



اختبار الوحدة الثانية (التغذية والجمال)



الصف السادس 6

التربية المهنية



للمزيد من الملفات عبر موقعنا الالكتروني

www.jnob-jo.com





السؤال الأول: . من خلال دراستك لدرس (الحبوب والبقوليات) ضع دائرة حول رمز الاجابة الصحيح في ما يلي

1- ما هي النسبة التي تمد بها الحبوب الإنسان من السعرات الحرارية؟

- أ. نصف السعرات الحرارية . ب. ثلث السعرات الحرارية . ج. ربع السعرات الحرارية . د. خمس السعرات الحرارية

2- لماذا تعتبر الحبوب مصدراً جيداً للطاقة؟

- أ. بسبب ارتفاع نسبة البروتينات فيها . ب. بسبب ارتفاع نسبة الدهون فيها . ج. بسبب ارتفاع نسبة الكربوهيدرات فيها . د. بسبب ارتفاع نسبة الألياف فيها

3- ما هي بعض الفيتامينات والمعادن التي توفرها الحبوب؟

- أ. فيتامين C والحديد . ب. فيتامين D والكالسيوم . ج. فيتامين B والأملاح المعدنية . د. فيتامين A والمغنيسيوم

4- ما هي المحاصيل الأساسية التي تشكل جانباً مهماً في التغذية؟

- أ. الفواكه . ب. الخضروات . ج. الحبوب . د. اللحوم

5- ما هي المكونات الأساسية لطبق الرشوف؟

- أ. الأرز والدجاج . ب. القمح أو الفريكة أو البرغل والعدس والجميد . ج. البطاطا واللحم . د. السمك والأرز

6- ما هي الفوائد الغذائية لطبق الرشوف؟

- أ. يحتوي على الكثير من الدهون . ب. يحتوي على العناصر الغذائية المتكاملة . ج. يحتوي على السكر فقط . د. يحتوي على البروتين فقط

7- كيف يتم تزيين طبق الرشوف؟

- أ. بالزبيب واللوز . ب. بالبصل المقلي أو الزيتون أو السمن . ج. بالجبن والزيتون . د. بالفواكه المجففة





السؤال الثاني : . من خلال دراستك لدرس (أساسيات مهنة التجميل) ضع دائرة حول رمز الإجابة الصحيح في ما يلي

8- ما هو مفهوم التجميل؟

أ . العناية بالبشرة والشعر والأظافر فقط . ب . استخدام مستحضرات التجميل لإبراز الجمال الطبيعي . ج . العناية بالبشرة والشعر والأظافر ومعالجة مشاكلها .

9- ما هي أهمية التجميل؟

أ . إخفاء عيوب البشرة والشعر . ب . تعزيز الثقة بالنفس . ج . تحقيق مفهوم النظافة والعناية بالجسم . د . جميع ما ذكر صحيح

10- ما هي مهنة تصفيف الشعر؟

أ . مهنة تتطلب مهارات في تصميم الأزياء . ب . مهنة تتطلب مهارات في الرسم . ج . مهنة تتطلب مهارات في تصميم التسريحات

انتهت الأسئلة أتمنى لكم النجاح والتوفيق

اعداد: أ. منصور السوالقة

الأجابات النموذجية



1	2	3	4	5
ب	ج	ج	ج	ب
6	7	8	9	10
ب	ب	ج	د	ج





لمزيد من ملفات الصف السادس مادة التربية المهنية

انقر هنا



جميع الحقوق محفوظة © منتديات صقر الجنوب

