

زنگ علوم

۱- ابزار های مهم جمع آوری اطلاعات چیست ؟

پرسش نامه - مصاحبه - مشاهده

۲- 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 .

۳- پرسش نامه را تعریف کنید .

جمع آوری نظرات دیگران در باره ی یک موضوع به صورت کتبی را پرسش نامه می گوئیم .

۴- مصاحبه را تعریف کنید .

جمع آوری اطلاعات از طریق گفت و گو با کارشناسان و متخصصان را مصاحبه می گوئیم .

۵- مراحل کار یک پژوهشگر را نام ببرید .

مشاهده کردن - پرسیدن - جمع آوری اطلاعات - ساختن فرضیه - آزمایش کردن فرضیه - نتیجه گیری

۶- اولین قدم در تحقیق مریم و دوستانش چه بود ؟ طرح پرسش

۷- چه کسانی در مورد تغذیه ی مناسب اطلاعات دارند ؟

پزشک - مربی بهداشت - متخصص و بزرگ تر ها

۸- شما در زنگ های تفریح چه غذاهای سالمی استفاده می کنید ؟

از لقمه های مختلف مانند نان و پنیر - انواع میوه - نخود و کشمش و

۹- چرا در یک پژوهش باید اطلاعات را یادداشت کنیم ؟

چون یادداشت باعث می شود چیزی از اطلاعات را از یاد ببریم و آنها را مرتب کنیم .

در زندگی چیزی بدتر و خطرناک تر از بی

نظمی نیست



خوراکی ها

۱- برای انجام دادن چه کارهایی به غذای سالم و مناسب نیاز داریم ؟

برای حرکت ، تنفس ، صحبت ، فکر کردن ، نوشتن و انجام همه ی کارهای روزمره ی خود به غذای سالم نیاز داریم .

۲- خوردن موجب بیماری فشار خون می شود . نمک اضافی

۳- خوردن موجب زیاد شدن وزن و بیماری قند خون می شود . شیرینی اضافی

۴- طبقه بندی مواد غذایی را نام ببرید .

۱ (پروتئین ها - ۲) ویتامین ها - ۳ (چربی ها - ۴) نان و غلات

۵- برای هر گروه از مواد غذایی چند مثال بزنید .

طبقه بندی خوراکی ها



گروه نان و غلات : ماکارونی - آرد - برنج - نان - سیب زمینی - ذرت

گروه پروتئین ها: گوشت قرمز - ماهی - مرغ - تخم مرغ - حبوبات - لبنیات

گروه 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 نان و غلات در بدن چیست ؟

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

۷- نقش ویتامین ها در بدن چیست ؟

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

۸- نقش پروتئین ها در بدن چیست ؟

این گروه باعث رشد بدن ما می شوند .

۹- نقش چربی ها در بدن چیست ؟

این گروه انرژی بدن را تامین می کنند .

خوردن زیاد این مواد برای بدن زیان دارد .

۱۰- نقش مواد نگهدارنده در برخی از خوراکی ها چیست؟

این مواد از فاسد شدن مواد غذایی جلوگیری کرده و مدت نگه داری غذاها را طولانی می کنند.

۱۱- چند روش نگهداری طولانی مدت از مواد غذایی را نام ببرید؟

اضافه کردن نمک - اضافه کردن شکر - نگهداری مواد با سرکه

۱۲- برای سالم ماندن مواد غذایی باید چه کرد؟

باید آنها را در شرایط مناسب نگهداری کرد مانند جاهای سرد و خشک

۱۳- هنگام خرید مواد غذایی باید به چه چیزی توجه کنیم؟ به تاریخ مصرف آنها

۱۴- چهار خوراکی غیر بهداشتی را نام ببرید؟

پفک - چیپس - لواشک - نوشابه

۱۵- نام دو ماده غذایی که مواد نگهدارنده دارند را نام ببرید؟

تن ماهی و شیر پاکتی

۱۶- آش رشته یکی از غذاهای ایرانی است. برای پختن این غذا از کدام گروه های مواد غذایی استفاده می شود؟

حبوبات (لوبیا - نخود - عدس) ، سبزی ، رشته ، کشک و روغن

پرسیدن عیب نیست ندانستن

عیب است



مواد اطراف ما (۱)

۱- ماده چیست؟

بیشتر آن چه که در اطراف ما هستند ماده نام دارند.

۲- سه حالت ماده را نام ببرید؟

جامد - مایع - گاز

۳- حباب هایی که از آب و صابون ساخته اید از چه چیزی پر شده اند؟ از هوا

۴- چرا هنگام باد کردن باد کتک اندازه ی آن به تدریج بزرگتر می شود؟

زیرا با فوت کردن باد کتک هوای بیشتری وارد آن می کنیم.



۵- گاز چیست؟

به موادی مانند هوا که در همه جای ظرف پخش می شوند گاز می گویند.

۶- همه ی گیاهان و جانوران برای زنده ماندن به نیاز دارند. هوا

۷- مهمترین گازی است که در اطراف ماست و رنگ و بو ندارد و دیده نمی شود. هوا

۸- برای غواصی در زیر آب و تنفس بیماران در بیمارستان از گاز اکسیژن، برای خاموش کردن آتش از گاز دی اکسید کربن

استفاده می شود و اجاق گاز با کمک گاز متان روشن می شود.

۹- گاز پر ارزش اکسیژن توسط تولید می شود. گیاهان

۱۰- مواد همیشه به یک حالت باقی (نمی مانند)

۱۱- دو مورد از موارد استفاده ی گاز را بنویسید. پختن غذا و تنفس

۱۲- برای تبدیل جامد به مایع به گرما و برای تبدیل مایع به جامد به سرما نیاز داریم.

۱۳- چه چیزی باعث تغییر حالت مواد می شود؟ گرما و سرما

۱۴- چرا ما هوا را نمی بینیم؟ چون این ماده رنگ ندارد آن را نمی بینیم.

۱۵- ذوب شدن چیست ؟

تبدیل یک ماده از حالت جامد به حالت مایع در اثر گرما را ذوب می نامند مانند ذوب شدن برف ، یخ ، آهن ، شکلات و بستنی

۱۶- انجماد چیست ؟

تبدیل یک ماده از حالت مایع به حالت جامد در اثر سرما را انجماد می نامند مانند یخ بستن آب درون یخچال

۱۷- تبخیر چیست ؟

تبدیل یک ماده از حالت مایع به حالت گاز در اثر گرما را تبخیر می گویند .مانند تبخیر آب درون کتری یا تبخیر آب درون غذا روی شعله گاز

۱۸- میعان چیست ؟

تبدیل یک ماده از حالت گاز به حالت مایع در اثر سرما را میعان می نامند . مانند تشکیل قطرات آب بر روی پارچ آب سرد

۱۹- می تواند به هر سه حالت جامد ، مایع و گاز در طبیعت دیده شود . آب

۲۰- ویژگی های جامد ، مایع و گاز را توضیح دهید .

مواد جامد حجم و شکل ثابتی دارند ، اما مواد مایع شکل ظرفی را که در آن ریخته می شوند به خود می گیرند . گازها هم شکل معینی ندارند .

