بطاقة تحدي ستيم

صمم طبق الصحة المثالي

الغذاء والتغذية — العلوم — الصف الرابع الابتدائي

المجموعة: ..... الأعضاء: .....

طلبت منك مدرستك تصميم طبق غذائي نموذجي لعرضه في معرض الصحة المدرسي لتوعية زملائك بأهمية الغذاء المتوازن

المهمة: صمم مجسمًا أو رسمًا لطبق غذاء يحتوي على جميع المجموعات الغذائية الخمس بنسب مناسبة، واعرضه أمام زملائك موضحًا سبب اختيارك لكل عنصر

الشروط

- يجب أن يحتوي الطبق على الأقل على أربع مجموعات غذائية مختلفة
- يجب ألا يحتوي على كمية كبيرة من الحلويات أو الدهون
- استخدم أدوات بسيطة متاحة فقط

الأدوات

طبق ورقي أو كرتوني · ألوان أو صور مقصوصة من مجلات · صلصال أو عجينة ملونة (اختياري) · مقص وغراء

مراحل التصميم الهندسي

اسأل	ما الأطعمة التي يجب أن يحتوي عليها طبق صحي متكامل؟
تخيّل	تخيل شكل الطبق وكيف توزع فيه المجموعات الغذائية المختلفة
خطّط	ارسم مخططًا أوليًا يوضح أقسام الطبق ونسبة كل مجموعة غذائية
نفّذ	نفذ الطبق باستخدام الصور أو الصلصال الملون ووزعه حسب تصميمك
حسّن	اعرض عملك على زميل واطلب رأيه، ثم عدّل التصميم إن لزم لجعله أكثر توازنًا

سلّم التقدير

المعيار	متميز	جيد	بحاجة لدعم
تنوع المجموعات الغذائية	يحتوي الطبق على أربع مجموعات أو أكثر بتوازن واضح	يحتوي على ثلاث مجموعات غذائية	يحتوي على مجموعتين فقط أو أقل
الإبداع في التصميم	تصميم مرتب وجذاب وواضح الألوان والترتيب	تصميم مقبول مع بعض الترتيب	تصميم غير مرتب ويحتاج تحسينًا
التفسير العلمي	يشرح الطالب بوضوح فائدة كل عنصر غذائي في الطبق	يشرح بعض العناصر بشكل صحيح	لا يستطيع تفسير اختياراته بشكل كافٍ
العمل الجماعي	تعاون فعّال بين جميع أفراد المجموعة	تعاون جزئي بين الأفراد	اعتماد على فرد واحد فقط في التنفيذ