

مادة التربية المهنية الصف السادس الفصل الثاني

إجابات أسئلة تقويم درس الحبوب والبقوليات

السؤال الأول: 1- الفكرة الرئيسة:

ما أهمية الحبوب والبقوليات في غذاء الإنسان؟ أهمية الحبوب:

- . المصدر الرئيس للطاقة.
- . مصدر جيد لبعض الفيتامينات والأملاح المعدنية.

أهمية البقوليات:

- . تحتوي على نسبة عالية من البروتينات.

2- أفسر كلاً مما يأتي: أ- تناول الحبوب والبقوليات معاً أفضل من تناول كل منهما وحده. يزودان معاً الجسم بعدد مهم من العناصر الغذائية؛ فهما يزودان الجسم بالكربوهيدرات والبروتينات والفيتامينات والأملاح المعدنية.

ب- تستخدم الحبوب في صناعات تحويلية عديدة. لإنتاج أغذية مختلفة، وتحمل التخزين لمدة زمنية طويلة، بسبب انخفاض الرطوبة فيها.

ج- ينصح بإضافة الكمون إلى معظم الأغذية البقولية. لتسهيل الهضم وتقليل الانتفاخ.

3- أ طرح سؤالاً تكون إجابته: "البقوليات". ما المواد الغذائية التي تعد مصدراً مهماً للبروتين النباتي؟

4- التفكير الناقد: لماذا يجب تعبئة الحبوب والبقوليات وتغليفها جيداً عند الحاجة إلى تخزينها بشكل صحيح؟ حتى تبقى جافة ونظيفة وبعيدة عن الحشرات والسوس وتحمل التخزين.

مندیات صفو الجنوب