

به نام خداوند دانشمندان توانای کلاس سوم

آزمون مهر ماه
درس ۱و۲ علوم
۱۴۰۳/۰۷/۳۰

دبستان غیر دولتی طلوع **نام آموزگار: خانم حاجی جعفری**

نام زیبای من: .....

۱-پاسخ صحیح را با علامت × مشخص کنید.

❋ برای دسته بندی کردن اطلاعات چه باید کرد؟

الف) یادداشت برداری ◯ ب) مقایسه کردن ◯ ج) رسم نمودار ◯ د) رسم جدول ◯

❋استفاده بیش از اندازه ..... باعث فشار خون می شود؟

الف) قند ◯ ب) شکلات ◯ ج) نمک ◯ د) نوشانه ◯

❋کدام گروه فقط به بدن ما انرژی می دهد؟

الف) چربی و شیرینی ◯ ب) غلات ◯ ج) لبنیات ◯ د)میوه ها و سبزی ها ◯

۲- پاسخ سوالات زیر را انتخاب کرده و بنویسید.

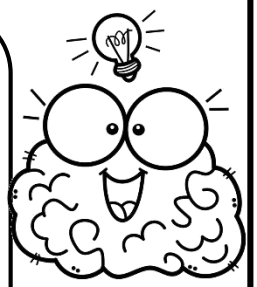
❋ درمصرف خوراکی هایی که برچسب سیب سلامت آنان قرمز یا زرد است، باید _____ کرد. (احتیاط – زیاده روی)

❋ موقع خرید باید به تاریخ _____ توجه کرد. (تولید – انقضا)

❋ مصرف گروه _____ باعث محکم شدن استخوان ها می شود. (لبنیات – گوشت،تخم مرغ، حبوبات)

❋ سس مایونزدر گروه _____ قرار دارد. (لبنیات – چربی)

۳- هر یک از گروه های مواد غذایی، کدام نیاز ما را برآورده می کنند؟ به یکدیگر وصل کنید.

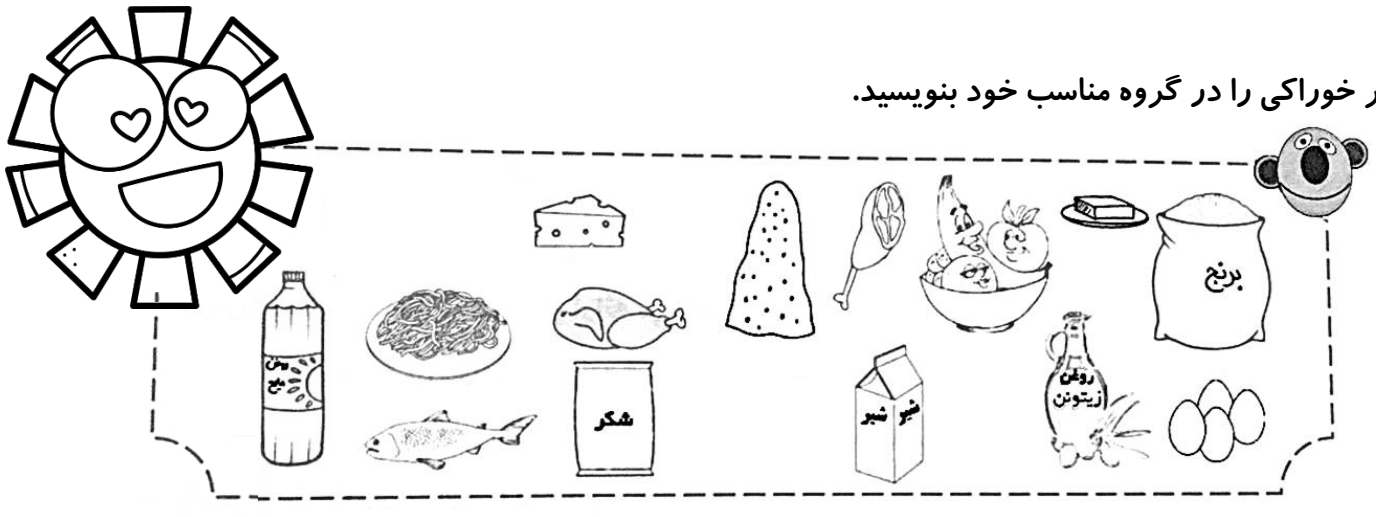


گروه گوشت و حبوبات ❋	❋ بدن را مقاوم و باعث محکم شدن استخوان می شود.
گروه چربی و شیرینی ❋	❋ به رشد بدن کمک می کند.
گروه لبنیات ❋	❋ بعضی ویتامین ها و مواد لازم به بدن را می دهند.
گروه میوه و سبزی ❋	❋ به ما انرژی می دهند.
گروه نان و غلات ❋	❋ برای سلامتی و درست کار کردن بدن لازم اند.

۴- از نظر شما خوراکی هایی که سالم تر هستند، چه ویژگی هایی دارند؟

www.kanoon.ir

۵- هر خوراکی را در گروه مناسب خود بنویسید.



گروه لبنیات	گروه میوه و سبزی	گروه چربی و شیرینی	گروه غلات	گروه گوشت، حبوبات
۱_____	۱_____	۱_____	۱_____	۱_____
۲_____		۲_____	۲_____	۲_____
		۳_____	۳_____	۳_____
		۴_____		۴_____

۶- جملات درست و نادرست زیر را مشخص کنید.

درست	نادرست

❋ از دیدن بشقاب سلامت نتیجه گرفتیم که مصرف گروه غلات و گروه میوه و سبزی بیشتر است.

❋ گیاهان در محیط های خنک بهتر از محیط های دیگر رشد می کنند.

❋ عنکبوت حشره ای است که شاخک و بال ندارد.



انتظارات آموزشی معلم	عالی	خوب	متوسط	نیاز به تمرین
۱-توانایی تشخیص ابزار دسته بندی اطلاعات را دارد.				
۲- می تواند برای هر گروه مواد غذایی فایده ای بگوید.				
۳- می تواند خوراکی های سالم را تشخیص دهد.				
۴- مشخصات ظاهری حشرات را می داند.				
۵- شرایط رشد مناسب گیاه را می داند.				
۶- توانایی دسته بندی کردن مواد غذایی را دارد.				

❋همسال سنجی❋

دوست خوبم

توانستی به سوالات زیادی پاسخ درست بدهی، مثل: _____

بهتر است در این سوالات بیشتر تمرین کنی تا بتوانی موفق تر شوی._____

بازخورد کلی من نسبت به آزمون شما: ☹ 😐 ☺

بازخورد آموزگار: .....