

سوالات علوم سوم دبستان

فصل اول (زنگ علوم)

- علی می خواهد بداند ، « کدام ماده ی غذایی برای گروه سنی او مناسب است؟ » کدام یک از افراد زیر کمتر می توانند به او کمک کنند؟

الف) پزشک (ب) مربی بهداشت (ج) فروشنده ی مواد غذایی (د) متخصص تغذیه

- کدام یک از موارد زیر جزء منابع اطلاعاتی نمی باشد؟

الف) کتاب (ب) افراد نا آگاه (ج) متخصصان (د) اینترنت

- چه کسانی در مورد تغذیه مناسب اطلاعات دارند؟

الف) مربیان بهداشت (ب) پزشکان (ج) اولیا (د) هر سه مورد

- کلمه های مناسب را به هم وصل کنید.

منابع اطلاعاتی

آلودگی هوای تهران

مسئله

کارشناس آلودگی هوا

- در تحقیق اولین کار بعد از طرح سوال چیست؟

- دو مورد از مراحل کار پژوهشگر را نام ببرید؟



- اگر تعداد افراد مدرسه ۵۰۰ نفر باشد برای انجام یک تحقیق حداقل باید چند نفر پرسشنامه را پر کنند؟

الف) ۵۰ نفر (ب) ۳۰۰ نفر (ج) ۵ نفر (د) فرقی نمی کند

- اولین قدم در تحقیق مریم و دوستانش چه بود؟

الف) یادداشت برداری (ب) مشاهده (ج) طرح پرسش (د) تهیه گزارش

- شما در زنگ تفریح از چه غذاهای سالمی استفاده می کنید؟ (۴ مورد ۲۲۲۲۲۲د)



- در یک تحقیق علمی بعد از جمع آوری اطلاعات نوبت چیست؟

الف) گزارش دادن (ب) مشاهده (ج) نتیجه گیری (د) مرتب کردن اطلاعات
- معین کمی بی‌اشتها شده است. به نظر شما مادر معین باید سوالش را در ارتباط با بی‌اشتهایی معین از چه کسی بپرسد؟

الف) به روزنامه مراجعه کند (ب) از پزشک تغذیه بپرسد

ج) از دوستانش بپرسد (د) از پدر معین بپرسد

- اگر بخواهیم اطلاعاتی درباره‌ی زندگی آهوها بدست بیاوریم، بهتر است از چه کسی سوال کنیم؟

الف) معلم (ب) دانش آموز (ج) جانورشناس (د) پزشک

- کدام سوال زیر برای تحقیق مناسب است؟

الف) آیا درس فارسی را دوست داری؟

ب) امروز ظهر نهار چه چیز داریم؟

ج) زنگ دوم در مدرسه چه درسی می‌خوانیم؟

د) در هوای تابستانی، لباس سفید بهتر است یا تیره؟

- به چه کسی متخصص تغذیه می‌گویند؟

الف) کسی که مزه‌ی همه‌ی غذاها را چشیده است.

ب) کسی که به ما دارو می‌دهد.

ج) کسی که می‌داند چه غذایی برای بدن ما مفید است.

د) کسی که می‌تواند غذاهای خوشمزه ببزد.

- وقتی مطلبی را نمی‌دانیم و از کسی می‌پرسیم، در کدام مرحله از تحقیق هستیم؟

الف) آزمایش (ب) جمع آوری اطلاعات (ج) طرح سوال (د) مشاهده

(فصل دوم و چهاردهم (خوراکی ها - از گذشته تا آینده)

- برای هر گروه مواد غذایی دو مثال بزنید.

گروه	مثال ۱	مثال ۲
نشاسته و غلات		
پروتئین ها و لبنیات		
میوه ها و سبزی ها		

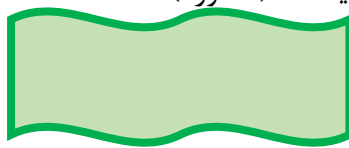
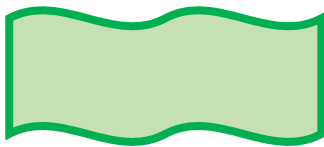
- محل مناسب برای نگهداری مواد غذایی را در جدول زیر را بنویسید.

	تخم مرغ
	ماهی
	شکر

- هر ماده‌ی خوراکی را به گروه خود وصل کنید.

برنج	میوه و سبزی
روغن	پروتئین
ماهی	نان و غلات
نارنگی	چربی

- مزایای روشهای سنتی برای نگهداری مواد غذایی چیست؟ (۲ مورد)



- هنگام خرید کردن مواد خوراکی مانند شیر و ماست و خامه به چه چیزهایی توجه می‌شود؟

الف) تاریخ تولید، تاریخ مصرف	ب) نام مغازه
ج) رنگ بسته بندی خوراکی	د) اندازه‌ی مواد خوراکی

- چرا بعضی مواد غذایی در یخچال نگهداری می‌شود؟

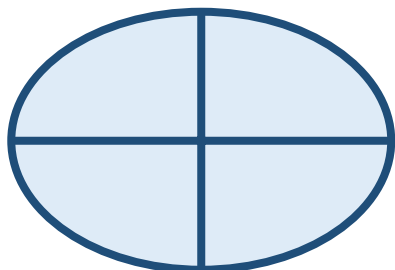


- در روستاهایی که مشکل برق دارند مواد غذایی خود را چگونه برای مدت طولانی نگهداری می‌کنند؟

- کدام مواد غذایی برای صبحانه مناسب است؟

الف) شیر-نان- پنیر ب)چای- بیسکویت ج) کیک- آبیوه د) ساندویچ سوسیس

- در شکل رو به رو نام ۴ خوراکی را بنویسید که در یخچال نگهداری می کنیم.



- کدام از مزایای روش سنتی برای نگهداری مواد غذایی است؟

الف) هزینه پایین تر ب) طعم و مزه بهتر ج) نیاز نداشتن به مواد افزودنی د) هر سه مورد

- کدام از معایب روش صنعتی برای نگهداری مواد غذایی است؟

الف) سرعت بالاتر ب) حجم تولید بیشتر ج) راحتی تهیه د) نیاز به مواد افزودنی

- در کدام گزینه ، همه ی مواد در یک گروه قرار دارند؟

الف) برنج، ماکارونی، تخم مرغ ب) سیب زمینی ، آرد ، برنج
ج) شیر ، تخم مرغ ، کاهو د) دانه های چرب ، کره ، لوبیا

- هر ماده غذایی را به گروه خودش وصل کنید

کشک	مرغ
عدس	لبنیات
زیتون	میوه
انار چربی	پروتئین
ماهی	

- برای پختن آش نذری از چه مواد غذایی استفاده می شود؟ آنها در کدام گروه قرار دارند؟

آش نذری (رشته)	
گروه	ماده‌ی غذایی
لبنیات	کشک

- مزایا و معایب مواد نگهدارنده را بنویسید؟ (یک مورد)

معایب :

مزایا :

- کدام ماده به رشد بدن کمک می‌کند؟

الف) سبزی ب) تخم مرغ ج) برنج د) سیب

- کدام دو ماده‌ی خوراکی را می‌توان در یک گروه مواد غذایی قرار داد؟

الف) ماهی - لوبیا ب) روغن - شیر ج) سیب زمینی - پیاز د) گوشت - نان

- جدول زیر را کامل کنید.

مثال	روش نگهداری
	خشک کردن
	منجمد کردن
مربا	
خیار شور	

- در کدام یک پروتئین یافت می‌شود؟

الف) گوشت مرغ ب) برنج ج) خیار د) شکلات

- ویتامین‌ها چه نقشی در بدن دارند؟

الف (سالم نگه داشتن بدن ب)گرم نگه داشتن بدن ج) رشد بدن د) تامین انرژی

از میان مواد غذایی زیر آنهایی که مصرف زیاد آن برای بدن ضرر دارند را رنگ کنید.



- هر کدام از مواد غذایی زیر در کدام گروه قرار دارند؟

روغن کنجد
کشک و دوغ
پیاز چه و تره
ماهی و میگو

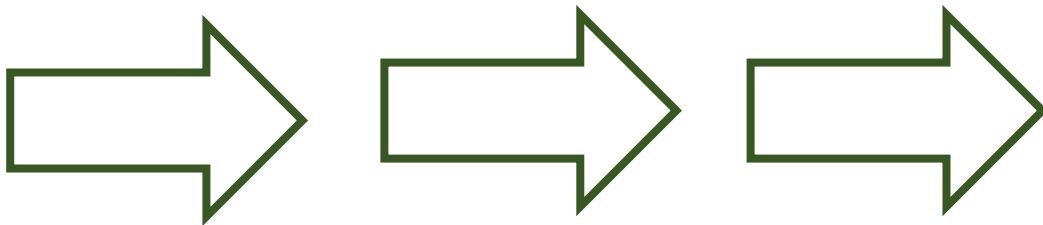
- کدامیک از روشهای زیر برای نگهداری مواد غذایی مناسب نیست؟

الف) خشک کردن ب) منجمد کردن
ج) در یخچال گذاشتن د) جلوی آفتاب گذاشتن

- کدامیک از مواد زیر قند خیلی کمی دارد؟

الف) خرما ب) انگور ج) برنج د) شکر

- سه وعده ی غذایی که در روز می خوریم را نام ببرید؟ آن که مصرفش اهمیت بیشتری دارد را رنگ کنید؟



دو ماده ی نگهدارنده ی طبیعی را نام ببرید.



- بر روی یک پاکت شیر تاریخ تولید آن را ۱۳۹۴/۲/۱۵ و تاریخ انقضای آن را ۲ ماه پس از تولید نوشته است.

به سوالات زیر پاسخ دهید :

تاریخ انقضای شیر چه تاریخی است؟

آیا شیر در ۶ تیر ماه ۱۳۹۴ قابل استفاده است؟

آیا شیر در ۳ مرداد ماه ۱۳۹۴ قابل استفاده است؟

جدول زیر را کامل کنید.

				خوراکی های مفید
				خوراکی های غیر مفید

مربی بهداشت در مدرسه چه کمک هایی می تواند به شما بکند؟

از مادر یا مادر بزرگ خود روش تهیه یکی از مواد غذایی زیر را بپرسید و به صورت خلاصه بنویسید؟
(ترشی - مربا - شور - خیار شور - کمپوت - نان های محلی)

محمدرضا می خواهد به یک روستای گرمسیر برود که یخچال ندارد . او بهتر است از چه خوراکیهایی استفاده کند؟

الف) سبزیجات تازه، گوشت و مرغ

ب) سبزیجات خشک ، کنسرو و کمپوت

ج) شیر ، سوسیس و کالباس

د) گوشت ، ماهی و ماست

جدول زیر را کامل کنید.

روش نگهداری	مثال
خشک کردن	
منجمد کردن	
	مربا
	خیار شور

(فصل سوم و چهارم مواد اطراف ما)

جدول زیر را با یک مثال کامل کنید.

تبدیل مایع به جامد	تبدیل جامد به مایع	تبدیل مایع به جامد

- حجم کدامیک از وسایل زیر را نمی‌توان با لیتر اندازه گرفت؟

الف) نفت ب) چوب ج) بنزین د) آب

- برای کدام تغییر حالت، گرما لازم است؟

الف) ذوب شدن یخ ب) یخ بستن آب ج) تبخیر شدن آب د) گزینه ۱ و ۳

آیا هر چیزی که جای کمتری بگیرد، جرم آن هم کمتر است؟ مثال بزنید.

.....

.....

-همه‌ی مواد اطراف ما دارای هستند .

الف) جرم ب) حجم ج) بو د) جرم و حجم

-دو قسمت جمله را به هم وصل کنید

<p>آب را وقتی سرما می‌دهیم</p> <p>آبی که می‌نوشیم یک</p> <p>آب مایع به گاز تبدیل می‌شود اگر</p> <p>وقتی بخار آب در هوا سرد شود به</p>	<p>مایع است</p> <p>آن را گرم کنید</p> <p>مایع تبدیل می‌شود</p> <p>به شکل یخ در می‌آید</p>
---	---

- واحد اندازه‌گیری حجم مایعات است .

الف) گرم ب) لیتر ج) کیلو گرم د) سانتی متر

- واحد اندازه‌گیری جرم اجسام است .

الف) سی سی ب) لیتر ج) کیلو گرم د) سانتی متر

-ترازوی دیجیتال از ترازوی دو کفه ای است.

الف) بزرگتر ب) زیباتر ج) دقیق تر د) قدیمی تر

-درون کدامیک گاز وجود دارد؟

الف) بادکنک ب) کپسول ج) گاز آشپزخانه د) در همه موارد

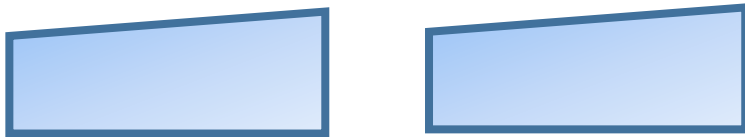
-برای ذوب کردن کدام یک به گرمای بیشتری نیاز داریم؟

الف) یخ ب) کره ج) آهن د) شمع

-کدامیک از مواد زیر در دمای محیط ذوب می‌شود؟

الف) شمع خاموش ب) بستنی ج) کره د) مورد ۳ و ۲

-شما ذوب شدن چه موادی را دیده اید؟



-چگونه می‌توان جسم جامد را به مایع تبدیل کرد؟

الف) با قرار دادن در قالب ب) با سرد کردن جسم جامد

ج) با گرما دادن به جسم جامد د) با خرد کردن جسم جامد

-ذوب یعنی تبدیل به

-تبخیر یعنی تبدیل به

-انجماد یعنی تبدیل به

..... مهمترین گاز موجود در جهان است که ما آن را تنفس می‌کنیم.

-برای تبدیل مواد جامد به مایع به نیاز داریم.

-برای تبدیل مواد مایع به جامد به نیاز داریم.

-جرم یک لیتر آب از یک لیتر عسل است.

واحد اندازه گیری حجم مایعات است.

واحد اندازه گیری جرم اجسام است.

جرم اجسام را با وسیله‌ای به نام اندازه گیری می‌کنند.

تبدیل یک ماده از حالت مایع به حالت گاز را می‌گویند.

تبدیل یک ماده از حالت مایع به جامد را می‌گویند.

-به موادی مثل لیوان و قاشق که شکل ثابتی دارند، می‌گویند.

-به موادی که مثل بخار در هوا پخش می‌شوند و حجم مشخصی ندارند، می‌گویند.

-به موادی مانند آب و شربت آناناس که شکل ظرفشان را به خود می‌گیرند، می‌گویند.