



وزارة التربية

التوجيه الفني العام للعلوم

اللجنة الفنية المشتركة للمرحلة الابتدائية

بنك أسئلة مادة العلوم
الصف الثاني الابتدائي
الفترة الثانية

2015-2014



الوحدة الثانية

جسم الإنسان

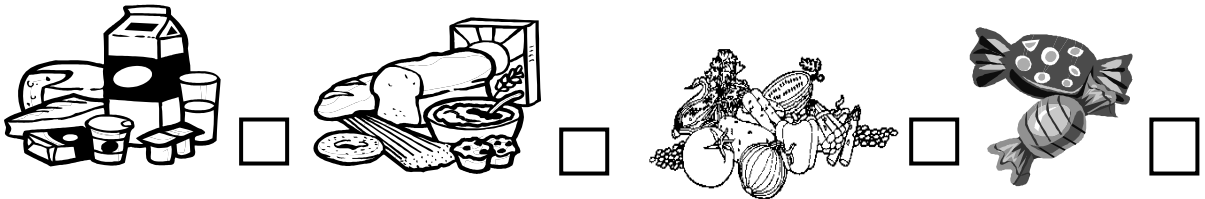
الفصل الثالث (الاعتناء بصحتك)

السؤال الأول : اختر الإجابة الصحيحة علمياً لكل من العبارات التالية بوضع علامة (✓) في المربع المقابل لها:

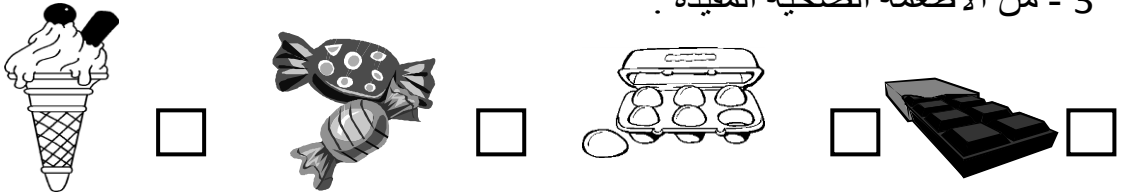
1- في هرم الدليل الغذائي مجموعات :

7 6 5 4

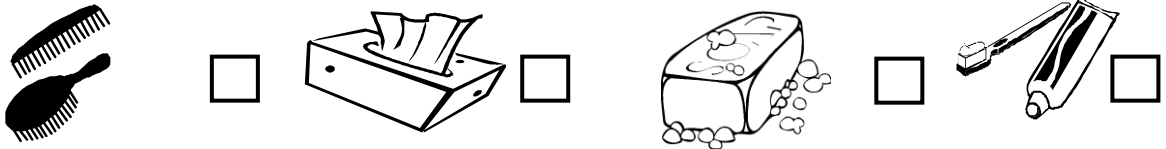
2- الأطعمة التي توجد أسفل هرم الدليل الغذائي هي:



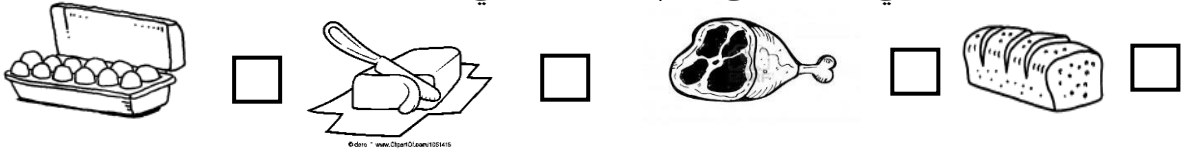
3- من الأطعمة الصحية المفيدة :



4- يساعدني في المحافظة على نظافة يدي من الجراثيم :



5- من الأطعمة التي توجد أعلى هرم الدليل الغذائي :



6- أسلم موضع لعبور المشاة :

يسار الشارع معبر المشاة وسط الشارع يمين الشارع

7- عدد ساعات النوم المناسبة  للأطفال للمحافظة على صحتهم :

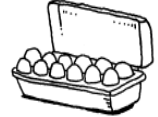
7 ساعات 8 ساعات 9 ساعات 10 ساعات



8- السلوكيات التالية تساعد على المحافظة على الصحة ما عدا :



9- من الأطعمة التي يجب علينا أن نكثر من تناولها هي :



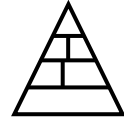
السؤال الثاني : أكتب بين القوسين كلمة (صحيحة) للعبارة الصحيحة وكلمة

(خطأ) للعبارة غير الصحيحة في كل مما يأتي:

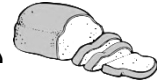
1- تناول الطعام المتنوع يساعد على الحفاظ على سلامة الجسم. ()



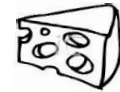
2- هرم الدليل الغذائي يتكون من خمس مجموعات. ()



3- من الأطعمة التي يوجد في أسفل الهرم الغذائي. ()



4- يوجد في قمة الهرم الغذائي. ()



5- يساعدك التمرين على أن تبقى بصحة جيدة. ()



6- غسل اليدين قبل الطعام يساعدني على البقاء بصحة جيدة. ()



7- التوازن أسهل عندما تكون عيناك مغمضتين. ()



8- أسلم موضع لعبور المشاة هو معبر المشاة. ()

9- الإشارات الضوئية تساعدني على عبور الشارع. ()



10- يجب علينا تناول كمية قليلة من الأغذية الموجودة في أسفل الهرم الغذائي . ()

11- يساعد النوم على البقاء بصحة جيدة . ()



12- الخطوط البيضاء أسلم موضع لعبور المشاة . ()



13- من الصعب قيادة الدراجة مع ارتداء خوذة الرأس . ()






14- يجب علينا ربط حزام الأمان عند ركوب السيارة . ()



السؤال الثالث : في الجدول التالي اختر العبارة أو الشكل من المجموعة (ب)

وأكتب رقمها أمام ما يناسبها من عبارات المجموعة (أ) :







الرقم	مجموعة (أ)	الرقم	مجموعة (ب)
	عدد المجموعات الغذائية في هرم الدليل الغذائي	1	5
	عدد ساعات النوم المناسبة للصحة	2	6
		3	10

الرقم	مجموعة (أ)	الرقم	مجموعة (ب)
	من الأطعمة التي توجد في قمة هرم الدليل الغذائي	1	القمح 
	من الأطعمة التي توجد في أسفل هرم الدليل الغذائي	2	الخضار 
		3	الزيت 

الرقم	مجموعة (أ)	الرقم	مجموعة (ب)
	يجب علينا الإكثار من أكل الأطعمة الموجودة في	1	قمة هرم الدليل الغذائي
	يجب علينا أن نقلل من أكل الأطعمة الموجودة في	2	منتصف هرم الدليل الغذائي
		3	أسفل هرم الدليل الغذائي

الرقم	مجموعة (أ)	الرقم	مجموعة (ب)
	تكون عملية التوازن أسهل بعينين	1	مغمضتين 
	تكون عملية التوازن أصعب بعينين	2	مفتوحتين 

السؤال الرابع : أكمل كل من العبارات التالية بما يناسبها علمياً :

- 1- عدد مجموعات الاغذية في الهرم الغذائي (6 - 7)
- 2- يساعدك التمرين  على أن تبقى (مريضاً - نشيطاً)
- 3- أنت بحاجة إلى النوم  حوالي (3 ساعات - 10 ساعات)
- 4- التوازن بعينين مفتوحتين  (أسهل - أصعب)
- 5- تشير الخطوط البيضاء إلى أسلم موضع لـ (عبور المشاة - عبور السيارات)
- 6- يجب عليك غسل يديك  كلما شعرت أنهما (متسختان - نظيفتان)
- 7- غسل اليدين  للحماية من (الجراثيم - الهواء)
- 8- تحتوي قمة هرم الدليل الغذائي على (الزيوت - الخبز 
- 9- يحتوي أسفل هرم الدليل الغذائي على (الخضار  - الخبز 

السؤال الخامس: أكمل البيانات على الشكل الموضح أمامك :

الشكل التالي يوضح هرم الدليل الغذائي

