بطاقة تحدي ستيم

تحدي الوجبة الصحية

الهرم الغذائي ومحتوياته — العلوم — الصف السادس الابتدائي

المجموعة: ..... الأعضاء: .....

أمك طلبت منك تحضير طبق فطور صحي لأخيك الصغير قبل المدرسة

المهمة: صمم مجموعتك طبق فطور صحي باستخدام صور أو بطاقات طعام من مجموعات الهرم المختلفة

الشروط

- يجب أن يحتوي الطبق على ثلاث مجموعات غذائية على الأقل
- لا يزيد عدد أصناف الحلويات عن صنف واحد صغير

الأدوات

بطاقات أو صور طعام · طبق ورقي · لاصق · ألوان

مراحل التصميم الهندسي

اسأل	ما هو الطعام الصحي الذي يحتاجه جسم الطفل في الصباح؟
تخيّل	تخيلوا طبقًا فيه ألوان وأطعمة متنوعة ومفيدة
خطّط	اختاروا الأطعمة من مجموعات مختلفة من الهرم
نفّذ	الصقوا الصور على الطبق الورقي بترتيب جميل
حسّن	راجعوا الطبق وتأكدوا أن فيه خضروات وحبوب وبروتين

سلّم التقدير

المعيار	متميز	جيد	بحاجة لدعم
تنوع المجموعات الغذائية	ثلاث مجموعات أو أكثر	مجموعتان فقط	مجموعة واحدة فقط
ترتيب الطبق	ترتيب جميل وواضح	ترتيب مقبول	يحتاج مساعدة في الترتيب
المشاركة الجماعية	جميع أفراد المجموعة شاركوا	معظم الأفراد شاركوا	مشاركة قليلة