



نام کلاس:

نام و نام خانوادگی:

۸) هر عبارت را به کلمه‌ی مربوط به آن وصل کنید.

- | | | |
|-----------------|---|--|
| • (۱) جرم | • | • الف) برای اندازه‌گیری حجم مقدار کمی از مایع‌ها از آن یکا استفاده می‌شود. |
| • (۲) میلی‌لیتر | • | • ب) به مقدار جایی که هر ماده می‌گیرد می‌گویند. |
| • (۳) حجم | • | • پ) وسیله‌ای که با آن جرم اجسام را اندازه‌گیری می‌کنند. |
| • (۴) ترازو | • | • ت) مقدار ماده‌ی تشکیل دهنده‌ی هر جسم است. |



۹) جملات درست را با علامت ✓ و جملات نادرست را با علامت ✗ مشخص کنید.



الف) بشقاب سلامت به ما نشان می‌دهد هر روز چه مقدار از هر گروه موادغذایی بخوریم.



ب) مصرف گروه ویتامین‌ها به ما انرژی می‌دهد.



پ) گروه چربی‌ها بزرگ‌ترین گروه در بشقاب سلامت است.



ت) اگر روی برچسب سیب سلامت یک سطر قرمز داشت، باید در مصرف آن خوراکی احتیاط کنیم.



۱۰) گزینه‌ی صحیح را مشخص کنید.

الف) کدام گزینه به این ترتیب «پروتئین، غلات، ویتامین، چربی» دسته‌بندی شده است؟

(۲) نخود، ماکارونی، روغن، موز

(۱) کاهو، گندم، گوشت، کره

(۴) مرغ، موز، ماکارونی، روغن

(۳) عدس، نان، موز، روغن

ب) کدام مواد غذایی از گروه پروتئین‌ها است؟

(۴) سیب‌زمینی

(۳) پیاز

(۲) آجیل

(۱) پنیر

۱۱) جاهای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید.

الف) برای اندازه گیری جرم جسم های سبک از یکای استفاده می کنند.

ب) هر کیلوگرم برابر با گرم است.



۱۲) پاسخ دهید.

الف) تاریخ مصرف به چه معناست؟

.....

ب) کمبود گروه میوه ها و سبزی ها برای ما چه ضررهایی دارد؟

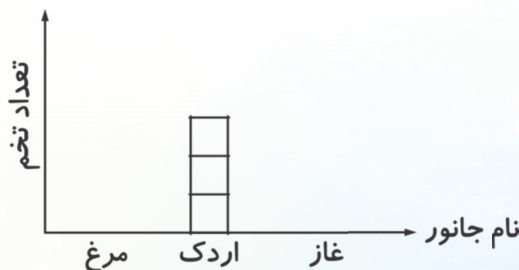
.....



۱۳) به اطلاعات جدول و نمودار دقت کنید: الف) جاهای خالی در نمودار و جدول را کامل کنید.

ب) کدام پرنده کمترین تخم را می گذارد؟

نام جانور	تعداد تخمها در یک روز
مرغ	++++
اردک	?
غاز	////



۱۴) در دو ظرف کاملاً مشابه دانهی سبزی کاشتیم، ظرف شمارهی (۱) را در جای گرم و ظرف شمارهی (۲) را در جای سرد

گذاشتیم. بعد از یک هفته در ظرف شمارهی (۱)، ۲۰ جوانهی سبزی و در ظرف شمارهی (۲)، ۱۵ جوانهی سبزی دیده شد. از این

اطلاعات چه نتیجه ای می توان گرفت؟