

إختبار إيقاظ علمي 2020 – مخفف  
الثلاثي الأول – سنة ثالثة ابتدائي

1. أكتب " صواب " أو " خطأ " أمام كل جملة:

❖ لا يستطيع الإنسان تغيير سرعة تنقله

❖ الإنسان يتنقل إلا جرياً

❖ تنتقل الحيوانات من أجل الهروب من العدو

❖ تنتقل الطيور المهاجرة بحثاً عن أوساط ملائمة لحياتها

2. أكمل بالتعليل المناسب:

- ❖ تسبح البطّة ل.....
- ❖ ينتقل الحيوان ل.....
- ❖ تجري النعامة ل.....
- ❖ ينتقل الإنسان ل.....
- ❖ تسبح البطّة ل.....

3. أشطب الخطأ في كل مرة:

- ❖ السمكة حيوان يعيش في البرّ والماء.
- ❖ الجمل حيوان يعيش في البرّ.

- ❖ تَنْتَقِلُ الضَّفَدَعُ فِي الْمَاءِ عَنْ طَرِيقِ أَطْرَافِهَا.
  - ❖ تَنْتَقِلُ السَّمَكَةُ فِي الْمَاءِ عَنْ طَرِيقِ أَجْنَحَتِهَا.
  - ❖ تَنْتَقِلُ السَّمَكَةُ فِي الْمَاءِ عَنْ طَرِيقِ زَعَانِفِهَا وَذَيْلِهَا.
4. أَصْلِحُ الْخَطَأَ:

❖ كُلُّ الطُّيُورِ تَطِيرُ.

.....

.....

❖ لِلسَّمَكَةِ شَكْلٌ مَخْرُوطِيٌّ يُسَاعِدُهَا عَلَى الْقَفْزِ.

.....

.....

5. اُكْتُبْ أَمَامَ كُلِّ إِفَادَةٍ " صَوَابٌ " أَوْ " خَطَأٌ ":

- ❖ الْعُطْلَةُ الْأُسْبُوعِيَّةُ حَدَثٌ دَوْرِيٌّ
  - ❖ الْأَحْدَاثُ الدَّوْرِيَّةُ هِيَ الَّتِي تَتَكَرَّرُ بِصِفَةِ غَيْرِ مُنْتَظِمَةٍ
  - ❖ الْمَرَضُ حَدَثٌ دَوْرِيٌّ
  - ❖ الصَّلَوَاتُ الْخَمْسُ أَحْدَاثٌ دَوْرِيَّةٌ
- .....
- .....
- .....
- .....

6. أَرْبِطْ بِمَا يُنَاسِبُ:

لا يَتَكَرَّرُ بانتظام

الْحَدَثُ الدَّوْرِيُّ

يَتَكَرَّرُ بانتظام

الْحَدَثُ الْغَيْرِ دَوْرِيٍّ

## الإصلاح

### 1. أُكْتُبْ " صَوَابٌ " أَوْ " خَطَأٌ " أَمَامَ كُلِّ جُمْلَةٍ:

خطأ

❖ لَا يَسْتَطِيعُ الْإِنْسَانُ تَغْيِيرَ سُرْعَةِ تَنَقُّلِهِ

خطأ

❖ الْإِنْسَانُ يَتَنَقَّلُ إِلَّا جَرِيًّا

صواب

❖ تَتَنَقَّلُ الْحَيَوَانَاتُ مِنْ أَجْلِ الْهُرُوبِ مِنَ الْعَدُوِّ

صواب

❖ تَتَنَقَّلُ الطُّيُورُ الْمُهَاجِرَةُ بَحْنًا عَنْ أَوْسَاطٍ مُلَائِمَةٍ لِعَيْشِهَا

### 2. أَكْمِلْ بِالتَّعْلِيلِ الْمُنَاسِبِ:

❖ تَسْبَحُ الْبَطَّةُ لِتَبْحَثَ عَنْ طَعَامٍ

❖ يَتَنَقَّلُ الْحَيَوَانُ لِلْبَحْثِ عَنِ الْغِذَاءِ وَالْهَرَبِ مِنْ عَدُوِّهِ

❖ تَجْرِي النِّعَامَةُ لِتَهْرَبَ مِنَ الْعَدُوِّ.

❖ يَتَنَقَّلُ الْإِنْسَانُ لِلْعَمَلِ، لِلْعِلَاجِ، .....

❖ تَسْبَحُ السَّمَكَةُ لِتَبْحَثَ عَنْ طَعَامٍ

### 3. أَشْطَبُ الْخَطَأِ فِي كُلِّ مَرَّةٍ:

- ❖ السَّمَكَةُ حَيَوَانٌ يَعِيشُ فِي الْبَرِّ وَالْمَاءِ.
- ❖ الْجَمَلُ حَيَوَانٌ يَعِيشُ فِي الْبَرِّ.
- ❖ تَنْتَقِلُ الضَّفَدَعُ فِي الْمَاءِ عَنْ طَرِيقِ أَطْرَافِهَا.
- ❖ تَنْتَقِلُ السَّمَكَةُ فِي الْمَاءِ عَنْ طَرِيقِ أَجْنَحَتِهَا.
- ❖ تَنْتَقِلُ السَّمَكَةُ فِي الْمَاءِ عَنْ طَرِيقِ زَعَانِفِهَا وَذَيْلِهَا.

### 4. أَصْلَحُ الْخَطَأُ:

- ❖ كُلُّ الْحَيَوَانَاتِ تَطِيرُ.
- لَيْسَ كُلُّ الْحَيَوَانَاتِ تَطِيرُ، هُنَاكَ حَيَوَانَاتٌ تَطِيرُ، حَيَوَانَاتٌ تَقْفُزُ وَ أُخْرَى تَسْبَحُ
- ❖ لِلسَّمَكَةِ شَكْلٌ مَخْرُوطِيٌّ يُسَاعِدُهَا عَلَى الْقَفْزِ.
- لِلسَّمَكَةِ شَكْلٌ مَخْرُوطِيٌّ يُسَاعِدُهَا عَلَى السِّبَاحَةِ.

### 5. أَكْتُبْ أَمَامَ كُلِّ إِفَادَةٍ " صَوَابٌ " أَوْ " خَطَأٌ "

- ❖ الْعُطْلَةُ الْأُسْبُوعِيَّةُ حَدَثٌ دَوْرِيٌّ
  - ❖ الْأَحْدَاثُ الدَّوْرِيَّةُ هِيَ الَّتِي تَتَكَرَّرُ بِصِفَةِ غَيْرِ مُنْتَظِمَةٍ
  - ❖ الْمَرَضُ حَدَثٌ دَوْرِيٌّ
  - ❖ الصَّلَوَاتُ الْخَمْسُ أَحْدَاثٌ دَوْرِيَّةٌ
- صواب  
خطأ  
خطأ  
صواب

### 6. أَرْبُطْ بِمَا يُنَاسِبُ:

الْحَدَثُ الدَّوْرِيُّ لَا يَتَكَرَّرُ بَانْتِظَامٍ

الْحَدَثُ الْغَيْرُ دَوْرِيٌّ يَتَكَرَّرُ بَانْتِظَامٍ

# الإختبار الأول في الإيقاظ العلمي

## السنة الثالثة

**السند 1 =** أطفأت الأم المصابيح الكهربائية ودخلت الغرفة بيدها خبزة مرطبات وعليها عشر شموع مشتعلة . إنه عيد ميلاد ابنتها فاطمة . وضعتها على الطاولة ثم وزعت الحلوى على جميع المدعوين الذين غنوا ورقصوا ثم قدموا الهدايا لفاطمة .

**التعليمة 1-1 :** أكمل الجدول بالمسطر في السند الأول :

جسم مضيء	جسم منير

مع 1

--	--	--

**السند 2 =** في نهاية الحفل غادر جميع المدعوين منزل فاطمة وتوجهت إحدى صديقاتها إلى محطة سيارات الأجرة .

**التعليمة 1-2 :** أشطب الظل الخاطئ لللاعب .



مع 1

--	--	--

**التعليمة 2-2 :** ارسم ظل البنية لتوفر ثلاثة عناصر ما هي ؟

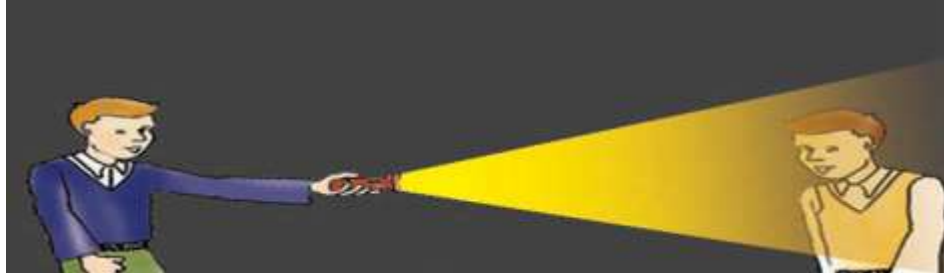
..... و ..... و .....

مع 2

--	--	--

**السند 3 =** أثناء السير شاهدت البنية صورة على هاتفها الجوال.

**التعليمة 3-1 :** أرسم على وجه الشخص الذي يرى الآخر بوضوح علامة:



مع 1

--	--	--

**التعليمة 3-1 :** أعلل :

استطاع أحدهما رؤية الآخر لأنه .....

مع 2

--	--	--

**السند 4=** وجدت فاطمة من بين الهدايا قرصاً مضغوطاً فأرادت الإطلاع على محتواه فظهرت على شاشة الحاسوب مجموعة من التمارين حول الضوء .  
ساعدتها على إيجاد الحلول لهذه التمارين :  
**التعليمة 1-4 :** أعلل إجابتي :

- الهواء يسمح بمرور الضوء لأنه وسط .....
- لا نرى الأسماك في قاع البحر لأنه وسط .....
- أرى ظليين للاعب واحد لوجود .....

مع2

--	--	--

**التعليمة 2-4 :** أكتب صواب أو خطأ ثم أصلح المعلومة الخاطئة :

- الأجسام الشفافة نرى من خلالها الأشياء بوضوح [ ..... ]
- .....
- الهيكل العظمي به 4 أجزاء هي الجمجمة والقفص الصدري والأطراف والجذع [ ..... ]
- .....
- ينتشر الضوء في الأوساط العاتمة المتجانسة حسب خطوط مستقيمة [ ..... ]
- .....

مع3أ

--	--	--

**التعليمة 3-4 :** أعيد كتابة الإفادة مع إصلاح المعلومة الخاطئة :  
=القمر يستمد ضوءه من الأرض وينثره فنشاهده .

مع3ب

--	--	--

=تتضمن الجمجمة عظاماً طويلة.

=الشمس هي جسم مضاء ومنير.

جدول إسناد الأعداد

التميز مع3ب	معايير الحد الأدنى			مستويات التملك
	مع3أ	مع2	مع1	
0	0	0	0	-
2	2	1.5	1.5	+
3	4	3	3	++
5	6	4.5	4.5	+++

# الإختبار الأول في الإيقاظ العلمي السنة الثالثة

**السند 1:** يوم الجمعة قصد أيمن المسجد صعبة والده لأداء صلاة الجمعة ثم توجه الى السوق لقضاء بعض الحاجيات .

**التعليمة 1-1 :** أضع العلامة (x) أمام الإفادة الصحيحة

☐

- صلاة الجمعة : حدث دوري

☐

: حدث غير دوري

☐

- التسوّق : حدث دوري

☐

: حدث غير دوري

**التعليمة 1-2 :** أصلح الخطأ إن وُجد :

● توجه أيمن إلى السّوق لتنشيط جسمه

.....

**السند 2 :** بعد ذلك توجه أيمن الى السوق الأسبوعية لبيع الحيوانات و هناك تفاجأ بكثرة أنواعها.

**التعليمة 1-2 :** ألون الحيوانات التي تنتقل في وسط واحد .



مع 1 ج

مع 3

مع 1 ج



**السند 3:** وجد أيمن مجموعة من الدّيكَة فأراد الإمساك بأحدها. حاول الدّيك الطّيران هرباً من أيمن لكن دون جدوى.

**التعليمة 3-1:** لماذا لا يستطيع الديك الطيران؟

\_\_\_\_\_  
مع 2 ج

**السند 4:** نظر أيمن إلى ساعته فلاحظ أن وقت العودة إلى المنزل قد حان فالعقرب الصغير يشير إلى الرابعة أم العقرب الكبير فيشير إلى 30 دق.

**التعليمة 4-1:** أربط بسهم

\_\_\_\_\_  
مع 1 ب

ساعة ذات عقارب

ساعة ذات خانات

ساعة حائطيّة

الساعة التي يملكها أيمن

**التعليمة 4-2:** أكمل الفراغ بما يناسب .

\_\_\_\_\_  
مع 2 ب

الساعة وسيلة ..... لتحديد ..... و قيس الفترات الزمنية القصيرة و الطويلة .

**السند 5:** نظر أيمن لوالده و سأله: " كيف تمكّن الأشخاص سابقاً من تحديد الزمن عبر السّاعة المائيّة و السّاعة الرمليّة.

**التعليمة 5-1:** أكتب " صواب" أو "خطأ"

\_\_\_\_\_  
مع 2 ب

السّاعة الرملية و السّاعة المائيّة أدوات لقيس الفترات الزمنية الطويلة

.....

**السند 6:** و في طريق العودة انزلق أيمن في غدير ماء فقفز ضفدع من الماء نحو اليابسة و هم بالفرار .

**التعليمة 6-1:** أربط بسهم:

\*قفزاً بواسطة أطرافه الخلفية

\*قفزاً بواسطة أطرافه الأمامية

\*بالتجديف بواسطة الغشاء الجلدي الرابط بين أصابعه

\*سباحة

ينتقل الضفدع في الماء

ينتقل الضفدع في البر

\_\_\_\_\_  
مع 1 ب

التعليمة 2-6: أصلح الخطأ إن وجد :

يتنقل الضفدع من الماء إلى اليابسة بحثاً عن قوته .

مع 3

التعليمة 3-6: لماذا لا تستطيع الدجاجة التنقل في الماء و البر معا مثل الضفدع ؟

مع 2 ج

السند 7: وصل أيمن إلى المنزل. فتحت الأم القفة فوجدت بها أسماكاً شهية مسكت بإحداها لكنها انزلقت من بين أصابعها.

التعليمة 1-7: لماذا تفرز الأسماك مادة لزجة تغطي جسمها؟

مع 2 ج

جدول إسناد الأعداد

معيار التمييز	معايير الحد الأدنى				
	مع 1 ب	مع 1 ج	مع 2 ب	مع 2 ج	
مع 3	0	0	0	0	انعدام التملك
2,5	1.5	1.5	1	1	التملك دون الأدنى
	3	3	2	2	التملك الأدنى
5	4.5	4.5	3	3	التملك الأقصى

# الإختبار الأول في الإيقاظ العلمي

## السنة الثالثة

\*ذهب أحمد صحبة أبويه إلى حديقة الحيوانات فانبهر بما شاهد من حيوانات:  
أربط كل حيوان باللائقة المناسبة حسب طريقة تنقله.



حيوانات تسبح

حيوانات تقفز

حيوانات تعدو



مع 1  
ل ل ل

\* أقرأ و أصلح الخطأ:

1 ( يعدو الحصان لأن قائمتيه الخلفيتين طويلتان.

2 ( تقفز الضفدعة لأن قائمتيها الأماميتين طويلتان و على شكل Z .

3 ( تطير النعامة لأن لها جناحين.

مع 3  
ل ل ل

\* أعجب أحمد بهذه الحيوانات وسأل أباه قائلاً:

- هذه الحيوانات تتنقل بطرق مختلفة ، فما هي دوافع تنقلها؟

تنقل الحيوانات لـ .....

مع 2  
ل ل ل

\* قام أحمد بأعمال مختلفة في حديقة الحيوانات ، أرتبها حسب المدة الزمنية التي تستغرقها :

إطعام قرد بموزة ○

التجول في أرجاء الحديقة. ○

تناول طعام الغداء في ركن من أركان الحديقة. ○

مع 1  
ل ل ل

\* عند غروب الشمس قرّرت العائلة الرجوع إلى الدّار فسمعوا أذان صلاة المغرب وشاهدوا الهلال معلنا حلول شهر قمريّ جديد .  
أستخرج من هذه الفقرة 3 أحداث دوريّة

\* .....  
\* .....  
\* .....

\* أقرأ و أصلح الخطأ:  
الحدث الدّوريّ يتكرّر مطابقا لنفسه في فترات زمنيّة غير متساويّة.

.....

مع2  
لـ

مع3  
لـ

مع3		مع2		مع1		درجات التّمك
0		0		0		انعدام التّمك
		2	1	2	1	دون التّمك الأدنى
4	2	4	3	4	3	التّمك الأدنى
8	6	6	5	6	5	التّمك الأقصى

# الإختبار الأول في الإيقاظ العلمي السنة الثالثة

السند عدد 1: في العطلة قرّرت الأم اصطحاب ابنها إلى حديقة الحيوانات .  
التعليمة عدد 1:

1-1: أكمل بحدث دوري أو غير دوري وأعلل إجابتي

- العطلة حدث ..... لأنّه .....

.....

- الذهاب إلى الحديقة حدث ..... لأنّه .....

.....

خرجت الأم وابنها من المنزل على الساعة التاسعة و45دق صباحا ووصلا إلى الحديقة بعد  
ربع ساعة.

التعليمة 1-2: أسجل وقت الخروج على ساعة ذات خانات ثمّ على ساعة ذات عقارب

التعليمة 1-3: أسجل ساعة الوصول

السند 2 : في الحديقة رأى أحمد مجموعة من الحيوانات فصنّفها حسب وسط تنقلها.

التعليمة 1-2: اشطب الدخيل في كل مجموعة

- عصفور

- صقر

- دجاجة

حيوانات تتنقل في الجو

- بط

- حلزون

- ضفدعة

حيوانات تتنقل في الماء والبرّ

- أسد

- سمك

- خروف

حيوانات تتنقل في البرّ

مع 1 ب

مع 2 ج

مع 1 ب

مع 2 ج

مع 2 ب

مع 2 ب

رأى أحمد حيوانات لها أجنحة ولا تطير فسأل أمّه عن سبب ذلك.

**التعليمة 2-2:** أساعد الأم على تقديم الإجابة

- هذه الحيوانات لا تطير لأن .....

مع 2 ج

**التعليمة 3-2:** اذكر سببا لتنقل الحيوانات

مع 1 ب

**السند 3:** شعر أحمد بالجوع فاشتريت الأم :

وعصيرا

وحليبيا

بسكويتا

مع 2 أ

**التعليمة 1-3:** أضع في إطار كلّ غداء يوفر الوقاية للجسم

**السند 4 :** واصل أحمد جولته وأعجب بالبلابل فقال :

مع 3 أ

"يساعد الجسم المخروطي البلبل على الطيران" فلم توافقه أمّه

**التعليمة 1-4:** أساعد الأم على إصلاح الخطأ

**السند 5:** قرّرت الأم العودة إلى المنزل فنظر أحمد إلى ساعته فوجدها تشير إلى الساعة

الواحدة بعد الزوال فقال "الساعة الواحدة بعد الزوال هي الساعة 14".

مع 3 ب

**التعليمة :** أصلح الخطأ

معايير التميز		معايير الحد الأدنى					
مع 3 ب	مع 3 أ	مع 2 ج	مع 2 ب	مع 2 أ	مع 1 ج	مع 1 ب	
2,5	2,5	0	0	0	0	0	انعدام التملك
		1	1	1	1	1	التملك دون الأدنى
		2	2	2	2	2	التملك الأدنى
5		3	3	3	3	3	التملك الأقصى

# الإختبار الأول في الإيقاظ العلمي السنة الثالثة

السؤال الأول (4ن): أكتب (ص) أمام الإجابة الصحيحة و(خ) أمام الإجابة الخاطئة

أسهر الى ساعة متأخرة من الليل (.....)

أستعمل الساعة لأنظم وقتي (.....)

أتناول الكثير من الحلويات و المشروبات الغازية (.....)

أحترم أوقات الأكل و أوقات الراحة (.....)

يتكون الغذاء الصحي من الفيتامينات، الكالسيوم و الأملاح المعدنية (.....)

أقيس الزمن بالميزان (.....)

أتناول اللمجة على الساعة العاشرة صباحا (.....)

لا تفيدني الساعة في حياتي اليومية (.....)

السؤال الثاني (2ن): أملأ الفراغ

" أقيس الزمن ب ..... و ..... و ..... و ..... "

السؤال الثالث (2ن): أربط بسهم

شهر رمضان ثم عيد الفطر

ننشأ النشيد الوطني و نرفع العلم

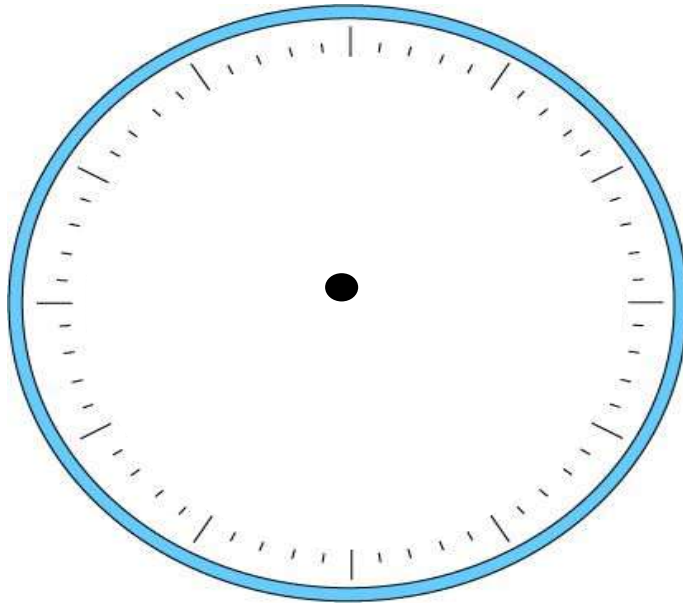
أتعلم الدرس ثم أنجز التمرين

أسجد عندما أكون أصلي

متعاقبة

متزامنة

السؤال الرابع (2ن): أكتب الأرقام داخل الساعة





# الإصلاح

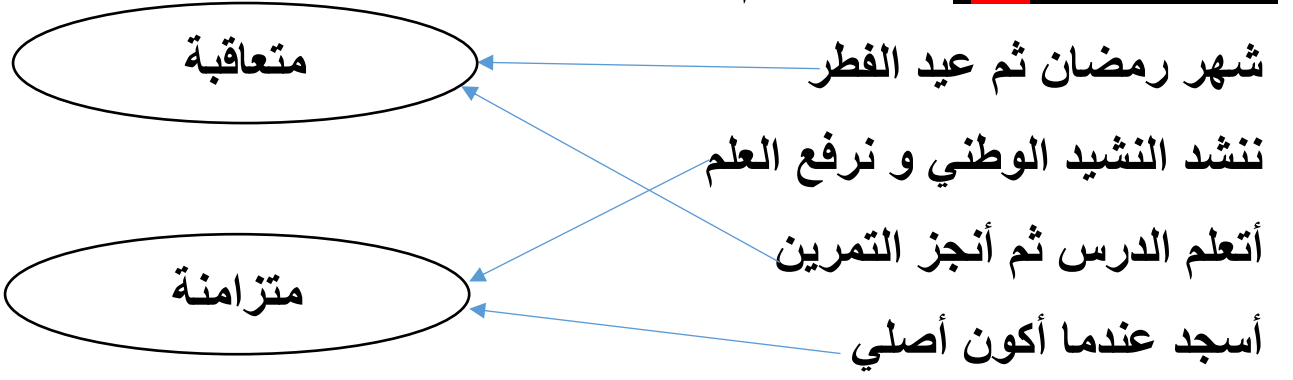
السؤال الأول (4ن): أكتب (ص) أمام الإجابة الصحيحة و(خ) أمام الإجابة الخاطئة

- أسهر الى ساعة متأخرة من الليل (خ....)
- أستعمل الساعة لأنظم وقتي (ص....)
- أتناول الكثير من الحلويات و المشروبات الغازية (خ....)
- أحترم أوقات الأكل و أوقات الراحة (ص....)
- يتكون الغذاء الصحي من الفيتامينات، الكالسيوم و الأملاح المعدنية (ص....)
- أقيس الزمن بالميزان (خ....)
- أتناول اللعجة على الساعة العاشرة صباحا (ص.....)
- لا تفيدني الساعة في حياتي اليومية (خ.....)

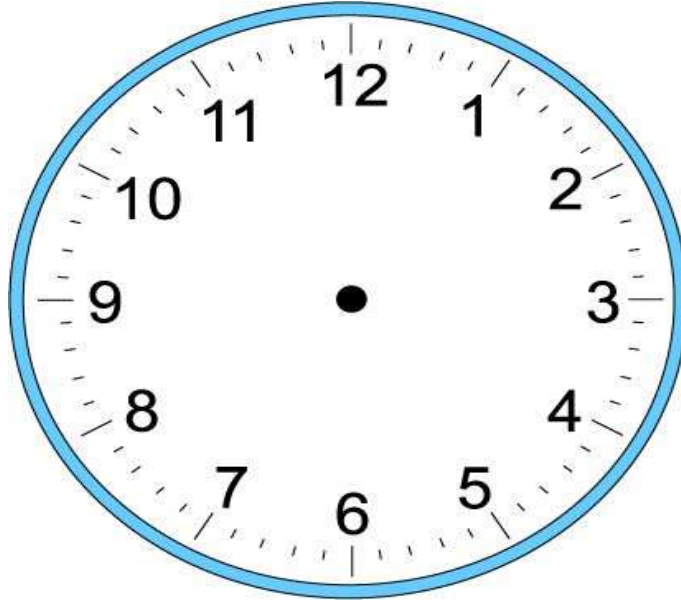
السؤال الثاني (2ن): أملأ الفراغ

" أقيس الزمن ب . الساعة .. و ... اليوم .. و .. الشهر ..... و السنة ....."

السؤال الثالث (2ن): أربط بسهم



السؤال الرابع (2ن): أكتب الأرقام داخل الساعة



# الإختبار الأول في الإيقاظ العلمي السنة الثالثة

**السند 1 :** ذات يوم ذهب سامي ، وأمين ، وزهير إلى الغابة .وعندما وصلوا قام سامي بممارسة رياضة الجري ، بينما تجول أمين في أرجاء الغابة ، أما زهير فقد اكتفى بالاستلقاء تحت ظل شجرة لاستنشاق الهواء النقي .بعد ذلك قام كل طفل بعد دقائق قلبه .

(1) أربط كل طفل بعدد دقائق قلبه :

سامي 97 دقة

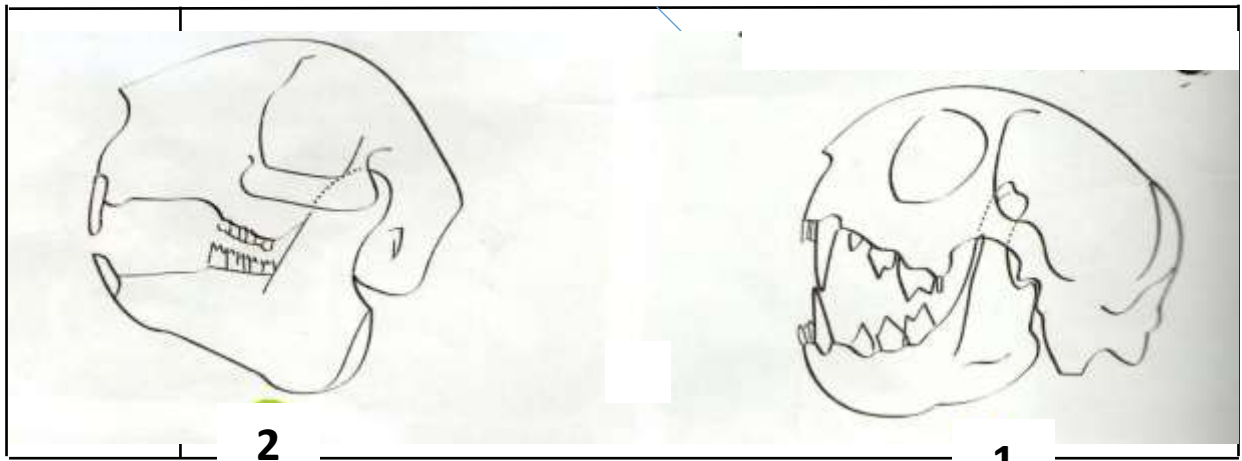
أمين 69 دقة

زهير 112 دقة

(2) أذكر بعض الأماكن في جسم الإنسان نستطيع جس النبض فيها :

.....،.....،.....

**السند 2 :** أثناء تجول أمين في الغابة وجد جمجمتين لحيوانين ، وبعض آثار الأقدام ، فأراد معرفة لأي حيوان تعود وعلى ماذا يتغذى ؟  
أ - ساعده على معرفة النظام الغذائي لكل حيوان مع شرح لماذا .



1- حيوان ..... لأن.....

2- حيوان ..... لأن.....

ب - إليك بعض الحيوانات رتبها في الجدول التالي :

الأرنب - الحصان - القط - البندا - الحمامة - البقرة

حيوانات ذات حوافر	حيوانات أصبعية	حيوانات أخمسية
.....	.....	.....
.....	.....	.....

**السند 3 :** بعدما تجول الأطفال في الغابة جلسوا لتناول وجبة الغذاء المتكونة من ( بيض ، خبز ، ياوورت ، ماء) وأخرج زهير علبتين من الشكولاتة ليأكلها بعد الوجبة .

ماذا ينقص الوجبة ؟ .....

.....

أذكر المشاكل الصحية التي يمكن لزهير المعاناة منها ؟.....،

.....

# الإصلاح

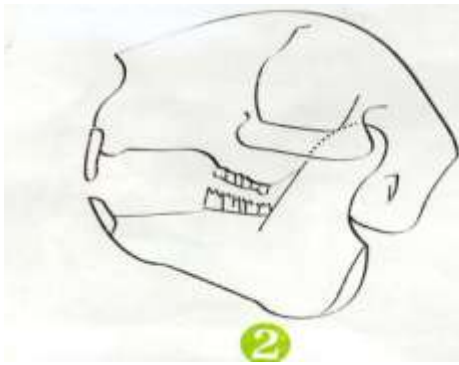
**السند 1 :** ذات يوم ذهب سامي ، وأمين ، وزهير إلى الغابة . وعندما وصلوا قام سامي بممارسة رياضة الجري ، بينما تجول أمين في أرجاء الغابة ، أما زهير فقد اكتفى بالاستلقاء تحت ظل شجرة لاستنشاق الهواء النقي . بعد ذلك قام كل طفل بعد دقائق قلبه .

(1) أربط كل طفل بعدد دقائق قلبه : (1.5ن)

سامي	97	دقة
أمين	69	دقة
زهير	112	دقة

(2) أذكر بعض الأماكن في جسم الإنسان نستطيع جس النبض فيها : (1.5ن)  
....الرقبة....،....المعصم....،....الصدر....

**السند 2 :** أثناء تجول أمين في الغابة وجد جمجمتين لحيوانين ، وبعض آثار الأقدام ، فأراد معرفة لأي حيوان تعود وعلى ماذا يتغذى ؟ (2ن)  
أ - ساعده على معرفة النظام الغذائي لكل حيوان مع شرح لماذا .



2



1

- 1- حيوان ... لاهم... لأن.. لديه أنياب حادة لتمزيق اللحم وأضراس لطحن اللحم....
- 2- حيوان... عاشب... لأن... لديه قواطع لقطع الأعشاب و أضراس لطحنها وليست له أنياب....

ب - إليك بعض الحيوانات رتبها في الجدول التالي : (3ن)  
الأرنب - الحصان - القط - البندا - الحمامة - البقرة

حيوانات ذات حوافر	حيوانات أصبعية	حيوانات أخمصية
...الحصان...	...الحمامة...	....الأرنب...
...البقرة.....	....القط.....	....البندا....

**السند3 :** بعدما تجول الأطفال في الغابة جلسوا لتناول وجبة الغذاء المتكونة من ( بيض ، خبز ، ياوورت ، ماء) وأخرج زهير علبتين من الشكلاطة ليأكلها بعد الوجبة . (2ن)

ماذا ينقص الوجبة ؟ .....ينقص هذه الوجبة عنصر من مجموعة الخضر والفواكه.....

أذكر المشاكل الصحية التي يمكن لزهير المعانات منها ؟....السمنة....،  
...تسوس الأسنان...

# الإختبار الأول في الإيقاظ العلمي السنة الثالثة

## التمرين الأول : 1 ن

ضع ( صحيح ) أو ( خطأ ) أمام كل عبارة:

- 1- للمحافظة على صحتنا يجب أن تكون تغذيتنا متوازنة. (.....)
- 2- تصنف الأغذية ضمن سبع مجموعات أساسية . (.....)
- 3- يبلغ عدد دقات قلب شخص عادي في حالة جلوس 70دقة في الدقيقة. (.....)
- 4- تراكم الدهون في الدم سببه الاكثار من تناول الخضر والفواكه. (.....)

## التمرين الثاني: 02.5 ن

صل بسهم بين كل مشكل صحي وسببه :

- |                      |  |
|----------------------|--|
| - السمنة             | - عدم غسل الأسنان بعد الأكل.           |
| - تسوس الأسنان .     | - نقص في تناول الحليب ومشتقاته .       |
| - مرض الكواشيوركور . | - الإكثار من تناول الدهون و السكريات . |
| - هشاشة العظام .     | - عدم تناول اللحوم ، الحليب و البيض .  |
| - ضعف الرؤية ليلا .  | - عدم تناول الجزر                      |

## التمرين الثالث: 2.75 ن

اكمل بما يناسب :

القلب ..... ب..... ويظهر نشاطه من خلال ..... ومن خلال ..... الذي يمكن .....  
في ..... من الجسم .  
يستجيب القلب لـ ..... العضلي ب..... نشاطه .  
يمكن جس النبض في أماكن محددة من الجسم ك..... و.....

## التمرين الرابع: 2.25 ن

املا الجدول بما يناسب :

الحيوان	نمط تنقله	سطح ارتكاز أقدامها على الأرض
الحمامة	.....	.....
الدب	.....	.....
الحصان	.....	.....

## التمرين الخامس: 1.5 ن

تصنف الأغذية ضمن ست مجموعات أساسية ، اذكر ثلاث منها ؟

.....-1

.....-2

.....-3

بالتوفيق



# الإصلاح

## التمرين الأول : 1 ن

ضع ( صحيح ) أو ( خطأ ) أمام كل عبارة:

- 1- للمحافظة على صحتنا يجب أن تكون تغذيتنا متوازنة. (صحيح)
- 2- تصنف الأغذية ضمن سبع مجموعات أساسية. (خطأ)
- 3- يبلغ عدد دقات قلب شخص عادي في حالة جلوس 70دقة في الدقيقة. (صحيح)
- 4- تراكم الدهون في الدم سببه الاكثار من تناول الخضر والفواكه. (خطأ)

## التمرين الثاني: 02.5 ن

صل بسهم بين كل مشكل صحي وسببه :

- |                                       |                      |
|---------------------------------------|----------------------|
| - عدم غسل الأسنان بعد الأكل.          | - السمنة             |
| - نقص في تناول الحليب ومشتقاته.       | - تسوس الأسنان .     |
| - الإكثار من تناول الدهون و السكريات. | - مرض الكواشيوركور . |
| - عدم تناول اللحوم ، الحليب و البيض   | - هشاشة العظام .     |
| - عدم تناول الجزر .                   | - ضعف الرؤية ليلا .  |

## التمرين الثالث: 2.75 ن

اكمل بما يناسب :

القلب ينبض باستمرار ويظهر نشاطه من خلال دقاته ومن خلال النبض الذي يمكن جسسه في عدة أماكن من الجسم .  
يستجيب القلب لزيادة الجهد العضلي بزيادة نشاطه .  
يمكن جس النبض في أماكن محددة من الجسم كالمعصم و الرقبة .

## التمرين الرابع : 2.25 ن

املاً الجدول بما يناسب :

الحيوان	نمط تنقله	سطح ارتكاز أقدامها على الأرض
الحمامة	تطير	حيوانات أصبعية
الدب	يمشي.	حيوانات أخمصية
الحصان	يركض	حيوانات ذات الحوافر

التمرين الخامس: تصنف الأغذية ضمن ست مجموعات أساسية ، اذكر ثلاث منها ؟1.5ن

1- الماء و المشروبات .

2- الخضر و الفواكه .

3- الحبوب .

# الإختبار الأول في الإيقاظ العلمي السنة الثالثة

السند 1: بعد أداء صلاة الجمعة توجّهت صحبة أبي إلى السّوق .

التعلّيم 1-1 : أملأ الفراغ بما يناسب .

- صلاة الجمعة : حدث .....

- الدّهاب إلى السّوق .....

مع 2 ب

السند 2 : في السّوق وجدنا طيوراً و ماشية و .....

التعلّيم 2-1 : أضع علامة (x) في الخانة المناسبة .

العضو				نمط التنقل					
زعانف	قوائم	أجنحة	أطراف خلفية على شكل Z	الطيران	العدو	المشي	السباحة	القفز	
									أرنب
									خروف
									عصفور

مع 1 ب

السند 3: نظرت إلى مجموعة من البط و سألت أبي.

التعلّيم 3-1 : لماذا لا تستطيع البطّة الطيران؟

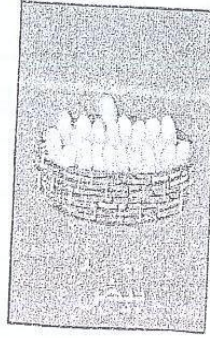
مع 2 ج

التعلّيم 3-2 : لماذا تملك البطّة غشاء بين أصابعها.

السند 4: بعد ذلك توجّهنا إلى مغارة لبيع المواد الغذائية فشرينا :



عسل



بيض



مربى

التعليمة 4-1: ألون الأغذية النباتية بالأخضر و الأغذية الحيوانية بالأحمر.

السند 5: كما اشترينا علبة سمك السردين

التعليمة 5-1: أصلح الخطأ

يساعد السمكة على السباحة بسهولة شكلها الدائري

.....

.....

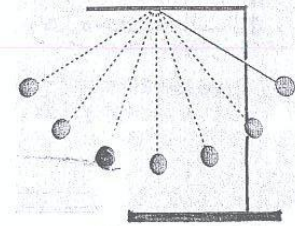
السند 6: بعد ذلك توجّهنا إلى بائع الأثاث المستعمل قصد شراء خزانة لأختي فلفت انتباهي

هذه الآلة القديمة.

ساعة مائية

نواس

ساعة رملية



التعليمة 6-1: أربط الصورة باسمها

التعليمة 6-2: لماذا صنعت هذه الآلة

.....

.....

### التعليمة 3-6: أصلح الخطأ

النّوأس و الساعة الرملّية و الساعة المائيّة أدوات دقيقة لقيس الفترات الزمّنيّة .

.....

.....

جدول إسناد الأعداد

معدار التميز	معايير الحد الأدنى				
	معد 1 ب	معد 1 ج	معد 2 ب	معد 2 ج	
معد 3	0	0	0	0	انعدام التملك
2,5	1.5	1.5	1	1	التملك دون الأدنى
	3	3	2	2	التملك الأدنى
5	4.5	4.5	3	3	التملك الأقصى

# الإختبار الأول في الإيقاظ العلمي السنة الثالثة

السند 1: بعد أداء صلاة الجمعة توجّهت صحبة أبي إلى السّوق .

التعليمة 1-1 : أملأ الفراغ بما يناسب .

- صلاة الجمعة : حدث .....

- الذهاب إلى السّوق .....

مع 2 ب

السند 2: في السّوق وجدنا طيوراً و ماشية و .....

التعليمة 2-1 : أضع علامة (x) في الخانة المناسبة .

العضو				نمط التنقل				
زعنف	قوائم	أجنحة	أطراف خلفية على شكل Z	الطيران	العدو	المشي	السباحة	الفقر
								أرنب
								خروف
								عصفور

مع 1 ب

السند 3: نظرت إلى مجموعة من البط و سألت أبي.

التعليمة 3-1: لماذا لا تستطيع البطّة الطيران؟

.....  
.....

مع 2 ج

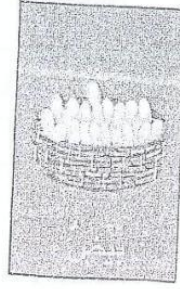
التعليمة 3-2 : لماذا تملك البطّة غشاء بين أصابعها.

.....  
.....

السند 4: بعد ذلك توجّهنا إلى مغارة لبيع المواد الغذائية فشرينا :



عسل



بيض



مربّى

التعليمة 1-4: ألون الأغذية النباتية بالأخضر و الأغذية الحيوانية بالأحمر.

السند 5: كما اشترينا علبة سمك السردين

التعليمة 1-5: أصلح الخطأ

يساعد السمكة على السباحة بسهولة شكلها الدائري

.....

.....

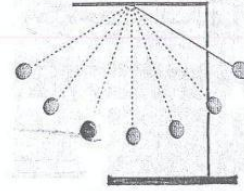
السند 6: بعد ذلك توجّهنا إلى بائع الأثاث المستعمل قصد شراء خزانة لأختي فلفت انتباهي

هذه الآلة القديمة.

ساعة مائية

نواس

ساعة رملية



التعليمة 1-6: أربط الصورة باسمها

التعليمة 2-6: لماذا صنعت هذه الآلة

.....

.....

مع 1 ج

مع 2 ج

مع 2 ج

مع 2 ج

### التعليمة 3-6: أصلح الخطأ

التّوأس و الساعة الرمليّة و الساعة المائيّة أدوات دقيقة لقيس الفترات الزمّنيّة .

---



---

جدول إسناد الأعداد

معيّار التميّز	معايير الحد الأدنى				
	معد 1 ب	معد 1 ج	معد 2 ب	معد 2 ج	
معد 3	0	0	0	0	انعدام التملك
0	1.5	1.5	1	1	التملك دون الأدنى
2,5	3	3	2	2	التملك الأدنى
5	4.5	4.5	3	3	التملك الأقصى



# الإختبار الأول في الإيقاظ العلمي السنة الثالثة

## التمرين الأول: (2.5ن)





أضَع "صَحِيح" أَمَامَ الْعِبَارَةِ الصَّحِيحَةِ وَ "خَطَأ" أَمَامَ الْعِبَارَةِ الْخَاطِئَةِ :

- الْقَلْبُ عُضْوٌ حَسَّاسٌ فِي جِسْمِ الْإِنْسَانِ. (.....)
- الْإِكْتَارُ مِنْ أَكْلِ السُّكَّرِيَّاتِ يُسَبِّبُ السُّمْنَةَ. (.....)
- سُوءُ التَّغْذِيَةِ يُسَبِّبُ مَشَاكِلَ صَحِيَّةَ. (.....)
- الْحِصَانُ يَعِيشُ فِي الْوَسْطِ الْأَرْضِيِّ. (.....)
- تَزْدَادُ دَقَّاتُ الْقَلْبِ أَثْنَاءَ الْإِسْتِرَخَاءِ. (.....)

## التمرين الثاني: (2.5ن)

اَكْتُبْ تَحْتَ كُلِّ صُورَةٍ طَرِيقَةَ تَنَقُّلِهِ:

تمشي - ترحف - يطير - تقفز - تسبح.

				
.....	.....	.....	.....	.....

### التمرين الثالث: (2ن)

أَكْمَلُ بِمَا يُنَاسِبُ : يَتَسَارَعُ - نَشَاطُهُ - تَزْدَادُ - يَسْتَعِيدُ .

عِنْدَ زِيَادَةِ الْجُهْدِ الْعَضَلِيِّ..... دَقَّاتُ الْقَلْبِ وَ ..... النَّبْضُ،

وَ عِنْدَمَا يَنْقُصُ الْجُهْدُ الْعَضَلِيُّ..... الْقَلْبُ ..... الْعَادِي .

### الوضعية الإدماجية : ( 3ن )

التَّغْذِيَّةُ السَّلِيمَةُ أَمْرٌ ضَرُورِيٌّ لِنُمُوِّ الْإِنْسَانِ ، وَ اسْتِمْرَارِ حَيَاتِهِ وَ الْحِفَاطِ عَلَى صِحَّتِهِ، وَ تُصَنَّفُ الْأَغْذِيَّةُ ضِمْنَ سِتِّ مَجْمُوعَاتٍ. أَذْكَرُهَا.

.....-1

.....-2

.....-3

.....-4

.....-5

.....-6

# الإصلاح

## التمرين الأول: (2,5ن)

- القلب عضو حساس في جسم الإنسان (صحيح)
- الإكثار من أكل السكريات يسبب السمنة (صحيح)
- سوء التغذية لا يسبب مشاكل صحية (خطأ)
- الحصان يعيش في الوسط الأرضي (صحيح)
- تزداد دقات القلب أثناء الاسترخاء (خطأ)

## التمرين الثاني (2,5ن):

				
تزحف	يقفز	تمشي	تسبح	يطير

## التمرين الثالث (2ن):

عند زيادة الجهد العضلي تزداد دقات القلب و يتسارع النبض  
و عندما ينقص الجهد العضلي يستعيد القلب نشاطه العادي .

## الوضعية الإدماجية: (3ن)

- 1.-الماء و المشروبات 5-الزيوت و الدهون
- 2.-الحليب و مشتقاته 6-اللحوم و الاسماك
- 3-الحبوب الجافة
- 4-الخضروات و الفواكه .

# الإختبار الأول في الإيقاظ العلمي السنة الثالثة

السند 1: بمناسبة العطلة قرّرت مدرستنا تنظيم رحلة ترفيهية إلى محمية "فريقيا"

التعليمة 1-1 : ماهي الحاجة التي سيحققها الأطفال من خلال هذه الرحلة ؟

مع 2 ب

التعليمة 1-2 : أربط بسهم و أعلل إجابتي .

◆ حدث دوري

الرحلات

مع 1 ج

◆ حدث غير دوري

◆ لأنه.....

مع 2 ج

السند 2 : وصلت الحافلة . توجّه الأطفال للعب قليلا تحت الأشجار . قرّروا القيام بمسابقة لكنّهم

عجزوا عن تحديد الفائز فالفارق الزمني بين المتبارين صغير جدًا خاصّة وأنهم لا يملكون ساعة.

اقترح رامي اعتماد حدث دوري لتحديد الفترة الزمنية التي يستغرقها كل متبار لإنجاز العمل

موضوع السباق .

التعليمة 1-2 : أجب بنعم أو لا

هل يمكن اعتماد حدث دوري لقيس فترات زمنية : .....

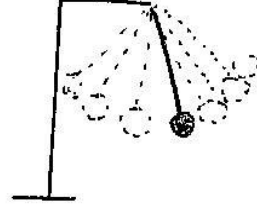
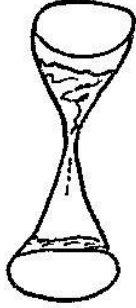
مع 1 ب

التعليمة 2-2 : أعطي مثالا لأحد الأعمال الدورية التي يمكن اعتمادها لقيس فترات زمنية .

مع 1 ج

السند 3: قال أحدهم "لو كنت أعلم لأتيتكم بوسائل لقيس الفترات الزمنية".

التعليمة 3-1: أكتب تحت كل وسيلة اسمها .



التعليمة 3-2: أصلح الخطأ:

ردّ رامي " إنّ هذه الوسائل هي وسائل لتحديد الوقت"

السند 4 : فجأة رأى رامي بطة جميلة . أراد الإمساك بها لكنها هربت محاولة الطيران

بدون جدوى .

التعليمة 4-1: لماذا لا تستطيع البطة الطيران.

التعليمة 4-2 : أحيط بخط مغلق الحيوان أو الحيوانات التي تملك أجنحة لكنها لا تطير.

عصفور . نورس . ديك رومي . صقر . خفاش .

السند 5: أثناء جولتهم في أرجاء المحمية فوجئ الأطفال بعدد كبير من الحيوانات تختلف

في أنماط تنقلها.

التعليمة 1-5 : أضع العلامة ( ) في الخانة المناسبة .

العضو				نمط التنقل					
القوائم على شكل Z	الزعانف	الأجنحة	الأطراف	المشي	التجديف	الطيران	العدو	القفز	
									الكنغر
									البطة

مع 1 ب

التعليمة 2-5 : أصلح الخطأ .

يتنقل التمساح في الماء بالتموّج .

مع 3

السند 6: وصل الأطفال إلى بحيرة صغيرة حيث تسبح الأسماك و البطات و الإوزات .  
نظر رامي و سأل المشرف على الرحلة "لماذا لا تستطيع الدجاجة التّنقّل في الماء مثل البطة؟"

مع 2 ج

التعليمة 1-6: أجب عن سؤال رامي

جدول إسناد الأعداد

معيّار التمييز	معايير الحد الأدنى				
	مع 1 ب	مع 1 ج	مع 2 ب	مع 2 ج	
مع 3	0	0	0	0	انعدام التملك
2,5	1	1	1.5	1.5	التملك دون الأدنى
	2	2	3	3	التملك الأدنى
5	3	3	4.5	4.5	التملك الأقصى

# الإختبار الأول في الإيقاظ العلمي السنة الثالثة

الوضعية 01: أجب بـ " نعم " أو " لا " .

- تصنف الأغذية ضمن أربع مجموعات أساسية . .....
- يتوقف نبض القلب أثناء النوم . .....
- للحفاظ على صحتنا يجب أن تكون أغذيتنا صحية و متوازنة . .....
- ينتقل الأرنب عن طريق الزحف . .....
- يستطيع الضفدع القفز بسبب أطرافه الأمامية الطويلة . .....
- عند زيادة الجهد العضلي المبذول تزيد دقات القلب و يتسارع النبض . .....
- أتناول أغذية مختلفة من مصدر حيواني فقط . .....

الوضعية 02:

تصنف الأغذية إلى ست مجموعات وهي :

- |                    |                    |
|--------------------|--------------------|
| 1- ..... مثل ..... | 2- ..... مثل ..... |
| 3- ..... مثل ..... | 4- ..... مثل ..... |
| 5- ..... مثل ..... | 6- ..... مثل ..... |

الوضعية 03: اربط بسهم بين الغذاء و المرض الناتج عنه .

- |                    |   |
|--------------------|---|
| * الكواشيوركور     | * الافراط في تناول الأغذية المصنوعة من السكر و الدهون * |
| * الكساح           | * انعدام الحليب و البيض و اللحوم في غذاء الطفل *        |
| * الهزال           | * افتقار الوجبة للحليب و مشتقاته *                      |
| * البدانة و السكري | * الاعتماد على نوع واحد من الغذاء *                     |

#### الوضعية 04:

صنف الحيوانات الآتية داخل الجدول حسب نمط تنقله :

التمساح - الدلفين - الكنغر - البقرة - الأسد - النسر .

القفز	الطيران	السباحة	المشي	الركض	الزحف
.....	.....	.....	.....	.....	.....

#### الوضعية الإدماجية :

**السند:** أصيبت ميساء بمرض السمنة ، لأنها كانت تفرط في تناول ، البطاطا المقلية ، الأكلات السريعة ، المشروبات الغازية ، الحلويات ..... ، أخذتها أمها إلى الطبيب فنصحها بأن تتبع نظاما غذائيا متوازنا يتكون من : الخضر و الفواكه ، الحبوب ، اللحوم ..... ، و ممارسة الرياضة يوميا .

بعد مدة من العلاج ، عاد وزنها لطبيعته ، و أصبحت ميساء جميلة و تتمتع بجسم صحي ومثالي .

#### المطلوب :

- اذكر المرض الذي تعاني منه ميساء .....
- يمكن أن تصاب بأمراض أخرى مثل .....
- الأغذية الغير صحية التي كانت ميساء تتناولها هي : .....
- المجموعات الغذائية المذكورة في السند هي : .....
- لو كنت مكان ميساء هل ستتخذ نفس قرارها ؟ .....

#### اذكر المكونات الأساسية لوجبة غذائية متوازنة و صحية:

- ..... - ..... - .....
- ..... - ..... - .....



# الإصلاح

## الوضعية 01: أجب بـ " نعم " أو "لا" .

- تصنف الأغذية ضمن أربع مجموعات أساسية . لا
- يتوقف نبض القلب أثناء النوم . لا
- للحفاظ على صحتنا يجب أن تكون أغذيتنا صحية و متوازنة . نعم
- ينتقل الأرنب عن طريق الزحف. لا
- يستطيع الضفدع القفز بسبب أطرافه الأمامية الطويلة لا
- عند زيادة الجهد العضلي المبذول تزيد دقات القلب و يتسارع النبض نعم
- أتناول أغذية مختلفة من مصدر حيواني فقط لا

## الوضعية 02:

تصنف الأغذية إلى ست مجموعات وهي :

- |                                       |                                      |
|---------------------------------------|--------------------------------------|
| 1- مجموعة اللحوم مثل السردين          | 2- مجموعة الدهون مثل الزيت           |
| 3- مجموعة الحليب و مشتقاته مثل الحليب | 4- مجموعة الحبوب مثل القمح           |
| 5- مجموعة الماء و المشروبات مثل الماء | 6- مجموعة الخضر و الفواكه مثل التفاح |

## الوضعية 03: اربط بسهم بين الغذاء و المرض الناتج عنه .

- |   |                    |
|---|--------------------|
| الافراط في تناول الأغذية المصنوعة من السكر و الدهون * | الكواشيوركور *     |
| انعدام الحليب و البيض و اللحوم في غذاء الطفل *        | الكساح *           |
| افتقار الوجبة للحليب و مشتقاته *                      | الهزال *           |
| الاعتماد على نوع واحد من الغذاء *                     | البدانة و السكري * |

## الوضعية 04:

صنف الحيوانات الآتية داخل الجدول حسب نمط تنقله :

التمساح - الدلفين - الكنغر - البقرة - الأسد - النسر .

القفز	الطيران	السباحة	المشي	الركض	الزحف
الكنغر	النسر	الدلفين	البقرة	الأسد	التمساح

### الوضعية الإدماجية :

**السند:** أصيبت ميساء بمرض السمنة ، لأنها كانت تفرط في تناول ، البطاطا المقلية ، الأكلات السريعة ، المشروبات الغازية ، الحلويات ..... ، أخذتها أمها إلى الطبيب فنصحها بأن تتبع نظاما غذائيا متوازنا يتكون من : الخضر و الفواكه ، الحبوب ، اللحوم ..... ، و ممارسة الرياضة يوميا .

بعد مدة من العلاج ، عاد وزنها لطبيعته ، و أصبحت ميساء جميلة و تتمتع بجسم صحي ومثالي .

### المطلوب :

- اذكر المرض الذي تعاني منه ميساء **السمنة**
- يمكن أن تصاب بأمراض أخرى مثل **السكري**
- الأغذية الغير صحية التي كانت ميساء تتناولها هي : **البطاطا المقلية ، الأكلات السريعة ، المشروبات الغازية ، الحلويات.**
- المجموعات الغذائية المذكورة في السند هي : **الخضر و الفواكه ، الحبوب ، اللحوم.**
- لو كنت مكان ميساء هل ستتخذ نفس قرارها ؟
- سأخذ نفس القرار ، أتناول الغذاء الصحي الذي يتوفر على غذاء واحد على الأقل من كل مجموعة أساسية ، أمارس الرياضة باستمرار ، و أبتعد عن الأغذية الغير صحية .
- اذكر المكونات الأساسية لوجبة غذائية متوازنة و صحية:
- الخبز - السمك - الجبن - الزيت -البرتقال - الماء