ورقة عمل

اهمية الهرم الغذائي

العلوم — الصف السادس الابتدائي —

الاسم: الفصل: التاريخ:

1. الهرم الغذائي شكله مثلث

( ) صح ( ) خطأ

2. أي طعام يعطينا طاقة؟

أ) الخبز ب) الحجر

ج) الماء البارد د) الكرسي

3. نأكل من الحلويات كمية ____

4. اذكر طعامًا واحدًا من الفواكه

5. نأكل الحلويات بكمية كبيرة كل يوم

( ) صح ( ) خطأ

6. أي طبقة في قمة الهرم؟

أ) الحبوب ب) الخضروات

ج) الدهون والسكريات د) البروتين

7. البيض واللحم من مجموعة ____

8. لماذا نحتاج الهرم الغذائي؟

9. أي مجموعة نأكل منها أكبر كمية؟

أ) الحبوب ب) الحلويات

ج) الدهون د) السكريات

10. الخضروات تقوي الجسم

( ) صح ( ) خطأ