

تم تحميل وعرض المادة من



موقع مادتي هو موقع تعليمي يعمل على مساعدة المعلمين والطلاب وأولياء الأمور في تقديم حلول الكتب المدرسية والاختبارات وشرح الدروس والملاحظات والتحاير وتوزيع المنهج لكل المراحل الدراسية بشكل واضح وسهل مجاناً

حمل تطبيق مادتي ليصلك كل جديد



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

١-	العلاج بالأدوية الإلهية هو الاستشفاء بالآيات القرآنية وما ثبت في السنة من ادعية
٢-	الأعشاب ليس لها أي اضرار يمكن استخدامها بأي كمية ولاي مرض
٣-	من إرشادات الشراء الرقمي الاطلاع على اراء المتسوقين السابقين ممن قاموا بشراء المنتج
٤-	عند ترتيب الصيدلية المنزلية يجب فحص الادوية والتخلص من الادوية منتهية الصلاحية
٥-	الحبة السوداء فعالة في علاج المعدة قاتلة للديدان تذيب حصي الكليتين والمثانة
٦-	الغذاء الصحي والمناسب له دور مهم في استعادة صحة المريض
٧-	الحالات الحادة في مرض السكر يعالج بتنظيم الغذاء وممارسة الرياضة
٨-	كلما بدأت في الادخار مبكراً استطعت تحقيق أحلامك بشكل أسهل
٩-	يجب على مرضى السكر التقليل من النشويات
١٠-	الشراء الرقمي هو شكل من اشكال التبادل التجاري عن طريق الوسائل الالكترونية
١١-	يحدث مرض السكر نتيجة نقص هرمون الدوبامين الذي ينتجه البنكرياس
١٢-	عند ترتيب الصيدلية المنزلية يجب وضع ادوية الأطفال في زاوية منفصلة عن بقية الادوية
١٣-	تمر العجوة يقي من السم والسحر
١٤-	من اعراض مرض السكر الإحساس بالعطش وكثرة التبول
١٥-	من إيجابيات التجارة الرقمية حدوث تلاعب واختراق للبيانات البنكية للبائع والمشتري

٢- أختار/ي الإجابة الصحيحة :

١-	عشبة مفيدة للبشرة والشعر	(اليانسون - الحلبة - الزنجبيل)
٢-	كل مشروع يقدم خدمة للمستهلك مثل المطاعم	(مشروع خدمي - مشروع تجاري - مشروع انتاجي)
٣-	للسيطرة على ارتفاع ضغط الدم	(تقليل الملح - الاكثار من الملح - لا شيء مما سبق)
٤-	من العوامل التي تزيد الإصابة بالسكر	(الحمل - السمنة - جميع ما سبق)
٥-	من الأنشطة التجارية الرقمية	(بيع - شراء - جميع ما سبق)

نموذج الاجابة

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

✓	١- العلاج بالأدوية الإلهية هو الاستشفاء بالآيات القرآنية وما ثبت في السنة من ادعية
x	٢- الأعشاب ليس لها أي اضرار يمكن استخدامها بأي كمية ولاي مرض
✓	٣- من إرشادات الشراء الرقمي الاطلاع على اراء المتسوقين السابقين ممن قاموا بشراء المنتج
✓	٤- عند ترتيب الصيدلية المنزلية يجب فحص الادوية والتخلص من الادوية منتهية الصلاحية
✓	٥- الحبة السوداء فعالة في علاج المعدة قاتلة للديدان تذيب حصى الكليتين والمثانة
✓	٦- الغذاء الصحي والمناسب له دور مهم في استعادة صحة المريض
x	٧- الحالات الحادة في مرض السكر يعالج بتنظيم الغذاء وممارسة الرياضة
✓	٨- كلما بدأت في الادخار مبكراً استطعت تحقيق أحلامك بشكل أسهل
✓	٩- يجب على مرضى السكر التقليل من النشويات
✓	١٠- الشراء الرقمي هو شكل من اشكال التبادل التجاري عن طريق الوسائل الالكترونية
x	١١- يحدث مرض السكر نتيجة نقص هرمون الدوبامين الذي ينتجه البنكرياس
✓	١٢- عند ترتيب الصيدلية المنزلية يجب وضع ادوية الأطفال في زاوية منفصلة عن بقية الادوية
✓	١٣- تمر العجوة يقي من السم والسحر
✓	١٤- من اعراض مرض السكر الإحساس بالعطش وكثرة التبول
x	١٥- من إيجابيات التجارة الرقمية حدوث تلاعب واختراق للبيانات البنكية للبائع والمشتري

٢- أختار/ي الإجابة الصحيحة :

١- عشبة مفيدة للبشرة والشعر	(اليانسون - الحلبة - الزنجبيل)
٢- كل مشروع يقدم خدمة للمستهلك مثل المطاعم	(مشروع خدمي - مشروع تجاري - مشروع انتاجي)
٣- للسيطرة على ارتفاع ضغط الدم	(تقليل الملح - الاكثار من الملح - لا شيء مما سبق)
٤- من العوامل التي تزيد الإصابة بالسكر	(الرياضة - السمرة - جميع ما سبق)
٥- من الأنشطة التجارية الرقمية	(بيع - شراء - جميع ما سبق)

اختبار فكري مهارات الحياتية

الصف: ثالث المتوسط ف ١

الفصل:

الاسم :

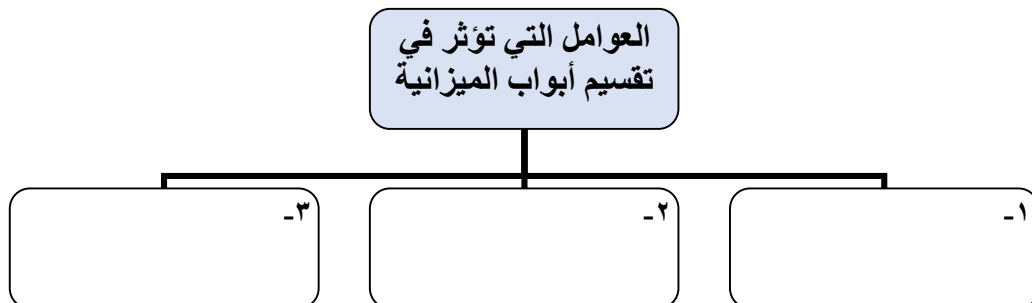
١- ضع/ي علامة (✓) امام العبارة الصحيحة و علامة (×) أمام العبارة الخاطئة

- ١- يجب ان يحرص الفرد على اللباقة في الحديث مع الجميع
- ٢- من آداب الزيارة الاستأذن قبل الخروج والانصراف من المنزل
- ٣- الحرص على رفع الصوت في اثناء الحديث
- ٤- من آداب الزيارة التأخر في القدوم وعدم احترام موعد الزيارة
- ٥- جميل ان استقبل الضيوف ببشاشة وشاركهم الحديث
- ٦- من آداب الضيافة اختيار الملابس المناسبة للاستقبال
- ٧- يمكن التحدث بكل ما يسمع
- ٨- يفضل اشتراك افراد الاسرة في تخطيط الميزانية
- ٩- اتعمد تصحيح الأخطاء العفوية للمتحدث إذا كانت لا تؤذي أحدا
- ١٠- الزيارة قديما كانت بموعد مسبق متفق عليه
- ١١- الحذر من التباهي والتفاخر بما لا تملكه للارتفاع في اعين الناس
- ١٢- اكرام الضيوف يعني المبالغة في تقديم الطعام والشراب
- ١٣- تذبذب الأسعار من العوامل المؤثرة في عدم نجاح تنفيذ الميزانية

٢- أختار/ي الإجابة الصحيحة :

- ١- حالة الميزانية التي يكون فيها المصروفات متساوية مع الإيرادات (عجز - ادخار - متوازنة)
- ٢- هي التي يمكن في الحياة الاستغناء عنها بمشقة (الضروريات - الحاجيات - الكماليات)
- ٣- لا انشغل بشيء اخر في اثناء للمتحدث معي (الجدل - اللعب - الانصات)
- ٤- الزيارات حديثا (مفاجئة - دون تكلف - بموعد مسبق)

٣- أكمل/ي المخطط التالي :



اعداد المعلمة: هديل النجار

نموذج الاجابة

اختبار فكري مهارات الحياتية الصف: ثالث المتوسط ف ١

الفصل:

الاسم :

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

✓	١- يجب ان يحرص الفرد على اللباقة في الحديث مع الجميع
✓	٢- من آداب الزيارة الاستأذن قبل الخروج والانصراف من المنزل
×	٣- الحرص على رفع الصوت في اثناء الحديث
×	٤- من آداب الزيارة التأخر في القدوم وعدم احترام موعد الزيارة
✓	٥- جميل ان استقبل الضيوف ببشاشة وشاركهم الحديث
✓	٦- من آداب الضيافة اختيار الملابس المناسبة للاستقبال
×	٧- يمكن التحدث بكل ما يسمع
✓	٨- يفضل اشتراك افراد الاسرة في تخطيط الميزانية
×	٩- اتعمد تصحيح الأخطاء العفوية للمتحدث إذا كانت لا تؤذي أحدا
×	١٠- الزيارة قديما كانت بموعد مسبق متفق عليه
✓	١١- الحذر من التباهي والتفاخر بما لا تملكه للارتفاع في اعين الناس
×	١٢- اكرام الضيوف يعني المبالغة في تقديم الطعام والشراب
✓	١٣- تذبذب الأسعار من العوامل المؤثرة في عدم نجاح تنفيذ الميزانية

٢- أختار/ي الإجابة الصحيحة :

- ١- حالة الميزانية التي يكون فيها المصروفات متساوية مع الإيرادات (عجز - ادخار - متوازنة)
- ٢- هي التي يمكن في الحياة الاستغناء عنها بمشقة (الضروريات - الحاجيات - الكماليات)
- ٣- لا انشغل بشيء اخر في اثناء للمتحدث معي (الجدل - اللعب - الانصات)
- ٤- الزيارات حديثا (مفاجئة - دون تكلف - بموعد مسبق)

٣- أكمل/ي المخطط التالي :



موقع
مادنتري

اعداد المعلمة: هديل النجار

المادة	مهارات حياتية واسرية	اختبار منتصف الفصل الدراسي الأول – لعام الدراسي ١٤٤٧هـ	
المرحلة	المتوسطة		
اسم الطالبه : الصف :			

١٠

مستعينة بالله اجبي عن الأسئلة التالية:-

س ١ ضعي دائرة حول الإجابة الصحيحة :

من الآداب المستنتجة من قول الرسول عليه الصلاة والسلام : (من أحب أن يبسط له في رزقه وينسأ له في أثره فليصل رحمه) درجة واحدة فقط			
أ - كثرة الكلام .	ب- الاشتغال بالتجارة .	ج - التيسر للآخرين .	د - زيارة الأقارب .
من عوامل تقسيم أبواب الميزانية <u>ماعد</u> : درجة واحدة فقط			
أ – مقدار الدخل	ب- ميول الأفراد ورغباتهم.	ج – مكان سكن الأسرة .	د - الكماليات .
حضرت لزيارتكم امرأة كبيرة في السن، وكانت والدتك غير موجودة . درجة واحدة فقط			
أ - أسند استقبالها للخادمة .	ب - أتذمر وأتركها من دون استقبال .	ج - أعتذر عن استقبالها لعدم وجود والدتي .	د - أكرمها وأقدم لها واجب الضيافة

س ٢ ضعي علامة (√) أمام العبارة صحيحة والحرف (x) أمام العبارة خاطئة :-

- ١- جميل أن تعتاد الفتاة على تحمل المسؤولية في أسرتها () درجة واحدة فقط
- ٢- تُعد زيارة المريض من الأمور السيئة التي تزيد أوجاع المريض () درجة واحدة فقط
- ٣- الحاجيات هي التي يمكن الاستغناء عنها بمشقة زائدة. () درجة واحدة فقط

س ٣ أكمل الفراغ بما يتمم المعنى :- درجتان فقط

- ١- من طرق زيادة الدخل و (اثنان فقط)
- ٢- ينبغي ارتداء المناسبة لاستقبال الضيوف .
- ٣- من فاعليتي في المنزل أحرص على الدائم لغرفتي

س ٥ : اجبي عما يلي : درجتان فقط

١- أبواب الصرف خمسة اذكرها؟

.....

٢- مزايا الاجتماعات الدورية متعددة اذكر اثنا منها ؟

.....

انتهت الأسئلة بالتوقيع
معلمة المادة / رحاب محمد السليمان

موقع
مادنتري

اسم الطالبية /..... الفصل /.....

س1- ضعى كلمة (صح) أمام العبارة الصحيحة , وكلمة (خطأ) أمام العبارة الخاطئة.
فيما يأتى :-

10

- 1- من السلوكيات الخاطئة في آداب الزيارة دق جرس الباب طويلا ()
- 2- من مزايا الاجتماعات الدورية اتاحة الفرصة للاجتماع بالأقارب ()
- 3- ما يميز الزيارات قديما انها غير مكلفة لزائر والمضيف ()
- 4- من آداب الحديث الحرص على رفع الصوت في اثناء الحديث ()
- 5- السخرية من طريقة كلام الآخرين من آداب الحديث ()
- 6- عند الحديث يجب الابتعاد عن الالفاظ البذيئة ()
- 7- طلباتك يجب ان تكون في حدود الميزانية المتاحة لك. ()
- 8- من آداب الضيافة حسن استقبال الضيوف ()
- 9- من آداب الزيارة ان تكون الزيارة في وقت متأخر ()
- 10- التطفل على الزائرين وطرح الاسئلة المخرجة من السلوكيات الصحيحة في آداب الزيارة ()

10

السؤال الثانى :-

أ- اختاري الإجابة الصحيحة فيما يلى :-

- 1- من آداب الزيارة :
أ- الدخول بدون إستئذان . ب- إعداد مكان للاستقبال . ج- الجلوس لوقت متأخر .
- 2 - من آداب زيارة المريض :
أ- الجلوس لوقت متأخر . ب- اختيار الحديث المناسب . ج- ازعاج المريض .
- 3- من آداب الضيافة :
أ- التأفف من الضيوف . ب- التلفظ بالفاظ بذيئة . ج- إكرام الضيوف .

4- من آداب الحديث :

أ- السخرية من الآخرين ب- التكبر والتفاخر ج- الحذر من ذكر احاديث مكذوبة

5- الزيارة حديثاً :

أ- تكون بموعد مسبق ب- مفاجئة ج- يسيرة ودون تكلف .

6- من أهم الأسس لقياس فاعلية الفتى واهتمامه بمشاركة والدية واسرته :

أ- مراعات الظروف المادية للأسرة. ب- ارهاقهم بكثرة الطلبات . ج- عدم مساعدتهم.

7- من مزايا الاجتماعات الدورية:

أ- المبالغة في الضيافة . ب- إتاحة الفرصة للاجتماع بالاقارب . ج- حدوث بعض المشاحنات.

8- من السلوكيات الخاطئة في آداب الزيارة:

أ- اختيار الوقت المناسب لزيارة. ب- التطفل على الزائرين. ج- اختيار الملابس المناسبة.

9- من السلوكيات المنافية لآداب زيارة التهنة :

أ- احترام الموعد المحدد . ب- تقديم الهدية المناسبة . ج- التافف من الزائرات .

10- حضرت لزيارتكم امرأة كبيرة في السن وكانت والدتك غير موجودة :

أ- اسند استقبالها للخادمة. ب- اعتذر ورفض استقبالها . ج- اكرمها وأقدم لها واجب الضيافة لحين حضور والدتي

{ تمنياتي لكن بالتوفيق والسداد }

معلمة المادة /



مهارات حياتية و أسرية	المادة	الفصل الدراسي – أسئلة اختبار الدوري الأول للعام الدراسي هـ	
الأولى	الوحدة		
المتوسطة	المرحلة		
الثالث المتوسط	الصف		
سميرة بن عفيف	المعلمة	بنك الأسئلة لمادة التربية الأسرية من ص ٩ إلى ص ٢٣ و من ص ٢٨ إلى ٢٩ الوحدة الأولى (توعية صحية).	

س ١ في الفقرات من (١) إلى (٧) ضعي دائرة حول الإجابة الصحيحة :

١	من أعراض السكر :		
	(أ) أورام الغدة النخامية	(ب) كثرة التبول .	(ج) قلة مقاومة الأمراض
٢	الحبة السوداء هي :		
	(أ) فاتح للشهية .	(ب) ملين للبطن .	(ج) تذيب حصي
٣	الميكروكروم يستخدم :		
	(أ) لحالات الإغماء .	(ب) لتطهير الجروح البسيطة.	(ج) لتطهير الأيدي .
٤	من الأدوات الطبية هي :		
	(أ) سبيرتو .	(ب) الديتول .	(ج) الجبانر .
٥	للسيطرة على مرض السكر الإقلال من تناول :		
	(ب) الدهون المشبعة	(ب) الكالسيوم .	(ج) الفيتامينات .
٦	الحالات المتوسطة عند علاج مرضى السكر.		
	(أ) تنظيم الغذاء والعقاقير.	(ب) تنظيم الغذاء فقط.	(ج) تنظيم الغذاء وحقن الأنسولين .

فقرات من (١) إلى (١٢) زاوجي بين الأدلة في العمود الأول مع مدلولاتها في العمود الثاني:

العمود الأول	العمود الثاني
١- اليانسون	(أ) مسكن لأوجاع المعدة والصداع .
٢- سبيرتو	(ب) لتطهير الجروح البسيطة .
٣- الحلبة	(ج) يزيل البلغم .
٤- أدول	(د) لعسر الهضم
٥- العسل	(هـ) للحروق
٦- الميكروكروم	(و) لتطهير الأيدي والجروح .
٧- العجوة	(ز) مفيدة للبشرة والشعر .
٨- مرهم البوريك .	(ح) الوقاية من السم .
٩- البابونج	(ط) مطيب للنكهة ومفيد للبرد .
١٠- مرهم الزنك	(ي) لتخفيض حرارة الجسم .
١١- زجاجة ملح فوارة	(ك) طارد للغازات .
١٢- الزنجبيل	(ل) يعالج الحروق السطحية
	(م) للالتهابات الجلدية

س ٣ الفقرات من (١) إلى (١١) ضعي أمام كل فقرة الحرف (ص) إذا كانت العبارة صحيحة
والحرف (خ) إذا كانت العبارة خاطئة

١- الأعشاب هي التي لا تعمل على تهدئة وتسكين الألم . ()

٢- حرصت وزارة الصحة على تطبيق رؤية المملكة ٢٠٣٠ بتأهيل الأطباء لمواجهة الأمراض المزمنة
كمريض اسكري والضغط ()

٣- أهم العوامل المؤثرة على الدواء الحرارة والرطوبة . ()

٤- من مميزات استخدام الأعشاب لا يمكن حفظها وتخزينها مدته طويلة . ()

٥- من العوامل التي تزيد من فرصة الإصابة بالسكر الاستعداد الوراثي . ()

٦- لابد لمريض السكر أو الضغط من زيارة الطبيب بصفة دورية منتظمة . ()

٧- من أعراض مرض ضغط الدم صداع في مؤخرة الرأس . ()

٨- استعمال البخور للوقاية من الأمراض مع إغلاق جميع النوافذ والأبواب مما يؤدي
إلى آلام في المفاصل . ()

٩- حالة مرضية تصيب الشباب والصغار نتيجة اختلال في مقدرة الجسم على
التحكم بمستوى سكر الدم وذلك لنقص أو انعدام في فرز الأنسولين من البنكرياس . ()

س ٤ أجبي على الأسئلة :

أ - اكتب المصطلح العلمي المناسب ما يلي :

- ١ - هو أي شخص يتلقى العناية الطبية أو الرعاية أو العلاج الطبي
- ٣ - مادة كيميائية تُتناول بغرض التداوي من مرض معين أو لتحسين وظيفة داخل الجسم.
- ٤ - هي التي تعمل على تهدئة وتسكين الألم
- ٥ - حالة مرضية تصيب الكبار والصغار نتيجة اختلال في مقدرة الجسم على التحكم بمستوى سكر الدم وذلك لنقص أو انعدام في فرز الأنسولين من البنكرياس.

ب - عددي أعراض مرضى السكر ؟

- | | | |
|-----|-----|-----|
| ١ - | ٢ - | ٣ - |
| ٤ - | ٥ - | ٦ - |

ج - وضح مميزات استخدام الأعشاب .

س ٥ - عللي ما يلي :

١ - الدواء سلاح ذو حدين .

٢ - تفضيل البعض التداوي بالنباتات والأعشاب على الأدوية الكيميائية ؟

٣ - تهوية غرفة المريض .

السؤال الأول:

ضعي علامة صح أمام العبارة الصحيحة و علامة خطأ أمام العبارة الخاطئة:-

- 1- من أمثلة الزيارات الخاصة زيارة التهئة ()
- 2- يجب الحذر من السخرية من طريقة كلام الآخرين ()
- 3- من آداب زيارة المريض الدعاء له وعدم إطالة الجلوس عنده ()
- 4- يعتبر الأثاث المنزلي من الكماليات ()
- 5- يجب أن نعتز بلغتنا ولا نتباهى بلغة آخر ()
- 6- من السلوكيات الصحيحة وقت الزيارة التطفل على الزائرين وطرح الأسئلة المحرجة عليهم ()
- 7- الزيارة قديما تكون بموعـد مسبق متفق عليه ()
- 8- تذبذب الأسعار وعدم ثباتها من أهم العوامل التي تؤثر على نجاح ميزانية الأسرة ()
- 9- الزيارة قديما مكلفة للزائر والمضيف ()
- 10- صلة الرحم هي من اسباب زيادة الرزق و طول العمر ()
- 11- يجب الحذر من كثرة الكلام و الثثرة ()
- 12- من آداب زيارة المريض زيارته في اي وقت وخاصة في المستشفى ()

السؤال الثاني :-

اختاري الإجابة الصحيحة :-

- 1- من آداب الحديث
أ- الصوت العالي ب- السخرية من كلام الآخرين ج- الحذر من كثرة الكلام
- 2- إستقطاع جزء من الدخل وإستثماره يسمى
أ- الميزانية ب- الموارد ج- الادخار

3-الزيارات الحديثه

أ-مكلفة للزائر والمضيف ب- يسيرة دون تكلف ج- بدون موعد

4-الموازنة والمقابلة بين ايرادات البيت و نفقاته:-

أ- الميزانية ب- الادخار ج- العجز

5-من سلبيات الاجتماعات الدورية

أ- إشراك الجميع في الحديث ب- التظاهر و التفاخر بالملابس ج- التعرف على اخبار العائلة

6- مالا يمكن الاستغناء عنه في الحياة مثل المسكن

أ- الكماليات ب- الحاجيات ج-الضروريات

7- آداب الزيارة

أ- المبالغة والاسراف بالهدايا ب- الشكر عند الانصراف ج- الجلوس لوقت متأخر

8- تكون بين الأقارب و الأصدقاء للاحتفاء بمناسبة سعيدة

أ- الاجتماعات الدورية ب- زيارة المريض ج- زيارة التهنة

تمنياتى لكن بالتوفيق والسداد...

تربية أسرية	المادة	الفصل الدراسي الأول البنك النصفى لعام الدراسي ١٤٤٧ هـ	
الأولى	الوحدة		
المتوسطة	المرحلة		
ثالث	الصف		
سميرة بن عفيف	المعلمة	الوحدة الثانية (مهارات حياتية).	بنك الأسئلة لمادة التربية الأسرية

س ١ في الفقرات من (١) إلى (٧) ضعي دائرة حول الإجابة الصحيحة :

آداب الزيارة :				1
(أ) الدخول بدون الاستئذان.	(ب) المبالغة والإسراف في الهدايا.	(ج) الشكر عند الانصراف.	(د) الجلوس لوقت متأخر.	
الآداب المستنتجة من قول الرسول عليه الصلاة والسلام (من أحب أن يبسط له في رزقه وينسأ له في أثره فليصل رحمه) :				2
(أ) كثرة الكلام .	(ب) الاشتغال بالتجارة .	(ج) التبسم للآخرين .	(د) زيارة الأقارب .	
مزايا الاجتماعات الدورية :				3
(أ) التعرف على أخبار الأقارب	(ب) النميمة والغيبة	(ج) التفاخر بالملابس	(د) حاجة ربة المنزل الى المساعدة في الضيافة والاستقبال	
سلبيات الاجتماعات الدورية :				4
(أ) إشراك الجميع في الحديث.	(ب) التظاهر والتفاخر بالملابس.	(ج) التعرف على أخبار العائلة.	(د) التحدث بأحاديث مناسبة .	
آداب زيارة المريض :				5
(أ) إحضار الأطعمة والأشربة للمريض.	(ب) الذهاب بدون موعد مسبقاً.	(ج) الدعاء للمريض .	(د) عدم احترام قوانين الزيارة .	
السلوكيات المنافية لآداب زيارة التهنة :				6
(أ) المبادرة بها في الوقت المناسب.	(ب) احترام الموعد المحدد.	(ج) تقديم الهدية المناسبة .	(د) الإطالة في طرح الموضوعات .	
حضرت لزيارتكم امرأة كبيرة في السن، وكانت والدتك غير موجودة .				7
(أ) أسند استقبالها للخادمة .	(ب) أتذمر وأتركها من دون استقبال .	(ج) أعتر عن استقبالها لعدم وجود والدتي .	(د) أكرمها وأقدم لها واجب الضيافة	

س٢ زواجي بين العمود (أ) مع ما يناسبه في العمود (ب) :

أ	ب
١- زيارة المريض:	و (أ) قال تعالى (لا خير في كثير من نجواهم إلا من أمر بصدقة أو معروف أو إصلاح بين الناس) .
2- الحذر من كثرة الكلام والثرثرة	أ (ب) عن أبي هريرة قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم (كفى بالمرء كذباً أن يحدث بكل ما سمع) .
٣- الحذر من التباهي والتفاخر بما لا تملكه ، للارتفاع في أعين الناس.	هـ (ج) قال تعالى (يا أيها الذين ءامنوا لا يسخر قوم من قوم عسى أن يكونوا خيراً منهم ولا نساء من نساء عسى أن يكن خيراً منهن) .
٤- الحذر من السخرية من طريقة كلام الآخرين .	ج (د) تكون بين الأقارب والأصدقاء للاحتفاء بمناسبة سعيدة .
٥- زيارة التهنية :	د (هـ) عن عائشة أم المؤمنين أن امرأة قالت : يا رسول الله أقول إن زوجي أعطاني مالم يعطني ؟ فقال رسول الله ﷺ ((المتشبع بما لم يعط كلابس ثوبي زور)) .
٦- الحذر من التحدث بكل ما يسمع ؛ لأنه مجال الوقوع في الكذب .	ب (و) تعتبر من الزيارات التي يجب الحرص عليها ؛ للتخفيف عنه فيأنس بزواره وينسى آلامه .

س٣ في الفقرات من (١) إلى (١٠) ضعي الحرف (ص) أمام العبارة صحيحة والحرف (خ) أمام العبارة خاطئة :-

- ١- جميل أن تعتاد الفتاة تحمل المسؤولية في أسرتها . ()
- ٢- لا يهم أن تكون الفتاة فعالة في أسرتها. ()
- ٣ - أهتم بإخوتي الصغار خاصة عند غياب والدتي. ()
- ٤- تفادياً لإرهاق الأسر بالتكلفة المادية تقوم العوائل بالمشاركة لإعداد الاجتماع . ()
- ٥- تُعد زيارة المريض من الأمور السيئة التي تزيد أوجاع المريض ()
- ٦- من آداب زيارة التهنية عدم الإطالة في طرح الموضوعات الشخصية . ()
- ٧- من آداب زيارة المريض الدعاء له وعدم الإطالة بالجلوس عنده . ()
- ٨- يجب علينا الحذر من السخرية من طريقة كلام الآخرين . ()
- ٩- من آداب زيارة التهنية عدم احترام المواعيد المحددة للزيارة ()
- ١٠- الزيارة تكون لوقت قصيرة والعبادة الذهاب للتخفيف عن المريض . ()

س ٤ أكمل الفراغ بما يتمم المعنى :-

- ١- بعد انتهاء الزيارة تقدم عبارات للمضيقة لحسن استقبالها .
- ٢- عند الحديث ابتدي عن البذينة .
- ٣- طلباتك يجب أن تكون في حدود المتاحة لك .
- ٤- يجب الاعتذار عن إن لم تسمح الظروف.
- ٥- يجب على المضيف قبل الانصراف .
- ٦- من المهارات التي تحتاجها عند الاتصال .
- ٨- ينبغي ارتداء المناسبة لاستقبال الضيوف .
- ٩ - الابتعاد عن كثرة عند الحديث ؛ كي لا يحسر الطرفان .
- ١٠ - من فاعليتي في المنزل أحرص على الدائم لغرفتي .
- ١١ - تجنب إطالة رن والتريث قليلاً .

س ٥ أجبي عما يلي :

أ- فرقي بين مزايا وسلبيات الاجتماعات الدورية ؟

سلبيات الاجتماعات الدورية

مزايا الاجتماعات الدورية

- | | |
|----|----|
| ١- | ١- |
| ٢- | ٢- |
| ٣- | ٣- |
| ٤- | ٤- |

ب- أذكر آداب زيارة المريض :

- ١- ٢- ٣-

ج- عددي آداب زيارة التهنة :

- ١- ٢- ٣-

هـ - فرقي بين الزيارات القديمة والحديثة :

الزيارات القديمة	الزيارات الحديثة

و - بيني آداب قواعد الحديث والاستماع :

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



مراجعة الوحدة الأولى مهارات حياتية واسرية ثالث متوسط

الاسم :

السؤال الأول:

اختر الإجابة الصحيحة لكل فقرة من الفقرات التالية:

1	بحسب الحديث النبوي، ما هو الشيء الذي تعتبر "الحبة السوداء" شفاءً منه؟		
	الأمراض النفسية فقط	كل داء إلا السام (الموت)	أمراض البرد فقط
2	أي من الممارسات التالية تعد من أساليب العلاج المحرمة والمخالفة للطب النبوي؟		
	قراءة سورة الفاتحة على المريض	تناول العسل للشفاء	لبس الأحذية والتمائم
3	ما هو الشرط الأساسي الذي يجب توفره في الرقية لتكون شرعية؟		
	أن تكون بصوت مرتفع جدًا	أن تكون بكلام الله وأسمائه وصفاته	أن يكتبها شخص متخصص فقط
4	أي من التالي يعد من مميزات التداوي بالأعشاب كما ورد في الدرس؟		
	أنها دائمة سريعة المفعول	أنها معقدة التركيب	أنها لا تحتاج إلى معرفة بالكميات
5	العلاج الذي يجمع بين قراءة القرآن وتناول الأعشاب يندرج تحت مسمى		
	العلاج الإلهي فقط	العلاج الطبيعي فقط	العلاج المركب بين الأمرين
6	أي من التالي لا يعد من محتويات فئة "الأدوات الطبية" في الصيدلية المنزلية؟		
	مقص	شاش معقم	%كحول 70
7	ما هو العامل البيئي الذي يؤثر بشكل أساسي على فساد الحبوب والكبسولات؟		
	الضوء	الصوت	الرطوبة
8	عند ترتيب الصيدلية المنزلية، أي الإجراءات التالية هو الأهم لضمان السلامة؟		
	ترتيبها أبجديًا	وضعها في المطبخ لسهولة الوصول	فحص تواريخ الصلاحية والتخلص من المنتهي
9	ما هو الاستعمال الأساسي لمحلل النشادر الموجود في الصيدلية المنزلية؟		
	تطهير الجروح العميقة	حالات الإغماء ولسع الحشرات	خفض درجة الحرارة

10	أي من الأدوية التالية يستخدم عادةً لعلاج التهابات الجلدية البسيطة؟	بانادول	مرهم الزنك	ملح فوار	قطرة عين معقمة
11	أي من العوامل التالية يعتبر من أهم عوامل الخطر التي تزيد من فرصة الإصابة بمرض السكر؟	الإكثار من شرب الماء	السمنة وزيادة الوزن	ممارسة الرياضة بانتظام	تناول الخضروات الورقية
12	ما هو الإجراء العلاجي الأساسي للحالات البسيطة من مرض السكر؟	حقن الإنسولين يوميًا	تناول العقاقير المخفضة للسكر	تنظيم الغذاء وممارسة الرياضة	الخضوع لعملية جراحية
13	ما هو العَرَض الذي ينتج عن محاولة الجسم التخلص من السكر الزائد في الدم؟	انخفاض الوزن	التهابات جلدية	كثرة التبول	اضطرابات في البصر
14	لماذا ينصح مريض السكر الذي يعتمد على الأنسولين بتناول ٥ إلى ٦ وجبات صغيرة يوميًا؟	لزيادة الوزن بشكل سريع	للحفاظ على استقرار مستوى السكر في الدم	لتقليل الحاجة إلى ممارسة الرياضة	لأنها عادة اجتماعية
15	أي من الأطعمة التالية يُنصح مريض السكر بالتقليل منها؟	الخضروات الطازجة	الحبوب الكاملة	الحلويات والمشروبات السكرية	الفواكه الغنية بالألياف
16	لماذا يُنصح مريض ضغط الدم بتناول الموز؟	لأنه غني بالسكريات	لأنه غني بالبوتاسيوم	لأنه خالي من الدهون	لأنه غني بالبروتين
17	أي من التالي يعد من أهم خطوات علاج ضغط الدم غير الدوائي؟	تناول الفيتامينات	النوم لساعات طويلة	ممارسة الرياضة بانتظام	شرب كميات كبيرة من الماء
18	:السبب الرئيسي لتسمية ارتفاع ضغط الدم بـ "القاتل الصامت" هو أنه	يؤدي إلى الموت بسرعة	يصيب كبار السن فقط	لا يمكن علاجه	غالباً لا تظهر له أعراض واضحة
19	أي من العوامل التالية يعتبر عاملاً رئيسياً يساعد على ارتفاع ضغط الدم؟	نقص الوزن	زيادة الوزن والسمنة	تناول الفواكه	ممارسة القراءة
20	:يرتبط التوجيه النبوي "لا تغضب" بالوقاية من ارتفاع ضغط الدم من خلال	تشجيع الصمت	التحكم بالضغوط النفسية والتوتر	تشجيع الأكل الصحي	الحث على النوم المبكر

السؤال الثاني :

حدد كلمة صح أو خطأ لكل فقرة من الفقرات الآتية:

1	الطب النبوي يقتصر على علاج الأمراض الجسدية دون الأمراض النفسية	☐ صح	☐ خطأ
2	يعتبر الإيمان بأن الشفاء من الله وحده ركناً أساسياً لنجاح العلاج بالرقية الشرعية.	☐ صح	☐ خطأ

3	يمكن استخدام أي عشبة بأي كمية لأنها طبيعية، وهذا يجعلها آمنة تمامًا في كل الحالات.	☐ صح ☐ خطأ
4	حث النبي صلى الله عليه وسلم على التداوي والأخذ بأسباب الشفاء	☐ صح ☐ خطأ
5	يعتبر شرب الماء من أوانٍ كُتِبَ عليها كلمات غير مفهومة من طرق العلاج المشروعة	☐ صح ☐ خطأ
6	تعد التهوية الجيدة في غرفة المريض عاملاً رئيسياً للحد من انتشار الأمراض المعدية.	☐ صح ☐ خطأ
7	يمكن حفظ جميع أنواع الأدوية في درجة حرارة الغرفة دون أي تأثير على فعاليتها	☐ صح ☐ خطأ
8	من الضروري فصل أدوية الأطفال عن أدوية الكبار في الصيدلية المنزلية	☐ صح ☐ خطأ
9	يستخدم الديتول لتطهير الأيدي والجروح والأدوات المستخدمة في الإسعافات الأولية.	☐ صح ☐ خطأ
10	لا داعي للاحتفاظ بالنشرة الطبية المرفقة مع الدواء بعد فتح العبوة	☐ صح ☐ خطأ
11	الإنسولين هو هرمون يساعد على خفض مستوى الجلوكوز في الدم	☐ صح ☐ خطأ
12	تعتبر ممارسة الرياضة بانتظام عاملاً يزيد من خطر الإصابة بمرض السكر	☐ صح ☐ خطأ
13	في الحالات الحادة من مرض السكر، يعتمد العلاج على تنظيم الغذاء وحقن الإنسولين	☐ صح ☐ خطأ
14	الاستعداد الوراثي لا يلعب أي دور في احتمالية الإصابة بمرض السكر	☐ صح ☐ خطأ
15	ينصح مرضى السكر بتناول كميات كبيرة من الأطعمة الغنية بالدهون المشبعة والمهدرجة	☐ صح ☐ خطأ
16	تناول كميات كبيرة من الملح لا يؤثر على مستوى ضغط الدم	☐ صح ☐ خطأ
17	الصداع الشديد والدوار قد يكونان من أعراض ارتفاع ضغط الدم	☐ صح ☐ خطأ
18	يعتبر العلاج بالأدوية هو الخيار الأول دائماً لمرضى ارتفاع ضغط الدم	☐ صح ☐ خطأ
19	يساهم الحفاظ على وزن صحي في السيطرة على ضغط الدم	☐ صح ☐ خطأ
20	التدخين مضر بالأوعية الدموية ويمكن أن يساهم في رفع ضغط الدم	☐ صح ☐ خطأ

انتهت الأسئلة ,,,

مراجعة الوحدة الأولى مهارات حياتية واسرية ثالث متوسط

الاسم :

نموذج الاجابة

السؤال الأول:

اختر الإجابة الصحيحة لكل فقرة من الفقرات التالية:

1	بحسب الحديث النبوي، ما هو الشيء الذي تعتبر "الحبة السوداء" شفاءً منه؟	الأمراض النفسية فقط	كل داء إلا السام (الموت)	أمراض البرد فقط	أمراض المعدة فقط
2	أي من الممارسات التالية تعد من أساليب العلاج المحرمة والمخالفة للطب النبوي؟	قراءة سورة الفاتحة على المريض	تناول العسل للشفاء	لبس الأحذية والتمائم لدفع المرض	التصريح بسبع تمرات عجوة
3	ما هو الشرط الأساسي الذي يجب توفره في الرقية لتكون شرعية؟	أن تكون بصوت مرتفع جدًا	أن تكون بكلام الله وأسمائه وصفاته	أن يكتبها شخص متخصص فقط	أن تكون طويلة جدًا
4	أي من التالي يعد من مميزات التداوي بالأعشاب كما ورد في الدرس؟	أنها دائمة سريعة المفعول	أنها معقدة التركيب	أنها لا تحتاج إلى معرفة بالكميات	أنها غالبًا رخيصة الثمن وسهلة الحصول عليها
5	العلاج الذي يجمع بين قراءة القرآن وتناول الأعشاب يندرج تحت مسمى	العلاج الإلهي فقط	العلاج الطبيعي فقط	العلاج المركب بين الأمرين	العلاج الكيميائي
6	أي من التالي لا يعد من محتويات فئة "الأدوات الطبية" في الصيدلية المنزلية؟	مقص	شاش معقم	%كحول 70	قفازات بلاستيكية
7	ما هو العامل البيئي الذي يؤثر بشكل أساسي على فساد الحبوب والكبسولات؟	الضوء	الصوت	الرطوبة	الضغط الجوي
8	عند ترتيب الصيدلية المنزلية، أي الإجراءات التالية هو الأهم لضمان السلامة؟	ترتيبها أبجديًا	وضعها في المطبخ لسهولة الوصول	فحص تواريخ الصلاحية والتخلص من المنتهي	شراء كميات كبيرة من الأدوية
9	ما هو الاستعمال الأساسي لمحلل النشادر الموجود في الصيدلية المنزلية؟	تطهير الجروح العميقة	حالات الإغماء ولسع الحشرات	خفض درجة الحرارة	علاج عسر الهضم

10	أي من الأدوية التالية يستخدم عادةً لعلاج التهابات الجلد البسيطة؟	بانادول	مرهم الزنك	ملح فوار	قطرة عين معقمة
11	أي من العوامل التالية يعتبر من أهم عوامل الخطر التي تزيد من فرصة الإصابة بمرض السكر؟	الإكثار من شرب الماء	السمنة وزيادة الوزن	ممارسة الرياضة بانتظام	تناول الخضروات الورقية
12	ما هو الإجراء العلاجي الأساسي للحالات البسيطة من مرض السكر؟	حقن الإنسولين يوميًا	تناول العقاقير المخفضة للسكر	تنظيم الغذاء وممارسة الرياضة	الخضوع لعملية جراحية
13	ما هو العَرَض الذي ينتج عن محاولة الجسم التخلص من السكر الزائد في الدم؟	انخفاض الوزن	التهابات جلدية	كثرة التبول	اضطرابات في البصر
14	لماذا ينصح مريض السكر الذي يعتمد على الأنسولين بتناول ٥ إلى ٦ وجبات صغيرة يوميًا؟	لزيادة الوزن بشكل سريع	للحفاظ على استقرار مستوى السكر في الدم	لتقليل الحاجة إلى ممارسة الرياضة	لأنها عادة اجتماعية
15	أي من الأطعمة التالية يُنصح مريض السكر بالتقليل منها؟	الخضروات الطازجة	الحبوب الكاملة	الحلويات والمشروبات السكرية	الفواكه الغنية بالألياف
16	لماذا يُنصح مريض ضغط الدم بتناول الموز؟	لأنه غني بالسكريات	لأنه غني بالبوتاسيوم	لأنه خالي من الدهون	لأنه غني بالبروتين
17	أي من التالي يعد من أهم خطوات علاج ضغط الدم غير الدوائي؟	تناول الفيتامينات	النوم لساعات طويلة	ممارسة الرياضة بانتظام	شرب كميات كبيرة من الماء
18	:السبب الرئيسي لتسمية ارتفاع ضغط الدم بـ "القاتل الصامت" هو أنه	يؤدي إلى الموت بسرعة	يصيب كبار السن فقط	لا يمكن علاجه	غالباً لا تظهر له أعراض واضحة
19	أي من العوامل التالية يعتبر عاملاً رئيسياً يساعد على ارتفاع ضغط الدم؟	نقص الوزن	زيادة الوزن والسمنة	تناول الفواكه	ممارسة القراءة
20	:يرتبط التوجيه النبوي "لا تغضب" بالوقاية من ارتفاع ضغط الدم من خلال	تشجيع الصمت	التحكم بالضغط النفسية والتوتر	تشجيع الأكل الصحي	الحث على النوم المبكر

السؤال الثاني :

حدد كلمة صح أو خطأ لكل فقرة من الفقرات الآتية:

1	الطب النبوي يقتصر على علاج الأمراض الجسدية دون الأمراض النفسية	☐ صح	☐ خطأ
2	يعتبر الإيمان بأن الشفاء من الله وحده ركناً أساسياً لنجاح العلاج بالرقية الشرعية	☐ صح	☐ خطأ

3	يمكن استخدام أي عشبة بأي كمية لأنها طبيعية، وهذا يجعلها آمنة تمامًا في كل الحالات.	☐ صح ☐ خطأ
4	حث النبي صلى الله عليه وسلم على التداوي والأخذ بأسباب الشفاء	☐ صح ☐ خطأ
5	يعتبر شرب الماء من أوانٍ كُتِبَ عليها كلمات غير مفهومة من طرق العلاج المشروعة	☐ صح ☐ خطأ
6	تعد التهوية الجيدة في غرفة المريض عاملاً رئيسياً للحد من انتشار الأمراض المعدية.	☐ صح ☐ خطأ
7	يمكن حفظ جميع أنواع الأدوية في درجة حرارة الغرفة دون أي تأثير على فعاليتها	☐ صح ☐ خطأ
8	من الضروري فصل أدوية الأطفال عن أدوية الكبار في الصيدلية المنزلية	☐ صح ☐ خطأ
9	يستخدم الديتول لتطهير الأيدي والجروح والأدوات المستخدمة في الإسعافات الأولية.	☐ صح ☐ خطأ
10	لا داعي للاحتفاظ بالنشرة الطبية المرفقة مع الدواء بعد فتح العبوة	☐ صح ☐ خطأ
11	الإنسولين هو هرمون يساعد على خفض مستوى الجلوكوز في الدم	☐ صح ☐ خطأ
12	تعتبر ممارسة الرياضة بانتظام عاملاً يزيد من خطر الإصابة بمرض السكر	☐ صح ☐ خطأ
13	في الحالات الحادة من مرض السكر، يعتمد العلاج على تنظيم الغذاء وحقن الإنسولين	☐ صح ☐ خطأ
14	الاستعداد الوراثي لا يلعب أي دور في احتمالية الإصابة بمرض السكر	☐ صح ☐ خطأ
15	ينصح مرضى السكر بتناول كميات كبيرة من الأطعمة الغنية بالدهون المشبعة والمهدرجة	☐ صح ☐ خطأ
16	تناول كميات كبيرة من الملح لا يؤثر على مستوى ضغط الدم	☐ صح ☐ خطأ
17	الصداع الشديد والدوار قد يكونان من أعراض ارتفاع ضغط الدم	☐ صح ☐ خطأ
18	يعتبر العلاج بالأدوية هو الخيار الأول دائماً لمرضى ارتفاع ضغط الدم	☐ صح ☐ خطأ
19	يساهم الحفاظ على وزن صحي في السيطرة على ضغط الدم	☐ صح ☐ خطأ
20	التدخين مضر بالأوعية الدموية ويمكن أن يساهم في رفع ضغط الدم	☐ صح ☐ خطأ

انتهت الأسئلة ,,,