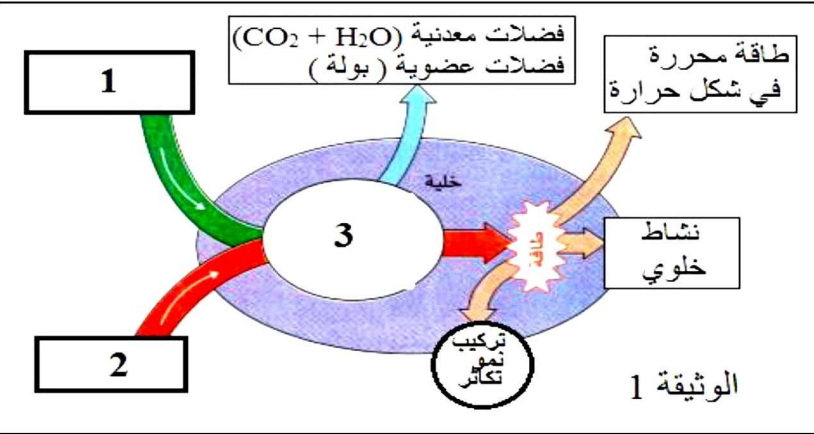


التمرين الأول: (06 ن)

ان حياة الكائن الحي (الانسان) لا تستمر الا بقيام العضوية بالوظيفة الحيوية الممثلة في الوثيقة (1).



التعليمات :

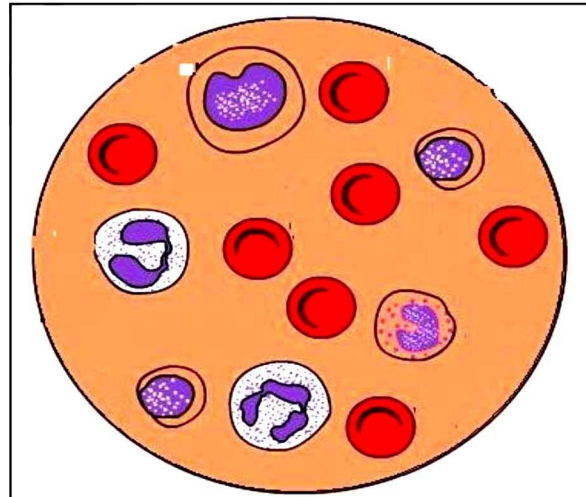
- 1- اكمل البيانات 1.2.3 وتعرف على الوظيفة الحيوية الممثلة في الوثيقة 1 .
- 2 - ماهي العلاقة بين 1 و 2 والمردود الطاقي الناتج .

التمرين الثاني : (06 ن)

لاحظ اخوك الصغير في اليوم العالمي للتبرع بالدم شريطا علميا يظهر الحركة المستمرة للدم حيث يمر بعدة اعضاء (الرئتين، الامعاء، الكليتان، العضلات) مما اثار استغرابه وحيرته .



صورة تظهر عملية التبرع بالدم



رسم تخطيطي لسحبة دموية تحت المجهر

التعليمات :

- 1- حدد مكونات الدم التي تتكفل بنقل المغذيات والغازات التنفسية .
- 2- أ - اشرح لأخيك الغاية من الحركة الدائمة للدم في الجسم .
ب - وضح له ضرورة التبرع بالدم كسلوك حضاري لإنقاذ حياة الآخرين .

الوضعية الإدماجية : (08 ن)

سعيد شخص سليم يتمتع بوزن مثالي يمنحه الخفة والرشاقة بينما صديقه علي يعاني من مشاكل صحية عديدة نتيجة زيادة وزنه . اراد سعيد ان يشرح لصديقه بان السمنة التي يعاني منها مرتبطة بتغذيته ونشاطه مدعما أقواله بالوثائق التالية :

حصيلة التغذية والحاجة		نوع الاغذية المستهلكة	الوثيقة 1
دخول الطاقة	صرف الطاقة		
14498 kj	14500kj	- كمية السكريات المركبة (بطيئة الامتصاص) (تساوي 4 الى 5 مرات كمية السكريات البسيطة (سريعة الامتصاص) . -البروتينات من اصل حيواني والبروتينات من اصل نباتي بنفس الكمية . - كمية الدهون من اصل نباتي تساوي مرتين كمية الدهون من اصل حيواني .	سعيد 15 سنة الطول 1.65م الوزن 60كغ
12500kj	15200kj	- السكريات السريعة الامتصاص تشكل النسبة الأكبر . - نلاحظ نقصا في الاملاح المعدنية والفيتامينات . - غياب الخضر الطازجة والفواكه . - أكلات دسمة جدا .	علي 15 سنة الطول 1.65م الوزن 80كغ



الوثيقة 2

باستغلال السندات ومكتسباتك القبلية :

- 1- برر ان البدانة (السمنة) هي نتيجة لاختلال في التوازن الغذائي .
- 2- قدم توضيحات مبررة بخصوص الأمراض التي يمكن ان يتعرض لها علي .
- 3- قدم نصائح تراها مناسبة لحالة علي من أجل تحسين سلوكه الغذائي نحو الأفضل . .

من لم يجلس في الصغر حيث يكره،
لم يجلس في الكبر حيث يحب

بالتوفيق