

سوالات درس دوم (خوراکی ها)

۱. طبقه بندی مواد غذایی را نام ببرید.

الف_ شیر و لبنیات ب_ گوشت ، تخم مرغ و حبوبات ج_ میوه و سبزی ها (ویتامین ها) د_ گروه غلات و سیب زمینی
ه_ چربی ها

۲. بشقاب سلامت چه چیزی را به ما نشان می دهد؟

بشقاب سلامت به ما نشان می دهد که هر روز ، چه مقدار از هر گروه مواد غذایی مصرف کنیم.



۳. با توجه به بشقاب سلامت کدام گروه را بیشتر و کدام گروه را باید کمتر مصرف کنیم؟
گروه میوه و سبزی ها را بیشتر و گروه چربی ها را کمتر استفاده کنیم.

۴. برای هر گروه از مواد غذایی چند مثال بزنید.

گروه غلات و سیب زمینی : ماکارونی - آرد - برنج - نان - سیب زمینی - ذرت .
گروه گوشت ، تخم مرغ و حبوبات : گوشت قرمز - ماهی - مرغ - تخم مرغ - عدس - لوبیا .
گروه شیر و لبنیات : ماست - دوغ - پنیر - شیر - بستنی .
گروه میوه و سبزی ها (ویتامین ها) : انواع سبزی ها مانند تره - جعفری - کاهو، انواع میوه مانند پرتقال و سیب .
گروه چربی ها : روغن - کره - دانه های روغنی مانند آفتابگردان و زیتون .

۶. نقش غلات و سیب زمینی در بدن چیست ؟

این غذاها به ما انرژی می دهند و بعضی ویتامین ها و مواد لازم را به بدن ما می رسانند.

۷. نقش میوه و سبزی ها (ویتامین ها) در بدن چیست ؟

این گروه ویتامین دارند و برای سلامتی و درست کار کردن اعضای بدن لازم اند.

سوالات کامل علوم



سوالات درس اول (رنگ علوم)

۱. مشاهده را تعریف کنید.
جمع آوری اطلاعات در باره ی محیط اطراف با استفاده از حواس مختلف (بینایی - شنوایی - بویایی - چشایی و لامسه) را مشاهده می گوئیم.
۲. پرسش نامه را تعریف کنید.
جمع آوری نظرات دیگران درباره ی یک موضوع به صورت کتبی را پرسش نامه می گوئیم.
۳. مصاحبه را تعریف کنید.
جمع آوری اطلاعات از طریق گفت و گو با کارشناسان و متخصصان را مصاحبه می گوئیم.
۴. مراحل کار یک پژوهشگر را نام ببرید.
۱. مشاهده کردن ۲. پرسیدن ۳. جمع آوری اطلاعات ۴. ساختن فرضیه ۵. آزمایش کردن فرضیه ۶. نتیجه گیری
۵. چرا در یک پژوهش باید اطلاعات را یادداشت کنیم ؟
چون یادداشت باعث می شود چیزی از اطلاعات را از یاد نبریم و آنها را مرتب کنیم.
۶. به نظر شما کدام قسمت مزرعه برای کاشتن دانه های کاهو مناسب تر است ؟
قسمت گرم تر مزرعه - جلوی خانه

خوشحالی یعنی یاد گرفتن چیزهای جدید