تم تحميل وعرض المادة من :



موقع واجباتي

www.wajibati.net

موقع واجباتي منصة تعليمية تساهم بنشر
حل المناهج الدراسية بشكل متميز لترتقي بمجال التعليم
على الإنترنت ويستطيع الطلاب تصفح حلول الكتب مباشرة
لجميع المراحل التعليمية المختلفة





حمل التطبيق من هنا

المملكة العربية السعودية　　اختبار المهارات الحياتية　　الصف : الثالث المتوسط　ف٣

الاسم :　　الصف :

١ـ ضعي علامة (✓) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) أمام العبارة الخاطئة

١ـمن خصائص الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية تحقيق الذات واستثمار القدرات　(　)
٢ـتطرأ على المراهقين تغيرات هرمونية على الجسم في فترة البلوغ تسبب تقلبات في المزاج　(　)
٣ـلزيادة الشعور بالسعادة التفكير الزائد والمقارنة الاجتماعية　(　)
٤ـالأشخاص الاذكياء عاطفيا يطورون قدراتهم على الإحساس بمشاعر الاخرين والانصات لهم　(　)
٥ـاقسام التسمم حسب المسبب هي التسمم بالأدوية والتسمم الغذائي فقط　(　)
٦ـ من مزايا التمتع بروح معنوية عالية تجعلك أكثر إيجابية تجاه الحياة والأكثر سعادة　(　)
٧ـ الأشخاص الاذكياء عاطفيا لا يعرفون كيف يتخلصون من المشاعر السلبية　(　)
٨ـ الاستنشاق من طرق دخول المواد السامة الى الجسم　(　)
٩ـ الذكاء العاطفي يساعدك على تجاوز ازمة المراهقة وسائر الازمات بعد ذلك　(　)
١٠ـ ان الامتنان لله كل يوم على النعم الموجودة لدينا يجعلنا أكثر سعادة　(　)
١١ـ تنقسم مهارات الذكاء العاطفي الى خمس مجالات رئيسة　(　)

٢ـاختاري الإجابة الصحيحة :

١ـمن اعراض التسمم الدوائي :　(كثرة النوم – التعرق الشديد والهلوسة)

٢ـهي مسكنات لا تصرف الا بوصفة طبية من الطبيب بعد مراجعته : (المسكنات اللاصفية – المسكنات الوصفية)

٣ـتبرز الصحة النفسية للفرد والمجتمع من خلال: (زيادة المشكلات الاجتماعية ـ خفض معدلات الاعتداء على الاخرين)

٤ـ ينتج عن تناول المريض لجرعات زائدة من الدواء :　(تسمم حاد - تسمم مزمن)

٥ـ من خصائص الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية :　(الشعور بالسعادة مع الاخرين ـ الانانية وحب النفس)

٦ـ هو استبشار نحو المستقبل يجعل الفرد يتوقع الأفضل :　(التسامح – التفاؤل)

٧ـ أهمية الذكاء العاطفي :　(يضعف تحصيلك الدراسي ـ يساعدك على محبة الاخرين)

٨ـ هي مادة كيميائية تساعد في علاج او منع او تشخيص اعراض الامراض التي تصيب الانسان : (الدواء – التسمم)

٩ـهو قدرة الانسان على فهم مشاعره ومشاعر الاخرين مما يحقق أكبر قدر من السعادة النفسية له :
(الذكاء العاطفي – الصحة النفسية)

اعداد المعلمة : هديل النجار

٢٠

المملكة العربية السعودية　　اختبار المهارات الحياتية　　الصف : الثالث المتوسط　ف3

الاسم :　　الصف :

1- ضعي علامة (✓) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) أمام العبارة الخاطئة

1-من خصائص الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية تحقيق الذات واستثمار القدرات (صح)
2-تطرأ على المراهقين تغيرات هرمونية على الجسم في فترة البلوغ تسبب تقلبات في المزاج (صح)
3-لزيادة الشعور بالسعادة التفكير الزائد والمقارنة الاجتماعية (خطأ)
4-الأشخاص الاذكياء عاطفيا يطورون قدراتهم على الإحساس بمشاعر الاخرين والانصات لهم (صح)
5-اقسام التسمم حسب المسبب هي التسمم بالأدوية والتسمم الغذائي فقط (خطأ)
6- من مزايا التمتع بروح معنوية عالية تجعلك أكثر إيجابية تجاه الحياة والأكثر سعادة (صح)
7- الأشخاص الاذكياء عاطفيا لا يعرفون كيف يتخلصون من المشاعر السلبية (خطأ)
8- الاستنشاق من طرق دخول المواد السامة الى الجسم (صح)
9- الذكاء العاطفي يساعدك على تجاوز ازمة المراهقة وسائر الازمات بعد ذلك (صح)
10- ان الامتنان لله كل يوم على النعم الموجودة لدينا يجعلنا أكثر سعادة (صح)
11- تنقسم مهارات الذكاء العاطفي الى خمس مجالات رئيسة (صح)

2-اختاري الإجابة الصحيحة :

1-من اعراض التسمم الدوائي : (كثرة النوم – التعرق الشديد والهلوسة)

2-هي مسكنات لا تصرف الا بوصفة طبية من الطبيب بعد مراجعته : (المسكنات اللاصفية – المسكنات الوصفية)

3-تبرز الصحة النفسية للفرد والمجتمع من خلال: (زيادة المشكلات الاجتماعية – خفض معدلات الاعتداء على الاخرين)

4- ينتج عن تناول المريض لجرعات زائدة من الدواء : (تسمم حاد - تسمم مزمن)

5- من خصائص الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية : (الشعور بالسعادة مع الاخرين – الانانية وحب النفس)

6- هو استبشار نحو المستقبل يجعل الفرد يتوقع الأفضل : (التسامح – التفاؤل)

7- أهمية الذكاء العاطفي : (يضعف تحصيلك الدراسي - يساعدك على محبة الاخرين)

8- هي مادة كيميائية تساعد في علاج او منع او تشخيص اعراض الامراض التي تصيب الانسان : (الدواء – التسمم)

9-هو قدرة الانسان على فهم مشاعره ومشاعر الاخرين مما يحقق أكبر قدر من السعادة النفسية له :
(الذكاء العاطفي – الصحة النفسية)

اعداد المعلمة : هديل النجار

20

المملكة العربية السعودية اختبار المهارات الحياتية الصف : الثالث المتوسط

الاسم : الصف :

١ـ ضعي علامة (✓) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) أمام العبارة الخاطئة

١ـمن خصائص الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية تحقيق الذات واستثمار القدرات ( )

٢ـتطرأ على المراهقين تغيرات هرمونية على الجسم في فترة البلوغ تسبب تقلبات في المزاج ( )

٣ـلزيادة الشعور بالسعادة التفكير الزائد والمقارنة الاجتماعية ( )

٤ـالأشخاص الاذكياء عاطفيا يطورون قدراتهم على الإحساس بمشاعر الاخرين والانصات لهم ( )

٥ـاقسام التسمم حسب المسبب هي التسمم بالأدوية والتسمم الغذائي فقط ( )

٢ـاختاري الإجابة الصحيحة :

١ـهو قدرة الانسان على فهم مشاعره وانفعالاته ومشاعروانفعالات الاخرين مما يحقق أكبر قدر من السعادة النفسية له : (الذكاء العاطفي – الصحة النفسية)

٢ـ ينتج عن تناول المريض لجرعات زائدة من الدواء :
(تسمم حاد - تسمم مزمن)

٣ـمن اعراض التسمم الدوائي :
(كثرة النوم – التعرق الشديد والهلوسة)

٤ـهي مسكنات لا تصرف الا بوصفة طبية من الطبيب بعد مراجعته :
(المسكنات اللاصفية – المسكنات الوصفية)

٥ـتبرز الصحة النفسية للفرد والمجتمع من خلال:
(زيادة المشكلات الاجتماعية ـ خفض معدلات الاعتداء على الاخرين)

اعداد المعلمة : هديل النجار

المملكة العربية السعودية وزارة التعليم الإدارة العامة والتعليم بمحافظة جدة مدرسة البيان النموذجية	الفصل الدراسي الثالث – الفترة الأولى للعام الدراسي ١٤٤٤ هـ	المادة: مهارات حياتية و أسرية الوحدة: الأولى المرحلة: المتوسطة الصف: الثالث
بنك الأسئلة لمادة التربية الأسرية من ص ١٦٥ إلى ص١٩٠وحدة التوعية الصحية		المعلمة: م / سميرة بن عفيف

س١ – في الفقرات من (١) الى (١٣) ضعي دائرة حول الإجابة الصحيحة :

١	تختلف سرعة ظهور أعراض التسمم الدوائي بحسب			
	(أ) نوع الدواء المتناول و كميته	(ب) خلال دقائق فقط	(ج) لا تظهر أبدًا	(د) بعد عدة ساعات
٢	مجالات اقسام مهارات الذكاء العاطفي هي			
	(أ) إدارة العواطف	(ب) التوتر	(ج) كره الذات	(د) سوء المعاملة
٣	الصحة النفسية تهدف إلى			
	(أ) تماسك الشخصية	(ب) زعزعة العلاقات الاجتماعية	(ج) عدم تقبل الفرد لذاته	(د) الشعور بالاضطراب
٤	أسباب التسمم الدوائي			
	(أ) تناول أكثر من دواء في وقت واحد بشكل خاطئ	(ب) التخزين السليم للأدوية	(ج) تناول الأدوية باستشارة الطبيب	(د) تناول الجرعة المناسبة
٥	استراتيجيات لزيادة الشعور بالسعادة			
	(أ) غرس التفاؤل	(ب) سوء المعاملة	(ج) التشاؤم	(د) تحقير الذات
٦	هناك أهمية لتعزيز الصحة النفسية على الفرد والمجتمع من خلال			
	(أ) بناء مجتمع سليم قادر على التطور	(ب) كثرة المشكلات الاجتماعية في المجتمع	(ج) ارتفاع معدلات الاعتداء على الاخرين	(د) عدم دعم وتعاون أفراد المجتمع
٧	أنواع التسمم الدوائي			
	(أ) تسمم حاد	(ب) تسمم بسيط	(ج) تسمم عالي	(د) تسمم متوسط
٨	أهمية الذكاء العاطفي			
	(أ) يساعدك على تجاوز أزمة المراهقة	(ب) يساعدك لتكوني أقل تحكم في انفعالاتك	(ج) يخفض من تحصيلك الدراسي	(د) يكسبك على فهم مشاعرك دون مشاعر الآخرين

٩	هناك أسباب للتغيرات الجسمية والنفسية للمراهقين ليس منها			
	(أ) الهرمونات	(ب) الأصدقاء	(ج)إثبات الذات	(د) الأعداء
١٠	أقسام التسمم الدوائي			
	(أ) تسمم بالبلع	(ب) تسمم بالغازات	(ج) تسمم بلسع الحشرات	(د) تسمم بالأدوية
١١	خصائص الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية			
	(أ) التوافق مع النفس و الشعور بالسعادة	(ب) الشعور بالنقص	(ج) الهروب من حل المشكلات	(د) الشعور بالتعاسة
١٢	أعراض التسمم الدوائي			
	(أ) إنخفاض درجة حرارة الجسم	(ب) التنفس السليم	(ج) الشعور بالنشاط	(د) الإمساك
١٣	ليس من طرق دخول المواد السامة إلى الجسم			
	(أ) بالبلع	(ب) بالاستنشاق	(ج) بالرؤية	(د)بالحقن

س٢ في الفقرات من(١) إلى (٢٥) ضعي أمام كل فقرة الحرف (ص) إذا كانت العبارة صحيحة والحرف (خ) إذا كانت العبارة خاطئة :

١. يكسبك الذكاء العاطفي القدرة على فهم مشاعرك و مشاعر الآخرين
٢. الشعور بالغثيان و القيء من أعراض التسمم الدوائي
٣. الصحة النفسية توافق نفسي يهدف إلى تماسك الشخصية و تقبل الفرد لذاته وتقبل الآخرين له
٤. التغيرات الهرمونية في فترة البلوغ تسبب تقلبات في المزاج لدى المراهقين
٥. أنواع التسمم – التسمم الحاد و التسمم المزمن
٦. للشخصية المتمتعة بالصحة النفسية القدرة على تقبل الدافع و مواجهة المطالب الحياتية
٧. هناك أسباب يمر بها المراهق تؤثر على صحته النفسية منها الأصدقاء
٨. من أعراض التسمم الدوائي ارتفاع درجة حرارة الجسم
٩. غرس التفاؤل من الإستراتيجيات التي لا تؤدي إلى زيادة السعادة
١٠. الإهمال و سوء المعاملة و الهرمونات و إثبات الذات و الأصدقاء تعتبر من التغيرات التي تؤثر على صحة المراهق النفسية
١١. التسمم الدوائي هو مادة كيميائية تساعد في علاج أو منع أو تخفيف أو تشخيص أعراض الأمراض التي تصيب الإنسان
١٢. من خصائص الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية التوافق مع النفس و الشعور بالسعادة
١٣. المراهق لا يمر بكثير من التغيرات الجسمية و النفسية التي تؤثر على أدائهم و علاقاتهم بالآخرين
١٤. تناول جرعات عالية من الأدوية سبب للتسمم الدوائي
١٥. المقصود بالشعور بالسعادة مع الآخرين هو إظهار المحة للآخرين و احترامهم و القدرة على إقامة علاقات إجتماعية
١٦. تحديد العواطف مجال من مجالات مهارات الذكاء العاطفي
١٧. إضطراب الرؤية مع ضيق العينين من أعراض التسمم الدوائي
١٨. القدرة على مواجهة مطالب الحياة ليست من خصائص الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية
١٩. لمن حدوث تسمم دوائي في المنزل توضع الأدوية في مكان آمن بعيد عن تناول أيدي الأطفال
٢٠. الصحة النفسية هي قدرة الإنسان على قهم مشاعره و انفعالاته و مشاعر و انفعالات الآخرين بما يحقق قدر من السعادة النفسية
٢١. قد يؤدي إهمال الأسرة للمراهق إلى تغير سلوكه و ظهور مشاعر الغضب و الانفعال نتيجة إهمال والديه لاحتياجاته
٢٢. في فترة المراهقة لا يحاول المراهق لفت انتباه الآخرين له
٢٣. للصحة النفسية دور الصحة النفسية مهمة للفرد و المجتمع لبناء مجتمع سليم قادر على التطور و مستشعر لقدرات أفراده
٢٤. ضيق التنفس و الاختناق من أسباب التسمم الدوائي
٢٥. التسمم المزمن ينتج عن تناول المريض لجرعات زائدة من الدواء

س٣ عرفي الآتي :

الصحة النفسية :

الذكاء العاطفي :

التسمم :

الدواء :

س٤ عددي :

عددي خصائص الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية

اذكري أسباب التغيرات الجسمية و النفسية للمراهقين

ما هي الاستراتيجيات التي تؤدي إلى السعادة

وضحي مجالات أقسام مهارات الذكاء العاطفي

ما هي أهمية الذكاء العاطفي

عددي أقسام التسمم و أنواعه و أعراضه

اذكري طرق دخول المواد السامة

المملكة العربية السعودية وزارة التعليم الإدارة العامة والتعليم بمحافظة جدة مدرسة البيان النموذجية	الفصل الدراسي الثالث	المادة	مهارات حياتية و أسرية
		الوحدة	
		المرحلة	المتوسطة
		الصف	الثالث المتوسط
		المعلمة	م / سميرة بن عفيف

س١ – في الفقرات من (١) الى (١٧) ضعي دائرة حول الإجابة الصحيحة :

١	المناسبات الوطنية تشعر الانسان بالفخر والاعتزاز منها			
	(أ) اليوم الوطني	(ب) حفلات الزواج	(ج) عيد الفطر	(د) عيد الأضحى
٢	اقتطاع جزء من الدخل و حفظه دون استهلاكه هو			
	(أ) الادخار	(ب) التجارة	(ج) المضاربة	(د) التداول
٣	للمشاريع الصغيرة أنواع مختلفة ليست منها			
	(أ) المشاريع الإنتاجية	(ب) المشاريع الخدمية	(ج) المشاريع التجارية	(د) المشاريع الضخمة
٤	للادخار الصحيح لابد من وضع خطة			
	(أ) تعليمية	(ب) تربوية	(ج) علاجية	(د) مالية
٥	من الإرشادات العامة عند القيام بعمليات الشراء الرقمي			
	(أ) الشراء بدون الرجوع إلى الوالدين	(ب) إهمال مراجعة كشف الحساب البنكي	(ج) تخصيص بطاقة واحدة فقط للتسوق الإلكتروني	(د) الشراء من المواقع المشبوهة
٦	للمشاركة في الاحتفالات الاجتماعية و الوطنية اداب مختلفة منها			
	(أ) مخالفة الأنظمة و القوانين	(ب) الدخول بدون إلقاء التحية أو السلام	(ج) المحافظة على نظافة المكان	(د) التقاط الصور للحضور بدون الاستئذان
٧	عمليات البيع و الشراء لجميع المنتجات و البضائع إلكترونيًا يقصد بها			
	(أ) التجارة الرقمية	(ب) التجارة التقليدية	(ج) تداول العملات	(د) التجارة العقارية

٨	للتجارة الرقمية عدة أنشطة منها			
	(أ) البيع	(ب) الصدقة	(ج) كفالة يتيم	(د) الهدية
٩	المشاريع الخدمية هي			
	(أ) كل مشروع يقدم خدمة للمستهلك	(ب) كل مشروع يقوم ببيع السلعة	(ج) كل مشروع يقوم بشراء السلعة	(د) كل مشروع يقدم نشاط انتاجي
١٠	مجموعة من القوانين و القواعد السلوكية التي يجب أن يتحلى بها المواطن الرقمي			
	(أ) السلوك الرقمي	(ب) المشاريع الصغيرة	(ج) الادخار	(د) المشاريع المنزلية
١١	يتم ربط الادخار بأهداف			
	(أ) خيالية	(ب) واقعية	(ج) وهمية	(د) مثالية
١٢	المعلومات الأساسية التي تحتاجها المواقع الإلكترونية عند الشراء الرقمي			
	(أ) جواز السفر	(ب) شهادة الميلاد	(ج) العنوان	(د) شهادة المدرسة
١٣	التأثيرات السلبية للتجارة الرقمية كثيرة وهى			
	(أ) تسريع العمليات التجارية	(ب) توفير الوقت و الجهد	(ج) استلام سلعة مختلفة عن السلعة المعروضة	(د) حصول المستفيد على أفضل الأسعار
١٤	هناك مناسبات اجتماعية عديدة منها			
	عيد الفطر	مهرجان الملك عبد العزيز لمزاين الإبل	يوم التأسيس	مهرجان الملك عبد العزيز للصقور
١٥	المشروعات الصغيرة هي منشاة مملوكة من قبل			
	شخص واحد	ثلاثون شخص	عشرة أشخاص	عشرون شخص
١٦	هناك مشاريع منزلية كثيرة منها			
	مشروع بيع وجبات غذائية	مشروع إصلاح السيارات	مشروع مطعم فاخر	مشروع مصنع ملابس
١٧	للشراء الرقمي تاثيرات إيجابية منها			
	احتمالية حدوث عمليات نصب واحتيال	إمكانية خداع المستهلك	احتمالية حدوث تلاعب واختراق للبيانات البنكية	توفير درجة عالية من الرفاهية لايصال السلع إلى أي مكان

س٢ في الفقرات من (١) إلى (١٥) ضعي أمام كل فقرة الحرف (ص) إذا كانت العبارة صحيحة و الحرف (خ) إذا كانت العبارة خاطئة :

١- الاعتداء على المارة عند حضور الاحتفال باليوم الوطني ( )

٢- حثت الشريعة الإسلامية على تلبية الدعوة و مشاركة الآخرين أفراحهم ( )

٣- الاحتفال باليوم الوطني يعزز الفخر و الانتماء الوطني بين أفراد المجتمع ( )

٤- التعدي على الحدائق و الأماكن العامة، بتخريبها يعكس تقدير ممتلكاتنا الوطنية ( )

٥- عند حضورك لإحدى المناسبات الاجتماعية التقط صورًا للضيوف دون علمهم ( )

٦- يعد مهرجان الملك عبدالعزيز للإبل من المناسبات الوطنية ( )

٧- عند حضور المناسبات الوطنية يجب أن تحترم النظام ( )

٨- للتجارة الرقمية اثار سلبية منها توفير الوقت و الجهد ( )

٩- الشراء الرقمي هو منشأة مملوكة من قبل شخص واحد يشارك في إدارة و تشغيل اعمالها ( )

١٠- للتجارة الرقمية أنشطة منها الدفع الإلكتروني ( )

١١- لا مانع من مشاركة معلومات البطاقة الائتمانية مع الآخرين ( )

١٢-كلما بدأت في الادخار مبكرا استطعت تحقيق أحلامك بشكل أسرع وأسهل ( )

١٣-المشاريع الإنتاجية هي كل مشروع يقدم خدمة للمستهلك ( )

١٤- عند الادخار لابد من التفرقة بين المصروفات الأساسية والثانوية ( )

١٥- عند القيام بالشراء الرقمي احذر من التطبيقات والمواقع المزيفة ( )

عرفي ما يلي :

أ- المشاريع المنزلية

ب- الإدخار

ج- المشروعات الصغيرة

د- التجارة الرقمية

هـ- الشراء الرقمي

عددي المناسبات الاجتماعية و الوطنية

عددي أيرز مظاهر الآداب و السلوكيات عند المشاركة في الاحتفالات الاجتماعية و الوطنية

عددي أنواع المشاريع الصغيرة

عددي التأثيرات الإيجابية و السلبية للتجارة الرقمية