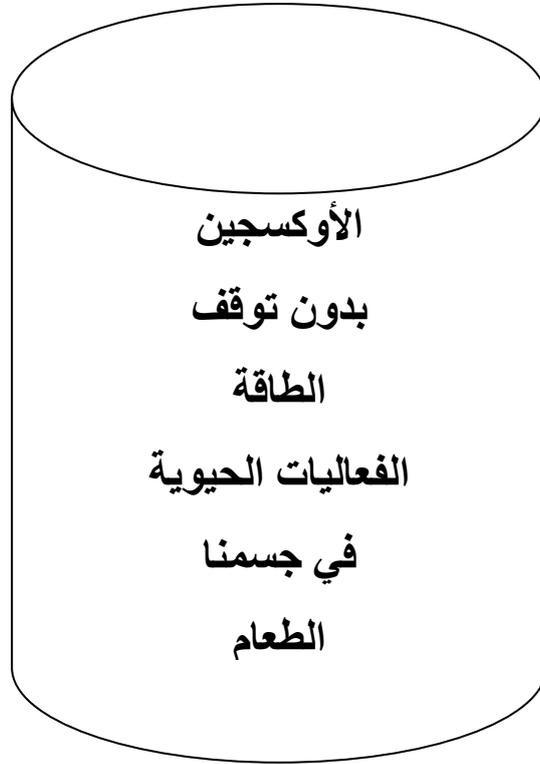
✓ نقضي نحن وقتا طويلا وممتعا \_\_\_\_\_ الغذاء، و \_\_\_\_\_ ، و  
\_\_\_\_\_ للأكل.  
(بشراء، بخرنه، بإعداده)  
(ببيع، بسماعه، برمييه)

اكتب ما يخطر ببالك عندما تسمع كلمة غذاء



أكمل الناقص من مخزن الكلمات:

- ✓ يحتاج جسم الإنسان إلى الغذاء يقوم ب\_\_\_\_\_
- ✓ يعمل جسم الكائنات الحية \_\_\_\_\_
- ✓ فعاليات حيوية تحدث كل الوقت \_\_\_\_\_
- ✓ يستوعب جهاز الهضم \_\_\_\_\_ ويحلله
- ✓ يستوعب جهاز التنفس \_\_\_\_\_
- ✓ الغذاء ينتج \_\_\_\_\_



رتب الجمل التالية

● الغذاء طاقة يعطينا

---

● يستوعب الطعام ويحلله جهاز الهضم

---

● الطاقة التحرك نتمكن بفضل من

---

ادخل الكلمات التالية بجمل مفيدة:

✓ غذاء

---

✓ أتتفس

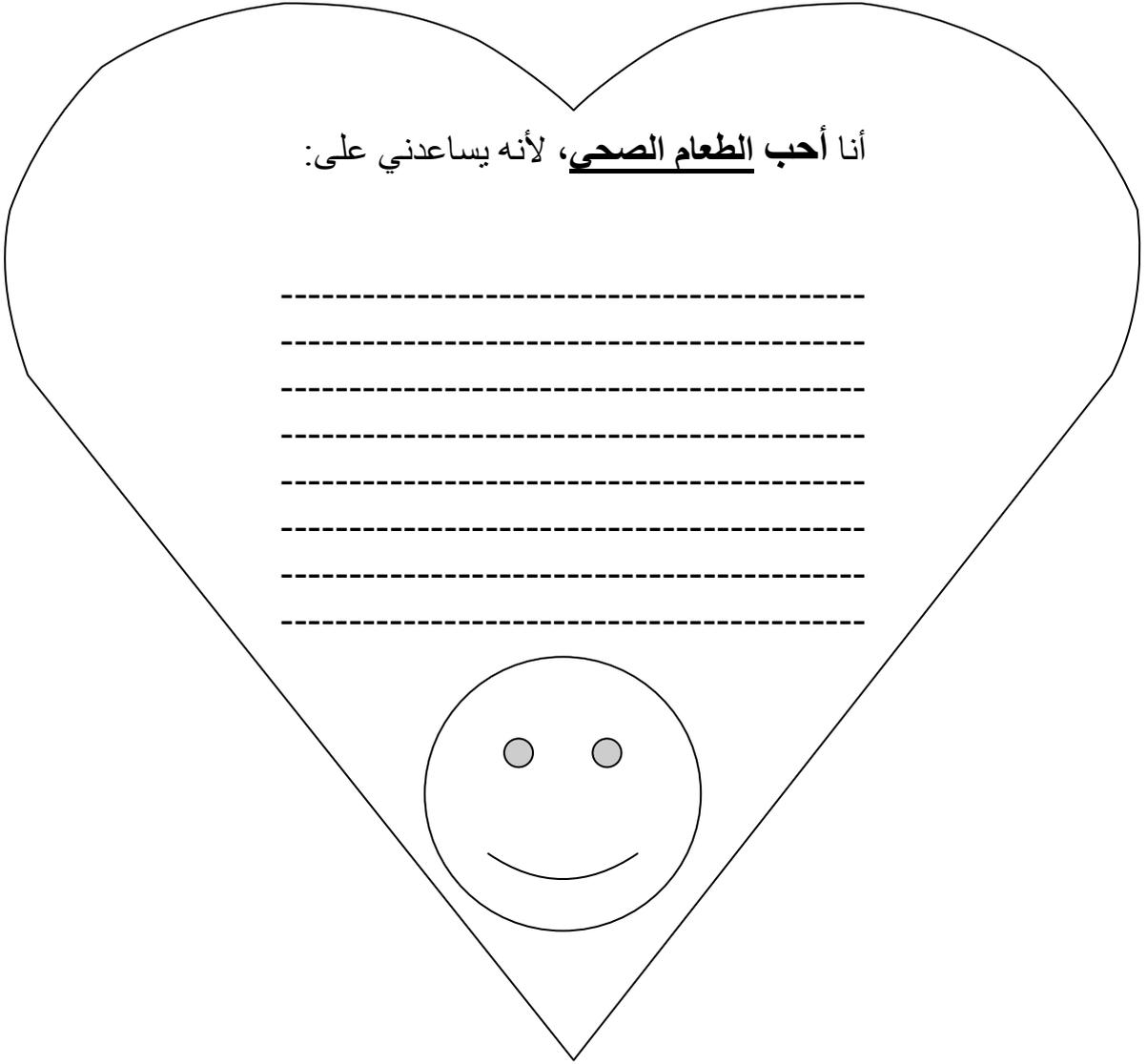
---

✓ مواد

---

✓ طاقة

---



خلال اليوم نقوم بالكثير من الفعاليات، هيا نذكر قسم منها:

❖ المشي

----- ❖  
----- ❖  
----- ❖  
----- ❖  
----- ❖  
----- ❖

هيا نكتب الأعضاء التي نستعملها خلال عملية تناول الغذاء:

■ مثال: اليدين

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

اكمل الناقص:

\_\_\_\_\_

لبناء خلايا جديدة عند الأطفال يلزم

\_\_\_\_\_

لكي يندمل الجرح يلزم

\_\_\_\_\_

لكي ينو شعر الرأس يلزم

\_\_\_\_\_

لكي نتنفس يلزم

\_\_\_\_\_

## عبر عن الصورة



we043142 www.fotosearch.com

---

---

---

---



bxp64683 www.fotosearch.com

---

---

---

---

## المعرفة اللغوية

مفرد	مثنى	جمع
قسم		
مزارع		
		ابقار
		دجاج
		مصانع
		حوانيت
		شركات
جسم		
فعالية		
	خليتان	
	جرحان	
جهاز		
	طاقتان	
	طفلان	
		بالغين

## أكمل الجدول

اسم الفعل	فعل ماضي	فعل مضارع
تجفيف	جفف	يجفف
معالجة		
تربية		
	وزع	
شراء		
		يطحن
	حفظ	
تخزين		
إعداد		يعد
تنفس		
		يجري
اندمال	اندمل	

## صنف الكلمات التالية إلى فعل واسم

أسواق	خبز	نأكل	معالجة	قمح
يقضي	لحوم	شركات	خلايا	يستوعب
ينقل	جسم	ننمو	يلزم	فعالية
دهون	طاقة	ننحف	تحليل	غذاء

اسم	فعل

املا الجدول:

الكلمة	العكس
يخزن	يحلل
نحافة	
أكثر	
بالغ	
فعاليات إرادية	
جديد	
حيوية	
تزايد	
جريان	
سمين	
شراء	