**العلوم والتكنولوجيا للجميع**

**704283**

**الملف المحوسب**

**משימה מתאימה למבנית לבריאות מכל הלב**

**נושא: חשיבות ארוחת הבוקר**

**מכילה: אנסין**

**מיומנויות: אמינות מקור מידע**

**שאלת שאלות**

**שאלת עומר**

**כלים דגיטליים**

**מחוון**

|  |  |
| --- | --- |
| موضوع المهمة | **أهمية ودبة الإفطار** |
| ملائمة المهمة للوحدة التعليمية | **بالصحة من القلب** |
| المهارات | **مصداقية مصدر المعلومات**  **صياغة أسئلة**  **שאלות עומ"ר** |
| الفكرة العلمية |  |
| توجيه الى شبكة الانترنت (استعمال اداه رقمية) | **متواجد** |
| مئشار | **متواجد** |

**השתלמות קהילת מורי מוט"ל -נצרת**

**מגישה : גנאיים ולאא**

**مهمة رقم 1**

**مهمة شخصية " أهمية وجبة الافطار "**

**الطلاب الأعزّاء، أمامكم مهمة في العلوم والتكنولوجيا الشامل.**

**اجب عن الاسئلة التالية بمساعدة القطعة العلمية:**

يقول الأطباء وأخصائيو التغذية بأن وجبة الفطور هي أهم وجبة يتناولها الإنسان خلال اليوم، وحسب رأيهم فإن هذه الوجبة هامة بشكل خاص للأطفال والمراهقين. أجرى باحثون من جامعة بار إيلان في رمات غان، ومن مستشفى كابلان في رحوبوت تجربة لفحص مدى صحة هذا الادعاء.

شارك في التجربة 569 طالبا من خمس مدارس ابتدائية. قدّم جميع الطلاب، في نفس الوقت، الامتحان الذي بدأ الساعة التاسعة صباحا.

تم تقسيم الطلاب إلى ثلاث مجموعات:

المجموعة أ – لم يتناول الطلاب فيها يوم الامتحان وجبة الفطور على الإطلاق.

المجموعة ب – تناول الطلاب في بيوتهم يوم الامتحان وجبة فطور من كورنفلكس (حبوب الفطور - ذرة) مع حليب وسكر في الساعة السابعة صباحا.

المجموعة ج – لم يتناول الطلاب وجبة فطور في بيوتهم يوم الامتحان، لكنهم تناولوا في المدرسة كورنفلكس مع حليب وسكر في الساعة الثامنة والنصف صباحا.

تم فحص تركيز السكر في دم جميع الطلاب قبل الامتحان، وثلاث مرات خلاله.

**الجدول التالي يلخص نتائج البحث:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **المجموعة أ** | **المجموعة ب** | **المجموعة ج** |
| تركيبة وجبة الفطور | لم يأكلوا | كورنفلكس مع حليب وسكر | كورنفلكس مع حليب وسكر |
| الوقت الذي مرّ من بداية الوجبة حتى بداية الامتحان | لم يأكلوا | 120 دقيقة | 30 دقيقة |
| معدل النجاح في الامتحان | متوسط | متوسط | كبير |
| معدل التغيير في تركيز السكر في الدم خلال الامتحان مقارنة بتركيزه قبل الامتحان | لم يطرأ أي تغيير | لم يطرأ أي تغيير | ارتفع تركيز السكر في الدم في نصف الساعة الأولى، ثم بدأ في الانخفاض بعد ذلك |

السؤال الاول: مهارة طرح أسئلة

1. اكتب سؤالين بحث قام بفحصهما الباحثون.

|  |
| --- |
| 1. |
| 2. |

السؤال الثاني ידע על מדע:

كيف يتمثل التعبير عن آلية الاتزان البدني في كل واحدة من المجموعات الثلاث؟

|  |
| --- |
|  |
|  |
|  |

السؤال الثالث:  הסקת מסקנות מתוצאות

تتطرق العبارات الأربع التالية إلى نتائج التجربة.

أشر إلى 1 أو 2 أو 3 بجانب كل عبارة، لتعبّر عن مدى الدعم الذي تقدمه نتائج الجدول للعبارات الأربع. استعن بالدليل التالي:

1 – النتائج تدعم العبارة مباشرة

2 – النتائج لا تدعم العبارة بشكل مباشر

3 – النتائج تناقض العبارة.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| مدى الدعم  العبارات | 1 | 2 | 3 |
| ا.نجاح الطلاب غير متعلق بالوجبة التي أكلوها قبل الامتحان |  |  |  |
| ب.لو أكل الطلاب قطعة من الخبز مع جبنة قبل الامتحان، لكانت نتائج البحث مشابهة للنتائج التي حصلوا عليها. |  |  |  |
| ج. إن تناول الطلاب وجبة الكورنفلكس مع السكر والحليب قبل نصف ساعة من الامتحان، يكون أفضل من تناولهم إياها قبل ساعتين من الامتحان. |  |  |  |
| د.الأفضل أن نأكل قبل الامتحان، لكن الوقت الذي نأكل فيه قبل الامتحان غير مهم. |  |  |  |

أشرح أجابتك للعبارة الاولى والثانية :

|  |
| --- |
|  |
|  |
|  |

السؤال الرابع ידע של מדע – תהליכי עיכול וספיגה של פחמימות פשוטות ומורכבות:

سُجّلت على علبة الكورنفلكس مكونات الغذاء الآتية: ذرة، ملح، سكر، مواد طعم، فيتامينات – B1، B2، B6،12 Bحامض الفوليك، نياسين، وأملاح معدنية – حديد وصوديوم.

أي من المكونات المذكرة على العلبة تساهم في رفع تركيز السكر عند مجموعة الطلاب الثالثة في التجربة؟ اشرح إجابتك.

|  |
| --- |
|  |
|  |

السؤال الخامس יכולת הצגת נימוקים המתבססים על ראיות:

اقترح أحد أعضاء الكنيست أن تقوم الدولة "بمشروع تغذية" في المدارس التي يتعلم فيها الطلاب معظم ساعات النهار. وسيحصل الطلاب في هذه المدارس على وجبة غداء فقط، أي دون أن يحصلوا على وجبة فطور.

اكتب تعليلا واحدا ليقنع أعضاء الكنيست بدعم المشروع، وتعليلا آخر ليقنعهم بعدم دعم المشروع.

مع دعم المشروع:

|  |
| --- |
|  |
|  |

ضد دعم المشروع:

|  |
| --- |
|  |
|  |

**السؤال السادس مصداقية مصدر المعلومات:**

عزيزي الطالب أمامك الرابط التالي , قم بزيارته وتتطرق لما يلي

<https://www.clalit.co.il/arb/life_style/nutrition/Pages/breakfast2.aspx>

قم بتقييم مصدر المعلومات الذي زرته حسب الجدول التالي اشر √ في المكان المناسب :

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **درجة الملائمة**  **المعيار** | **بمدى كبير** | **بمدى متوسط** | **بمدى قليل** |
| **تخصص كاتب المقال** |  |  |  |
| **مميزات مصدر المعلومات** |  |  |  |
| **الموضوعية** |  |  |  |
| **الحتلنة/ الحداثة** |  |  |  |

أ) حسب رأي ريم، مصدر المعلومات لا يتمتع بالمصداقية بينما تدعي ولاء ان المصدر يتمتع بالمصداقية بمدى كبير.

من منهما على حق؟ علل. تطرق لجميع المعايير الجدول

|  |
| --- |
|  |
|  |
|  |

ب) تخيل أنك ستلقي محاضرة أمام مجموعة من الطلاب عن التغذية السليمة وأهمية وجبة الافطار ما هي نصائحك لهم أعتمد في أجابتك على المعلومات التي ذكرت في المقال أعلاه.

|  |
| --- |
|  |
|  |

**أسئلة تغذية مرتدة :**

|  |  |
| --- | --- |
| **السؤال** | **إجابة الطالب** |
| ماذا تعلمت عن نفسك؟ |  |
| ما هي الامور التي كنت راض عنها وما هي الأمور التي تتطلب تحسين؟ |  |
| ما هي توصياتك او اقتراحاتك لتنفيذ مهمة مستقبلية مماثلة؟ |  |

**مئشار تقييم المهمة:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| المستوى  السؤال | مستوى ممتاز – جيد جدا | جيد جدا – جيد | ضعيف |
| السؤال الأول | قيم سؤالين البحث | قيم أحد السؤالين فقط | قيم بشكل خاطئ او لم يجب عن السؤال |
| السؤال الثاني | شرح كيف يتمثل التعبير عن آلية الاتزان البدني في كل واحدة من المجموعات الثلاث | شرح كيف يتمثل التعبير عن آلية الاتزان البدني في مجموعة واحدة او مجموعتين | لم يشرح عن أي مجموعة |
| السؤال الثالث | اشرت ب V لكل المعايير المتوفرة | اشرت الى جزء من المعايير | لم تشر على أي معيار بشكل صحيح |
| السؤال الرابع | ذكر المكونات التي تؤدي الى رفع السكر بشكل كامل وشرح الاجابة | ذكر أحد المكونات او ذكر المكونات بأكملها ولم يشرح الإجابة | لم يذكر المكونات ولم يشرح |
| السؤال الخامس | كتب تعليلا واحدا ليقنع أعضاء الكنيست بدعم المشروع وتعليلا آخر ليقنعهم بعدم دعم المشروع. | كتب تعليلا واحدا ليقنع أعضاء الكنيست بدعم المشروع ولم يكتب تعليلا آخر ليقنعهم بعدم دعم المشروع. | لم يكتب أي تعليل |
| السؤال السادس | قام بفحص المعايير المطروحة في الجدول  وحسب المعايير قام بتعليل الاجابة. | \* لم يقم بفحص كل المعايير المطروحة في الجدول.  \* لم يقم بتعليل الاجابة حسب المعايير. | لم يتطرق للمعايير في الجدول بتاتا. |

**פרק שני : אמונות מקור מידע**

העברתי לתלמידים משימה קשורה ל אמינות מקור מידע, חלקתי אותם לשתי קבוצות קבוצה אחת עם מחוון והקבוצה השנייה בלי מחוון . כאשר בדקתי את המשימה התברר שהתלמידים שפתרו את המשימה עם מחוון היה להם קל יותר להבין מש נדרש מהם הכל היה ברור ומובן כי כלי ההערכה והמדדים להערכת הפרזנטציה נמצאת מולם ויש להם בסיס לחשיבה כיצד להעריך.

לעומת הקבוצה השנייה שלקח להם יותר זמן לפתור ולסיים אפילו התשובות שלהם אומנם שהם נכונות אבל לא ממוקדות כמו שצריך, לא היה להם אפשרות להסביר טוב, ותוך כדי השיעור היה להם מלא שאלות .

לסיכום לפי דעתי הקבוצה שעם מחוון הביעה את הידע שלמדו יותר טוב זה אומר שהמחוון הוא כלי הערכה יעיל וחשוב מאוד שמתאר רכיבים חשובים המסייעים להצלחה במטלת הלמידה.