

الاسم و النسب: القسم: / 3 اع الرقم الترتيبي:

استرداد المعارف

التمرين الأول: (4 نقط)

نقترح عليك الأغذية الآتية: الماء - الفواكه - الأرز - الكالسيوم - البطاطس - لحم الخروف - الكليوز - السمك - النشا - الزيتون - الكلورور رتب هذه الاغذية في الخانة المناسبة داخل الجدول التالي:

أغذية مركبة				أغذية بسيطة عضوية	أغذية بسيطة معدنية
غنية بالأملح المعدنية و الفيتامينات	غنية بالبروتينات	غنية بالدهنيات	غنية بالسكريات		

التمرين الثاني: (4 نقط)

ضع أمام كل تعريف المصطلح الذي يناسبه من المصطلحات الآتية: ثرات الفضة - كواشيركور - الكساح - حمض النتريك - تبسيط جزيئي - أنزيم - عصارة هضمية.

- 1- عوز في الكالسيوم و الفيتامين D:
- 2- مادة بروتينية تسرع التفاعل الكيميائي دون الدخول في نواتجه:
- 3- مادة كيميائية تستعمل للكشف عن البروتينات:
- 4- تحويل جزيئات غذائية معقدة إلى جزيئات بسيطة:

الاستدلال العلمي و التواصل

التمرين الأول (6 نقط):

يمثل المبيان نتائج تجريبية للهضم في الزجاج باستعمال عصارة بنكرياسية:

1- ضع عنوانا مناسباً لهذا المبيان؟ (1ن)

2- حدد تركيز كل من الزيتين و الأحماض الدهنية في بداية التجربة (الزمن: 0)

3- صف كيف يتغير تركيز هاتين المادتين الكيميائيتين خلال التجربة. (1ن)

4- اتمم التفاعل الكيميائي الذي حدث داخل انبوب الاختبار. (1ن)

الزيتين + الماء + + غليسرول +
الصفراء
37 °C

5- اعتماداً على معارفك اكتب نصاً علمياً توضح فيه مصير الأحماض الدهنية داخل المعى الدقيق؟ على ظهر الورقة (2ن)

التمرين الثاني (6 نقط):

تتكون كتلة غذائية ، بالإضافة إلى المواد المعدنية و الفيتامينات الضرورية، من: 360g من السكريات ، 90g من الدهنيات و 90g من البروتينات.

1- أحسب ب(Kj) الطاقة الإجمالية التي توفرها هذه الكتلة الغذائية. (2ن)

2- بتوظيف معطيات الوثيقة 1، حدد ما إذا كانت هذه الكتلة الغذائية

تلبى الحاجيات الطاقة لكل من: أ- المراهق. (1ن)

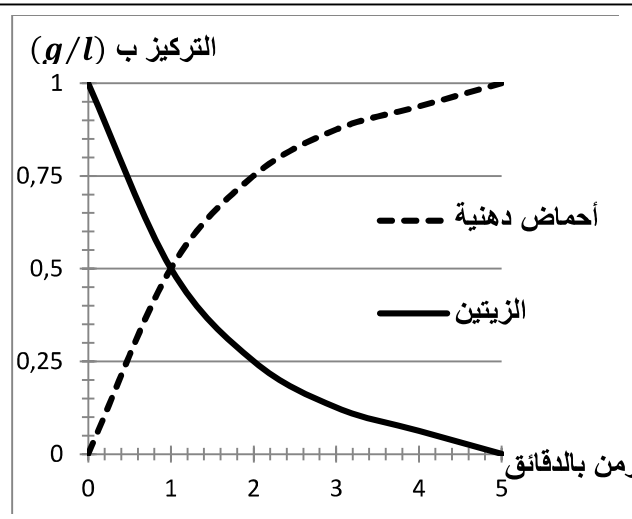
ب- الراشد. (1ن)

يشترط في التغذية المتوازنة أن تتوفر على البروتينات و الدهنيات و السكريات حسب العلاقتين التاليتين:

$5 \leq$ كمية البروتينات / كمية السكريات ≤ 3.5 و $1 \approx$ كمية البروتينات / كمية الدهنيات

3- اعتماداً على هذه المعطيات، ماذا تستنتج بخصوص توازن الكتلة المقترحة أعلاه؟ (2ن)

الجواب على ظهر الورقة



5- اعتماداً على معارفك اكتب نصاً علمياً توضح فيه مصير الأحماض الدهنية داخل المعى الدقيق؟ على ظهر الورقة (2ن)

للراشد	للمراهقة	للمراهق	الحاجيات الطاقة اليومية
11000 Kj	10000 Kj	12800 Kj	الوثيقة: 1