

تم تحميل وعرض هذا المادة من موقع واجبي:

wajibi.com



www.wajibi.net

واجبي موقع تعليمي يوفر مجموعة واسعة
من الخدمات والموارد التعليمية، يهدف موقع واجبي
إلى تسهيل عملية التعليم ويقدم حلول المناهج للطلاب
في جميع المراحل الدراسية.

حمل تطبيق واجبي من هنا يصلك كل جديد



اختبار مادة مهارات حياتية واسرية (انتساب) الفصل الدراسي الثالث 1444

الاسم /

الفصل /

1-السؤال الأول: ضع / ي علامة (✓) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) أمام العبارة الخاطئة

- 1-التنمر الاجتماعي هو تخريب او سرقة الأدوات من المتنمر عليه ()
- 2- النباتات مصدر رئيس للأدوية والعطور والزيوت ()
- 3- لا تشتري عبوات وضع عليها ملصقات إضافية لتاريخ الإنتاج أو تاريخ انتهاء الصلاحية ()
- 4- لابد من التدرج في رفع مستوى النشاط البدني وزيادته مع مرور الوقت ()
- 5- الوقاية الصحية في دورات المياه تنظيف المراض يوميا بمزيج من الكلور والصابون ()
- 6- من العادات الغذائية السيئة اهمال تناول وجبة الإفطار ()
- 7- من فوائد النشاط البدني تحسين التركيز والتعلم ()
- 8- من مظاهر حدوث التنمر سلب نقود المتنمر عليه بالقوة ()
- 9- مدة ممارسة النشاط البدني من اجل الصحة من (30-60) دقيقة ()
- 10- للوقاية الصحية داخل غرف المنزل يجب تهوية الغرفة بفتح النوافذ لدخول الهواء واشعة الشمس ()
- 11- تناول وجبات دسمة يوميا على الغداء أو العشاء من العادات الغذائية الصحية ()
- 12- بعض المزروعات الداخلية قد تكون اوراقها تحتوي مواد سامة على الأطفال ()
- 13- السماد الكيميائي أفضل للمزروعات من السماد الطبيعي ()
- 14 - تجنب شراء المنتجات الغذائية التي لا يوجد عليها بطاقة المعلومات الغذائية ()
- 15- تهدف مبادرة السعودية الخضراء لرفع الغطاء النباتي وتقليل انبعاثات الكربون ()
- 16 - أي منتج غير مطابق للمواصفات القياسية المعتمدة من حالات الغش التجاري ()
- 17- يفضل تناول وجبة العشاء في وقت متأخر تفاديا لاي اضطرابات في النوم ()
- 18- للأسرة دور في تكوين العادات الغذائية الجيدة كاختيار طرق الطهي الصحية ()
- 19- النباتات تعطي المكان مظهرًا جميلاً يوحى بالاستقرار والراحة النفسية ()
- 20- تساعد النباتات على إنتاج الأكسجين بشكل كبير و هي المصدر الأساسي للأكسجين المتجدد ()

2- السؤال الثاني: اختار/ ي ما يناسب العبارات من المصطلحات التالية لكل مما يلي:

التمر الجسدي	السرعة	التنظيف	الأسمدة الطبيعية	فترة الصلاحية
فوائد النشاط البدني	تاريخ الانتهاء	التوازن	النشاط البدني	التعقيم

- 1-..... التاريخ الذي يحدد نهاية فترة الصلاحية للمادة الغذائية
- 2- هو كل حركة يقوم بها الجسم وتؤديها العضلات وتتطلب استهلاك للطاقة
- 3- إزالة الجراثيم والاساخ من الاسطح في المنزل بطريقة لا يتم فيها قتل الجراثيم بشكل كلي
- 4-.....خفض نسبة الدهون في الجسم والمحافظة على الوزن الصحي
- 5-..... هي الفترة الزمنية التي يحتفظ المنتج فيها بصفاته الأساسية
- 6-..... هو المحافظة على ثبات الجسم في أوضاع معينة
- 7- يتكون من بقايا الأطعمة وغيرها وهي الأكثر فائدة للتربة
- 8-..... العملية التي يتم فيها تطهير الاسطح في المنزل للقضاء على الجراثيم وتقليل خطر انتشار العدوى
- 9- هي القدرة على أداء حركات متكررة من نفس النوع في اقل زمن
- 10- هو استخدام القوة الجسدية لألحاق الضرر بشخص او مجموعة اشخاص

20

الدرجة النهائية

60

انتهت الأسئلة.... تمنياتي لكم بالنجاح

صفحة 2

نموذج الإجابة

الصف: الأول المتوسط
الزمن: ساعتان

المملكة العربية السعودية

اختبار مادة مهارات حياتية واسرية (انتساب) الفصل الدراسي الثالث 1444

الفصل /

الاسم /

1-السؤال الأول: ضع / ي علامة (✓) امام العبارة الصحيحة وعلامة (x) أمام العبارة الخاطئة

- 1-التنمر الاجتماعي هو تخريب او سرقة الأدوات من المتنمر عليه (x)
- 2- النباتات مصدر رئيس للأدوية والعطور والزيوت (✓)
- 3- لا تشتري عبوات وضع عليها ملصقات إضافية لتاريخ الإنتاج أو تاريخ انتهاء الصلاحية (✓)
- 4- لابد من التدرج في رفع مستوى النشاط البدني وزيادته مع مرور الوقت (✓)
- 5- الوقاية الصحية في دورات المياه تنظيف المراض يوميا بمزيج من الكلور والصابون (✓)
- 6- من العادات الغذائية السيئة اهمال تناول وجبة الإفطار (✓)
- 7- من فوائد النشاط البدني تحسين التركيز والتعلم (✓)
- 8- من مظاهر حدوث التنمر سلب نقود المتنمر عليه بالقوة (✓)
- 9- مدة ممارسة النشاط البدني من اجل الصحة من (30-60) دقيقة (✓)
- 10- للوقاية الصحية داخل غرف المنزل يجب تهوية الغرفة بفتح النوافذ لدخول الهواء واشعة الشمس (✓)
- 11- تناول وجبات دسمة يوميا على الغداء أو العشاء من العادات الغذائية الصحية (x)
- 12- بعض المزروعات الداخلية قد تكون اوراقها تحتوي مواد سامة على الأطفال (✓)
- 13- السماد الكيميائي أفضل للمزروعات من السماد الطبيعي (x)
- 14 - تجنب شراء المنتجات الغذائية التي لا يوجد عليها بطاقة المعلومات الغذائية (✓)
- 15- تهدف مبادرة السعودية الخضراء لرفع الغطاء النباتي وتقليل انبعاثات الكربون (✓)
- 16 - أي منتج غير مطابق للمواصفات القياسية المعتمدة من حالات الغش التجاري (✓)
- 17- يفضل تناول وجبة العشاء في وقت متأخر تفاديا لاي اضطرابات في النوم (x)
- 18- للأسرة دور في تكوين العادات الغذائية الجيدة كاختيار طرق الطهي الصحية (✓)
- 19- النباتات تعطي المكان مظهراً جميلاً يوحى بالاستقرار والراحة النفسية (✓)
- 20- تساعد النباتات على إنتاج الكربون بشكل كبيرو هي المصدر الأساسي للكربون المتجدد (x)

2- السؤال الثاني: اختار/ ي ما يناسب العبارات من المصطلحات التالية لكل مما يلي:

فترة الصلاحية	الأسمدة الطبيعية	التنظيف	السرعة	التنمر الجسدي
التعقيم	النشاط البدني	التوازن	تاريخ الانتهاء	فوائد النشاط البدني

- 1-.... تاريخ الانتهاء التاريخ الذي يحدد نهاية فترة الصلاحية للمادة الغذائية
- 2- .. النشاط البدني هو كل حركة يقوم بها الجسم وتؤديها العضلات وتتطلب استهلاك للطاقة
- 3- ... التنظيف إزالة الجراثيم والافساخ من الاسطح في المنزل بطريقة لا يتم فيها قتل الجراثيم بشكل كلي
- 4-.... فوائد النشاط البدني ...خفض نسبة الدهون في الجسم والمحافظة على الوزن الصحي
- 5-.... فترة الصلاحية هي الفترة الزمنية التي يحتفظ المنتج فيها بصفاته الأساسية
- 6-.... التوازن هو المحافظة على ثبات الجسم في أوضاع معينة
- 7- .. الأسمدة الطبيعية يتكون من بقايا الأطعمة وغيرها وهي الأكثر فائدة للتربة
- 8-.... التعقيم العملية التي يتم فيها تطهير الاسطح في المنزل للقضاء على الجراثيم وتقليل خطر انتشار العدوى
- 9-.... السرعة هي القدرة على أداء حركات متكررة من نفس النوع في اقل زمن
10. التنمر الجسدي هو استخدام القوة الجسدية لألحاق الضرر بشخص او مجموعة اشخاص

20

الدرجة النهائية

60