

بسمه تعالی

دبستان:

کلاس:

نام و نام خانوادگی:

آزمون علوم سوم ابتدایی

(درس ۱ و ۲)

تاریخ:

مدت آزمون:



www.barttar.ir

فرزند عزیز، جملات درست و نادرست را مشخص کن.

گزینه	درست	نادرست
الف - اطلاعات به دست آمده را در جدول مرتب می کنیم.		
ب - با یادداشت کردن اطلاعات می توانیم به نتیجه گیری درستی برسیم.		
ج - بدن ما برای انجام برخی از کارها به غذای سالم و مناسب نیاز دارد.		

جاهای خالی را با کلمات و عبارات مناسب کامل کن

الف - بعد از جمع آوری اطلاعات ، باید موارد به دست آمده را ----- و ----- کنیم .

ب - مواد غذایی گروه ----- ویتامین های مورد نیاز بدن را تأمین می کنند .

ج - روغن میوهی ----- از چربی های خوب است .

د - به برخی از مواد غذایی ----- اضافه می کنند تا زود فاسد نشوند .

ه - گروه چربی ها به بدن ما ----- می دهند و خوردن غذاهای خیلی چرب باعث بیماری های ----- می شود .

و - استفاده از مواد غذایی که مواد نگهدارنده ی زیادی دارند باعث ----- می شود .

گزینه ی صحیح را انتخاب کن.

۱- کدام مرحله بعد از جمع آوری اطلاعات انجام می شود ؟

الف (مشاهده کردن) ب) طرح پرسش ج) یادداشت کردن

۲- نقش چربی ها در بدن چیست ؟

الف) به رشد بدن کمک می کند ب) به بدن انرژی می دهند ج) برای سلامتی بدن لازم هستند

۳- تاریخ مصرف کدام یک از مواد زیر طولانی تر است ؟

الف : کمپوت ب) شیر ج) نان

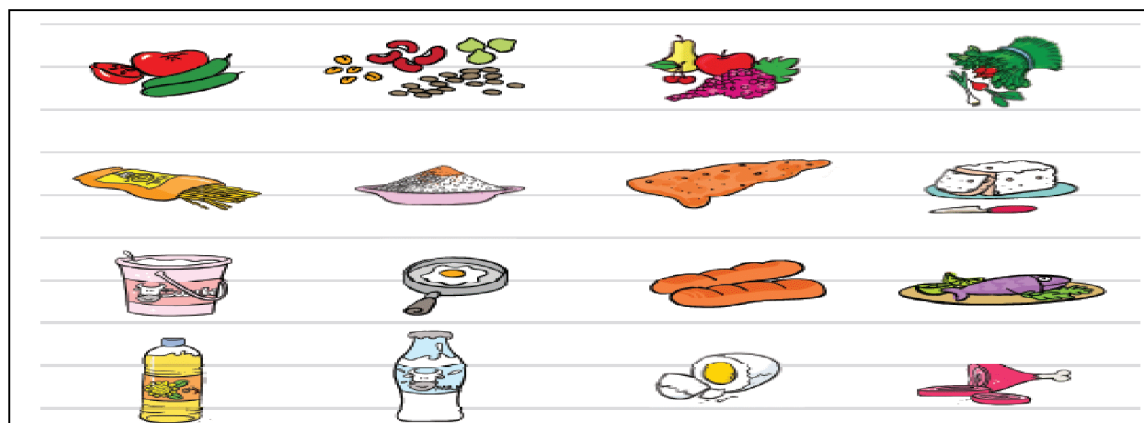


۴- هر جمله را به کلمه‌ی مناسب خودش وصل کن .

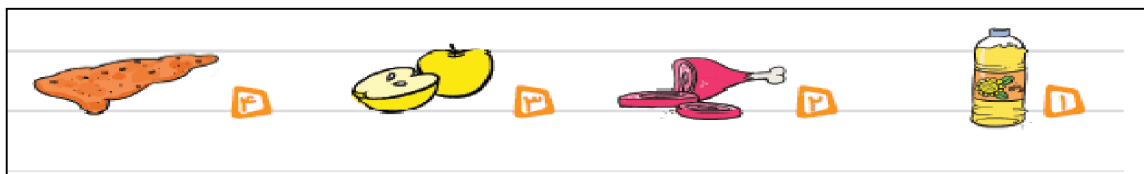
- الف: چپیس و پفک
ب: ویتامین
ج: گوشت و مرغ
د: شکر و نمک
- ۱) مصرف زیاد آن برای بدن ضرر دارد .
۲) باید در فریزر نگهداری شود .
۳) برای سلامتی و درست کارکردن بدن لازم است .
۴) خوردن آن‌ها از نظر بهداشتی برای بدن مناسب نیست .

به سوالات زیر پاسخ کامل بنویس .

۵- در هر ردیف یک ماده‌ی غذایی با بقیه فرق دارد. دور آن خط بکش ؟



۶- کدام یک از غذاهای زیر برای رشد بدن مفیدتر است ؟ دور آن خط بکش .



۷- برای هر گروه از مواد غذایی نام دو ماده‌ی غذایی را بنویس ؟

۸- برای پختن آش رشته از کدام گروه‌های مواد غذایی استفاده می‌شود ؟

۹- هنگام خرید مواد غذایی به چه چیزی باید توجه کنیم ؟

صمیح غلط

الف- درست ب- درست ج- نادرست

یاهای قالی

الف- یادداشت و مرتب ب- میوه‌ها و سبزی‌ها ج- زیتون د- مواد نگهدارنده ه- انرژی- قلبی و - مسمومیت

سوالات چندگزینه‌ای

۱- گزینه‌ی ج صمیح است.

۲- گزینه‌ی ب صمیح است.

۳- گزینه‌ی الف صمیح است.

۴- وصل کردن ستون سمت راست به ستون سمت چپ

(۱) مصرف زیاد آن برای بدن ضرر دارد.

(۲) باید در فریزر نگهداری شود.

(۳) برای سلامتی و درست کارکردن بدن لازم است.

(۴) خوردن آن‌ها از نظر بهداشتی برای بدن مناسب نیست.

شکر و نمک

گوشت و مرغ

ویتامین

پپس و پنک

پاسخ سوالات

۵-



۶-



۷- گروه پروتیین گوشت ، مرغ ، ماهی ، حبوبات (نفود،لوبیا) ، لبنیات (شیر ،دوغ) - گروه پربی‌ها (روغن میوه‌ی زیتون و روغن دانه‌ی آفتابگردان)

- گروه میوه‌ها و سبزی‌ها (کاهو و بچغری و سیب و پرتقال) - گروه غلات (نان ، برنج، ماکارونی، سیب زمینی، ذرت)

۸- از چهارگروه موادغذایی - حبوبات (نفود ، عدس ، لوبیا) - غلات (رشته که از آرد گندم تهیه می‌شود) - لبنیات (کشک) - سبزی‌ها (سبزی‌ها) آتش و

نعنا فشک (

۹- تاریخ مصرف