



نشاط صفي للصف الأول الاعدادي على  
درس المغذيات التي يحتاجها الجسم - البروتين

## 1) اختاري من العناصر الغذائية التالية ما يجعل الجملة صحيحة:

(الفيتامينات والمعادن - الكربوهيدرات - البروتينات - الماء)

- 1-العنصر المسئول عن امداد الجسم بالطاقة ( )
- 2-عنصران مسئولان عن وقاية الجسم من الامراض ( )
- 3-العنصر المسئول عن بناء الجسم وتعويض النائف من الخلايا ( )
- 4-العنصر المسئول عن تنظيم جميع العمليات الحيوية داخل الجسم ( )

## 2) أكمل الجدول التالي موضحة مصدر البروتين (حيواني-نباتي) ونوعه (كامل- ناقص):

الطعام	المصدر	النوع
	نباتي	ناقص
		
	حيواني	كامل
		
	حيواني	كامل



المديرة المساعدة  
أ. دنيا عبدالكريم الجهري

إعداد  
أ. حنان فهمي صليب  
منسقة المادة  
أ. حياة أحمد يوسف