



מדינת ישראל
משרד החינוך



منظومة بثّ قُطريّة

درس علوم للصفّ الخامس

موضوع الدرس: نمو جسم الإنسان

مع المعلم/ة: عناق مواسي



ماذا سنتعلم اليوم؟

- نمو جسم الانسان
- مهمة
- إجمال موجز للدرس.
- مهمّة للتدرّب.

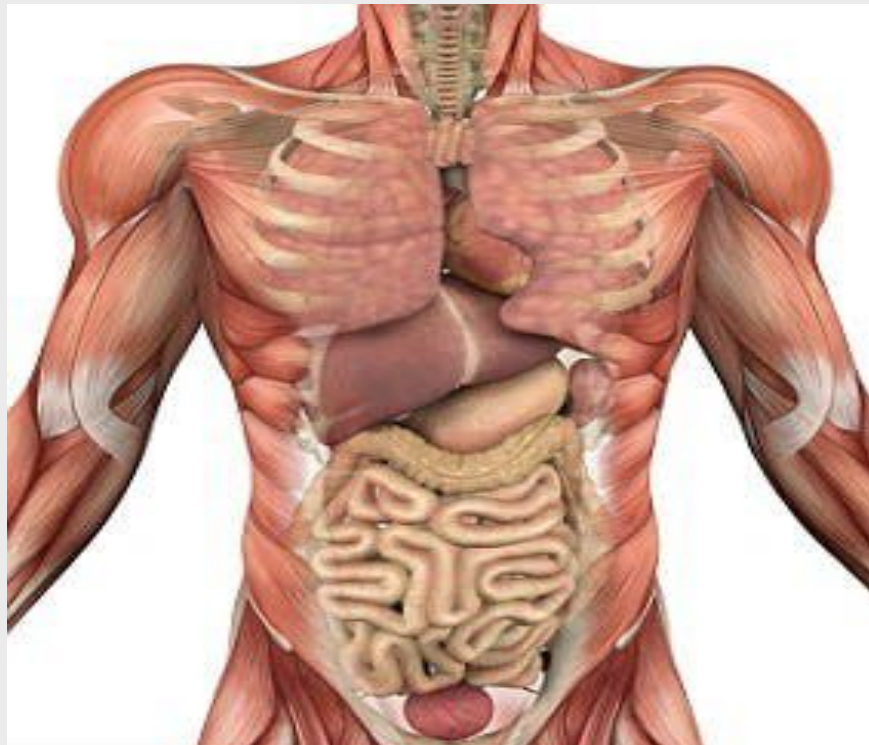


03:00

ماذا يجب أن نحضر للحصة؟

دفتر للكتابة / أدوات كتابة / صحن

جسم الانسان



تبدأ رحلة جسم الانسان في
رحم الأم وهو ينمو ويكبر
كل يوم

الغذاء- بناء العضلات يحتاج بروتين



نحتاج البروتين لبناء
العضلات

الرياضة تقوي جهاز المناعة



لماذا يجب أن نأكل؟ تعالوا نفكر معًا؟



لماذا يجب ان ناكل؟
ناكل بتوازن لبناء العضلات
والعظم والانسجة

وجبة إفطار طاقة لكل النهار



تحتوي على:
بروتينات
اللبان
نشويات
بروتينات

نزور الطبيب ونطمئن



ونعمل فحوصات ونتابع
الوضع الصحي

نتذكر المجموعات الغذائية

الزلايات- البروتينات



الكربوهيدرات



الدهون



المعادن



الفيتامينات



أهمية تنوع الغذاء



كلما كان الهرم الغذائي
منووعًا فإنه يزود الجسم
بالطاقة اللازمة للنمو

من اين جاء الخبز؟



قصة
القمح

لماذا الخبز الكامل؟



اكتبوا ماذا اكلتم في وجبة الإفطار؟



02:00

سجلوا ماذا اكلتم في وجبة الغداء؟



02:00

ملخص الدرس



ماذا تأكلون في
العشاء؟

02:00

مهمة الدرس



ماذا تشعرون الان؟
بالقوة و السعادة؟
كيف نحافظ على صحتنا؟

03:00



מדינת ישראל
משרד החינוך

תודה שצפיתם בשידור

הופק עבור משרד החינוך ע"י מטח