تم تحميل وعرض المادة من :



موقع واجباتي

www.wajibati.net

GET IT ON Google Play

Download on the App Store



حمل التطبيق من هنا

مدرسة:	بسم الله الرحمن الرحيم	المادة:	المهارات الحياتية والأسرية
		الاختبار:	اختبار الفترة الفصل الثاني
		الصف:	سادس ابتدائي
		الزمن:	٤٥
		الفترة:	الثانية

اسم الطالب		درجة الطالب	
			٢٠

السؤال الأول: اختر الإجابة الصحيحة:

٧ درجات

١- أي مما يلي يُعد بديلاً صحيًا للمشروبات الغازية؟

(أ) العصائر المعلبة المحلاة (ب) الشاي المثلج المضاف له سكر (ج) الماء أو العصير الطبيعي (د) مشروبات الطاقة

٢- ما هي المادة التي تصنع منها أكياس تعبئة الشاي الصغيرة؟

(أ) الورق (ب) القصدير (ج) البلاستيك (د) الزجاج

٣- من الخطوات التي تساعد على التخفيف من الشعور بالخجل:

(أ) الاشتراك في الأنشطة المدرسية (ب) الانعزال عن المجتمع (ج) تجنب الحديث مع الناس (د) رفض المبادرة بالتحية

٤- ما النتيجة المتوقعة لعادة تناول الطعام أثناء مشاهدة التلفاز؟

(أ) تحسين عملية الهضم (ب) الإفراط في تناول الطعام وزيادة الوزن (ج) الشعور بالشبع السريع (د) زيادة التركيز في محتوى التلفاز

٥- من الأطعمة التي ينبغي التخفيف من تناولها للحفاظ على الصحة:

(أ) الخضروات والفواكه (ب) الحليب ومشتقاته (ج) الماء والعصائر الطبيعية (د) السكريات والملح والدهون

٦- أي من الوجبات التالية تُعد أهم وجبة في اليوم وتساعد على زيادة التركيز؟

(أ) وجبة العشاء (ب) وجبة الغداء (ج) وجبة الإفطار (د) وجبة خفيفة قبل النوم

٧- من الخطوات التي تساعد على التخلص من الشعور بالغضب اتباع هدي الرسول ﷺ بـ:

(أ) رفع الصوت (ب) الجدال مع الآخرين (ج) تغيير وضع الجسم (د) البقاء في نفس المكان

السؤال الثاني: ضع علامة (صح) أو (خطأ):

٦ درجات

#	العبارة	الإجابة
١	يجب حفظ الشاي في إناء محكم الغلق بعيداً عن الروائح النفاذة.	( )
٢	الأغذية العضوية هي التي يتم إنتاجها باستخدام مبيدات حشرية كيميائية.	( )
٣	من مبادئ التغذية السليمة التوازن والاعتدال في تناول الطعام.	( )
٤	التأني وعدم التسرع من العوامل التي تعيق اتخاذ القرار السليم.	( )
٥	تناول وجبة الإفطار يوميًا يساهم في تحسين التحصيل الدراسي والنشاط الذهني.	( )
٦	عدم تحديد المشكلة هو أحد الأساليب غير الفعالة في اتخاذ القرار.	( )

السؤال الثالث: أكمل الفراغات التالية:

٥ درجات

١	يسبب تناول الطعام بسرعة عدم مضغه جيدًا مما يؤدي إلى _____ الهضم.
٢	من الأمور التي يجب مراعاتها عند اتخاذ القرار أن يكون _____ ومسموحاً به في المدرسة.
٣	من أعراض الخجل الجسدية جفاف _____ والحلق.
٤	يعبأ الشاي بأكياس كبيرة مصنوعة من _____.
٥	عند إعداد الشاي، يوضع الماء على النار حتى _____.

السؤال الرابع: أجب عن الأسئلة التالية:

٢ درجات

الأول.

اذكر اثنين من العوامل التي تساعد على اتخاذ القرار السليم.

.....

.....

.....

.....

.....

الثاني.

اذكر عادة غذائية خاطئة يمارسها البعض أثناء الأكل.

.....

.....

.....

.....

.....

موقع واجباتك

بسم الله الرحمن الرحيم	المادة:	المهارات الحياتية والأسرية
	الاختبار:	اختبار الفترة الفصل الثاني
	الصف:	سادس ابتدائي
	الزمن:	٤٥
مدرسة:	الفترة:	الثانية

اسم ا	
	٢٠

نموذج الإجابة

السؤال الأول: ا

٧ درجات

١- أي مما يلي يُعد بديلاً صحيًا للمشروبات الغازية؟

(أ) العصائر المعلبة المحلاة	(ب) الشاي المثلج المضاف له سكر	(ج) الماء أو العصير الطبيعي	(د) مشروبات الطاقة

٢- ما هي المادة التي تصنع منها أكياس تعبئة الشاي الصغيرة؟

(أ) الورق	(ب) القصدير	(ج) البلاستيك	(د) الزجاج

٣- من الخطوات التي تساعد على التخفيف من الشعور بالخجل:

(أ) الاشتراك في الأنشطة المدرسية	(ب) الانعزال عن المجتمع	(ج) تجنب الحديث مع الناس	(د) رفض المبادرة بالتحية

٤- ما النتيجة المتوقعة لعادة تناول الطعام أثناء مشاهدة التلفاز؟

(أ) تحسين عملية الهضم	(ب) الإفراط في تناول الطعام وزيادة الوزن	(ج) الشعور بالشبع السريع	(د) زيادة التركيز في محتوى التلفاز

٥- من الأطعمة التي ينبغي التخفيف من تناولها للحفاظ على الصحة:

(أ) الخضروات والفواكه	(ب) الحليب ومشتقاته	(ج) الماء والعصائر الطبيعية	(د) السكريات والملح والدهون

٦- أي من الوجبات التالية تُعد أهم وجبة في اليوم وتساعد على زيادة التركيز؟

(أ) وجبة العشاء	(ب) وجبة الغداء	(ج) وجبة الإفطار	(د) وجبة خفيفة قبل النوم

٧- من الخطوات التي تساعد على التخلص من الشعور بالغضب اتباع هدي الرسول ﷺ بـ:

(أ) رفع الصوت	(ب) الجدال مع الآخرين	(ج) تغيير وضع الجسم	(د) البقاء في نفس المكان

السؤال الثاني: ضع علامة (صح) أو (خطأ):

٦ درجات

#	العبارة	الإجابة
١	يجب حفظ الشاي في إناء محكم الغلق بعيداً عن الروائح النفاذة.	(✔)
٢	الأغذية العضوية هي التي يتم إنتاجها باستخدام مبيدات حشرية كيميائية.	(✘)
٣	من مبادئ التغذية السليمة التوازن والاعتدال في تناول الطعام.	(✔)
٤	التأني وعدم التسرع من العوامل التي تعيق اتخاذ القرار السليم.	(✘)
٥	تناول وجبة الإفطار يوميًا يساهم في تحسين التحصيل الدراسي والنشاط الذهني.	(✔)
٦	عدم تحديد المشكلة هو أحد الأساليب غير الفعالة في اتخاذ القرار.	(✔)

السؤال الثالث: أكمل الفراغات التالية:

٥ درجات

١	يسبب تناول الطعام بسرعة عدم مضغه جيدًا مما يؤدي إلى _____ الهضم. الإجابة: عسر
٢	من الأمور التي يجب مراعاتها عند اتخاذ القرار أن يكون _____ ومسموحاً به في المدرسة. الإجابة: قانونياً
٣	من أعراض الخجل الجسدية جفاف _____ والحلق. الإجابة: الفم
٤	يعبأ الشاي بأكياس كبيرة مصنوعة من _____. الإجابة: القصدير
٥	عند إعداد الشاي، يوضع الماء على النار حتى _____. الإجابة: يغلي

السؤال الرابع: أجب عن الأسئلة التالية:

٢ درجات

الأول.

اذكر اثنين من العوامل التي تساعد على اتخاذ القرار السليم.

.....

.....

.....

.....

.....

الإجابة النموذجية: 1. القدرة على التخيل والتفكير والاستنتاج. 2. معرفة الإمكانات المتوافرة.

الثاني.

اذكر عادة غذائية خاطئة يمارسها البعض أثناء الأكل.

.....

.....

.....

.....

.....

الإجابة النموذجية: تناول الطعام أثناء مشاهدة التلفاز أو الأكل بسرعة دون مضغ جيد.

موقع واجباتي

أسئلة شاملة لمادة التربية الأسرية للصف السادس الفصل الدراسي الثاني ١٤٤٧ هـ

الوحدة الثانية / مهاراتي في الحياة.

س١/ اختاري الإجابة الصحيحة فى كل مما يلى :

١	تعتمد موارد الأسرة على :			
	(أ) الراتب.	(ب) الزيارة.	(جـ) اتخاذ القرار.	(د) المصروفات .
٢	ما يحتاج إليه الإنسان من ضروريات الحياة كالمأكل والملبس هوتفسير مفهوم..... .			
	(أ) الألعاب.	(ب) الحاجات .	(جـ) السفر .	(د) الادخار .
٣	مصادر المصروف الشخصي متعددة ومنها..... .			
	(أ) مكافآت النجاح .	(ب) الأعمال الخيرية .	(جـ) حب الإنفاق .	(د) الرغبات .
٤	يطرأ على النفس ميول لشراء أشياء ثمينة هوتفسير مفهوم..... .			
	(أ) الحاجات .	(ب) الادخار .	(جـ)الرغبات .	(د)الإنفاق .
٥	من فوائد الادخار في حياتنا :			
	(أ) شراء الهدايا.	(ب) الإسراف .	(جـ) البخل .	(د) الاحتفاظ لوقت الحاجة .
٦	يجب تقديم الأولوية في الصرف.....بدءاً بالأهم ثم ما يليه في الأهمية .			
	(أ) للحاجات .	(ب) للسفر .	(جـ) للرغبات .	(د) للهدايا .

س٢/ضعي الرمز المناسب √ أو × في كل مما يلى :

١- من مصادر المصروف الشخصي مكآفات النجاح. ( )

٢- الرغبات ما يطرأ على النفس من ميول يمكن الاستغناء عنها. ( )

٣- الادخار يعني أن لا ننفق كل ما نحصل عليه من المال. ( )

٤- يجب تقديم الأولية في الصرف للرغبات قبل الحاجات. ( )

5-لابد أن يكون للمصروف الشخصي هدفاً يحقق الحاجات والرغبات. ( )

٦- يستعمل فن الديكوباج على الزجاج. ( )

س٣/املئي الفراغات التالية بكلمة مناسبة :

١/ معرفة الإمكانات المتوافرة تساعد الفرد على اتخاذ ..... .

٢/ يجب تقديم الأولوية في الصرف ..... .

٣/ أنواع الدخل ..... .

٤/ من فوائد الادخار ..... .

٥/ تعد إطارات السيارات من المستهلكات ..... .

اسـئلة مقـــاليـــة :

س٦/ اقترحي طرق أخرى فعالة لادخار المصروف .

س٧/ عددي مصادر المصروف الشخصي .

س٨/ اذكري دليل من القرآن عن الإسراف .

وفقكن الله

أسئلة شاملة لمادة المهارات الحياتية والأسرية - للصف السادس

الفصل الدراسي الثاني للعام ١٤٤٧هـ

وحدة مجتمعي.

س١/ اختاري الإجابة الصحيحة فى كل مما يلى :

١	**الرسول صلى الله عليه وسلم كان يستخير ويستشير قبل:**			
	(أ) زيارة الأقارب.	(ب) الأكل .	(جـ) اتخاذ القرار.	(د) النوم .
٢	**من أعراض الخجل السلوكية:**			
	(أ) النوم العميق .	(ب) اللعب الكثير .	(جـ) مشاهدة التلفزيون .	(د) قلة التحدث .
٣	**تعرق اليدين من أعراض:**			
	(أ) الخجل.	(ب) الضغط .	(جـ) الغضب .	(د) اللعب .
٤	**من أعراض الخجل الجسدية:**			
	(أ) التفكير .	(ب) الإحراج .	(جـ) النوم .	(د) جفاف الفم .

س٢/ضعي الرمز المناسب √ أو × في كل مما يلى :

١- إذا كان السؤال له إجابة واحدة صحيحة فإن الإجابة تحتاج اتخاذ قرار. ( )

٢- تعرق اليدين من أعراض الغضب. ( )

٣- قدرة الفرد على التخيل تساعده على اتخاذ قرار سليم . ( )

٤- من العوامل التي تساعد على اتخاذ القرار السليم القدرة على التفكير. ( )

٥- من طرق التخلص الشعور بالغضب الاستعاذة من الشيطان الرجيم . ( )

٦- من الأساليب الغير فعالة في اتخاذ القرار عدم تحديد المشكلة . ( )

س٣/املئي الفراغات التالية بكلمة مناسبة :

١/ معرفة الإمكانات المتوافرة تساعد الفرد على اتخاذ ..... .

٢/ من أعراض الغضب تسارع ضربات ..... .

٣/ من العوامل التي تساعد على اتخاذ القرار السليم القدرة على ..... .

٤/ كان الرسول صلى الله عليه وسلم كان يستشير ويستخير قبل .....

٥/ من أعراض الخجل السلوكية ..... .

٦/ تعرق اليدين من أعراض ..... .

أسـئلة مقـــاليـــة :

س١/ ماذا يقصد بكلمة قرار ؟

س٢/ كيف يمكن التعامل مع المشكلات التي لا حل لها من وجهة نظرك ؟

س٣/ اقترحي أفكاراً تساعد على التخفيف من الشعور بالخجل.

س٤/ ما هي الخطوات المتبعة لاتخاذ القرار ؟

س٥/ اذكري العوامل التي تساعد على اختيار القرار السليم .

س٦/ اذكري طرق التخلص من الشعور بالغضب .

وفقكن الله

أسئلة شاملة لمادة المهارات الحياتية والأسرية - للصف السادس

الفصل الدراسي الثاني للعام ١٤٤٧هـ

وحدة غذائـــــي

س١/ اختاري الإجابة الصحيحة في كل مما يلي:

١	**ينبغي الإكثار من شرب الشاي لأنه :**			
	(أ) مهدئ .	(ب) منبه .	(جـ) متعب .	(د)يوتر .
٢	**تعتبر وجبة الفطور من أهم الوجبات :**			
	(أ)الأسبوعية .	(ب) الشهرية .	(جـ) اليومية.	(د)السنوية .
٣	**تحتوي الوجبة الصحية الجيدة على :**			
	(أ) فاكهة وخضروات .	(ب)مشروبات غازية .	(جـ) شاي وقهوة .	(د) مقليات .

س٢/ضعي أمام كل فقرة الحرف (ص) إذا كانت العبارة صحيحة والحرف (خ) إذا كانت العبارة خاطئة :

١- يفيد الشاي مع النعناع في بعض حالات المغص والإسهال. ( )

٢- ينبغي الإكثار من شرب الشاي ؛ لأنه مهدئ. ( )

٣- يفضل تناول الشاي بعد الوجبة مباشرة. ( )

٤- الجسم بحاجة إلى طاقة كافية؛ لأداء فروض العبادة. ( )

٥- عند تقديم الشاي يمسك الإبريق باليد اليسرى والفنجان باليد اليمنى. ( )

س٣/ اذكري فوائد الشاي.

.....

.....

س٤/ اذكري الدول التي تشتهر بزراعة الشاي .

.....

س٥/ علـــى :

أ/ يحفظ الشاي في إناء محكم الغلق .

ب/عدم شرب الشاي أثناء تناول الطعام أو بعده مباشرة.

ج/ يعد الشاي من المشروبات المنبهة للجهاز العصبي .

وفقن الله