الأستاذ شريفي محمد – متوسطة الاخوة بوفجلين الحسانية –عين الدفلى

الدرس الثالث

الميدان الاول: الانسان و الصحة

المقطع01 : التغذية عند الانسان

المورد : مصدر الاغذية و تركيبها

3- تصنيف الأغذية من حيث التركيب

1- وضعية تعلم الموارد:

يتناول الانسان أغذية متنوعة, تتنوع حسب المصدر و التركيب.

2- المشكل :

كيف تصنف الأغذية حسب التركيب؟

3-الفرضيات :

- تصنف الى :

* أغدية بسيطة.

* أغدية مركبة.

4-النشاطات :

- التعرف على الأغذية البسيطة و المركبة من خلال مراجعة التجارب التي أنجزت في درس تركيب الأغذية و تحليل وثيقة من الكتاب المدرسي **ص 15.**

5- النتائج :

I- بعض الأغذية تتركب من مكون (عنصر) غذائي عضوي واحد فقط مثل : زلال البيض (بياض البيض), الذي يتركب من البروتينات (البروتيدات) فقط, نسمي هدا النوع (الصنف) من الأغذية ب: **الأغذية البسيطة.**

WWW.DZPEN.COM - قلم الجزائر

II- بعض الأغذية تتركب من مكونين (عنصرين) غذائيين عضويين أو أكثر, مثل: الحليب, عسل النحل الطبيعي, نسمي هدا النوع (الصنف) من الأغذية ب: **الأغذية المركبة.**

ارساء الموارد :

- يمكن تصنيف الأ غدية حسب التركيب (المكونات) الى :

1)- الغذاء البسيط : *هو الغذاء الذي يتركب من (يحتوي على) عنصر (مكون) غذائي عضوي واحد فقط, مثل : زلال البيض (بياض البيض).*

2)- الغذاء المركب : *هو الغذاء الذي يتركب من (يحتوي على) عنصرين (مكونين) غذائيين عضويين فأكثر, مثل :* عسل النحل الطبيعي .

3)- الغذاء المركب الكامل : *هو الغذاء الذي يتركب من (يحتوي على) جميع العناصر(المكونات) الغذائية العضوية, (أي يحتوي على : سكريات, البروتينات, الدسم) بنسب متقاربة, بالاضافة الى الماء و الأملاح المعدنية و الفيتامينات , مثل : الحليب.*

تقويم الموارد :

صنف الأغذية التالية حسب تركيبها : البيض – السكر – الحليب – الزبدة – الخبز.

الحل

- الخبز و البيض هما غذاءين مركبين.

- السكر و الزبدة هما غذاءين بسيطين.

- الحليب هو غذاء مركب كامل.

-