

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



المادة : مهارات حياتية واسرية		
الصف : ثاني متوسط (انتساب)		
الزمن :		
أسئلة اختبار الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي ١٤٤٦هـ (انتساب)		

المجموع
٦٠

اسم الطالب/ة/...../ الفصل/ المجموع

٣٠

السؤال الأول : اختاري الإجابة الصحيحة :

١- من صفات الشخصية المثالية :

أ- مناداة الزملاء بأحب الأسماء ب- المبالغة في وضع الزينة ج- التناول علي الآخرين

٢. البطاقة الارشادية ترفق مع الملابس وتحتوي على :

أ- سعر القطعة الملبسية فقط ب- رموز ومصطلحات ارشادية ج- نوع النسيج فقط

٣. رمز التنظيف الجاف هو

أ- الدائرة ب- المثلث ج- المربع

٤. فاتورة أبا محمد مرتفعة هذا الشهر كيف يمكن مساعدته في خفض هذه التسعيرة :

أ- إغلاق أنوار الغرف التي لا تُستخدم ب- عدم اغلاق المكيفات ابدا ج- عدم استخدام الكهرباء

٥. المصطلح (WASH) في البطاقة الارشادية يعني :

أ- غسيل ب- كي ج- تجفيف

٦. تزيد ثقة الإنسان بنفسه من خلال :

أ- الاعتماد على الآخرين ب- الخطأ وعدم المحاولة ج- الاستعانة بالله

٧. مصادر الالياف هي :

أ- طبيعية وصناعية ب- طبيعية فقط ج- صناعية فقط

٨. من صفات الشخصية المثالية :

أ- الاعتذار عند الخطأ ب- الكذب ج- مدح الذات

٩. ليصبح صوتك أكثر تأثيرا وقبولا عند الإلقاء :

أ- خفض الصوت ب- الإكثار من الممارسة والتدريب على الإلقاء ج- رفع الصوت

١٠. من آداب الحوار :

أ- التحدث بالكلام السيء ب- الأصغاء وعدم المقاطعة ج- التعالي والفوقية

١١. مادة زرقاء اللون تباع على هيئة مسحوق او قوالب قابلة للذوبان :

أ- الصابون ب- المبيض ج- الزهرة

١٢. الرمز ▲ في البطاقة الارشادية يعني :

أ- استخدام المبيض ب- تجنب العصر ج- الإشارة الى التخفيف الآلي

١٣. جهاز يستخدم لطهي الطعام او تسخينه :

أ- الخلاط الكهربائي ب- الغسالة ج- المواقد والأفران

١٤. تعتمد فكرة الجهاز على توليد الطاقة الكهرومغناطيسية :

أ- مكواة ب- مكنسة كهربائية ج- ميكروويف

١٥. ايمان الشخص بقدراته ومهاراته وامكاناته في تحقيق أهدافه تعريف :

أ- القرار ب- اللقاء ج- الثقة بالنفس

السؤال الثاني : ضع/ي كلمة (صح) أمام العبارة الصحيحة وكلمة (خطأ) أمام العبارة الخاطئة فيما يأتي :-

٣٠

١- يقصد بالاستهلاك العائلي هو كل ما تستخدمه العائلة بغرض تحقيق الاستفادة وإشباع الحاجات	
٢. لا تعتبر أقراص كشف التسرب من أدوات ترشيد استهلاك الماء	
٣. أول خطوة من خطوات اتخاذ القرار هي تحديد المشكلة	
٤. يجب مراعاة قوة التيار الكهربائي اللازم لتشغيل الجهاز	
٥. توضع الغسالة على قاعدة معزولة اذا لم يكن لها ارجل لمنع الصدمات الكهربائية	
٦. ضرورة إزالة المناديل والأوراق وغيرها من الأرض قبل عملية الكنس بالمكنسة الكهربائية	
٧. من مظاهر الثقة الزائفة عدم قبول النقد	
٨. ٢٤.١٩ % هي النسبة التي يشكلها الماء على سطح الأرض	
٩. المنظفات الطبيعية هي مواد طبيعية مساعدة للمنظفات الكيميائية في عملية التنظيف ويسهل الحصول عليها	
١٠. الخطوة الأخيرة من خطوات اتخاذ القرار هي التأكد من سلامة القرار	
١١. من صفات الشخصية المثالية عدم احترام المعلمة وعدم المحافظة على الواجبات المدرسية	
١٢. انواع الغسيل هي غسيل يدوي وغسيل الي	
١٣. من أثار الثقة بالنفس التعصب للرأي	
١٤. من الامور التي يجب ان اراعيها عند شراء الاجهزة المنزلية ان تكون مناسبة لميزانية الاسرة	
١٥. توضع عبوات الفحم في الثلاجة لقتل الحشرات	

نموذج الإجابة

المادة : مهارات حياتية واسرية	
الصف : ثاني متوسط (انتساب)	
الزمن :	
أسئلة اختبار الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي ١٤٤٦هـ (انتساب)	

٦٠

اسم الطالب/ة /..... الفصل /..... المجموع

٣٠

السؤال الأول : اختاري الإجابة الصحيحة :

١- من صفات الشخصية المثالية :

أ- مناداته زملاء بأحباب الأسماء ب- المبالغة في وضع الزينة ج- التطاول علي الآخرين

٢. البطاقة الارشادية ترفق مع الملابس وتحتوي على :

أ - سعر القطعة الملبسية فقط ب - رموز ومصطلحات ارشادية ج - نوع النسيج فقط

٣. رمز التنظيف الجاف هو

أ - الدائرة ب- المثلث ج- المربع

٤. فاتورة أبا محمد مرتفعة هذا الشهر كيف يمكن مساعدته في خفض هذه التسعيرة :

أ - إغلاق أنوار الغرف التي لا تُستخدم ب- عدم اغلاق المكيفات ابداء ج- عدم استخدام الكهرباء

٥. المصطلح (WASH) في البطاقة الارشادية يعني :

أ - غسيل ب- كي ج- تجفيف

٦. تزيد ثقة الإنسان بنفسه من خلال :

أ - الاعتماد على الآخرين ب- الخطأ وعدم المحاولة ج- الاستعانة بالله

٧. مصادر الالياف هي :

أ - طبيعية وصناعية ب- طبيعية فقط ج- صناعية فقط

٨. من صفات الشخصية المثالية :

أ - الاعتذار عند الخطأ ب- الكذب ج- مدح الذات

٩. ليصبح صوتك أكثر تأثيرا وقبولا عند الإلقاء :

أ - خفض الصوت ب- الإكثار من الممارسة والتدريب على الإلقاء ج- رفع الصوت

يتبع ←

١٠. من آداب الحوار :

أ- التحدث بالكلام السيء ب- الأصغاء وعدم المقاطعة ج- التعالي والفوقية

١١. مادة زرقاء اللون تباع على هيئة مسحوق او قوالب قابلة للذوبان :

أ- الصابون ب- المبيض ج- الزهرة

١٢. الرمز ▲ في البطاقة الارشادية يعني :

أ- استخدام المبيض ب- تجنب العصر ج- الإشارة الى التخفيف الالي

١٣. جهاز يستخدم لطهي الطعام او تسخينه :

أ- الخلاط الكهربائي ب- الغسالة ج- المواقد والأفران

١٤. تعتمد فكرة الجهاز على توليد الطاقة الكهرومغناطيسية :

أ- مكواة ب- مكنسة كهربائية ج- ميكروويف

١٥. ايمان الشخص بقدراته ومهاراته وامكاناته في تحقيق أهدافه تعريف :

أ- القرار ب- اللقاء ج- الثقة بالنفس

السؤال الثاني : ضع/ي كلمة (صح) أمام العبارة الصحيحة وكلمة (خطأ) أمام العبارة الخاطئة فيما يأتي :-

٣٠

صح	١- يقصد بالاستهلاك العائلي هو كل ما تستخدمه العائلة بغرض تحقيق الاستفادة وإشباع الحاجات
خطأ	٢. لا تعتبر أقراص كشف التسرب من أدوات ترشيد استهلاك الماء
صح	٣. أول خطوة من خطوات اتخاذ القرار هي تحديد المشكلة
صح	٤. يجب مراعاة قوة التيار الكهربائي اللازم لتشغيل الجهاز
صح	٥. توضع الغسالة على قاعدة معزولة اذا لم يكن لها ارجل لمنع الصدمات الكهربائية
صح	٦. ضرورة إزالة المناديل والأوراق وغيرها من الأرض قبل عملية الكنس بالمكنسة الكهربائية
صح	٧. من مظاهر الثقة الزائفة عدم قبول النقد
خطأ	٨. ٢٤.١٩ % هي النسبة التي يشكلها الماء على سطح الأرض
صح	٩. المنظفات الطبيعية هي مواد طبيعية مساعدة للمنظفات الكيميائية في عملية التنظيف ويسهل الحصول عليها
صح	١٠. الخطوة الأخيرة من خطوات اتخاذ القرار هي التأكد من سلامة القرار
خطأ	١١. من صفات الشخصية المثالية عدم احترام المعلمة وعدم المحافظة على الواجبات المدرسية
صح	١٢. انواع الغسيل هي غسيل يدوي وغسيل الي
خطأ	١٣. من اثار الثقة بالنفس التعصب للرأي
صح	١٤. من الامور التي يجب ان اراعيها عند شراء الاجهزة المنزلية ان تكون مناسبة لميزانية الاسرة
خطأ	١٥. توضع عبوات الفحم في الثلاجة لقتل الحشرات

اليوم :

التاريخ:

الزمن : ساعة ونصف

أسئلة اختبار مادة المهارات الحياتية والأسرية للصف الثاني متوسط

الفصل الدراسي الاول للعام -1446هـ (منازل)

السؤال الأول:

ضعي علامة صح أو علامة خطأ أمام العبارات الآتية:

- ١- يرفض الطالب المثالي مساعدة زملاء فيما يصعب عليهم من الدروس ()
- ٢ - الحوار تدول الكلام بين طرفين او أكثر على الا يستأثر به أحدهما عن الآخر ()
- 3- من صفات الشخصية المثالية مناداته الزملاء بأحب الاسماء ()
- 4- يتطلب اللقاء موقفا صادقا مع ما نقول بحيث يكون موقفا طبيعيا ()
- 5- اللقاء السلام عند الدخول والخروج من الصفات العملية ()
- ٦ - الثقة بالنفس هي ايمان الشخص بقدراته ومهاراته وامكانياته في تحقيق أهدافه ()
- 7- من اثار الثقة بالنفس نسبة إنجازات الآخرين لنفسه ()
- ٨ - من آداب الحوار علو الصوت والضجر ()
- ٩ - متطلبات اللقاء الجيد الاعداد والصوت فقط ()
- ١٠ - من مظاهر الثقة الزائفة عدم امتلاك روح رياضية ()
- ١١- تحديد المشكلة هو اهم خطوة من خطوات اتخاذ القرار ()
- 12- الغضب والانفعال يؤثران سلبا على الحوار ()
- ١٣ - القرار هو اختيار بين مجموعة حلول مطروحة لحل مشكلة ()
- 14- عدم الاهتمام بالنظافة الشخصية من صفات الشخصية المثالية ()
- 15- يعتبر الصوت الحاد والصاخب من مهارات اللقاء الجيد ()

السؤال الثاني:

اختاري الإجابة الصحيحة من بين الإجابات الآتية:

- 1- اعارة الأدوات الشخصية لمن يحتاجها من الأصدقاء (صفة عملية – صفة قوليه – صفة سيئة)
- 2- الاكثار من مديح النفس تعتبر من (مظاهر الثقة الزائفة – اثار الثقة بالنفس – خطوات اتخاذ القرار)
- 3- الخطوة الأخيرة من خطوات اتخاذ القرار هي (جمع المعلومات – اقتراح الحلول – التأكد من سلامة القرار)
- 4- الالقاء الجماعي يكون ل (مجموعة صغيرة فقط – مجموعه صغيرة وكبيرة – مجموعه كبيرة فقط)
- 5 - من آداب الحوار (التعالي والفوقية – الكذب – الاصغاء وعدم المقاطعة)
- 6- من خطوات اتخاذ القرار (النوم المبكر - نسب إنجازات الآخرين لنفسه - تقويم الحلول المقترحة)
- 7- من أنواع الالقاء (الاكثار من المزح - تصنع الجدية في الالقاء - الالقاء الجماعي)
- 8- من إيجابيات الثقة بالنفس (تقبل الآخرين لك - الخوف - التضجر)
- 9- من متطلبات الالقاء الجيد (كثرة الفكاهة - الصراخ - الاعداد للموضوع)
- 10- كيف ننمي الثقة بأنفسنا وبمن حولنا (عدم الاعتماد على النفس - الخجل والارتباك - الثقة بالقدرات والامكانيات)
- 11- لابد للمتلفي مراعات التوقف في الحديث عند مواضيع معينة (اثناء اللقاء المقدمة - عند السؤال - عند قراءة القرآن)
- 12- درجة الصوت المناسب للالقاء يكون (حاد - مصاخب - متوسط)
- 13- التشديق (لوي الشديق بكلام مدعي الفصاحة - الخصومة في الكلام - ايمان الشخص بقدراته)
- 14- القرار الجيد يستلزم (خطوات منظمة ومحددة - خطوات غير منظمة - خطوات غير محددة)
- 15- الثقة بالله (تزيد ثقتنا بأنفسنا - تقلل ثقتنا بأنفسنا)

السؤال الثالث :

اختاري الإجابة الصحيحة من بين الاقواس؟

- 1: من أنواع المكواة القديمة (مكواة البخار / مكواة الفحم)
- 2: يعتبر التفوق الدراسي من (إيجابيات / سلبيات) الثقة بالنفس
- 3: هو ايمان الشخص بقدراته ورؤيته لأهدافه بوضوح، ثم انطلاقة ليبنى النجاح ويتميز في الحياة
(الشخصية المثالية / الثقة بالنفس)
- 4: من اثار الثقة الزائفة بالنفس (التعصب للرأي / تطوير الذات)
- 5: من ادأب الزيارة (الحضور بموعد مسبق - الجلوس لوقت متأخر عند المريض)

ضعي المصطلح المناسب امام كل عبارة (القرار / الثقة بالنفس / اللقاء / الحوار / الاستهلاك العائلي)

- 1:..... كل ما تستهلكه العائلة بغرض تحقيق الاستفادة واشباع الحاجات والرغبات
- 2:..... تداول الكلام بين طرفين او أكثر على ان لايتأثر أحدهما به على الآخر
- 3:..... التحدث امام الآخرين لتوصيل فكره او معلومة او رأي معين
- 4:..... عملية اختيار بين مجموعة حلول مطروحة لحل مشكلة او تيسير عمل معين للوصول الى قرار سليم في وقت محدد
- 5:..... ايمان الشخص بقدراته، ورؤيته لا هدافه بوضوح ليبنى النجاح ويتميز في الحياة

السؤال الرابع :

(أ) اكتبى خمس من اقتراحاتك للحد من الإسراف في استهلاك الماء، والكهرباء؟

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....
- 5.....

(ب) أذكرى خمس من ادأب زيارة المريض ؟

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....
- 5.....

السؤال العملي :

تكليف الطالبات بعمل بحث عن احدى الدروس الاتية (الشخصية المثالية - الثقة بالنفس - اتخاذ القرار)

بالتوفيق والنجاح

معلمة المادة : سامية الجهني

السؤال الثالث :

اكمل الفراغات الاتية :

كيف ننمي ثقتنا بأنفسنا وبمن حولنا؟

-2

-1

-3

اليوم: التاريخ: ١٤٤٥ / /
المادة: مهارات حياتيه واسريه الصف: ثاني متوسط
الزمن: الفتره:
عدد الأوراق: (٤)

اسئلة اختبار مادة مهارات حياتيه واسريه - للصف الثاني متوسط (انتساب) الفصل الدراسي الأول للعام ١٤٤٥ هـ

اسم الطالبه	رقم الجلوس	الشعبة
-------------	------------	--------

رقم السؤال	الدرجة رقماً	الدرجة كتابة	المصححة	المراجعة	المدققة
السؤال الأول			سبعه محمد عبدالله		
السؤال الثاني					
السؤال الثالث					
المجموع					

تعليمات الاختبار:

- ١- الكتابة بالقلم الأزرق
٢- عدم استخدام المزيل
٣- التظليل في ورق الإجابة بقلم الرصاص بشكل واضح
٤- حل جميع الاسئلة

السؤال الأول:

اخترى الإجابة الصحيحة فيما يلي :

١- من أنواع الحوار:					
أ	الصوت الحاد	ب	الحوار مع النفس	ج	المبالغة في الحديث
د	الثرثره في الحديث				
٢- من صفات الشخصيه المثالية :					
أ	احتقار الناس	ب	مناداة الزملاء بأحب الأسماء	ج	الهمز واللمز
د	التكبر والغرور				
٣- من خطوات اتخاذ القرار :					
أ	النوم المبكر	ب	نسب إنجازات الآخرين لنفسه	ج	تقويم الحلول المقترحة
د	التخطيط العشوائي				
٤- من أنواع الالقاء:					
أ	الاكثار من المزح	ب	تصنيع الجديه في الالقاء	ج	الألقاء الجماعي
د	الضحك				
٥- من إيجابيات الثقه في النفس:					
أ	تقبل الاخرين لك	ب	الخوف	ج	التضجر
د	الخجل				
٦- لابد للملقي مراعات التوقف في الحديث عند مواضيع معينة:					
أ	أثناء القاء المقدمة	ب	عند السؤال	ج	عند قراءة القران
د	عند القاء الموضوع				

اقلبي الصفحة

تابع السؤال الأول:

٧- عند الإلقاء أخطر من:							
أ	الصوت الصاخب	ب	الصدق	ج	التحدث بالكلام الطيب	د	احترام الآخرين
٨- مشاركة الزملاء في مناسباتهم والسؤال عنهم تعد من صفات:							
أ	عدم الثقة بالنفس	ب	الشخصية المثالية	ج	التعالي على الآخرين	د	التكبر والغرور
٩- كيف ننمي الثقة بأنفسنا وبمن حولنا:							
أ	عدم الاعتماد على النفس	ب	الخجل والارتباك	ج	الثقة بالقدرات والامكانيات	د	التلثم في الكلام
١٠- من متطلبات الإلقاء الجيد :							
أ	كثرة الفكاهة	ب	الصراخ	ج	الاعداد للموضوع	د	المزاح المستمر
١١- عند الدخول إلى المجلس لابد من :							
أ	إلقاء السلام عند الدخول	ب	عدم إلقاء السلام	ج	عدم احترام الموجودين	د	عبوس الوجه
١٢- ماهو القرار:							
أ	مجرد قول	ب	مجرد فعل	ج	قول وفعل	د	لاشيئ
١٣- الحوار هو:							
أ	تداول الكلام بين طرفين أو أكثر	ب	يكون داخل الشخص نفسه	ج	تعصب في الرأي	د	تواصل بالعين
١٤- من اداب الحوار:							
أ	الالتزام بالصدق	ب	عدم الاصغاء	ج	التكبر والغرور	د	الكذب
١٥- من أنواع الأجهزة المنزلية:							
أ	الغسالة	ب	الكراسي	ج	الكنب	د	الموكيت
١٦- عند شراء جهاز يجب اتباع الآتي :							
أ	اختيار الانسب لميزانيه الأسرة	ب	عدم مناسبة حجم الجهاز لعدد افراد الاسرة	ج	لايهم وجود ضمان الجهاز من قبل الشركه	د	عدم الاطلاع على البطاقه الارشادية
١٧- الاستهلاك العائلي للأسره من الحاجات والرغبات هي:							
أ	اللعب واللهو	ب	الانترنت	ج	الزيارات الخارجية	د	الماء والطعام والكهرباء والملابس وغيرها من الخدمات
١٨- من المصادر الطبيعيه للضوء اثناء النهار:							
أ	المصباح	ب	الكهرباء	ج	الشمعه	د	الشمس
١٩- من محتويات البطاقه الارشادية :							
أ	إرشادات الغسيل والكي	ب	صور طبيعية	ج	رسومات عشوائية	د	رموز غريبة
٢٠- لماذا نرتدي الملابس :							
أ	للزينة والتستر والحماية	ب	للتباهي والتعالي	ج	للتفاخر	د	لحضور المناسبات
٢١- من مصادر الألياف :							
أ	طبيعية وصناعية	ب	بلاستيكية	ج	من الحديد	د	الورق

تابع السؤال الأول :

٢٢- من أنواع الغسل :					
أ	غسل يدوي وآلي	ب	ساخن وبارد	ج	صباحي ومساءلي
د	كبير وصغير	٢٣- من أنواع المنظفات الكيميائية :			
أ	الصابون	ب	الخل	ج	الملح
د	السكر	٢٤- من أنواع المنظفات الطبيعية :			
أ	الملح والخل	ب	الصابون	ج	الكلور
د	المبيض	٢٥- من مصادر المياه:			
أ	المياه الجوفية	ب	الشاي	ج	القهوة
د	المشروبات الغازية				

السؤال الثاني:

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

الرقم	العبارة
١	التحدث مع الآخرين باحترام من صفات الطالبه المثالية
٢	القرار هو عملية اختيار بين مجموعه حلول مطروحة لحل مشكله
٣	الثقة بالنفس هي إيمان الشخص بقدراته ومهاراته وإمكانياته
٤	من خطوات إتخاذ القرار عدم جمع المعلومات المناسبة
٥	من الأمور التي تزيد ثقة الإنسان بنفسه عدم الاستعانه بالله
٦	يفضل أثناء الإلقاء الجمع بين الجديه والفكاهه واللغه الدارجة حسب الموقف
٧	يتطلب الإلقاء تفاعل صادق مع مانقول بحيث يكون الموقف طبيعياً
٨	الحوار هو تداول الكلام بين طرفين أو أكثر على أن لا يستأثر احدهما
٩	يعتبر الصوت الصاخب والحاد من مهارات الإلقاء الجيد
١٠	عدم الاهتمام بالنظافه الشخصيه من صفات الشخصيه المثالية
١١	من الصفات القولية للشخصية المثالية التحدث بأدب وبصوت منخفض
١٢	من الأمور التي تزيد ثقة الأُنسان بنفسه الاستعانه بالله
١٣	من أنواع الإلقاء (إلقاء جماعي - إلقاء فردي)
١٤	الإلقاء هو التحدث أمام الآخرين لتوصيل فكرة أو معلومه أو رأي
١٥	عند الإلقاء نحذر من الصوت الحاد
١٦	الحوار هو تداول الكلام بين طرفين أو أكثر
١٧	من اداب الحوار الالتزام بالصدق
١٨	من الأجهزة المنزلية (الغسالة - المكواه - الثلاجة)
١٩	الماء نعمه لانقدر قيمته إلا عندما نحتاجه
٢٠	ترك الإضاءة مفتوحة في الغرف بدون حاجه
٢١	البطاقه الإرشاديه تكون مرفقه مع الملابس تحتوي على مجموعه من الرموز التعبيرية والإرشاديه
٢٢	نرتدي الملابس للتستر وللحمايه من الظروف البيئيه وللزينة
٢٣	من مصادر الألياف (طبيعية وصناعية)
٢٤	من أنواع الغسيل (يدوي وآلي)
٢٥	في النهار نستغني عن الاضاءه الصناعيه والاعتماد على الشمس كمصدر طبيعي

(أ) اختاري من بين القوسين مايناسب :

- (مبتسماً - القرار - الحوار - موثوق به - الاستعانة بالله)
 ١- لتدخل قلوب الناس دون حاجة إلى الاستئذان كن دائماً
 ٢- من الامور التي تزيد ثقته الإنسان بنفسه
 ٣- الجيد يستلزم خطوات منظمه ومحددة .
 ٤- هو تداول الكلام بين طرفين أو أكثر .
 ٥- عند شراء الاجهزه المنزليه لابد شرائها من محل

(ب) وصلي العمود (أ) بما يناسبها من العمود (ب) :

(أ)		(ب)
١- يجب أن يحب الشخص لأخيه		مع ما نقول
٢- يتطلب الإلقاء تفاعلاً صادقاً		ما يحبه لنفسه
٣- الماء نعمه غاليه		منظف كيميائي
٤- يعتبر الصابون		فلا تهدرها
٥- مصدر طبيعي		ضوء الشمس