

# اوراق عمل المهارات الحياتية والاسرية

## المهارات الحياتية والأسرية

الصف السادس الابتدائي

الفصول الدراسية الثلاثة

السادس الابتدائي

الفصل الدراسي الثاني

اختاري الإجابة الصحيحة :

السؤال الأول

- ١ / من العوامل التي تساعد على اتخاذ القرار السليم :
- ( كثرة المال , القدرة على التخيل و التفكير و الاستنتاج , ابتعاد الأشخاص عنك )
- ٢ / من الأساليب غير الفعالة في اتخاذ القرار :
- ( العجلة و التسرع , استشارة الوالدين , التفكير قبل اتخاذ القرار )
- ٣ / عند اتخاذ القرار يجب مراعاة ما يلي :
- ( أن يكون غير آمن , أن يتعارض مع الآخرين , أن يكون قانونياً و مسموح به )

ضعي علامة (صح) أو (خطأ) أمام

السؤال الثاني

- ١ / من الخطوات المتبعة قبل اتخاذ القرار التفكير في جميع الخيارات المتاحة لنا دون تسرع ( )
- ٢ / كان الرسول صلى الله عليه و سلم يستشير و يستخير قبل اتخاذ القرار ( )
- ٣ / من الأساليب الغير فعالة في اتخاذ القرار تحديد المشكلة ( )
- ٤ / القرار هو ما يُصمم عليه الانسان بعد التفكير في الرأي بإختيار أفضل ما ينبغي عمله ( )

## السؤال الأول

## اختاري الاجابة الصحيحة :

١ / من آثار الغضب الجسدية :

( اضطراب النوم ، ارتفاع ضغط الدم ، فقدان الشهية )

٢ / للتخلص من الشعور بالغضب :

( الاستعاذة بالله من الشيطان الرجيم ، التوتر ، استمرار الشجار )

٣ / من آثار الغضب النفسية :

( زيادة التعرق ، الشعور بالصداع ، اتخاذ القرارات السيئة )

## السؤال الثاني

ضعي علامة (صح) أو (خطأ) أمام العبارات التالية :

١ / من مخاطر الغضب إرتفاع ضربات القلب ( )

٢ / من آثار الغضب النفسية الشعور بالصداع ( )

٣ / الغضب هو ما يعتري الإنسان من إحساس بالحرج أو النقص ( )

٤ / من طرق التخلص من الغضب محاولة التفكير بشيء آخر كالقراءة ( )

## اختاري الإجابة الصحيحة :

## السؤال الأول

١ / هو مايعتري الانسان من الإحساس بالحرج و النقص .. تعريف لـ :

( الخجل , الوقت , اللعب )

٢ / مما يساعد على التخلص من الشعور بالخجل :

( تجنب الجلوس مع الأصدقاء , المبادرة بالتحية و الحديث , تسجيل الكلام في ورقة )

٣ / من أعراض الخجل السلوكية :

( سرعة في دقات القلب , تعرق اليدين , قلة التحدث )

ضعي علامة (صح) أو (خطأ) أمام

## السؤال الثاني

١ / الحياء هو خلق يبعث على فعل المليح و اجتناب القبيح ( )

٢ / من أعراض الخجل الجسدية : عدم النظر إلى المتحدث ( )

٣ / الخجل مختلف عن الحياء ( )

٤ / لكي أتخلص من الخجل أشترك في الأنشطة المدرسية ( )

## السؤال الأول

ضعي علامة (صح) أو (خطأ) أمام العبارات التالية :

- ١ / الفضلات هي أي مواد زائدة و غير مرغوبة من مخلفات البيئة ( )
- ٢ / تدوير الأشياء القديمة لا يوفر المال ( )
- ٣ / الورق يُعد من النفايات غير قابلة للإشعال ( )
- ٤ / ينتج عن النفايات مواد خطيرة تضر بالبيئة و منها الإنسان ( )

## السؤال الثاني

اختاري الإجابة الص

- ١ / هي المخلفات الناتجة من النشاط اليومي للمدارس و المنازل تعريف لـ :
- ( الفضلات ، النفايات ، التحلل )
- ٢ / من النفايات القابلة للتحلل :
- ( فضلات المأكولات ، الزجاج ، الخشب )
- ٣ / من أخطار النفايات المباشرة :
- ( تكاثر الحشرات ، تلوث التربة والمياه السطحية ، التعرض للجروح و الإصابات )

## السؤال الأول

ضعي علامة (صح) أو (خطأ) أمام العبارات التالية :

- ١ / من طرق التخلص من النفايات إعادة تدويرها ( )
- ٢ / يُفضل استعمال الأكياس البلاستيكية عند التسوق ( )
- ٣ / من النفايات المُعاد استخدامها الزجاج كالقوارير ( )
- ٤ / ينتج عن النفايات مواد خطيرة تضر بالبيئة و منها الإنسان ( )

## السؤال الثاني

رتبي خطوات الطريقة المُتبعة للاستفادة من النفايات

يتم سحقها وضغطها تمهيداً لشحنها إلى المصانع المختصة

تنقل المواد المطلوب تدويرها في حاويات خاصة إلى معمل

إعادة التصنيع

تتحول هذه النفايات إلى مواد جديدة في المصانع المختصة

تنقل إلى الأرض المختصة للفرز ، ثم تقلب لفرزها

ضعي علامة (صح) أو (خطأ) أمام العبارات التالية :

السؤال الأول

- ١ / يُفقد النعناع في علاج المغص و الإسهال ( )
- ٢ / لان شرب الشاي بعد الوجبة لأنه يؤدي لعسر الهضم ( )
- ٣ / يُحفظ الشاي في مكان مُعرض للحرارة و الضوء ( )
- ٤ / ينبغي غسل أوراق الشاي للتخلص من الأتربة ( )

اختاري الإجابة الص

السؤال الثاني

- ١ / من أنواع الشاي :  
( الشاي الملون ، الشاي الأخضر ، الشاي المطبوخ )
- ٢ / سبب عدم شرب الشاي مساءً :  
( لتغيير طعمه ، لأنه يسبب المغص ، لأنه منبه عصبي يتسبب في عدم النوم )
- ٣ / المشروبات الأكثر انتشاراً في العالم هو :  
( الشاي ، العصائر الطبيعية ، المشروبات الغازية )