

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



المادة: المهارات الحياتية والأسرية	نموذج الإجابة		
الصف: اول متوسط			
الفترة: الأولى ١٤٤٨			
الزمن: ساعتان			

اسم الطالب	الدرجة	23	
------------	--------	----	--

٦ درجات

السؤال الأول: اختر الإجابة الصحيحة:

١- ما هو التصرف الخاطئ الذي قام به أحمد عندما طلب زميله أنس استرجاع قلمه في القصة؟			
(أ) أعاد القلم بهدوء وشكره	(ب) طلب مهلة إضافية بأدب	(ج) قذف القلم بقوة مما أدى لانسكاب الحبر	(د) اعتذر عن التأخير في الإعادة
٢- يُعرّف (فن التعامل) بأنه التعامل الحسن مع الآخرين وفق:			
(أ) المزاج الشخصي والمصلحة	(ب) أصول وقواعد مستقاة من الدين الإسلامي	(ج) العادات الغربية الحديثة	(د) ما يمليه علينا الأصدقاء فقط
٣- في قصة أحمد مع الجار، ما هو السلوك غير اللائق الذي قام به عند استلام طبق الحلوى؟			
(أ) شكر ابن الجيران ودعاه للدخول	(ب) أخذ الطبق وابتسم	(ج) غاب الطعام وقلل من شأنه ولم يشكر	(د) أعاد الطبق فارغاً ونظيفاً
٤- عن عبدالله بن عمر رضي الله عنهما قال: قال رسول الله ﷺ: (ما زال جبريل يوصيني بـ _____ حتى ظننت أنه سيورثه).			
(أ) المعلم	(ب) الأخ	(ج) الجار	(د) الصديق
٥- أي مما يلي يُعد من ثمار بر الوالدين في الدنيا؟			
(أ) كثرة المال الحرام	(ب) البركة في العمر والرزق	(ج) الخوف والقلق الدائم	(د) انقطاع العلاقات الاجتماعية
٦- أي من العلاقات التالية تعتبر رابطة نفسية تورث الشعور العميق بالعاطفة والمحبة وتستمر لفترات طويلة؟			
(أ) الزمالة	(ب) الصداقة	(ج) القرابة	(د) الجوار

٥ درجات

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

#	العبارة	الإجابة
١	من حقوق ذوي الإعاقة معاملتهم باحترام وتقدير وعدم السخرية منهم.	()
٢	التفاعل الاجتماعي يعني الانعزال عن الناس وعدم المشاركة في مناسباتهم.	()
٣	رفع صوت التلفاز عالياً بما يزعج الجيران يعتبر من الحرية الشخصية المقبولة.	()
٤	بر الوالدين ينقطع بموتهما ولا يمكن للإنسان برهما بعد الوفاة.	()
٥	أساس التعامل مع الأخوة الصغار هو الرحمة واللين.	()

٥ درجات

السؤال الثالث: صل بين العمود (أ) والعمود (ب)	
(ب)	(أ)
أ. برهما والإحسان إليهما وطاعتهما	١. الوالدان
ب. رحمتهم وملاطفتهم	٢. الأخوة الصغار
ج. كف الأذى عنهم وحفظ حقوقهم	٣. الجيران
د. مساعدتهم واحترامهم وعدم السخرية	٤. ذوو الإعاقة
هـ. احترام الأنظمة والمحافظة على الممتلكات	٥. محيط المدرسة

٥ درجات

السؤال الرابع: أكمل الفراغات التالية:	
١	قال تعالى: (وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ _____).
٢	_____ هو التواصل والتفاهم والعلاقة المتبادلة بين أفراد المجتمع وفق الحاجات والرغبات.
٣	من الأخطاء التي وقع فيها أحمد في المدرسة أنه ألقى اللوم على زميله _____ عندما سأله المعلم.
٤	من صور الإحسان إلى الجاركف _____ عنه وعدم إزعاجه.
٥	أوصى النبي ﷺ بأن من كان يؤمن بالله واليوم الآخر فليقل خيراً أو _____.

٢ درجات

السؤال الخامس: أجب عن الأسئلة التالية:	
١- اكتب تعريفاً مختصراً لمفهوم فن التعامل.	



نموذج الإجابة

المادة: المهارات الحياتية والأسرية

الصف: أول متوسط

الفترة: الأولى ١٤٤٨

الزمن: ساعتان

اسم الطالب

الدرجة

23

٦ درجات

السؤال الأول: اختر الإجابة الصحيحة:

١- ما هو التصرف الخاطئ الذي قام به أحمد عندما طلب زميله أنس استرجاع قلمه في القصة؟

(أ) أعاد القلم بهدوء وشكره	(ب) طلب مهلة إضافية بأدب	(ج) قذف القلم بقوة مما أدى لانسكاب الحبر	(د) اعتذر عن التأخير في الإعادة
----------------------------	--------------------------	--	---------------------------------

٢- يُعرّف (فن التعامل) بأنه التعامل الحسن مع الآخرين وفق:

(أ) المزاج الشخصي والمصلحة	(ب) أصول وقواعد مستفادة من الدين الإسلامي	(ج) العادات الغربية الحديثة	(د) ما يمليه علينا الأصدقاء فقط
----------------------------	---	-----------------------------	---------------------------------

٣- في قصة أحمد مع الجار، ما هو السلوك غير اللائق الذي قام به عند استلام طبق الحلوى؟

(أ) شكر ابن الجيران ودعاه للدخول	(ب) أخذ الطبق وابتسم	(ج) عاب الطعام وقلل من شأنه ولم يشكر	(د) أعاد الطبق فارغاً ونظيفاً
----------------------------------	----------------------	--------------------------------------	-------------------------------

٤- عن عبدالله بن عمر رضي الله عنهما قال: قال رسول الله ﷺ: (ما زال جبريل يوصيني بـ _____ حتى ظننت أنه سيورثه).

(أ) المعلم	(ب) الأخ	(ج) الجار	(د) الصديق
------------	----------	-----------	------------

٥- أي مما يلي يُعد من ثمار بر الوالدين في الدنيا؟

(أ) كثرة المال الحرام	(ب) البركة في العمر والرزق	(ج) الخوف والقلق الدائم	(د) انقطاع العلاقات الاجتماعية
-----------------------	----------------------------	-------------------------	--------------------------------

٦- أي من العلاقات التالية تعتبر رابطة نفسية تورث الشعور العميق بالعاطفة والمحبة وتستمر لفترات طويلة؟

(أ) الزمالة	(ب) الصداقة	(ج) القرابة	(د) الجوار
-------------	-------------	-------------	------------

٥ درجات

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

#	العبارة	الإجابة
١	من حقوق ذوي الإعاقة معاملتهم باحترام وتقدير وعدم السخرية منهم.	(✓)
٢	التفاعل الاجتماعي يعني الانعزال عن الناس وعدم المشاركة في مناسباتهم.	(X)
٣	رفع صوت التلفاز عالياً بما يزعج الجيران يعتبر من الحرية الشخصية المقبولة.	(X)
٤	بر الوالدين ينقطع بموتهما ولا يمكن للإنسان برهما بعد الوفاة.	(X)
٥	أساس التعامل مع الأخوة الصغار هو الرحمة واللين.	(✓)

موقع واجباتي





٥ درجات

السؤال الثالث: صل بين العمود (أ) والعمود (ب)	
(ب)	(أ)
أ. برهما والإحسان إليهما وطاعتها	١. الوالدان
ب. رحمتهم وملاطفتهم	٢. الأخوة الصغار
ج. كف الأذى عنهم وحفظ حقوقهم	٣. الجيران
د. مساعدتهم واحترامهم وعدم السخرية	٤. ذوو الإعاقة
هـ. احترام الأنظمة والمحافظة على الممتلكات	٥. محيط المدرسة

الإجابة: ١-أ، ٢-ب، ٣-ج، ٤-د، ٥-هـ

٥ درجات

السؤال الرابع: أكمل الفراغات التالية:	
١	قال تعالى: (وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ _____).
الإجابة: إحسانا	
٢	_____ هو التواصل والتفاهم والعلاقة المتبادلة بين أفراد المجتمع وفق الحاجات والرغبات.
الإجابة: التفاعل الاجتماعي	
٣	من الأخطاء التي وقع فيها أحمد في المدرسة أنه ألقى اللوم على زميله _____ عندما سأله المعلم.
الإجابة: أنس	
٤	من صور الإحسان إلى الجاركف _____ عنه وعدم إزعاجه.
الإجابة: الأذى	
٥	أوصى النبي ﷺ بأن من كان يؤمن بالله واليوم الآخر فليقل خيراً أو _____.
الإجابة: ليصمت	

٢ درجات

السؤال الخامس: أجب عن الأسئلة التالية:	
١- اكتب تعريفاً مختصراً لمفهوم فن التعامل.	
..... 	
الإجابة: هو التعامل الحسن مع الآخرين وفق أصول وقواعد مستقاة من الدين الإسلامي لكسب رضا الله ثم حب الناس.	

الصف : اول المتوسط

اختبار فكري مهارات الحياتية
الوحدة الاولى والثانية
الفصل /

الفصل الدراسي الاول

الاسم /

٢٠ /

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

١- من الطرق الموصلة لبر الوالدين سرعة الاستجابة لأوامرهما	
٢- السمنة هي انخفاض وزن الجسم عن المعدل الطبيعي بمقدار ١٠٪	
٣- تجنب العبث بحبوب الشباب عند ظهورها على الوجه والصدر	
٤- من ثمار بر الوالدين الفوز بالجئة	
٥- التعرض لشمس الظهيرة فترة طويلة يؤدي الى التجاعيد والشيخوخة المبكرة	
٦- يجب المحافظة على ممتلكات الآخرين واحترام اغراضهم الشخصية	
٧- الزمالة علاقة مودة ومحبة يرتبط بها الأشخاص حتى لو بعد المكان	
٨- عدم الانصياع للدعايات المختلفة التي تروج للكريمات الخاصة بالبشرة	
٩- للمحافظة على استمرار الصداقة الابتعاد عن المناقشات الحادة التي تثير الغضب	
١٠- الوقت هو مقدار من الزمان قدر لأمر ما سواء كان قصيرا ام طويلا	
١١- من خصائص الوقت سرعة انقضائه وانخفاض قيمته	
١٢- من إيجابيات الانترنت انه وسيلة من وسائل الاتصال السريع	
١٣- من اعراض فقر الدم حدوث التهاب واحمرار باللسان وتكسر الاظافر	
١٤- للعناية بالجسم يجب النوم الكافي والبعد عن السهر والقلق والتوتر	
١٥- يمكن مشاركة المقتنيات الشخصية كالمشط الخاص بالشعر	

٢- اختار /ي الإجابة الصحيحة:

١- ثمار التعامل الحسن مع الاخوة	(تعلم الاعتماد على الآخرين - تمثيل القدوة الحسنة - انخفاض الثقة في أنفسهم)
٢- حقوق الصديق	(المشاركة عند الفرح والحزن - توجيه النقد الجارح - افشاء سره)
٣- إيجابيات الانترنت والفصانيات	(وسيلة لنشر الشر - وسيلة مساعدة لطلبة العلم - تقلل من المستوى الثقافي)
٤- من أسباب فقر الدم	(نقص الحديد والبروتين - زيادة الكربوهيدرات - زيادة الدهون)
٥- التعرض لأشعة الشمس باعتدال يساعد اجسامنا على انتاج فيتامين	(فيتامين د - فيتامين ب - فيتامين أ)

اعداد المعلمة: هديل النجار

الصف : اول المتوسط

اختبار فكري مهارات الحياتية

الفصل الدراسي الاول

نموذج الإجابة

الاسم /

٢٠ /

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

✓	١- من الطرق الموصلة لبر الوالدين سرعة الاستجابة لأوامرهما
x	٢- السمنة هي انخفاض وزن الجسم عن المعدل الطبيعي بمقدار ١٠٪
✓	٣- تجنب العبث بحبوب الشباب عند ظهورها على الوجه والصدر
✓	٤- من ثمار بر الوالدين الفوز بالجئة
✓	٥- التعرض لشمس الظهيرة فترة طويلة يؤدي الى التجاعيد والشيخوخة المبكرة
✓	٦- يجب المحافظة على ممتلكات الآخرين واحترام اغراضهم الشخصية
x	٧- الزمالة علاقة مودة ومحبة يرتبط بها الأشخاص حتى لو بعد المكان
✓	٨- عدم الاتصياح للدعايات المختلفة التي تروج للكريكات الخاصة بالبشرة
✓	٩- للمحافظة على استمرار الصداقة الابتعاد عن المناقشات الحادة التي تثير الغضب
✓	١٠- الوقت هو مقدار من الزمان قدر لأمر ما سواء كان قصيرا ام طويلا
x	١١- من خصائص الوقت سرعة انقضائه وانخفاض قيمته
✓	١٢- من إيجابيات الانترنت انه وسيلة من وسائل الاتصال السريع
✓	١٣- من اعراض فقر الدم حدوث التهاب واحمرار باللسان وتكسر الاظافر
✓	١٤- للعناية بالجسم يجب النوم الكافي والبعد عن السهر والقلق والتوتر
x	١٥- يمكن مشاركة المقتنيات الشخصية كالمشط الخاص بالشعر

٢- اختار /ي الإجابة الصحيحة:

١- ثمار التعامل الحسن مع الاخوة	(تعلم الاعتماد على الآخرين - تمثيل القدوة الحسنة - انخفاض الثقة في أنفسهم)
٢- حقوق الصديق	(المشاركة عند الفرح والحزن - توجيه النقد الجارح - افشاء سره)
٣- إيجابيات الانترنت والفصانيات	(وسيلة لنشر الشر - وسيلة مساعدة لطلبة العلم - تقلل من المستوى الثقافي)
٤- من أسباب فقر الدم	(نقص الحديد والبروتين - زيادة الكريوهيدرات - زيادة الدهون)
٥- التعرض لأشعة الشمس باعتدال يساعد اجسامنا على انتاج فيتامين	(فيتامين د - فيتامين ب - فيتامين أ)

موقع واجباتي

اعداد المعلمة: هديل النجار

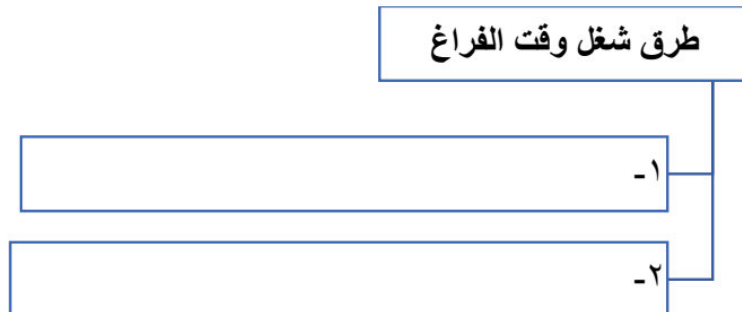
١- ضع /ي علامة (✓) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) أمام العبارة الخاطئة:

١- من الطرق الموصلة لبر الوالدين سرعة الاستجابة لأوامرهما	
٢- لا يشترك الأصدقاء في الخصائص المهنية	
٣- من سلبيات الفضائيات والانترنت انها تضعف الترابط الاسري	
٤- من ثمار التعامل الحسن مع الاخوة اكتساب المحبة	
٥- من مصادر دخل الاسرة عمل الاب والام الأساسي فقط	
٦- يجب المحافظة على ممتلكات الآخرين واحترام اغراضهم الشخصية	
٧- الزمالة علاقة مودة ومحبة يرتبط بها الأشخاص حتى لو بعد المكان	
٨- من مسؤوليات الاسرة تهئية السكن ليكون مكان امنا للعيش	
٩- للمحافظة على استمرار الصداقة الابتعاد عن المناقشات الحادة التي تثير الغضب	
١٠- الوقت هو مقدار من الزمان قدر لأمر ما سواء كان قصيرا ام طويلا	
١١- من خصائص الوقت سرعة انقضائه وانخفاض قيمته	
١٢- من إيجابيات الانترنت انه وسيلة من وسائل الاتصال السريع	
١٣- من صفات مدير المنزل الناجح ان يكون منظم ومخطط لكل عمل يريد انجازه	
١٤- من معايير اختيار الصديق تقارب الأفكار والاهتمامات	

٢- اختار /ي الإجابة الصحيحة:

١- ثمار التعامل الحسن مع الاخوة (تعلم الاعتماد على الآخرين - تمثيل القدوة الحسنة - انخفاض الثقة في أنفسهم)
٢- حقوق الصديق (المشاركة عند الفرح والحزن - توجيه النقد الجارح - افشاء سره)
٣- إيجابيات الانترنت والفضائيات (وسيلة لنشر الشر - وسيلة مساعدة لطلبة العلم - تقلل من المستوى الثقافي)
٤- الخطوة الأولى من خطوات إدارة المنزل (التقويم - التنفيذ والمراقبة - تحديد الأهداف)

٣- أكمل /ي المخطط التالي:



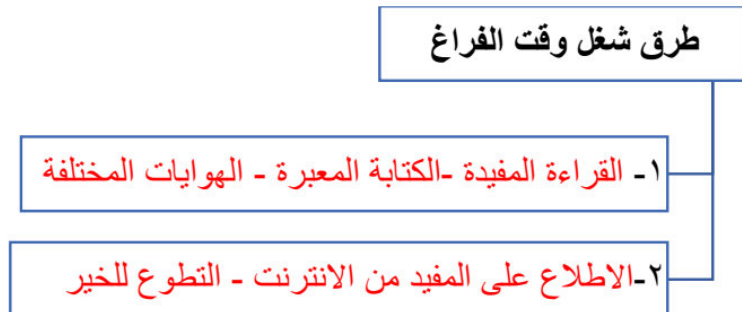
١- ضع /ي علامة (✓) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) امام العبارة الخاطئة:

✓	١- من الطرق الموصلة لبر الوالدين سرعة الاستجابة لأوامرهما
✓	٢- لا يشترك الأصدقاء في الخصائص المهنية
✓	٣- من سلبيات الفضائيات والانترنت انها تضعف الترابط الاسري
✓	٤- من ثمار التعامل الحسن مع الاخوة اكتساب المحبة
×	٥- من مصادر دخل الاسرة عمل الاب والام الأساسي فقط
✓	٦- يجب المحافظة على ممتلكات الآخرين واحترام اغراضهم الشخصية
×	٧- الزمالة علاقة مودة ومحبة يرتبط بها الأشخاص حتى لو بعد المكان
✓	٨- من مسؤوليات الاسرة تهئية السكن ليكون مكان امنا للعيش
✓	٩- للمحافظة على استمرار الصداقة الابتعاد عن المناقشات الحادة التي تثير الغضب
✓	١٠- الوقت هو مقدار من الزمان قدر لأمر ما سواء كان قصيرا ام طويلا
×	١١- من خصائص الوقت سرعة انقضائه وانخفاض قيمته
✓	١٢- من إيجابيات الانترنت انه وسيلة من وسائل الاتصال السريع
✓	١٣- من صفات مدير المنزل الناجح ان يكون منظم ومخطط لكل عمل يريد انجازه
✓	١٤- من معايير اختيار الصديق تقارب الأفكار والاهتمامات

٢- اختار /ي الإجابة الصحيحة:

١- ثمار التعامل الحسن مع الاخوة (تعلم الاعتماد على الآخرين - تمثيل القدوة الحسنة - انخفاض الثقة في أنفسهم)
٢- حقوق الصديق (المشاركة عند الفرح والحزن - توجيه النقد الجارح - افشاء سره)
٣- إيجابيات الانترنت والفضائيات (وسيلة لنشر الشر - وسيلة مساعدة لطلبة العلم - تقلل من المستوى الثقافي)
٤- الخطوة الأولى من خطوات إدارة المنزل (التقويم - التنفيذ والمراقبة - تحديد الأهداف)

٣- أكمل /ي المخطط التالي:



الاول المتوسط

الاسم :

السؤال الأول:

اختر الإجابة الصحيحة لكل فقرة من الفقرات التالية:

١	من هم أولى الناس ببرك وحسن تعاملك كما ورد في الدرس؟			
	الأصدقاء	الجيران	الوالدان	المعلمون
٢	أي من التالي يعد من ثمار بر الوالدين المباشرة في الدنيا؟			
	الحصول على هدايا	التوفيق في الحياة ونيل رضا الله	زيادة عدد الأصدقاء	الحصول على درجات عالية فقط
٣	أي من التصرفات التالية يعبر عن تفاعل اجتماعي إيجابي؟			
	تجاهل زميلك عندما يحتاج للمساعدة	رفع صوتك أثناء الحديث مع الآخرين	الالتزام بموعدك مع صديقك	استخدام أغراض الآخرين دون استئذان
٤	يعتبر كف الأذى عن الجار من أهم...			
	حقوق الجار	الأمر الثانوي	الأفعال المستحبة فقط	العادات الاجتماعية
٥	الهدف الأساسي من تعلم "فن التعامل" هو...			
	تحقيق المصالح الشخصية فقط	الظهور بمظهر لائق أمام الناس	تجنب المشاكل مع الآخرين	كسب رضا الله ثم محبة واحترام الآخرين
٦	أي من الأسباب التالية يعد المسبب الرئيسي للسمنة؟			
	تناول كمية طعام أقل من حاجة الجسم	تناول كمية طعام تفوق حاجة الجسم مع قلة الحركة	ممارسة الرياضة بشكل يومي	شرب كميات كبيرة من الماء
٧	ما هو العرض الذي يشترك فيه المصابون بالنحافة وفقر الدم؟			
	زيادة الوزن السريعة	آلام المفاصل	الشعور بالضعف والتعب السريع	زيادة الشهية للطعام
٨	أي الأغذية التالية هي الأنسب لعلاج فقر الدم الناتج عن نقص الحديد؟			
	الأرز الأبيض والخبز	الحلويات والمشروبات الغازية	الكبد واللحوم الحمراء والسبانخ	منتجات الألبان فقط
٩	ما هي أفضل طريقة لعلاج النحافة؟			
	تناول الدهون	تجنب ممارسة الرياضة تمامًا	تناول وجبات غذائية	الصيام لفترات طويلة

	والسكريات بكثرة	متوازنة وزيادة كمياتها تدريجياً	
السؤال الثاني :			
حدد كلمة صح أو خطأ لكل فقرة من الفقرات الآتية:			
١	يقتصر بر الوالدين على تقديم المساعدة المالية لهما فقط.	☐ صح ☐ خطأ	
٢	حسن الخلق والتعامل الحسن مع الناس جزء أساسي من تعاليم الدين الإسلامي.	☐ صح ☐ خطأ	
٣	التفاعل الاجتماعي الإيجابي يعني الانعزال عن المجتمع لتجنب الأخطاء.	☐ صح ☐ خطأ	
٤	معاملة ذوي الإعاقة باحترام هي مجرد تفضل منك وليست حقاً لهم.	☐ صح ☐ خطأ	
٥	الإحسان إلى الجار يشمل مشاركته في مناسباته السعيدة ومواساته في أحزانه.	☐ صح ☐ خطأ	
٦	تعتبر ممارسة الرياضة بانتظام جزءاً أساسياً من علاج السمنة.	☐ صح ☐ خطأ	
٧	النحافة هي مجرد نقص في الوزن ولا تسبب أي أعراض صحية.	☐ صح ☐ خطأ	
٨	فقر الدم يحدث فقط بسبب عوامل وراثية ولا علاقة له بنوعية الغذاء.	☐ صح ☐ خطأ	
٩	للتغلب على السمنة، يجب الموازنة بين كمية الطاقة المكتسبة من الطعام والطاقة المبذولة في الحركة.	☐ صح ☐ خطأ	
١٠	يساعد فيتامين ج (الموجود في الفواكه الحمضية على زيادة امتصاص الجسم للحديد.	☐ صح ☐ خطأ	
١١	النظافة الشخصية تؤثر إيجاباً على الجانب النفسي وتزيد من الثقة بالنفس.	☐ صح ☐ خطأ	
١٢	لا داعي لاستخدام واقي الشمس في الأيام الغائمة لأن أشعة الشمس الضارة لا تخترق الغيوم.	☐ صح ☐ خطأ	
١٣	نوع الغذاء الذي نتناوله ليس له أي تأثير على صحة ومظهر البشرة.	☐ صح ☐ خطأ	
١٤	يُعد قص الأظافر بانتظام جزءاً مهماً من العناية باليدين والقدمين للوقاية من تراكم الجراثيم.	☐ صح ☐ خطأ	
١٥	التعرض لأشعة الشمس في أي وقت وبأي مدة مفيد للحصول على فيتامين د.	☐ صح ☐ خطأ	

انتهت الأسئلة ،،،،

		نموذج الإجابة	الاسم :

اختر الإجابة الصحيحة لكل فقرة من الفقرات التالية:				
١	من هم أولى الناس ببرك وحسن تعاملك كما ورد في الدرس؟			
	الأصدقاء	الجيران	الوالدان	المعلمون
٢	أي من التالي يعد من ثمار بر الوالدين المباشرة في الدنيا؟			
	الحصول على هدايا	التوفيق في الحياة ونيل رضا الله	زيادة عدد الأصدقاء	الحصول على درجات عالية فقط
٣	أي من التصرفات التالية يعبر عن تفاعل اجتماعي إيجابي؟			
	تجاهل زميلك عندما يحتاج للمساعدة	رفع صوتك أثناء الحديث مع الآخرين	الالتزام بموعده مع صديقك	استخدام أغراض الآخرين دون استئذان
٤	يعتبر كف الأذى عن الجار من أهم...			
	حقوق الجار	الأمر الثانوي	الأفعال المستحبة فقط	العادات الاجتماعية
٥	الهدف الأساسي من تعلم "فن التعامل" هو...			
	تحقيق المصالح الشخصية فقط	الظهور بمظهر لائق أمام الناس	تجنب المشاكل مع الآخرين	كسب رضا الله ثم محبة واحترام الآخرين
٦	أي من الأسباب التالية يعد المسبب الرئيسي للسمنة؟			
	تناول كمية طعام أقل من حاجة الجسم	تناول كمية طعام تفوق حاجة الجسم مع قلة الحركة	ممارسة الرياضة بشكل يومي	شرب كميات كبيرة من الماء
٧	ما هو العرض الذي يشترك فيه المصابون بالنحافة وفقر الدم؟			
	زيادة الوزن السريعة	آلام المفاصل	الشعور بالضعف والتعب السريع	زيادة الشهية للطعام
٨	أي الأغذية التالية هي الأنسب لعلاج فقر الدم الناتج عن نقص الحديد؟			
	الأرز الأبيض والخبز	الحلويات والمشروبات الغازية	الكبد واللحوم الحمراء والسبانخ	منتجات الألبان فقط
٩	ما هي أفضل طريقة لعلاج النحافة؟			
	تناول الدهون والسكريات بكثرة	تجنب ممارسة الرياضة تمامًا	تناول وجبات غذائية متوازنة وزيادة كمياتها تدريجيًا	الصيام لفترات طويلة



حدد كلمة صح أو خطأ لكل فقرة من الفقرات الآتية:

١	يقتصر بر الوالدين على تقديم المساعدة المالية لهما فقط.	☐ صح ☐ خطأ
٢	حسن الخلق والتعامل الحسن مع الناس جزء أساسي من تعاليم الدين الإسلامي.	☐ صح ☐ خطأ
٣	التفاعل الاجتماعي الإيجابي يعني الانعزال عن المجتمع لتجنب الأخطاء.	☐ صح ☐ خطأ
٤	معاملة ذوي الإعاقة باحترام هي مجرد تفضل منك وليست حقاً لهم.	☐ صح ☐ خطأ
٥	الإحسان إلى الجار يشمل مشاركته في مناسباته السعيدة ومواساته في أحزانه.	☐ صح ☐ خطأ
٦	تعتبر ممارسة الرياضة بانتظام جزءاً أساسياً من علاج السمنة.	☐ صح ☐ خطأ
٧	النحافة هي مجرد نقص في الوزن ولا تسبب أي أعراض صحية.	☐ صح ☐ خطأ
٨	فقر الدم يحدث فقط بسبب عوامل وراثية ولا علاقة له بنوعية الغذاء.	☐ صح ☐ خطأ
٩	للتغلب على السمنة، يجب الموازنة بين كمية الطاقة المكتسبة من الطعام والطاقة المبذولة في الحركة.	☐ صح ☐ خطأ
١٠	يساعد فيتامين ج (الموجود في الفواكه الحمضية على زيادة امتصاص الجسم للحديد.	☐ صح ☐ خطأ
١١	النظافة الشخصية تؤثر إيجاباً على الجانب النفسي وتزيد من الثقة بالنفس.	☐ صح ☐ خطأ
١٢	لا داعي لاستخدام واقي الشمس في الأيام الغائمة لأن أشعة الشمس الضارة لا تخترق الغيوم.	☐ صح ☐ خطأ
١٣	نوع الغذاء الذي نتناوله ليس له أي تأثير على صحة ومظهر البشرة.	☐ صح ☐ خطأ
١٤	يُعد قص الأظافر بانتظام جزءاً مهماً من العناية باليدين والقدمين للوقاية من تراكم الجراثيم.	☐ صح ☐ خطأ
١٥	التعرض لأشعة الشمس في أي وقت وبأي مدة مفيد للحصول على فيتامين د.	☐ صح ☐ خطأ

انتهت الأسئلة ،،،،

اختبار مادة المهارات الحياتية والاسرية للصف أول متوسط الفصل الدراسي الأول

الفصل:

اسم الطالبة:

/ ضع كلمة (صح) أمام العبارة صحيحة و كلمة (خطأ) أمام العبارة خاطئة :-

- 1- يشترط اشتراك الصديقات في الخصائص المهنية. ()
- 2- من الطرق الموصلة لبر الوالدين سرعة الاستجابة لأوامرهما. ()
- 3- تنظيم جدول الأعمال اليومية خطوة سلبية في حياتنا. ()
- 4- من صفات مدير المنزل الناجح أن يكون منظم ومخطط لكل عمل يريد إنجازه. ()
- 5- العبث بخصوصيات الآخرين دليل على التكيف الاجتماعي. ()

س ٢: اختاري الإجابة الصحيحة:-

- ١- الخطوة الأولى من خطوات إدارة المنزل (التقويم – التنفيذ والمراقبة – تحديد الأهداف)
- ٢- من خصائص الوقت (ذهابه وعدم عودته – عدم أهميته – إمكانية عودته)
- ٣- هو الوقت الذي يتحرر فيه الفرد من مسؤوليات العمل (الوقت - وقت الفراغ - فن التعامل)
- ٤- ثمرات بر الوالدين متعددة ويستثنى منها (سعة الرزق - محبة الناس - الضيق في العيش)

س ٣: عددي ٢ من معايير اختيار الصديقة؟

- ١-
- ٢-

اكمل الفراغات بما يتمم المعنى :-

- ١- من طرق شغل أوقات الفراغ
- ٢- سلبيات الانترنت عديدة ومنها
- ٣- من مصادر دخل الأسرة و

نموذج الإجابة

اختبار مادة المهارات الحياتية والاسرية للصف أول متوسط
الفصل الدراسي الأول

الفصل:

اسم الطالبة:

س ١ : ضعي كلمة (صح) أمام العبارة الصحيحة وكلمة (خطأ) أمام العبارة الخاطئة

2.5

- 1- يشترط اشتراك الصديقات في الخصائص المهنية. (خطأ)
- 2- من الطرق الموصلة لبر الوالدين سرعة الاستجابة لأوامرهما. (صح)
- 3- تنظيم جدول الأعمال اليومية خطوة سلبية في حياتنا. (خطأ)
- 4- من صفات مدير المنزل الناجح أن يكون منظم ومخطط لكل عمل يريد إنجازه. (صح)
- 5- العبث بخصوصيات الآخرين دليل على التكيف الاجتماعي. (خطأ)

س ٢: اختاري الإجابة الصحيحة:-

2

- ١- الخطوة الأولى من خطوات إدارة المنزل (التقويم – التنفيذ والمراقبة – تحديد الأهداف)
- ٢- من خصائص الوقت (ذهابه وعدم عودته – عدم أهميته – إمكانية عودته)
- ٣- هو الوقت الذي يتحرر فيه الفرد من مسؤوليات العمل (الوقت - وقت الفراغ - فن التعامل)
- ٤- ثمرات بر الوالدين متعددة ويستثنى منها (سعة الرزق - محبة الناس - الضييق في العيش)

س ٣: عددي ٢ من معايير اختيار الصديقة؟

2

- ١- تقارب السن والأفكار
- ٢- التمسك بالدين والقيم

اكمل الفراغات بما يتم المعنى :-

4

- ١- من طرق شغل أوقات الفراغ الهوايات المختلفة. (فراغ واحد)
- ٢- سلبيات الانترنت عديدة ومنها التفكك الأسري أو مشاكل صحيه مثل اللام الظهر (فراغ واحد)
- ٣- من مصادر دخل الأسرة عمل الأب الأساسي و عمل الأم الأساسي. (فراغين)

اسم الطالبية /..... الفصل /.....

أ - ضعي كلمة (صح) أمام العبارة الصحيحة , وكلمة (خطأ) أمام العبارة الخاطئة.

فيما يأتي :-

10

- 1- من ثمار بر الوالدين السعادة في الدنيا والاخرة ()
- 2- من خصائص الوقت ذهابة وعدم عودته ()
- 3- للمحافظة على استمرار الصداقة يجب قيامها على أساس المحبة في الله ()
- 4- الزمالة مستمرة حتى لو بعد المكان ()
- 5- من ايجابيات الفضائيات والانترنت إضعاف الترابط الأسري ()
- 6- توجيه النصيحة والرأي من حقوق الصديق ()
- 7- من الطرق الموصلة لبر الوالدين احترامهم . ()
- 8- من طرق شغل الفراغ القراءة المفيدة . ()
- 9- من إيجابيات الفضائيات والانترنت تدني المستوى التعليمي ()
- 10- لتحقيق التفاعل الاجتماعي عدم احترام مواعيد الآخرين عند زيارتهم ()

10

السؤال الثاني :-

أ- اختاري الإجابة الصحيحة فيما يلي :-

- 1- هو رابطة نفسية تورث الشعور العميق بالعاطفة والمحبة والاحترام:
أ- المال . ب- الصداقة . ج- وقت الفراغ .
- 2 - لشغل أوقات الفراغ طرق متعددة منها :
أ- كثرة المكالمات الهاتفية. ب- ممارسة الهوايات المختلفة . ج- الغيبة والنميمة.
- 3- هو مقدار من الزمان قدر لأمر ما سواء أكان قصيرا ام طويلا :
أ- جدول الاعمال. ب- الزمالة . ج- الوقت .

- لاختيار الصديقة معايير كثيرة منها:

أ- عدم احترام خصوصيات الآخرين ب- التفاخر والتكبر ج- تقارب السن

5- من مميزات الصداقة:

أ- مستمرة حتى لو بعد المكان ب- نسب أفكار الآخرين لك. ج- عدم السؤال عنهم .

6- لتحقيق التفاعل في المجتمع:

أ- المحافظة على ممتلكات الآخرين. ب- إيذاء الآخرين. ج- عدم التسامح.

7- من الطرق الموصلة لبر الوالدين:

أ- التأفف منهما. ب- إكرامهما. ج- عدم الاستجابة لهم.

8- من إيجابيات الفضائيات والإنترنت:

أ- تضيق للوقت ب- وسيلة من وسائل الاتصال السريع. ج- تدني المستوى التعليمي.

9- من خصائص الوقت:

أ- عدم أهميته. ب- إمكانية عودته. ج- سرعة انقضائه.

10- من ثمار بر الوالدين:

أ- عدم إجابة الدعاء ب- عدم رضاها عنك ج- دعاؤهما لك في السر والعلن .

{تمنيتاتي لكن بالتوفيق والسداد}

معلمة المادة /



حقيبتتي

www.haqibati.net



تربية أسرية	المادة	البنك النصفي الفصل الدراسي الأولي لعام الدراسي ١٤٤٨ هـ 	
الأولى	الوحدة		
المتوسطة	المرحلة		
الأول	الصف		
سميرة بن عفيف	المعلمة	بنك الأسئلة لمادة التربية الأسرية من ص ١١ إلى ص ٣٣ الوحدة الأولى (مهارات حياتية).	

س ١ في الفقرات من (١) إلى (٨) ضعي دائرة حول الإجابة الصحيحة :

١	ثمرات بر الوالدين متعددة ويستثنى منها			
	(أ) التوفيق للطاعة	(ب) سعة الرزق	(ج) محبة الناس لك	(د) الضيق في العيش
٢	أساليب تحقق التكيف الاجتماعي :			
	(أ) مقابلة السينة	(ب) التعامل بشدة	(ج) الشعور بالآخرين	(د) العبث بممتلكات الآخرين
٣	قال الرسول ﷺ (خير الناس أنفعهم للناس) هذا الحديث دليل على :			
	(أ) بر الوالدين	(ب) زيارة الأقارب	(ج) تنمية الشخصية	(د) التفاعل مع المجتمع
٤	علاقة يجمعها مكان واحد كالمعلم أو المدرسة :			
	(أ) الأخوة	(ب) الصداقة	(ج) الزمالة	(د) القرابة
٥	لاختيار الصديقة معايير كثيرة منها :			
	(أ) التفاوت في السن	(ب) الكذب في التعامل	(ج) التعدي على الخصوصيات	(د) التعامل بالأخلاق الحسنة
٦	للصديقة حقوق عليك كثيره منها :			
	(أ) إفشاء سرها	(ب) الانقاص من قدرها	(ج) عيادتها عند المرض	(د) التخلي عنها وقت الحاجة
٧	خصائص الوقت :			
	(أ) هدره فيما لا يفيد	(ب) سرعة انقضائه	(ج) إمكانية عودته	(د) عدم أهميته
٨	للتشغل أوقات الفراغ طرق متعددة منها :			
	(أ) كثرة المكالمات الهاتفية	(ب) كثرة الذهاب للأسواق	(ج) الجلوس على التلفاز	(د) قراءة كتب معبرة مفيدة

س٢ / زواجى بين المفاهيم فى العمود (أ) ومدلولاتها فى العمود (ب) فيما يلى :

أ	ب
١- فن التعامل	(أ) وسيلة من وسائل الاتصال السريعة .
٢- الجار	(ب) هي محطات تلفزيونية تبث إرسالها عبر الأقمار الصناعية .
٣- البر بالوالدين	(ج) ينقص ويزيد
٤- الطرق الموصلة لبرّ الوالدين	(د) حضور الندوات والمحاضرات الهادفة .
٥- ثمار برّ الوالدين	(هـ) ضعف الترابط الأسري .
٦- ثمار التعامل الحسن مع الإخوة	(و) من يقرب مسكنه منك .
٧- وقت الفراغ	(ز) قدرة الفرد على الاستجابة بشكل إيجابي نحو المجتمع .
٨- من سلبيات الفضائيات والإنترنت	(ح) معناه طاعتها وإظهار الحب والاحترام لهما ، ومساعدتها بكل وسيلة ممكنة بالجهد والمال ، والحديث معهما بكل أدب وتقدير ، والإنصات إليهما .
٩- طرق شغل أوقات الفراغ	(ط) برّ أبناك لك . .
١٠- الفضائيات	(ي) هو الوقت الذي يتحرر فيه الفرد من مسؤوليات العمل وضروريات الحياة اليومية .
١١- إيجابيات الفضائيات والإنترنت	(ك) زرع الثقة في أنفسهم .
	(م) التأدب عند مخاطبتهم .

س ٣ في الفقرات من (١) إلى (١٢) ضع (ص) أمام العبارة صحيحة والحرف (خ) أمام العبارة خاطئة

- ١- ينبغي أن نتعلم أهمية حسن الخلق والتعامل الحسن مع الآخرين لكسب رضا الله تعالى .
- ٢- الوالدان هم أولى الناس بالبر وحسن التعامل .
- ٣ - رفع صوت التلفاز في المنزل حتى لو أزعج ذلك الجيران من حقوقي الشخصية.
- ٤- ثمرات بر الوالدين متعددة منها رضاها عنك .
- ٥- حقوق صديقتي علي كتمان السرّ والمحافظة على الخصوصية.
- ٦ - أكدت السنة النبوية في أحاديثها المباركة على إضاعة الوقت .
- ٧-العيب بخصوصيات الآخرين دليل على التكيف الاجتماعي .
- ٨- يشترط اشتراك الصديقات في الخصائص المهنية .
- ٩- تنظيم العمل خطوة سلبية في حياتنا .
- ١٠- الوقت مقدار من الزمان قدر لأمر ما ، سواء كان قصيراً أو طويلاً .
- ١١- الصداقة رابطة نفسية تُورث الشعور العميق بالعاطفة والمحبة والاحترام.

س؛ أكملی الفراغ بما يتمم المعنى :-

- ١- تطبيق فن التعامل مع و.....و.....و.....
- ٢- طرق موصلة لبر الوالدين و.....
- ٣- حقوق الوالدين:.....و.....
- ٤- حقوق الجار : و.....و.....
- ٥- أنواع الجيران: و.....و.....
- ٦- أعظم صداقة في التاريخ كانت بين الرسول عليه الصلاة والسلام و.....
- ٧- المدرسة مؤسسة تقوم..... الطلاب والأطفال والناشئ والتربية .

س ٥ أجبني عما يلي :

أ- بيني الطرق الموصلة لبرّ الوالدين ؟

- ١-.....٢.....
- ٣-.....٤.....
- ٥-.....٦.....
- ٧-.....

ب- اذكر ثمار برّ الوالدين ؟

- ١-.....٢.....٣.....
- ٤-.....٥.....٦.....
- ٧-.....٨.....٩.....
- ١٠-.....

ج- عددي ثمار التعامل الحسن مع الإخوة ؟

- ١-.....٢.....
- ٣-.....٤.....
- ٥-.....٦.....

د- كيف تحقّقين التكيف الاجتماعي ؟

- ١-.....٢.....
- ٣-.....٤.....
- ٥-.....٦.....
- ٧-.....

حقيبتني

www.haqibati.net

