

إعداد : مليكة قطاي  
مفتشة مادة العلوم الطبيعية

الكامل الشامل

# علوم الطبيعة و الحياة

فروض و اختبارات فصلية

محلولة بالتفصيل



1<sup>ère</sup>  
AM

دار النهار

**التمرين الأول :**  
 إقتصرت أغذية مجموعة من البحارة على المصبرات و السمك لمدة طويلة فبدأت تظهر عليهم أعراض مرضية تتمثل فيما يلي :

- إنتفاخ و التهاب على مستوى اللثة مرفق بنزيف مع تعري الأسنان و سقوطها.



الوثيقة - 2 -



الوثيقة - 1 -

بالاعتماد على السندات و على معلوماتك أجب عما يلي:

- 1 - سمّ المرض الذي أصيب به البحارة.
- 2 - فسّر سبب ظهور الأعراض.
- 3 - إقترح أربع نصائح للتغذية السليمة لتفادي هذا النوع من المرض.

### التمرين الثاني :

زار طبيب الصحة المدرسية إحدى المطاعم المدرسية قصد تفقد شروط النظافة و أنواع الأطباق التي تقدم للتلاميذ ، فلاحظ عند حضوره وقت وجبة الغداء سلوكات لثلاثة تلاميذ:

- 1 - عزوف التلميذ الأول عن تناول طبق العدس و اكتفى فقط بأخذ الفاكهة -البرتقال.
- 2 - تلميذ أسرع في تناول طبق العدس و يأكل بشراهة و أخرج من جيبه علبة من الشكولاتة.
- 3 - تلميذ تمهّل في أخذ وجبته بانتظام و شرب الماء و أكل فاكهته.

بعد الإنتهاء من عملية الملاحظة الميدانية، سجل الطبيب ثلاثة بطاقات تمثلت فيما يلي :

الوثيقة 3: تسوس أسنان-  
 خطر الإصابة بداء السكري

الوثيقة 2: بنية جسم ضعيفة  
 -نحافة- شحوب في الوجه

الوثيقة 1: نمو جيد- صحة  
 جيدة- نشاط وحيوية

- 1 - قدّم تفسيراً لهذه البطاقات و اربط كلّ بطاقة مع التلميذ المقصود.
- 2 - شخّص بعض الأمراض التي قد تصيب هؤلاء التلاميذ.
- 3 - قدّم نصائح للحفاظ على صحة الجسم و السلوكات التي تحميها من الوقوع في مثل هذه الحالات.

### الوضعية الإدماجية:

أكدت بعض الدراسات الطبية أنّ بعض الأشخاص الذين يتناولون الماء من الينابيع باستمرار كماء شروب و عدم استعمالهم للملح المعالج في أغذيتهم و افتقار وجباتهم للأسماك يتعرضون إلى بعض الأعراض التي تنبؤ بظهور مرض معين. السندات المقترحة تساعدك على اكتشاف طبيعة هذا المرض.

السند 01 :

السّمك مصدر طبيعي للبروتين غني بعنصر اليود ,عنصر الكالسيوم,عنصر الفوسفور.

السند 03 : صورة جانبية لإمرأة مصابة بالمرض



السند 03 : ملح المعالج: هو ملح طعام مخلوط بكميات صغيرة من عنصر اليود  
ملح غير معالج: هو ملح مستخرج من الطبيعة لا يضاف له عنصر اليود.

### التعليمات:

- 1) فسّر سبب ظهور هذا المرض عند هؤلاء الأشخاص.
- 2) استخرج الأعراض الناجمة عن هذا المرض.
- 3) قدم نصائح وقائية من هذا المرض.

## التمرين الأول :

- 1 - إسم المرض الذي أصيب به البحارة ،مرض الإسقربوط أو داء الحفر.
- 2 - سبب ظهور هذه الأعراض حسب الوثيقة 1 ، إنتفاخ و التهاب على مستوى اللثة يرجع إلى نقص فيتامين - س - الموجود في الحمضيات بكثرة خاصة فاكهة البرتقال حسب الوثيقة رقم 2.
- 4 - تناول أغذية كاملة و متوازنة.
- تناول الأغذية و الفواكه الغنية بالفيتامينات باعتبارها أغذية وظيفية.
- تناول الأغذية الطبيعية و الإبتعاد عن المصبرات.
- تناول الأغذية الغنية بالفيتامين -س- المتواجد في البرتقال و الفراولة.

## التمرين الثاني :

- 1 - تفسير البطاقات الخاصة بالمراقبة التي أجراها الطبيب من خلال الزيارة الميدانية:

تقرير البطاقات	تفسير البطاقات الملاحظة على التلاميذ.	التلميذ المقصود في كل حالة.
البطاقة - 1 -	دليل على صحة البدن من سلامة الغذاء و توازنه.	التلميذ الثالث.
البطاقة - 2 -	غذاء غير كامل ،نقص في عنصر الحديد.	التلميذ الأول.
البطاقة - 3 -	يرجع إلى تناول الحلويات بشكل مفرط و عدم غسل الأسنان.	التلميذ الثاني.

- 2 - الأمراض التي تصيب هؤلاء التلاميذ:  
التلميذ الأول : مصاب بفقر الدم.  
التلميذ الثاني : البدانة و تسوس الأسنان.
- 3 - النصائح التي نقدمها :  
- الغذاء الكامل و المتنوع.  
- ممارسة الرياضة.  
- إحترام وجبات غذائية في أوقات منتظمة.

### الوضعية الإدماجية:

- 1 - إسم المرض هو : السلعة الدرقيّة، وسبب ظهور المرض عند هؤلاء الأشخاص يرجع إلى شرب الماء غير المعالج و غياب عنصر اليود الضروري للجسم حسب السند رقم - 3 -
- 2 - الأعراض الناجمة عن هذا المرض، تضخم في مستوى الغدة الدرقيّة على مستوى الرقبة.
- 3 - القواعد الصحية :  
- تناول أغذية كاملة و متوازنة.  
- تناول أغذية مثل الأسماك التي تحتوي على عنصر اليود.  
- إستعمال الملح المعالج في الأغذية و الأطعمة.