

برعاية معالي وزير التربية والتعليم والتعليم الفني

السيد الأستاذ/ محمد أحمد عبد اللطيف

وتوجيهات مساعد الوزير لشئون المناهج التعليمية

المشرف على الإدارة المركزية لتطوير المناهج

أ.د/ أكرم حسن محمد

الواجب المنزلي

مادة المهارات المهنية

للفص الخامس الابتدائي

(الفصل الدراسي الثاني)

لجنة الإعداد

م/ عماد محمد محمد عبد الرحمن

د/ رهام محمود رضوان

لجنة المراجعة

أ/ إيمان سليمان فيطاس

الأشراف العلمي

د/ كامل السيد عبد الرشيد

م/ وائل محمد عبد العظيم

أ/ رانيا ابراهيم قرني



الصف الخامس الابتدائي – الواجب المنزلي – الإِسبوع الأول

المحور الثالث: الصحة و السلامة للجميع

الموضوع: بدائل اللحوم

الموضوع: الوجبات السريعة و العادات الغذائية غير الصحية

أختار الإجابة الصحيحة:

١) البقوليات هي أفضل مصدر النباتي .

- أ- للبكتريا
ب- للبروتين
ج- للفطريات
د- للفيروسات

٢) الأشخاص النباتيون المتوازنون لا يأكل ولكن يأكلون البيض.

- أ- الخضراوات
ب- الفاكهه
ج- اللحوم
د- الملح

٣) بدائل اللحوم من النباتات تحتوي علي نسبة من البروتين .

- أ- أقل
ب- أعلى
ج- متساوية
د- متغيرة

٤) يؤدي شرب بعد تناول الأكل مباشرةً لقلّة أمتصاص الجسم للحديد.

- أ- الماء
ب- الشاي
ج- العصير
د- اللبن

٥) تحتوي المشروبات الغازية علي نسبة عالية من.....

- أ- التوابل
ب- الملح
ج- الخضراوات
د- السكريات