

طراح آزمون : معصومه گل آرایی

پایه ی سوم

آزمون کتبی عملکرد علوم

تاریخ :

نام و نام خانوادگی:

**هدف :** شناخت چهار گروه مواد غذایی ، دسته بندی و کاربرد آن در زندگی روزمره

**وسایل مورد نیاز :** مداد - پاک کن

امروز مادر بزرگ امیر مهمان دارد و می خواهد برای بچه ها سالاد الویه درست کند . قرار است امیر به مادر بزرگ کمک کند . مادر بزرگ از امیر خواسته تا مواد غذایی لازم برای سالاد الویه از فروشگاه تهیه کند . امیر فکر می کند که برای درست کردن سالاد الویه چه مواد غذایی لازم است .  
پسر گلم در تهیه ی لیست خرید به امیر کمک کن و نام موادی که امیر باید بخرد را بنویس :

امیر به فروشگاه رفت ، او متوجه شد ، مواد غذایی را در فروشگاه بر اساس ۴ گروه مواد غذایی دسته بندی کردند . او می خواهد لیست خرید خود را بر اساس چهار گروه مواد غذایی دسته بندی کند تا بتواند آسان و سریع خرید کند .  
اما امیر نمی داند چکار کند ، حالا تو به او کمک کن و مواد مورد نیازش را دسته بندی کن .  
ابتدا نام چهار گروه مواد غذایی را در جدول زیر بنویس . سپس لیست خرید را در جدول دسته بندی کن .

گروه ۱ :	گروه ۲ :	گروه ۳ :	گروه ۴ :
.....	.....	.....	.....

امیر به کمک لیست توانست خرید خود را به خوبی انجام دهد و به خانه برگردد. او در راه به این موضوع فکر می کرد که هر کدام از این مواد غذایی چه فایده هایی برای بدن ما دارند!؟

پسر خوبم به سوالات امیر پاسخ بده :

کدام دسته از مواد غذایی به بدن ما انرژی می دهد ؟ .....

کدام دسته از مواد غذایی ویتامین ها را به بدن می رساند ؟ .....

کدام دسته از مواد غذایی پروتئین ها را به بدن می رساند و برای رشد بدن مناسب است ؟ .....

امیر با رسیدن به جواب سوالاتش متوجه شد حتی اگر برخی از مواد غذایی را دوست ندارد ، به خاطر فایده هایی که برای بدن دارد آن را مصرف کند تا بدنی قوی و سالم داشته باشد .

ردیف	انتظارات	۱	۲	۳	۴
۱	مواد غذایی مورد نیاز برای درست کردن غذا را به درستی یادداشت کرده است؟				
۲	چهار گروه مواد غذایی را به درستی نوشته است ؟				
۳	مواد غذایی را به درستی دسته بندی کرده است ؟				
۴	فواید مواد غذایی را به خوبی می شناسد ؟				
۵	سوالات را بدون راهنمایی و کمک درک کرده و انجام می دهد ؟				
۶	در زمان تعیین شده آزمون را به پایان رسانده است ؟				

بلوغ خورد معلم : گروه آموزشی عصر .....  




آیا از آزمون و نوشته های فورم ، راضی هستم ؟ چرا ؟ .....

از این آزمون چه چیزی یاد گرفتم ؟ .....

برای این که بیشتر یاد بگیرم چه کار هایی باید انجام بدهم ؟ .....