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

GET IT ON Google Play
Download on the App Store

حمل التطبيق من هنا



موقع واجباتي



اوراق عمل

المهارات الحياتية والأسرية
الصف الأول متوسط
الفصل الدراسي الثالث

الاسم /
الفصل /

المملكة العربية السعودية أوراق عمل المهارات الحياتية الصف : اول المتوسط ف٣

الفصل :

الاسم /

الموضوع : اللياقة البدنية

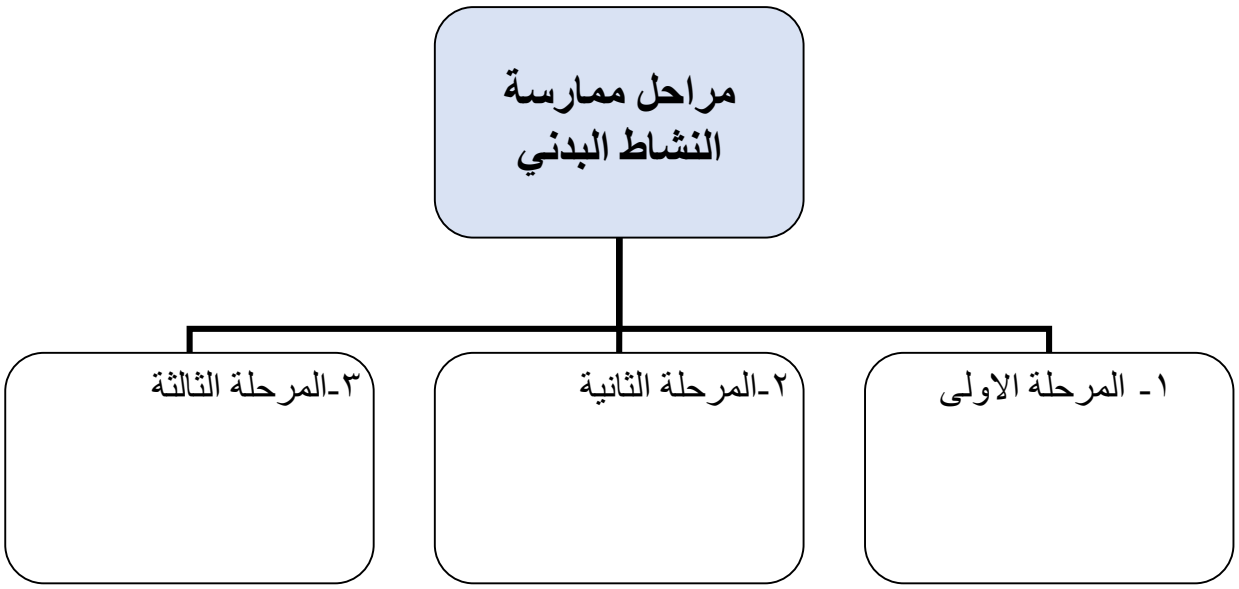
١ـ ضع/ي علامة (✓) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) أمام العبارة الخاطئة

١ـالتوازن هو المحافظة على ثبات الجسم في أوضاع معينة ( )

٢ـ من فوائد النشاط البدني زيادة اعراض القلق والاكتئاب ( )

٣ـ للحفاظ على رطوبة الجسم يجب شرب كمية من السوائل ( )

٢ـ اكمل/ي المخطط التالي:



اعداد المعلمة : هديل النجار

المملكة العربية السعودية أوراق عمل المهارات الحياتية الصف : اول المتوسط ف٣

الفصل :

الاسم : الموضوع : الوقاية الصحية داخل المنزل

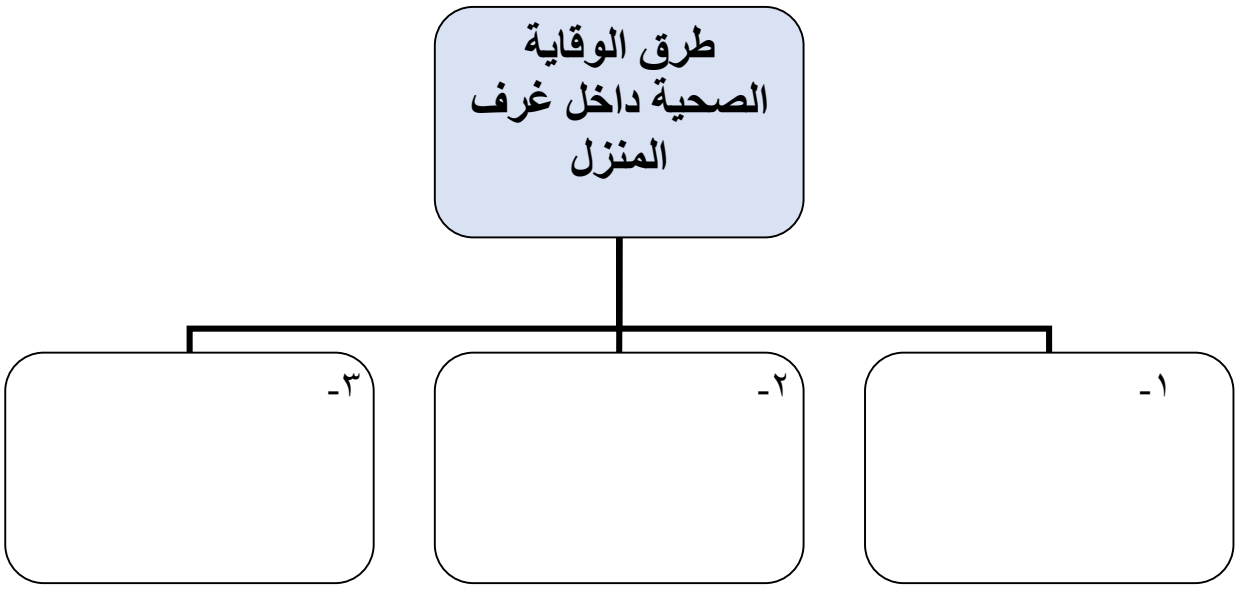
١ـ ضع/ي علامة (✓) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) أمام العبارة الخاطئة

١ـيسمى إزالة الجراثيم والاوساخ بطريقة لا يقتل فيها الجراثيم بشكل كلي تعقيم ( )

٢ـ يجب غسل اليدين بشكل صحيح قبل اعداد الطعام وتناوله ( )

٣ـ يجب تنظيف المرحاض يوميا بمزيج من الكلور والصابون ( )

٢ـ اكمل/ي المخطط التالي:



اعداد المعلمة : هديل النجار

المملكة العربية السعودية أوراق عمل المهارات الحياتية الصف : اول المتوسط ف٣

الفصل :

الاسم : الموضوع : الحماية من الايذاء

١ـ ضع/ي علامة (✓) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) أمام العبارة الخاطئة

١ـالتنمر الجسدي هو استخدام الالفاظ السيئة لايذاء الضحية بالتوبيخ او الصراخ ( )

٢ـ من مظاهر حدوث التنمر سلب نقود المتنمر عليه بالقوة ( )

٣ـ التنمر الاجتماعي هو تخريب او سرقة الأدوات الخاصة بالمتنمر عليه ( )

٢ـ اكمل/ي المخطط التالي :

كيف تواجه المتنمر؟

١-

٢-

٣-

اعداد المعلمة : هديل النجار

المملكة العربية السعودية أوراق عمل المهارات الحياتية الصف : اول المتوسط ف٣

الفصل :

الاسم : الموضوع : :الاهتمام بالمزروعات

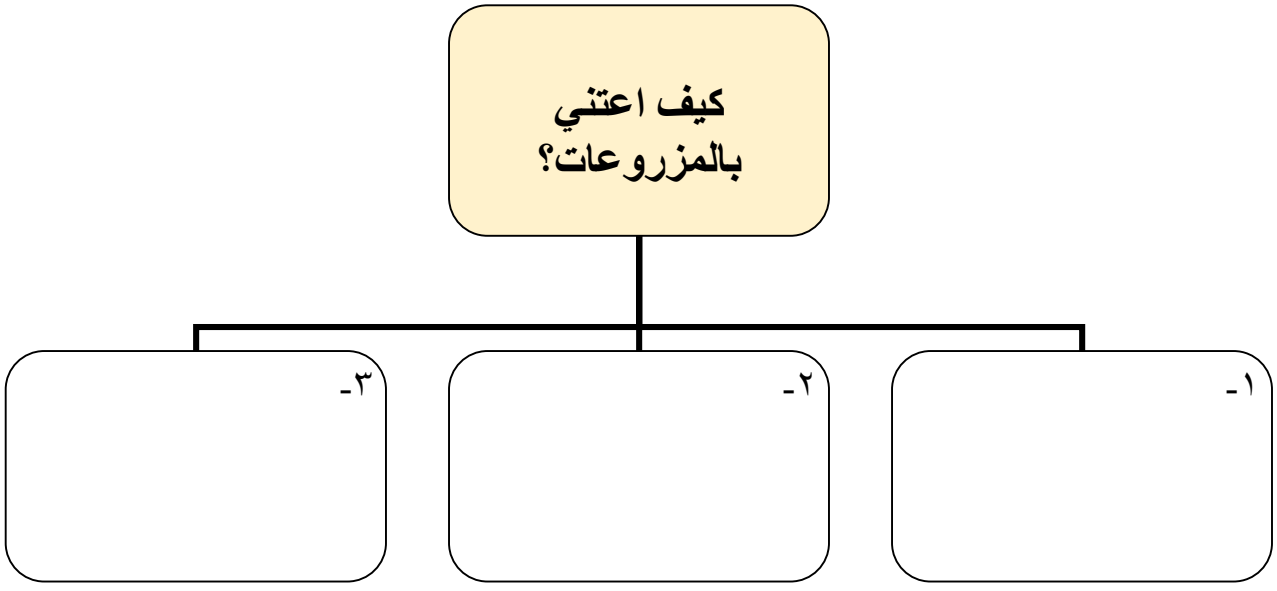
١ـ ضع/ي علامة (✓) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) أمام العبارة الخاطئة

١ـتساعد النباتات والاشجار على انتاج ثاني أكسيد الكربون بشكل كبير ( )

٢ـالنباتات تعطي المكان مظهرا جميلا يوحي بالراحة النفسية ( )

٣ـهناك نوع واحد من السماد وهو السماد الطبيعي ( )

٢ـ اكمل/ي المخطط التالي :



اعداد المعلمة : هديل النجار

المملكة العربية السعودية أوراق عمل المهارات الحياتية الصف : اول المتوسط ف٣

الفصل :

الاسم : الموضوع : الاهتمام بالمزروعات

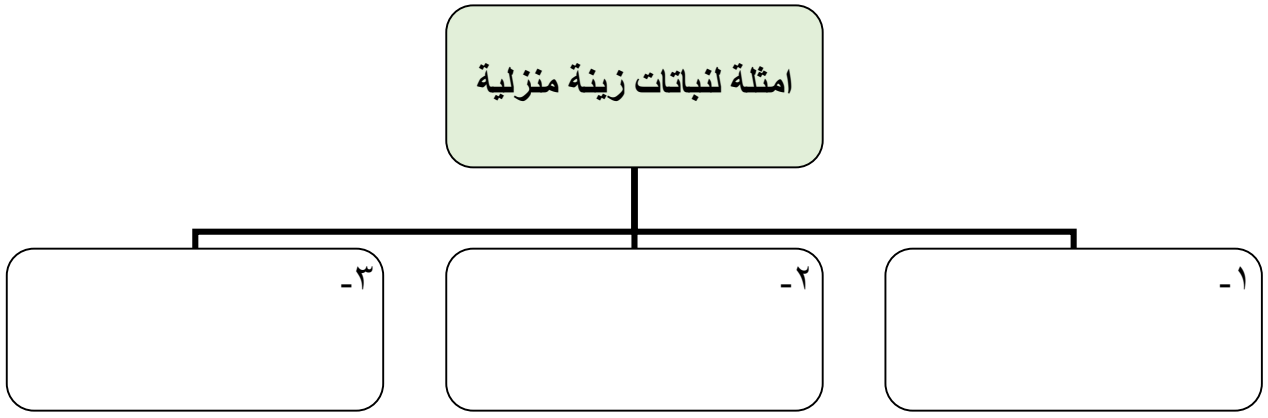
١ـ ضع/ي علامة (✓) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) أمام العبارة الخاطئة :

١ـ التصحر مشكلة محلية تواجهها المملكة العربية السعودية ( )

٢ـ النباتات مصدر رئيسي للأدوية والعطور والزيوت ( )

٣ـ السماد الكيميائي افضل للمزروعات من السماد الطبيعي ( )

٢ـ اكمل/ي المخطط التالي :



اعداد المعلمة : هديل النجار

المملكة العربية السعودية أوراق عمل المهارات الحياتية الصف : اول المتوسط ف٣

الفصل :

الاسم : الموضوع : معرفة صلاحية المنتوجات الغذائية

١ـ ضع/ي علامة (✓) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) أمام العبارة الخاطئة :

١ـ يجب ان يتوفر على كل منتج المقاس و الحجم والوزن ( )

٢ـ لا يمكن استبدال واسترجاع السلع اذا ثبت انها مغشوشة او معيبة ( )

٣ـ تجنب شراء المنتجات الغذائية التي لا يوجد عليها بطاقة المعلومات الغذائية ( )

٢ـ اكمل/ي المخطط التالي :

حقوق المستهلك هي

١-

٢-

٣-

٤-



اعداد المعلمة : هديل النجار

المملكة العربية السعودية أوراق عمل المهارات الحياتية الصف : اول المتوسط ف٣

الفصل :

الاسم : الموضوع : العادات الغذائية في المجتمع السعودي

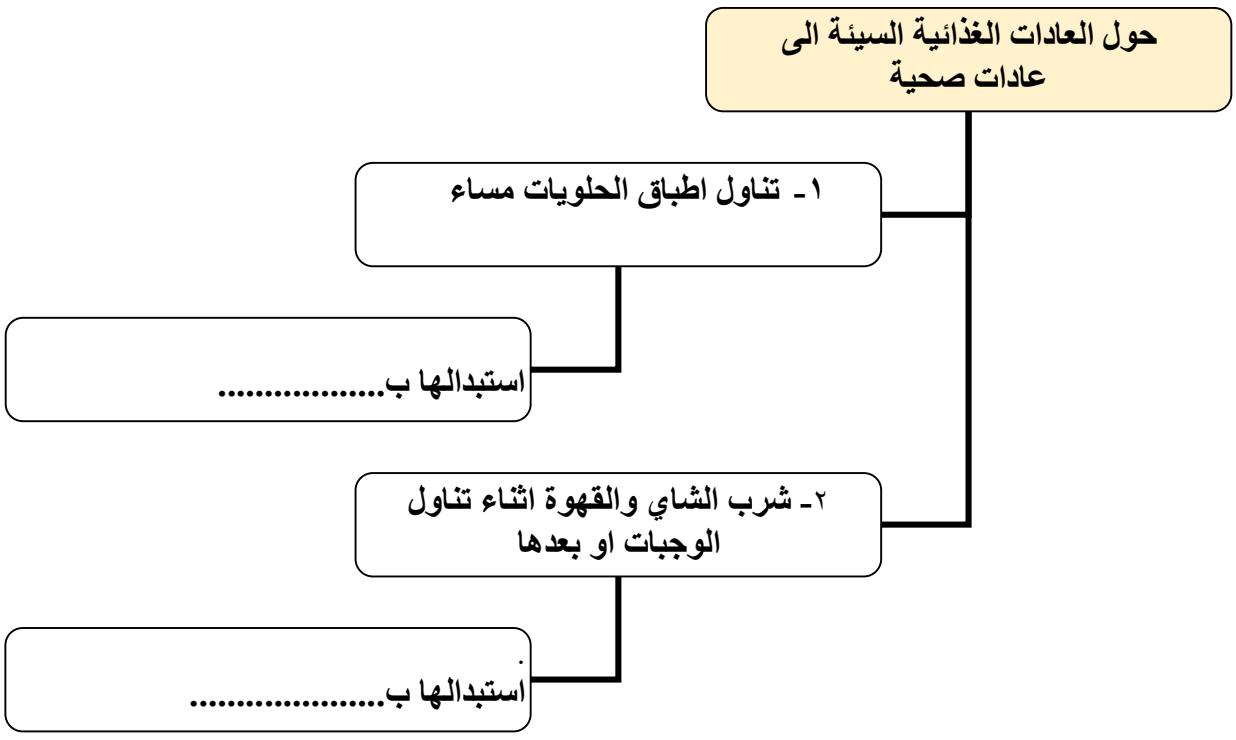
- ضع/ي علامة (✓) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) أمام العبارة الخاطئة :

١- تعد العادات الغذائية من اهم العوامل المؤثرة في استهلاك الفرد للغذاء ( )

٢- تناول وجبة غذائية دسمة يوميا على الغداء او العشاء من العادات الغذائية السيئة ( )

٣-من العادات الغذائية الصحية تناول الوجبات السريعة نهاية كل أسبوع ( )

٢-اكمل/ي المخطط التالي :



موقع واجباتي

اعداد المعلمة : هديل النجار