



موضوع: درس ۲ (هوای سالم، آب سالم)

تاریخ:

نام و نام خانوادگی:

هدف:

- ۱- انسان آب را چگونه آلوده می کند؟  
با ریختن زباله و با فرستادن آب های کثیف مثل فاضلاب کارخانه ها و مواد سمی به داخل رودخانه ها
- ۲- انسان از آب چه استفاده هایی می کند؟  
کشاورزی- شستشو- غذا پختن- خوردن- ورزش های آبی- پرورش گیاهان و حیوانات آبی- تولید برق
- ۳- ویژگی های آب آشامیدنی چیست؟  
آب آشامیدنی آبی است که بدون بو، رنگ، مزه باشد.
- ۴- مراحل تصفیه ی آب را نام ببرید.  
(۱) آب رودخانه ها و آب باران و برف در پشت سد جمع می شوند.  
(۲) آب پشت سد را به استخرهای بزرگ انتقال می دهند تا بعضی از مواد ته نشین شوند.  
(۳) آب را از صافی رد می کنند تا صاف و زلال شود.  
(۴) مواد میکروب کش مثل کلر به آن اضافه می کنند.  
(۵) آب تصفیه شده از لوله به خانه ها انتقال می یابد.
- ۵- انسان چگونه هوا را آلوده می کند؟  
- استفاده از خودروهای شخصی  
- استفاده ی نادرست از بخاری های گازی و نفتی  
- ساختن کارخانه ها نزدیک شهرها
- ۶- چگونه می توانیم هوای سالم داشته باشیم؟  
- کارخانه ها را دور از شهرها بسازیم.  
- برای رفت و آمد از وسایل حمل و نقل عمومی مثل اتوبوس، مترو و تاکسی استفاده کنیم.  
- درختان زیادی بکاریم.
- ۷- هوای آلوده چه اثراتی بر زندگی جانوران و گیاهان دارد؟  
- ممکن است انسان دچار بیماری تنفسی، سگته و حتی مرگ شود.  
- جانوران می میرند.  
- گیاهان پژمرده شده و از بین می روند.



موضوع: درس ۱ (زنگ علوم)

تاریخ:

نام و نام خانوادگی:

هدف:

- ۱- برای آنکه محیط اطراف خود را بهتر بشناسیم چه کاری باید انجام دهیم؟  
باید مشاهده ی دقیق داشته باشیم.
- ۲- منظور از مشاهده ی دقیق چیست؟  
استفاده از حواس پنجگانه
- ۳- حواس پنجگانه را نام ببرید و اندام مربوط به آن را بنویسید.  
۱. شنوایی (گوش) ۲. بینایی (چشم) ۳. بویایی (بینی) ۴. چشایی (زبان) ۵. لامسه (پوست)
- ۴- برای بیان دقیق مشاهدات خود باید چه کار کرد؟  
باید همه ی مشاهدات خود را یادداشت برداری کرد.
- ۵- یادداشت برداری در گردش علمی چه کمکی به ما می کند؟  
به ما کمک می کند آنچه را که مشاهده می کنیم، دقیق تر بیان کنیم و آن ها را فراموش نکنیم.
- ۶- آیا می توان هر چیزی را بویید و چشید؟ چرا؟  
خیر- زیرا بوییدن و چشیدن بعضی چیزها برای سلامتی ضرر دارد.  
باید قبل از بوییدن یا چشیدن چیزی با معلم یا پدر و مادر خود مشورت کنیم.





۱- فصل‌ها چگونه ایجاد می‌شوند؟

چرخش زمین به دور خورشید باعث ایجاد فصل‌ها می‌شود.

۲- فصل‌ها را به ترتیب نام ببرید. بهار- تابستان- پاییز- زمستان

نکته:

\* زمانی که نور خورشید به محلی به طور راست یا مستقیم بتابد، آن محل بیشتر گرم می‌شود.

\* زمانی که نور خورشید به محلی به طور مایل بتابد، آن محل کم‌تر گرم می‌شود.

\* در تابستان نور خورشید به صورت راست یا مستقیم در زمستان به صورت مایل می‌تابد.

۳- باد چگونه به‌جود می‌آید؟ از جا به جایی هوای سرد و هوای گرم باد به‌وجود می‌آید.

۴- باد نما چیست؟ وسیله‌ای که جهت وزش باد را نشان می‌دهد.

۵- بادسنج چیست؟ وسیله‌ای که سرعت باد را می‌سنجد.

۶- باد دارای جهت و سرعت است.

۷- طوفان چیست؟ به بادهای شدید طوفان می‌گویند.

۸- طوفان چه زیان‌هایی وارد می‌کند؟

- به ساختمان‌ها خسارت وارد می‌کند.

- در دریاها موج‌های بسیار بزرگ به وجود می‌آورد.

- سبب غرق شدن کشتی‌ها می‌شود.

۹- باد با جابه‌جا کردن ماسه‌ها چه چیزی را به‌وجود می‌آورد؟ تپه‌های ماسه‌ای

۱۰- تپه‌های ماسه‌ای چگونه باعث خسارت می‌شوند؟

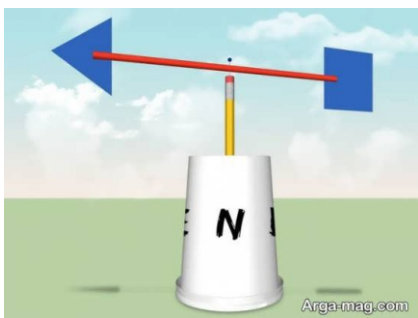
گاهی تپه‌های ماسه‌ای روی جاده‌ها، زمین‌های کشاورزی یا روستاها را می‌پوشاند.

۱۱- انسان از باد چه استفاده‌هایی می‌کند؟

- حرکت کشتی‌های بادبانی

- خشک کردن لباس‌های خیس

- تولید برق



۱- روز و شب چگونه به‌وجود می‌آید؟

زمین به دور خود می‌چرخد. این چرخش روز و شب را به وجود می‌آورد.

۲- یک شبانه روز چند ساعت است؟ ۲۴ ساعت

۳- نور خورشید همیشه یک طرف زمین را روشن می‌کند.

آن طرف زمین که رو به خورشید می‌باشد ..... است. طرف دیگر هم ..... است.

روز - شب

۴- دماسنج چیست؟

وسيله‌ای است که برای اندازه‌گیری سرما و گرمای هوا استفاده می‌کنند.

۵- آیا صبح که خورشید طلوع می‌کند زمین به طور ناگهانی گرم می‌شود؟

خیر، آرام آرام گرم می‌شود.

۶- آیا عصر که خورشید غروب می‌کند زمین به طور ناگهانی سرد می‌شود؟

خیر، آرام آرام سرد می‌شود.

۷- آیا گرمای زمین در همه‌ی ساعت‌ها یکسان است؟

خیر، معمولاً روزها گرم‌تر از شب‌ها است.

۸- در هوای گرم، مایع درون دماسنج ..... می‌رود. در هوای سرد، مایع درون دماسنج

..... می‌رود.

بالا - پایین

۹- گرم‌ترین دما در یک شبانه روز چه زمانی است؟ ظهر

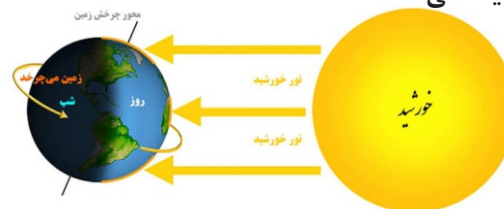
۱۰- به نظر شما نور خورشید بر زندگی ما و جاندارانی مانند گیاهان و جانوران چه اثری دارد؟

- زمین را گرم نگه می‌دارد. اگر خورشید نبود از شدت سرمای زمین، جاندارانی زنده نمی‌ماند.

- باعث رشد گیاهان می‌شود.

۱۱- کدام افراد شب‌ها هم در شغل خود فعالیت می‌کنند؟

دکتر- آتش نشان- پلیس- پرستار- اورژانس





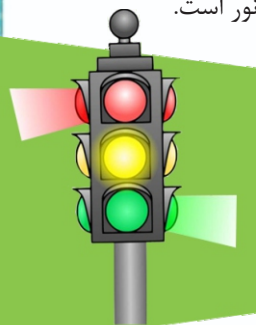
موضوع: درس ۶ (پیام رمز را پیدا کن ۲)

تاریخ:

نام و نام خانوادگی:

هدف:

- ۱- پلیس در خیابان‌های خلوت برای راهنمایی راننده‌ها از چه وسیله‌ای استفاده می‌کند؟  
سوت
- ۲- آیا در خیابان‌های شلوغ پلیس می‌تواند از سوت برای راهنمایی راننده‌ها استفاده کند؟  
چرا؟ خیر- به دلیل سر و صدای زیاد
- ۳- پلیس در خیابان‌های شلوغ برای راهنمایی راننده‌ها از چه وسیله‌ای استفاده می‌کند؟  
چراغ راهنما
- ۴- هر نور چراغ راهنما چه پیامی را به راننده‌ها می‌دهد؟  
پیام رنگ قرمز: توقف کامل  
پیام رنگ زرد: احتیاط و کم کردن سرعت برای توقف  
پیام رنگ سبز: اجازه‌ی حرکت
- ۵- وقتی چراغ مخصوص عابر پیاده قرمز است، وظیفه‌ی ما چیست؟ باید بایستیم.
- ۶- برای دیدن اجسام نور لازم است.
- ۷- چشمه‌ی نور چیست؟ هر جسمی که از خودش نور بدهد چشمه‌ی نور است.
- ۸- چند چشمه‌ی نور نام ببرید.  
خورشید، لامپ روشن، آتش، شمع روشن
- ۹- چند نوع چشمه‌ی نور داریم؟  
چشمه‌ی نور طبیعی و چشمه‌ی نور مصنوعی
- ۱۰- چشمه‌ی نور طبیعی یعنی چه؟  
چیزهایی که به طور طبیعی از خود نور دارند. مثل خورشید
- ۱۱- چشمه‌ی نور مصنوعی یعنی چه؟  
چیزهایی که به طور طبیعی از خود نور ندارند و ساخته‌ی دست انسان هستند. مثل لامپ، چراغ قوه، شمع روشن، آتش
- ۱۲- به اجسامی که نور از آنها عبور می‌کند، چه می‌گویند؟ (یک مثال بزنید).  
شفاف مثل شیشه
- ۱۳- به اجسامی که نور از آنها عبور نمی‌کند، چه می‌گویند؟ (یک مثال بزنید).  
کدر یا تیره مثل کتاب



موضوع: درس ۵ (پیام رمز را پیدا کن ۱)

تاریخ:

نام و نام خانوادگی:

هدف:



- ۱- شما با شنیدن صدا یا دیدن نور از چه چیزهایی آگاه می‌شوید؟  
بعضی از صداها و نورها هشداردهنده و بعضی نیز پیام‌رسان هستند.
- ۲- آمبولانس با کمک نور و صدا راه را باز می‌کند.
- ۳- اگر راننده ناشنوا باشد، چگونه متوجه نزدیک شدن آمبولانس می‌شود؟  
با دیدن نور چراغ گردان آمبولانس
- ۴- عابر نابینا چگونه متوجه نزدیک شدن آمبولانس می‌شود؟  
با شنیدن صدای آژیر آمبولانس
- ۵- وظیفه‌ی راننده هنگام نزدیک شدن آمبولانس چیست؟  
از مسیر آمبولانس کنار برود و راه را باز کند.
- ۶- صداها ی گوناگون را نام ببرید.  
نازک، کلفت، بلند، آهسته
- ۷- دو صدای نازک مثال بزنید.  
صدای گنجشک، صدای جیغ بچه‌ها.
- ۸- دو صدای کلفت مثال بزنید.  
صدای طبل، صدای مردها
- ۹- صدا چگونه تولید می‌شود؟  
بر اثر لرزش اجسام صدا به وجود می‌آید.
- ۱۰- کش دور دو مداد با فاصله‌ی کم صدای نازک تولید می‌کند یا صدای کلفت؟  
وقتی فاصله‌ی مدادها کم است، طول کش کوتاه است. پس کش تندتر می‌لرزد. بنابراین صدای نازک تولید می‌کند. وقتی فاصله‌ی مدادها زیاد است، طول کش بلند است. پس کش کندتر می‌لرزد. بنابراین صدای کلفت تولید می‌کند.
- ۱۱- یک صدای پیام‌رسان نام ببرید و یک صدای آزاردهنده نام ببرید.  
صدای پیام‌رسان: نقره زدن در حرم امام رضا(ع)  
صدای آزاردهنده: صدای موتورسیکلت





۱- مسیر حرکت خودروها در جاده‌های شهری شلوغ تر است یا روستاها؟ در شهرها

۲- به نظر شما دود خودروها چه زیان‌هایی دارد؟

باعث آلودگی هوا می‌شود. برای سلامتی انسان‌ها و جانوران ضرر دارد.

۳- سوخت چیست؟

موادی مثل نفت، بنزین، گاز و گازوییل را سوخت می‌نامند. سوخت‌ها می‌سوزند و گرما تولید می‌کنند.

۴- سوخت‌های مهم را نام ببرید. نفت، بنزین، گازوییل، گاز، زغال سنگ، چوب

۵- از سوخت چه استفاده‌هایی می‌کنیم؟ حمل و نقل، پخت و پز، گرم کردن

۶- در جایگاه سوخت چه سوخت‌هایی وجود دارد؟ نفت، بنزین، گازوییل، گاز

۷- هر یک از خودروها چه سوختی مصرف می‌کنند؟

- خودروها بنزین و گاز

- موتورها بنزین

- کامیون، مینی‌بوس، اتوبوس و قطار گازوییل

- هواپیما و هلی‌کوپتر نوعی بنزین که مخصوص آن‌ها است.

۸- اگر سوخت‌ها نبودند چه مشکلاتی پیش می‌آمد؟

- وسایل نقلیه نمی‌توانستند حرکت کنند.

- پخت و پز انجام نمی‌شود.

- برای گرم کردن خانه‌ها و مدرسه و محل کار با مشکل روبرو می‌شویم.

۹- تابلوی روبرو چه پیامی به ما می‌دهد؟

به جای استفاده از ماشین‌های تک‌سرنشین بهتر است

از وسایل نقلیه‌ی عمومی مثل اتوبوس استفاده کنیم.



۱۰- آیا تا به حال برای پختن غذا از چوب استفاده کرده‌اید؟ آیا موافقید دیگران هم این

کار را انجام دهند؟ چرا؟

خیر، چون باعث آلودگی هوا می‌شود و اگر از چوب به عنوان سوخت استفاده شود به زودی باعث

نابودی جنگل‌ها می‌شود.



۱۴- سایه چگونه تشکیل می‌شود؟

وقتی نور از جسمی عبور نکند در پشت آن سایه درست می‌شود.

۱۵- آیا سایه‌ی تمام اجسامی که در مقابل نور قرار می‌دهیم، مثل هم تیره است؟

خیر- سایه‌ی بعضی از اجسام پررنگ و سایه‌ی بعضی از اجسام کم‌رنگ هستند.

۱۶- آیا در روز آفتابی می‌توانید سایه‌ی خودتان را از بین ببرید؟ چگونه؟

بله- اگر بین چشمه‌ی نور (خورشید) و سایه‌ی خودمان مانعی قرار دهیم.

۱۷- در گذشته با استفاده از سایه چگونه زمان را تعیین می‌کردند؟ ساعت آفتابی

۱۸- در گذشته انتقال پیام چگونه انجام می‌شده است؟

به وسیله‌ی افراشتن پرچم- به وسیله‌ی روشن کردن آتش و دود- به وسیله‌ی بوق کشتی- کبوتر نامه‌رسان

۱۹- کرم شب‌تاب در تاریکی شب چه نوری از خود تولید می‌کند؟ نور زرد یا نارنجی

۲۰- امروزه از صدا و نور چه استفاده‌هایی می‌شود؟

برقراری ارتباط با دیگران- کسب اطلاعات

۲۱- چند وسیله‌ی هشداردهنده با نور نام ببرید.

چراغ راهنمایی- چراغ ترمز خودرو- تابلوهای هشدار دهنده‌ی نور



۱- چه قسمتی از گیاه تبدیل به میوه می شود؟ گل

۲- دانه‌ها از لحاظ تعداد چند نوع می باشند؟

- تک دانه: آلبالو، زردآلو، گیلاس، هلو

- بیش از یک دانه (چند دانه): هندوانه، پرتقال، کیوی، سیب، خیار، گوجه فرنگی، موز

۳- دانه‌ها در کجا قرار دارند؟ در درون میوه

۴- کار دانه چیست؟ اگر دانه را بکاریم گیاه جدید به وجود می آید.

۵- دانه‌ها از چه لحاظ با هم تفاوت دارند؟

بعضی خوراکی و بعضی غیرخوراکی از نظر شکل، رنگ، اندازه، نرمی و سفتی باهم تفاوت دارند.

۶- یک مثال برای دانه‌ی نرم و دانه‌ی سفت بزنید. دانه‌ی نرم باقلا، دانه‌ی سفت هلو

۷- چند دانه‌ی خوراکی و غیرخوراکی نام ببرید.

خوراکی: گندم، جو، برنج

غیرخوراکی: دانه‌ی آلبالو، هلو

۸- چند دانه نام ببرید که از آن‌ها روغن خوراکی به دست می آید. آفتابگردان- سویا

۹- چند دانه نام ببرید که استفاده‌ی دارویی دارد. دانه‌ی به و خاکشیر

۱۰- قسمت‌های مختلف گیاهک را نام ببرید. ریشه، پوسته، اندوخته، گیاهک

۱۱- غذای کدام جانوران میوه یا دانه است؟ میمون، خرگوش، پرندگان

۱۲- دانه برای رشد به چه چیزهایی نیاز دارد؟ آب، خاک، نور و دمای مناسب

۱۳- دانه‌ها چگونه پراکنده می شوند؟ به کمک باد، آب، جانوران و انسان‌ها

۱۴- باد کدام دانه‌ها را بهتر جا به جا می کند؟ چرا؟ دانه‌های درخت کاج، افرا و گل قاصدک.

چون سبک هستند.

۱۵- گیاهان چگونه به وجود می آیند؟

(۱) از راه رویش دانه‌ها

(۲) از راه قلمه زدن



۱۶- قلمه چیست؟ اگر ساقه‌ای از یک گیاه را جدا کنیم و در ظرف آبی قرار دهیم تا ریشه بزند و سپس آن را بکاریم به این کار قلمه زدن می گویند.

۱۷- چند گیاه نام ببرید که با قلمه زدن زیاد می شود؟ شمعدانی و حسن یوسف



۱۱- اگر روزی سوخت‌ها تمام شوند، چه مشکلاتی برای ما پیش می آید؟

- وسایل نقلیه نمی توانستند حرکت کنند.

- پخت و پز انجام نمی شود.

- برای گرم کردن خانه، مدرسه و محل کار با مشکل روبرو می شویم.

۱۲- آیا ما حق داریم هر چه می خواهیم از سوخت‌ها استفاده کنیم؟

خیر، باید در مصرف آن صرفه جویی کنیم.

۱۳- چرا باید در مصرف سوخت‌ها صرفه جویی کنیم؟ چون تمام می شوند.

۱۴- چگونه می توانیم در مصرف سوخت‌ها صرفه جویی کنیم؟

- به جای استفاده از ماشین شخصی از وسایل نقلیه‌ی عمومی استفاده کنیم.

- با بستن در و پنجره‌ها از هدر رفتن گرما در خانه، مدرسه و محل کار جلوگیری کنیم.

- از نور و گرمای خورشید و باد به جای سوخت استفاده کنیم.

چرا بهتر است به جای سوخت از نور و گرمای خورشید و باد استفاده کنیم؟

چون سوخت‌ها هدر نمی روند و هوا آلوده نمی شود. خورشید و باد هیچ وقت تمام نمی شوند.

۱۵- در قدیم برای پختن غذا و گرم کردن خانه‌ها از چه چیزی استفاده می کردند؟

- برای پختن غذا از چراغ نفتی که سوخت آن نفت بوده است.

- برای گرم کردن خانه‌ها از بخاری و کرسی که سوخت آن‌ها نفت و چوب بوده است.

۱۶- در کشور ما ایران از گرما و نور خورشید چه استفاده‌هایی می شود؟

در آب گرم‌کن و تولید برق

۱۷- چرا استفاده از خورشید بهتر است از استفاده از سوخت‌ها؟

زیرا انرژی خورشید تمام نشدنی و رایگان است و باعث ذخیره‌ی سوخت‌ها برای آینده می شود.

۱۸- زمانی که هوای بادکنک ماشین بادکنکی تمام می شود، چه اتفاقی می افتد؟

ماشین دیگر حرکت نمی کند.

۱۹- به نظر شما آیا ممکن است روزی مجبور شویم از ماشین بادی استفاده کنیم؟

اگر در مصرف سوخت‌ها صرفه جویی نکنیم ممکن است این اتفاق بیافتد.



۱۳- مراحل زندگی کرم ابریشم را به ترتیب نام ببرید.

(۱) کرم ابریشم از تخم بیرون می آید.

(۲) کرم ابریشم برگ‌های درخت توت را می خورد.

(۳) روی یک شاخه پيله درست می کند.

(۴) کرم تبدیل به پروانه می شود و پروانه پيله را سوراخ می کند و از آن خارج می شود.

۱۴- مراحل زندگی قورباغه را به ترتیب نام ببرید.

(۱) نوزاد قورباغه از تخم بیرون می آید.

(۲) پس از مدتی دم خود را از دست می دهد.

(۳) دست و پایش رشد می کند.

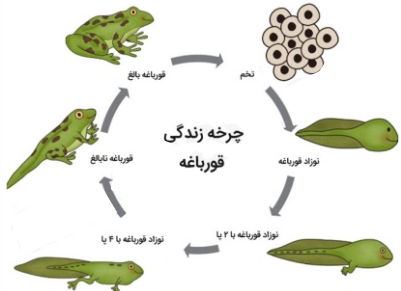
(۴) از آب خارج می شود و در خشکی زندگی می کند.

۱۵- مراحل زندگی لاک پشت را به ترتیب نام ببرید

(۱) لاک پشت‌ها در گودال تخم می گذارند و روی آن را با خاک می پوشانند.

(۲) بعد از مدتی بچه لاک پشت‌ها از خاک بیرون می آیند.

(۳) بچه لاک پشت‌ها به سوی دریا می روند و در آن جا رشد می کنند.



چرخه ی زندگی لاک پشت



۱- چرخ ریسک چگونه آشیانه اش را می بافد؟

چرخ ریسک شاخه‌ها و برگ‌های نازک گیاهان را جمع آوری می کند و با نوکش آن‌ها را به هم می بافد.

۲- چرخ ریسک درون آشیانه‌ی خود را با چه چیزهایی پر می کند؟

با پرهای نرم خود یا پرندگان دیگر و یا با قسمت‌های نرم گیاهان

۳- چه کسی به چرخ ریسک توانایی ساختن آشیانه را داده است؟ خدای توانا

۴- سه جانور نام ببرید که برای خود لانه می سازد.

مورچه - زنبور - چرخ ریسک

۵- آیا همه‌ی جانوران برای خود لانه می سازند؟

خیر، جانوران بزرگ برای خود لانه نمی سازند.

۶- چرا جانوران بزرگ برای خود لانه نمی سازند؟ مثال بزنید.

چون می توانند از خود و بچه‌هایشان مراقبت کنند مثل ببر، شیر، فیل، شتر و ...

۷- لانه برای جانوران چه فایده‌ای دارد؟

- از خود و بچه‌هایشان مراقبت می کنند.

- درون لانه تخم می گذارند و از آن‌ها مراقبت می کنند.

- درون لانه غذا ذخیره می کنند.

۸- دو جانور نام ببرید که زیر خاک لانه می سازد؟

مورچه و خرگوش

۹- خرگوش چگونه از بچه‌های خود مراقبت می کند؟

آن‌ها را در لانه‌هایی در زیر خاک به دنیا می آورد و به آن‌ها شیر می دهد تا بزرگ شوند.

۱۰- کدام جانوران ممکن است خرگوش را شکار کنند؟ روباه و عقاب

۱۱ - کانگوروها در کجا از بچه‌ی خود مراقبت می کنند؟

در کیسه‌ای در جلوی شکم خود و در آن جا به بچه شیر می دهند.

۱۲- ما از چه راه‌هایی می توانیم به جانوران کمک کنیم تا سالم بمانند؟

- محیط زندگی آن‌ها را آلوده نکنیم.

- جنگل‌ها را از بین نبریم.

- آب رودخانه‌ها و دریاها را آلوده نکنیم.





موضوع: درس ۱۲ (برای جشن آماده شویم)

تاریخ

نام و نام خانوادگی

هدف:

۱- ماده چیست؟

چیزهای اطراف ما ماده نام دارد.

۲- انواع ماده را نام ببرید.

جامد، مایع، گاز

۳- جامد چیست؟

موادی که شکل ثابت و معینی دارند مثل کتاب، گردو، کشمش و ...

۴- مایع چیست؟

موادی که از خود شکل ندارند و در هر ظرفی ریخته شوند به شکل همان ظرف در می آیند مثل شیر، شربت، روغن و ...

۵- یک حبه قند و یک سیب از چه نظر با هم شباهت دارند؟ از چه نظر با هم تفاوت دارند؟

شباهت: هر دو ماده و جامد هستند.

تفاوت: حبه قند جای کمتری می گیرد.

۶- اگر کره را گرم کنیم به چه ماده ای تبدیل می شود؟ مایع

۷- چه عواملی باعث تغییر حالت مواد می شود؟ گرما و سرما

۸- اگر آب را در ظرفی بریزیم و در فریزر بگذاریم چه می شود؟

یخ می بندد و تبدیل به جامد می شود.

۹- مواد جامد چگونه به مایع تبدیل می شوند؟

بر اثر گرما مثل ذوب شدن یخ و شکلات و کره

۱۰- مواد مایع چگونه به جامد تبدیل می شوند؟

بر اثر سرما مثل تبدیل شدن آب به یخ

۱۱- آب در طبیعت به سه شکل ماده می باشد. آن ها را نام ببرید.

جامد: یخ

مایع: آب

گاز: بخار آب



موضوع: درس ۱۱ (من رشد می کنم)

تاریخ

نام و نام خانوادگی

هدف:

۱- مراحل رشد انسان را به ترتیب نام ببرید.

(۱ نوزادی (۲ کودکی (۳ نوجوانی (۴ جوانی (۵ میانسالی (۶ سالمندی

۲- برای این که سالم باشیم و خوب رشد کنیم، چه کارهایی باید انجام دهیم؟

- ورزش کنیم.

- غذاهای سالم استفاده کنیم.

- لبنیات و شیر بخوریم.

- بهداشت را رعایت کنیم.

۳- لبنیات چیست؟

به مواد غذایی مانند شیر، ماست، کره، دوغ و پنیر لبنیات می گویند.

۴- چرا باید لبنیات بخوریم؟

چون دندان ها و استخوان هایمان خوب رشد کنند.

۵- برای آن که دندان هایمان سالم بمانند، باید چه کار کنیم؟

- بعد از خوردن غذا مسواک بزنیم.

- شیر بخوریم.

- پوست پسته را با دندان نشکنیم.

- هر ۶ ماه یکبار به پزشک مراجعه کنیم.

۶- با چه وسیله ای می توان دهان و دندان خود را پاکیزه نگه داشت؟ با مسواک و خمیر دندان

۷- درآمدن اولین دندان مربوط به کدام مرحله از زندگی است؟ نوزادی

۸- چرا باید از دندان های شیری خود مراقبت کنیم؟

برای این که دندان های دائمی درست در بیایند و خوب رشد کنند.

۹- رشد یعنی چه؟

بزرگ شدن موجودات زنده را رشد می گویند.

۱۰- از دوره ی نوزادی تا هشت سالگی چه تغییراتی ایجاد می شود؟

درآمدن دندان، بلند شدن قد، زیاد شدن وزن، راه رفتن و ...

۱۱- در هنگام خرید مواد غذایی به چه چیزی باید توجه کرد؟ تاریخ مصرف





۱- اصلی ترین ماده‌ی غذایی کشور ما چیست؟ نان

۲- مراحل تهیه‌ی نان را به ترتیب نام ببرید.

(۱) درو کردن گندم

(۲) آسیاب کردن گندم و تهیه‌ی نان

(۳) خمیر کردن آرد

(۴) پختن خمیر در نانواپی

۳- درو کردن چگونه انجام می‌شود؟

گندم‌ها به وسیله‌ی داس یا به کمک ماشین مخصوص (کمباین) جمع‌آوری می‌شوند.

۴- در مرحله‌ی آسیاب کردن چه کاری انجام می‌شود؟

پوسته‌ی گندم جدا می‌شود و گندم به کمک آسیاب به ذرات ریزتر تبدیل می‌شود.

۵- انواع آسیاب‌ها را نام ببرید.

آسیاب آبی، آسیاب بادی، آسیاب برقی، آسیاب دستی

۶- در مرحله‌ی خمیر کردن چه کاری انجام می‌شود؟

آرد گندم با آب به کمک مخلوط‌کن، مخلوط می‌شود.

۷- خمیر کردن آرد چگونه انجام می‌شود؟

به صورت دستی یا به کمک مخلوط‌کن

۸- چند نمونه از روش‌های پخت نان را نام ببرید.

در تنور سنتی، در تنور نانواپی، در تنور صنعتی (دستگاه)

۹- از ضایعات نان چه استفاده‌ای می‌شود؟

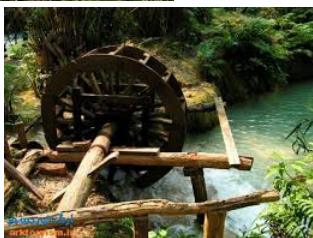
برای خوراک دام و حیوانات خانگی مثل مرغ و خروس

۱۰- چگونه از هدر رفتن نان جلوگیری کنیم؟

- نان صحیح پخته شود.

- نان را به اندازه بگیریم.

- اضافه‌ی نان را در کیسه و فریزر بگذاریم.



۱- مواد مختلف را چگونه نگهداری می‌کنند؟

- بعضی مواد را در جای خشک نگهداری می‌کنیم مثل آجیل، شکر

- بعضی مواد را در جای سرد نگهداری می‌کنیم مثل شربت، ژله

- بعضی مواد را دور از نور نگهداری می‌کنیم مثل سیب‌زمینی، پیاز

۲- آب چه تأثیری بر روی بعضی از مواد دارد؟

آب موجب تغییر شکل بعضی از مواد می‌شود.

۳- آب بر روی هر یک از مواد زیر چه تأثیری می‌گذارد؟

(کاغذ- بیسکویت- گچ- شکر- آرد)

در کاغذ، بیسکویت و شکر باعث نرم شدن و یا باز شدن این مواد می‌شود ولی در گچ و آرد باعث سفت شدن این مواد می‌شود.

۴- شوینده‌ها (مایع ظرف‌شویی- پودر لباس‌شویی) بر چربی‌ها چه اثری دارند؟

شوینده‌ها چربی‌ها را از بین می‌برند.

۵- شوینده‌ها در آب سرد چربی‌ها را از بین می‌برند یا در آب گرم؟ در آب گرم

۶- آیا می‌توانیم بیش از حد از شوینده‌ها استفاده کنیم؟

خیر- چون اثر بد بر محیط زیست دارند.

۷- زباله‌ها به چند گروه تقسیم می‌شوند؟

(۱) زباله‌های تر (۲) زباله‌های خشک (قابل استفاده، غیرقابل استفاده) (۳) کاغذ

۸- برای زباله‌های خشک و قابل استفاده مثال بزنید.

شیشه، فلزات، مواد پلاستیکی

۹- برای زباله‌های خشک و غیرقابل استفاده مثال بزنید.

پوشک بچه، دستمال کاغذی استفاده شده، زباله‌های بیمارستانی

۱۰- بازیافت یعنی چه؟

استفاده‌ی دوباره از مواد دور ریختنی

۱۱- جدا کردن مواد دور ریختنی چه فایده‌ای دارد؟

محیط زیست کمتر آلوده می‌شود و می‌توانیم از بعضی زباله‌ها مثل کاغذ دوباره استفاده کنیم و در نتیجه به حفظ محیط زیست کمک کنیم.

