

علوی

برنامه ی هفته ی علوم

دوشنبه

خمیر جادویی

ورزش و  
صبحگاه

پایه

تابلوی حیوانات

رمز عبور

زبان



علوی

مدارس هزاره سوم



پخش موزیک شاد و پرانرژی

# آماده سازی دانش آموزان در گروه های چهارخانه



علوی

مدارس هزاره سوم

به تصویر زیر با دقت نگاه کنید. چه می بینید؟



علوی

مدارس هزاره سوم

حبوبات چیست؟

به دانه‌های خوراکی که دارای پروتئین، فیبر، انواع ویتامین‌ها و مواد معدنی هستند، حبوبات می‌گویند. مثل عدس، لوبیا، لپت، نخود، ماش و ...



علوی

مدارس هزاره سوم

حبوبات چیست؟  
به دانه‌های خوراکی که دارای پروتئین، فیبر، انواع  
ویتامین‌ها و مواد معدنی هستند، حبوبات می‌گویند. مثل  
عدس، لوبیا، لپه، نخود، ماش و ...



## حبوبات چه فایده‌هایی دارند؟

پیشگیری از ابتلا به بیماری‌های قلبی و عروقی،  
جلوگیری از ابتلا به سرطان، تنظیم قند خون، درمان  
انواع آلرژی‌ها و حساسیت، رشد مو، مانع از کم‌خونی،  
کاهش چربی خون و...

این دانه‌ها در چه غذاهایی استفاده می‌شوند؟

❖ عدس

❖ لوبیا

❖ نخود

❖ لپّه

و...



علوی

مدارس هزاره سوم



اکنون که با این دانه‌های خوراکی مقوی و با ارزش آشنا شدید، آماده‌اید که یک تابلوی زیبای حبوبات بسازیم؟



- وسایل مورد نیاز:
- 1- حبوبات
  - 2- چسب
  - 3- طرح مورد نظر

علوی

مدارس هزاره سوم



علوی

مدارس هزاره سوم

دبستان پسرانه علوی  
(شعبه شرق)

موفق باشید.

