

تدبيرين دقيقين
فلسفي
لسنة سادسة

كل ما يدخل تحت خراطة
إلى لغة التي وإلى عادي

وفاء هرماسي

وفاء هرماسي

الشيء:

قبل البدء جازي بالمواد رسة أعدت أفد ما تودة
عظم الرجوع وكان فوقها أفذية متنوعة:
حليب - بيضا - جبن - مخبوزة - سفرجل -
زيت زيتون - عجين برتقال - زبدة
أخذت هذه الأفذية في الجدول التالي:

أفذية وقاية	أفذية لجاقة	أفذية نضو

الشيء:

أكملت في طارذ وحمد ن الله فلو هذه اللحم،
في هذه الوقت كان أخود القمح يسوي الحليب
وخلف في هذه جنود عدة أسئلة فخررت البحوث
في الإجابة المصيرية في الموسوعات العلمية.
أجيب فلو هذه الشاؤلات مع التحليل
- يتناول أخود التزييح الحليب فقط وهل هذا الجايم

• لماذا كل هذه الاغذية في الحمار ولماذا في الفيل؟

• ما هو المحور الرئيسي الذي يجب ان نركز عليه أثناء وجباتنا الغذائية؟

- أربط بسهم:
- الزلاقيات • تمد الجسم بالطاقة.
- الدهنيات • تساعد الجسم والنفوس وتحديد الخلايا.
- الفيتامينات • هي لبنات غذائية واقية ضرورية للجسم.

وفاء هرماسي

- أطلع الخطأ دائما وجيدا:

- الفحريات تمد الجسم بطاقة حرارية كبيرة.

↑

↑

- الأمدح المعدنية تساعد في تحفيز الجهاز العصبي.

↑

↑

• يسود التخفيف في نسيج في نقيج أو في الحمار في استهلاك الغذاء.

↑

⑤ أكل الفراغ بما يناسب :

- الأوعية الصافية عن أذى
- تساعد آلة مارج المعد بيتا كاي
- الزلايات عن أذى ونحوها في

وفاء هرماسي

السطح 3 :

كانت أختنا تفضل العلبات والوجبات السريعة فكانت
دائمة الإحساس بالآدم في بطنها وفي الآونة الأخيرة
أجبرت بحايتها من نزيه في لثنتها.
← ما هو العرف في الحويضة أذ يكون أذ يولد أجاب أختنا ؟

← عرف هذا العرف وأذكر سببه :

← أقدام 3 قواعد صحية .

- إلى خزان أو التخزين في الوصلات الغذائية ينتج عنه

وفاء هرماسي

عذة أمران:

أكل تحصيل الجدول:

السبب	المرضاة
	فقر الدم
نقص في الفيتامين "د"	
	العنق الليلي

ولا ننسى أيضا دور الماء وجوده أهم العناصر

الغذائية
أسلوب الخطأ:

- يساعد الماء على المحافظة على درجة حرارة
(عالية - معتدلة - منخفضة) في الجسم، كما
يشمل $(\frac{2}{3} - \frac{1}{2})$ كتلة جسم الإنسان.

تعاريف اذيقاظ
فلسفي
سنة سادسة

كل ما يدخل في خزانة
الابن الذي والى عادي

وفاء هرماسي

السنة 1:

قبل ان حارب الى المدرسة أعدت أقدم ما نوه
عظير ارقطباع وكان فوقها أفذية متنوعة
حليب - بيض - جبن - مخبز - معجونة سفرجل -
زيت زيتون - عجين برتقال - زبدة
أخذت هذه الأفذية في التجدول التالي:

أفذية وقاية	أفذية لياقة	أفذية نمو
معجونة سفرجل عجين برتقال	زيت زيتون مخبز زبدة	حليب بيض جبن

وفاء هرماسي

السنة 2:

أكملت اذيقاظ وحمدت الله على هذه النعم
في هذه الوقت كان اخو اذيقاظ يشرب الحليب
فخاطر في هذه جهة عدة أسئلة فقرر ان يبحث
في الإجابة الحقيقية في الموسوعات العلمية.

أجيب على هذه الاسئلة مع التعليل
يتناول اخو اذيقاظ الحليب فقط وقل هذا الكلام
نعم كما ان الحليب غذاء متكامل للرفع (حسب السنة)

هـ أ كمل الفراغ بما يناسب :

- أفرأ اليه الجافية عن أفضية الإجابة و الوصاية

- تساعده آلة ملاح المعد نيت كاي النمو والوصاية عن آلة من أفرأ

- الزلايات عن أفضية النمو و نجرها في النجوم المجرأ
المجموع المبرجاء و آلة سمارا

وفاء هرماسي

الشيخ 3

- كانت أختها تفضل العلبات والوجبات السريعة فكانت
دائمة الاحساس بالام في بلذتها وفي الآونة الأخيرة
أجبرت نجاتها في نيف في لذتها.

ما هو الفرق الذي يعكس أن يكون أجاب أختها؟
الاسفر بو ط

عزف هذا الفرق وأذكي سببه : هو في ريب اللثة
والتي تفتق مما يؤذي إلى ريبها أو فقد أن الأسنان
و سببه تناول الآ لعمه القارحة أو نوحها القيتا عينا مع

أفدم 3 قواعد صحية

- عدم تناول المعجنات والأكلات المعروفة ونحوها
بالوجبات التي تلذذها الوالدة

- غسل الحفرو الخلال جيداً مع وضع قطنان في أبعمال

- عدم تناول العلبات قبل التذيق و علاجها

- إلى جوارح أو التفويض في الوصيات الغذائية ينتج عنه

وفاء هرماسي

عذة أمراها : ١

أكثر تحصيل الجدول :

السبب	المرضاة
ذوقها في أملاح الحديد - ذوقها في الفيتامين ١٢	فقر الدم
ذوقها في الفيتامين "د"	الكساح
ذوقها في الفيتامين "أ"	العشى الليلي

١٠- لا ننسى طبعا دور الماء وجوده في أهم العناصر

الغذائية
أسلوب الخرج :

- يساعد الماء على الصفاة في كل درجة حرارة

(عالية - معتدلة - منخفضة) في الجسم ، كما

يقول $(\frac{2}{3} - \frac{1}{2})$ كتلة جسم الإنسان .