

11 علامة

السؤال الأول : املأ الفراغ في كل مما يلي بالكلمات المناسبة:-

- 1- يحتوي غذاؤنا على مجموعات رئيسة عددها.....
- 2- تعد مجموعة الكربوهيدرات المصدر الرئيس ل..... في الجسم.
- 3- تسهم ..... في نمو الجسم وبنائه.
- 4- يحتاج جسمنا إلى الكالسيوم من أجل : .....
- 5- يحتاج جسمنا إلى ..... من أجل تكوين الدم.
- 6- يحتاج جسمنا إلى الفيتامينات من أجل .....
- 7- يمثل الماء ما نسبته ..... من أجسامنا.
- 8- نحرص على تناول (.....) من الماء يوميا
- 9- يساعدنا التعرض لأشعة الشمس على تنشيط تصنيع فيتامين .....
- 10- عند تناول كميات كبيرة من الكربوهيدرات فإننا نعرض أجسامنا للإصابة بمرض .....
- 11- يؤدي الإكثار من تناول ..... إلى الإصابة بأمراض القلب.
- 12- يسمى الغذاء الذي يتكون من كل المجموعات الغذائية بكميات مناسبة .....  
ب.....
- 13- السائل الذي يتم التخلص منه عن طريق الجلد يسمى .....
- 14- يتخلص الجهاز الهضمي من الفضلات ..... بينما يتخلص الجهاز البولي من الفضلات .....
- 15- تبدأ عملية الهضم في .....
- 16- تعمل ..... على تنقية الدم من الفضلات التي تطرح خارج الجسم على شكل سائل يسمى البول.
- 17- ..... هما العضوان الرئيسان في الجهاز التنفسي.
- 18- العضلة التي تفصل بين التجويف الصدري والتجويف البطني.
- 19- تقسم الحركات التنفسية إلى حركتين 1- ..... 2- .....
- 20- العضلة التي تضخ الدم إلى جميع أجزاء الجسم هي عضلة .....
- 21- تتصل العظام بعضها ببعض عند .....
- 22- تحمي الجمجمة .....

1



06 222 9990

إعداد المعلمة : شذى أبو سليم



كل الامتحانات موجودة في خانة الملفات على الموقع [www.asas4edu.com](http://www.asas4edu.com)

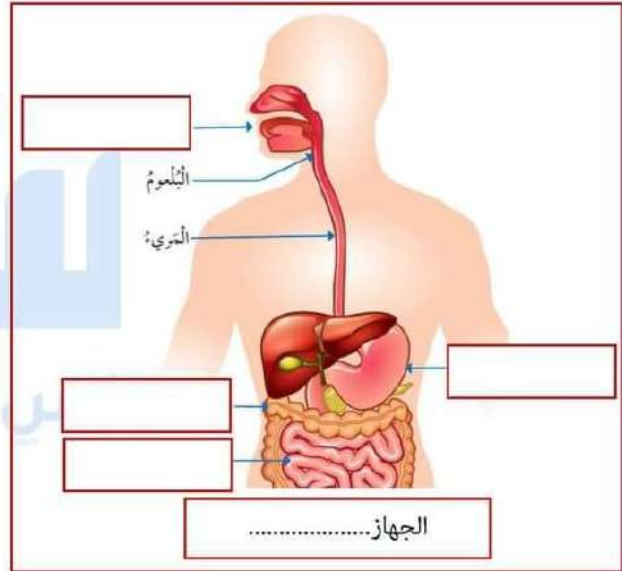
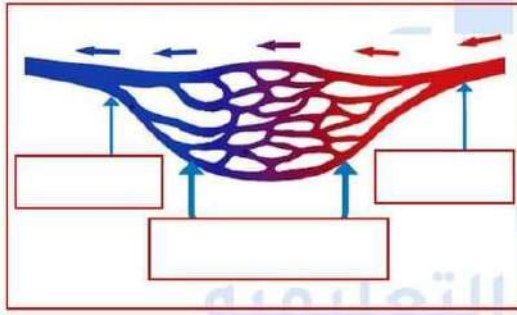
3 علامات

السؤال الثاني : اذكر ثلاث عادات غذائية صحية يجب اتباعها للمحافظة على صحتنا:

- 1-.....
- 2-.....
- 3-.....

6 علامات

السؤال الثالث : أ. حدد الأجزاء المشار إليها في كل من الرسومات التالية:-



ب. ماذا يحدث للتجويف الصدري وعضلة الحجاب الحاجز وتبادل الهواء في أثناء مايلي:-

- 1- الشهيق:- .....
- .....

2-الزفير:- .....

.....

السؤال الرابع : اذكر أسماء ثلاثة أجهزة طبية في جسمنا تعمل على طرد الفضلات مبيّنًا نوع هذه الفضلات.

علامة ونصف

1-.....

2-.....

3-.....

السؤال الخامس : وضح وظيفة كل من الجهازين الهيكلي والعضلي.

علامتان

الجهاز الهيكلي:-.....

الجهاز العضلي:-.....

السؤال السادس : اكتب أنواع العضلات في جسم الإنسان مبيّنًا مكانها.

علامة ونصف

1-.....

2-.....

3-.....

انتهت الأسئلة  
بالتوفيق أبطال الرانعين



11 علامة

**السؤال الأول :** املأ الفراغ في كل مما يلي بالكلمات المناسبة:-

- 1- يحتوي غذاؤنا على مجموعات رئيسة عددها خمس
- 2- تعد مجموعة الكربوهيدرات المصدر الرئيس للطاقة في الجسم.
- 3- تسهم البروتينات في نمو الجسم وبنائه.
- 4- يحتاج جسمنا إلى الكالسيوم من أجل بناء العظام والأسنان
- 5- يحتاج جسمنا إلى الحديد من أجل تكوين الدم.
- 6- يحتاج جسمنا إلى الفيتامينات من أجل الوقاية من الأمراض والقيام بوظائف محددة.
- 7- يمثل الماء ما نسبته 70% من أجسامنا.
- 8- نحرص على تناول ( 6 - 8 ) من الماء يومياً
- 9- يساعدنا التعرض لأشعة الشمس على تنشيط تصنيع فيتامين D
- 10- عند تناول كميات كبيرة من الكربوهيدرات فإننا نعرض أجسامنا للإصابة بمرض السكري
- 11- يؤدي الإكثار من تناول الدهون إلى الإصابة بأمراض القلب.
- 12- يسمى الغذاء الذي يتكون من كل المجموعات الغذائية بكميات مناسبة بـ: الغذاء

**الصحي**

- 13- السائل الذي يتم التخلص منه عن طريق الجلد يسمى العرق
- 14- يتخلص الجهاز الهضمي من الفضلات الصلبة بينما يتخلص الجهاز البولي من الفضلات

**السائلة**

- 15- تبدأ عملية الهضم في الفم
- 16- تعمل الكليتان على تنقية الدم من الفضلات التي تطرح خارج الجسم على شكل سائل يسمى البول.

- 17- الرئتان هما العضوان الرئيسان في الجهاز التنفسي.
- 18- العضلة التي تفصل بين التجويف الصدري والتجويف البطني هي الحجاب الحاجز
- 19- تقسم الحركات التنفسية إلى حركتين 1- الشهيق 2- الزفير
- 20- العضلة التي تضخ الدم إلى جميع أجزاء الجسم هي عضلة القلب

4



06 222 9990

إعداد المعلمة : شذى أبو سليم



كل الامتحانات موجودة في خانة الملفات على الموقع [www.asas4edu.com](http://www.asas4edu.com)

21- تتصل العظام بعضها ببعض عند المفاصل

22- تحمي الجمجمة الدماغ

3 علامات

السؤال الثاني : اذكر ثلاث عادات غذائية صحية يجب اتباعها للمحافظة على صحتنا:

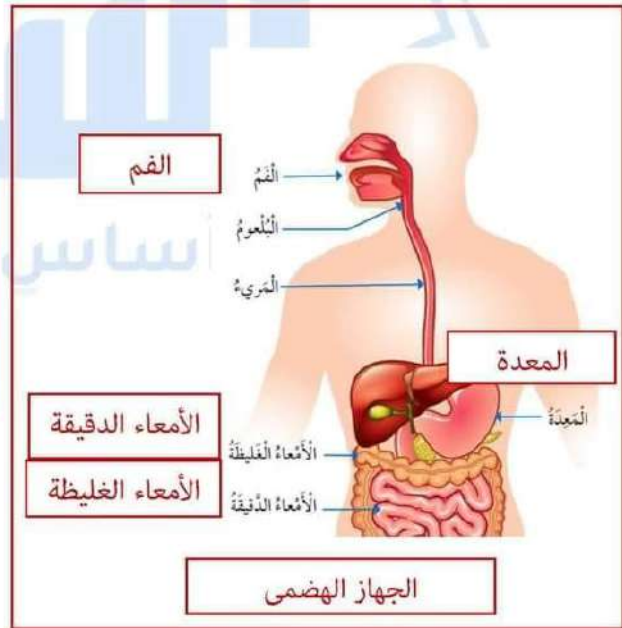
1- تناول الغذاء الذي يعد في المنزل.

2- شرب كميات كافية من المياه يومياً.

3- غسل اليدين جيداً قبل تناول الطعام.

6 علامات

السؤال الثالث : أ. حدد الأجزاء المشار إليها في كل من الرسومات التالية:-



ب. ماذا يحدث للتجويف الصدري وعضلة الحجاب الحاجز وتبادل الهواء في أثناء مايلي:-

- 1- الشهيق: تتحرك عضلة الحجاب الحاجز للأسفل ويزداد حجم التجويف الصدري فيدخل الأكسجين.
- 2- الزفير: تتحرك عضلة الحجاب الحاجز للأعلى ويقل حجم التجويف الصدري فيخرج ثاني أكسيد الكربون.

السؤال الرابع : اذكر أسماء ثلاثة أجهزة طبية في جسمنا تعمل على طرد الفضلات مبنياً نوع هذه الفضلات.

علامة ونصف

- 1- الجهاز الهضمي يخرج الفضلات الصلبة.
- 2- الجهاز البولي والجلد يخرجان الفضلات السائلة.
- 3- الجهاز التنفسي يخرج الفضلات الغازية ( ثاني أكسيد الكربون ).

السؤال الخامس : وضح وظيفة كل من الجهازين الهيكلي والعضلي.

علامتان

- الجهاز الهيكلي:- يمنح الجسم الشكل الثابت والدعامة ويحمي الأعضاء الداخلية.
- الجهاز العضلي:- يقوم بأنشطة مختلفة فيغطي الهيكل العظمي ويوجد في بعض الأجزاء الداخلية ومنها أيضاً عضلة القلب الذي يضخ الدم إلى أنحاء الجسم.

علامة ونصف

السؤال السادس : اكتب أنواع العضلات في جسم الإنسان مبيّنًا مكانها.

- 1- العضلات الهيكلية:- تغطي الهيكل العظمي.
- 2- العضلات الملساء:- توجد في بعض أجزاء الجسم الداخلية.
- 3- العضلات القلبية:- توجد في القلب.

انتهت الأسئلة  
بالتوفيق أبطالنا الرائعين

منصة أساس التعليمية

