

«به نام خدا»

آزمون عملکردی علوم – پایه سوم

نام و نام خانوادگی: هدف: تاریخ:

هدف:

۱) گروه های مختلف مواد غذایی را بشناسد.

۲) نقش آنها را در بدن تشخیص بدهد.

۳) راه های نگهداری مواد غذایی را نام ببرید.

طرح سوال:

۱) نقش ویتامین ها (میوه ها و سبزی ها) در بدن ما چیست؟

الف) به بدن انرژی می دهد ب) بدن را گرم نگه می دارد ج) بدن را سالم نگه می دارد

۲) برای سالم ماندن مواد غذایی باید آنها را در چه شرایطی نگه داری کرد؟

الف) محیط سرد ب) محیط گرم ج) محیط خشک د) محیط مناسب

۳) کدام دسته از مواد غذایی زیر جزء پروتئین ها هستند؟

الف) برنج، ماکارانی، نان ب) گوشت، لبنیات ج) حبوبات، برنج، گوشت

۴) نان و نشاسته چه نقشی در بدن دارند؟

الف) بدن را سالم نگه می دارند ب) به بدن انرژی می دهند ج) به رشد بدن کمک می کنند و به بدن انرژی می دهند

۵) هر خوراکی را به گروه خود وصل کن.

خامه

سیب

نان

سیب زمینی

شیر

کره

گوشت

خرما

ماکارانی

تخم مرغ

نشاسته

ویتامین

چربی

پروتئین

۶- چرا به مواد غذایی ، مواد نگهدارنده می زنند؟

۷- در موقع خرید خوراکی ها به چه نکاتی باید توجه کنیم؟

۸- مصرف چه روغن هایی برای بدن بهتر است؟

۹- ملاک و شواهد

متوسط	خوب	خیلی خوب	ملاک ها و شواهد عملکردی
			گروه های مختلف مواد غذایی را می داند.
			نقش مواد غذایی را در بدن تشخیص می دهد.
			راه های نگهداری مواد غذایی را می داند

۱۰- ورد آموزگار:

به نظر خودم و معلم در این آزمون یاد گرفتم که

به نظر خودم و معلم باد در چه مواردی بیشتر تلاش کنم...