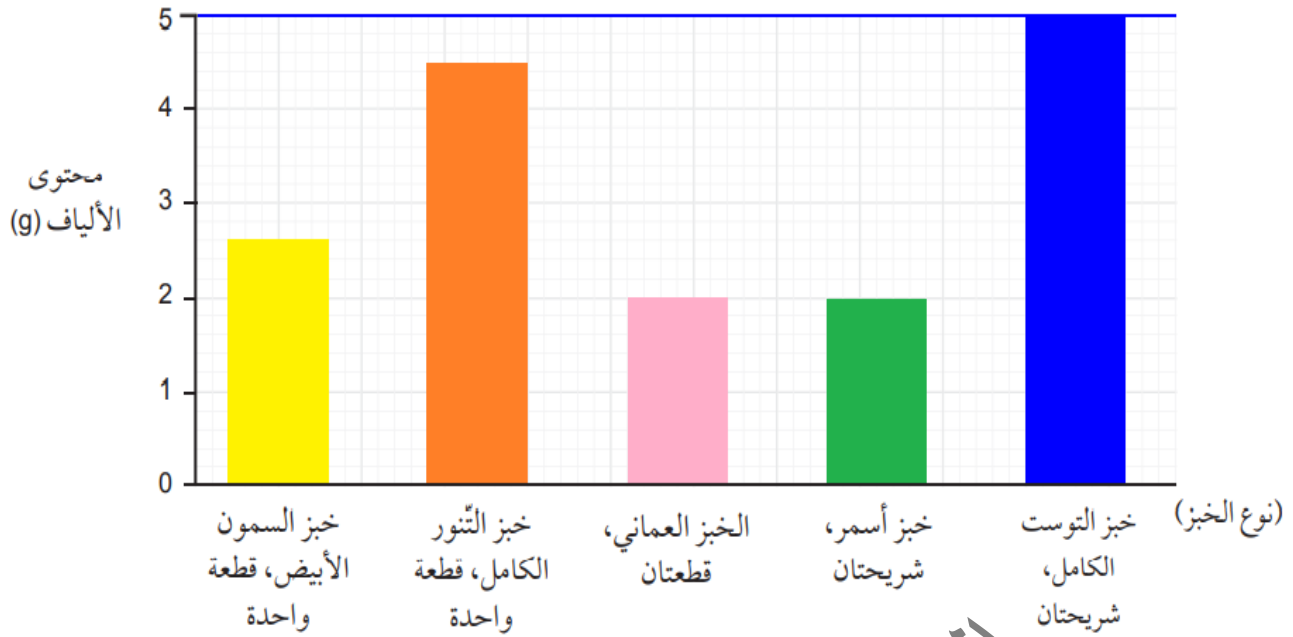


إجابات أسئلة نهاية الوحدة صف 9 الوحدة الرابعة

١

المادة الغذائية	أعط مثالاً واحداً على أهمية المادة الغذائية للإنسان	أعط مثالاً واحداً على مصدر جيد للمادة الغذائية
الكربوهيدرات	التنفس، تخزين الطاقة	المعكرونة؛ الأرز، البطاطس، الخبز، الذرة، البطاطا الحلوة
الدهون	تخزين الطاقة، العزل الحراري	لحوم؛ زيوت؛ زبدة، جبن؛ بيض؛ لبن زبادي
البروتينات	تكوين خلايا جديدة؛ إنتاج الأنزيم	لحوم؛ سمك؛ بيض؛ جبن؛ مَكْسَرَات؛ حليب؛ عدس؛ بقوليات
الماء	تفاعلات الأيض؛ السيتوبلازم؛ البلازما؛ عمليات الهضم	ماء؛ أي من المشروبات أو المرطبات أو العصائر؛ فواكه مثل البطيخ

- ٢ أ. تناول الطعام الذي يحتوي على المواد الغذائية المختلفة وخاصة مصادر غذائية لعُنصرَي الحديد والكالسيوم.
ب. مرض الكواشيوركور: نقص الوزن، البطن المنتفخة، الإكثار من تناول البروتين في النظام الغذائي.
مرض الهزال الشديد: نقص الوزن الشديد؛ الإكثار من تناول البروتينات والطاقة في النظام الغذائي.
- ٣ أ. لا؛ يحتوي على سكرات بنسبة % 78 من القيمة اليومية الموصى بها حيث يحتوي على نسبة عالية من السكر.
ب. ١. فيتامين ج (C).
٢. ينتج الكولاجين ويحافظ على الأنسجة في حالة جيدة.
٣. مرض الأسقربوط.
٤. يحتوي عصير البرتقال على سكر أقل.
- ٤ أ. يحافظ على أداء القناة الهضمية والقيام بوظائفها بشكل سليم.
ب. تمثيل بياني بالأعمدة؛ مع بيانات واضحة وبشكل صحيح؛ استخدام مقياس مناسب، عرض القيم بشكل صحيح.
محتوى الألياف في أنواع مختلفة من الخبز



ج. يحتوي خبز القمح الكامل على المزيد من الألياف لحجم الحصّة الغذائية نفسه.

٥ أ. زبدة؛ صفار البيض.

ب. لأن تعرّض الجلد لأشعة الشمس ينتج فيتامين د (D).

ج. لأنه ضروري لنمو عظام الجنين والرضيع.

٦ أ. يُقلّل من تدفّق الدم إلى القلب؛ مُسبّباً مرض القلب التاجي.

ب. الدهون المُشبّعة.

ج. أي ثلاثة من الأطعمة الآتية: لحوم حمراء؛ زبدة؛ حليب؛ جبنة؛ بيض.

د. أي طعام يُسمّيه الطالب يحتوي على دهون غير مُشبّعة، مثل الزيوت النباتية والأسماك والدجاج.

هـ. أي ثلاثة من: مشاكل المفاصل؛ مرض القلب؛ جلطة دماغية؛ مرض السكري؛ أو أي مشكلات صحيّة أخرى يُسمّيها.

٧ أ. بعض الجزيئات تستطيع أن تعبر من خلاله وبعضها الآخر لا يستطيع.

ب. ١. اليود.

٢. محلول بندكت.

ج. ١. بني.

٢. أحمر مائل إلى البني.

د. ١. لا يمكن أن يمر النشا عبر الغشاء.

٢. يمكن أن يمر الجلوكوز عبر الغشاء.