

تم تحميل وعرض المادة من

# منهجي

mnhaji.com



موقع منهجي منصة تعليمية توفر كل ما يحتاجه المعلم  
والطالب من حلول الكتب الدراسية وشرح للدروس  
بأسلوب مبسط لكافة المراحل التعليمية وتوزيع  
المناهج وتحضير وملخصات ونماذج اختبارات وأوراق  
عمل جاهزة للطباعة والتحميل بشكل مجاني

حمل تطبيق منهجي ليصلك كل جديد





# اوراق عمل

“

المهارات الحياتية والأسرية  
الصف الأول متوسط  
الفصل الدراسي الثالث

”

الاسم /  
الفصل /

المملكة العربية السعودية أوراق عمل المهارات الحياتية الصف : اول المتوسط ف٣  
الفصل :  
الاسم /  
الموضوع : اللياقة البدنية

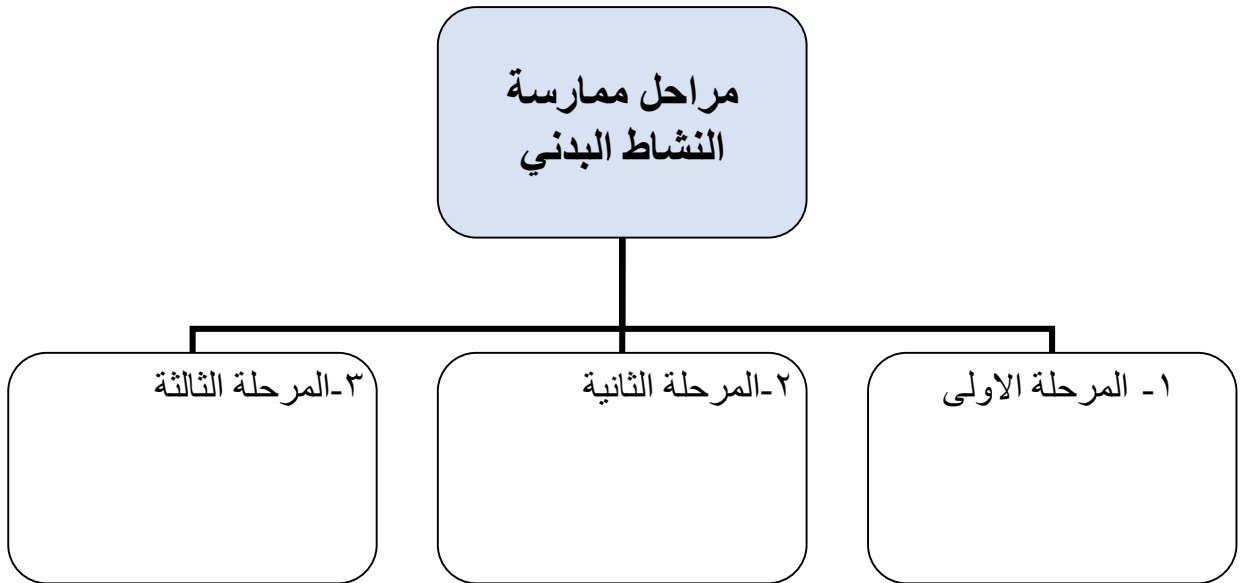
١- ضع/ي علامة ( ✓ ) امام العبارة الصحيحة وعلامة ( x ) أمام العبارة الخاطئة

١-التوازن هو المحافظة على ثبات الجسم في أوضاع معينة ( )

٢- من فوائد النشاط البدني زيادة اعراض القلق والاكتئاب ( )

٣- للحفاظ على رطوبة الجسم يجب شرب كمية من السوائل ( )

٢- اكمل/ي المخطط التالي:

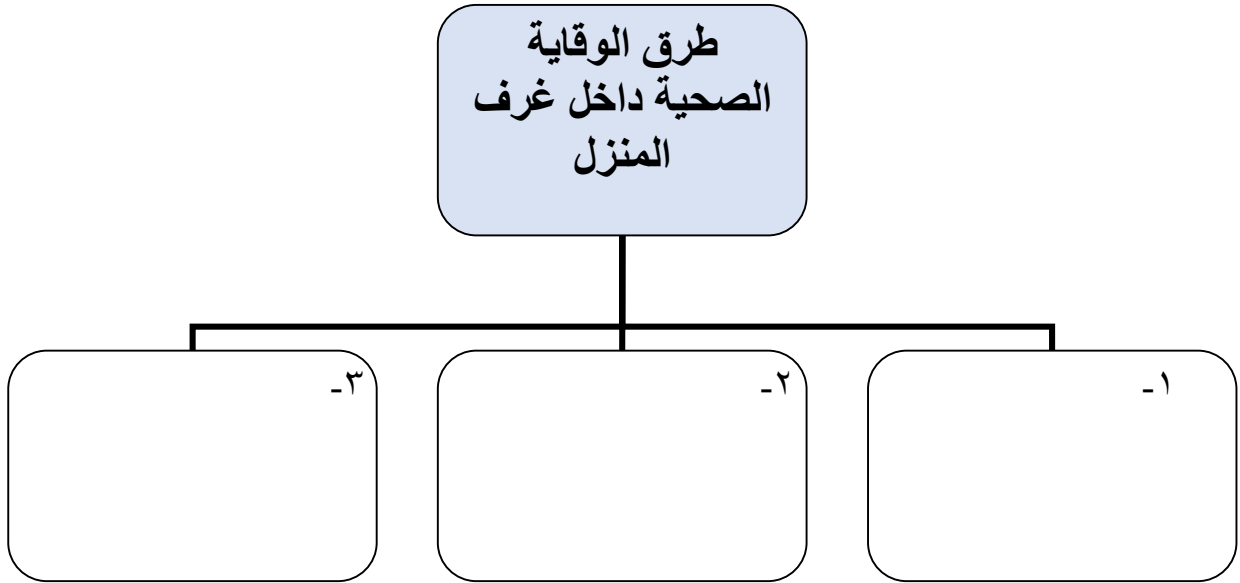


المملكة العربية السعودية أوراق عمل المهارات الحياتية الصف : اول المتوسط ف٣  
الفصل :  
الاسم :  
الموضوع : الوقاية الصحية داخل المنزل

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

- ١- يسمى إزالة الجراثيم والايوساخ بطريقة لا يقتل فيها الجراثيم بشكل كلي تعقيم ( )
- ٢- يجب غسل اليدين بشكل صحيح قبل اعداد الطعام وتناوله ( )
- ٣- يجب تنظيف المراض يوميا بمزيج من الكلور والصابون ( )

٢- اكمل/ي المخطط التالي:



المملكة العربية السعودية أوراق عمل المهارات الحياتية الصف : اول المتوسط ف ٣  
الفصل :  
الاسم :  
الموضوع : الحماية من الايذاء

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

١- التمر الجسدي هو استخدام الالفاظ السيئة لاىذاء الضحية بالتوبيخ او الصراخ ( )

٢- من مظاهر حدوث التمر سلب نقود المتمر عليه بالقوة ( )

٣- التمر الاجتماعي هو تخريب او سرقة الأدوات الخاصة بالمتتمر عليه ( )

٢- اكمل/ي المخطط التالي :

كيف تواجه المتمر؟

١-

٢-

٣-

المملكة العربية السعودية أوراق عمل المهارات الحياتية الصف : اول المتوسط ف٣  
الفصل :  
الاسم :  
الموضوع : :الاهتمام بالمزروعات

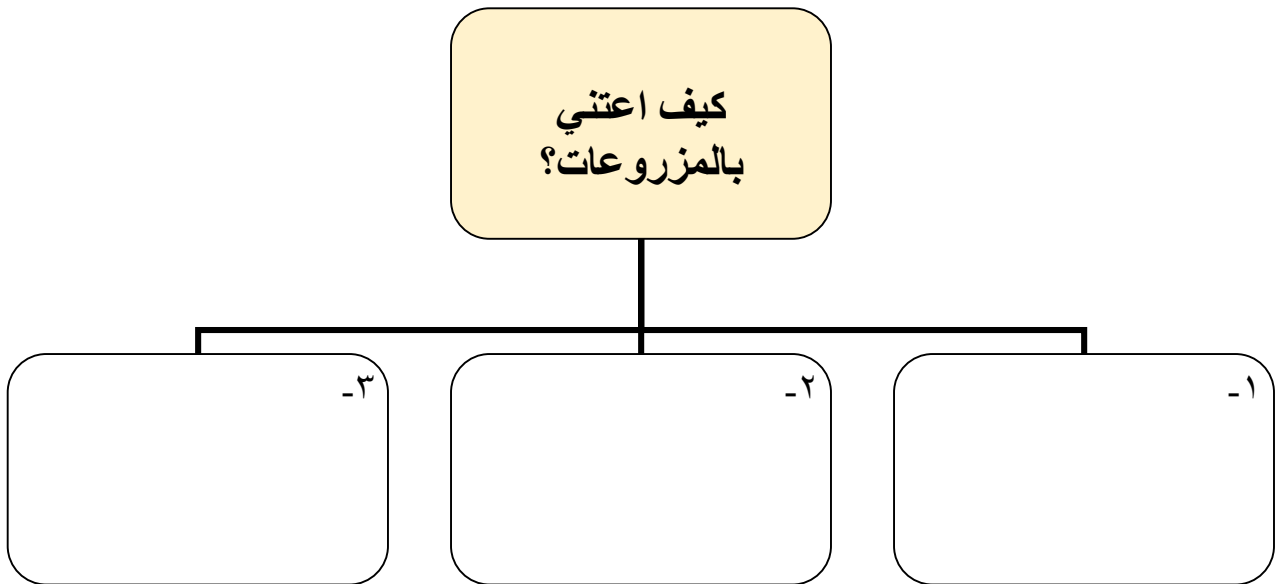
١- ضع/ي علامة ( ✓ ) امام العبارة الصحيحة وعلامة ( x ) أمام العبارة الخاطئة

١- تساعد النباتات والاشجار على انتاج ثاني أكسيد الكربون بشكل كبير ( )

٢- النباتات تعطي المكان مظهرا جميلا يوحى بالراحة النفسية ( )

٣- هناك نوع واحد من السماد وهو السماد الطبيعي ( )

٢- اكمل/ي المخطط التالي :

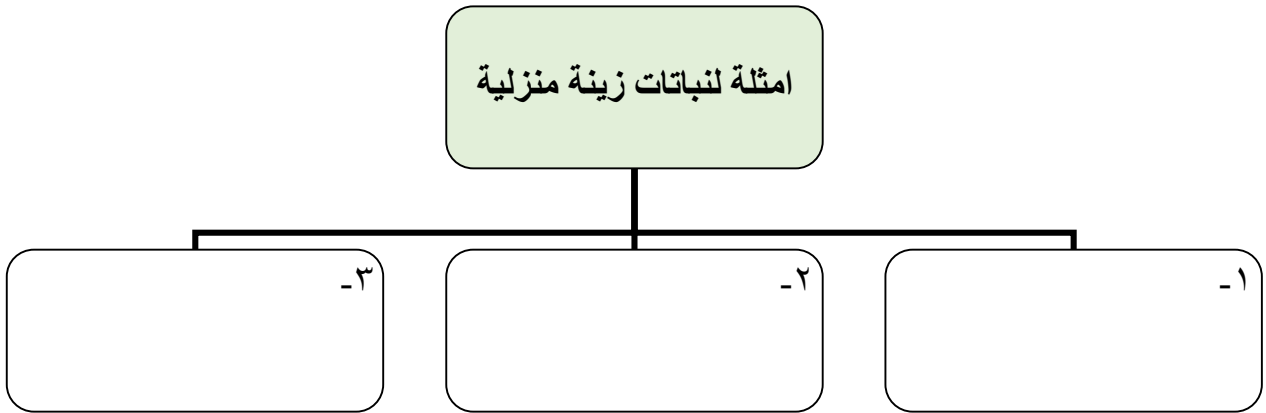


المملكة العربية السعودية أوراق عمل المهارات الحياتية الصف : اول المتوسط ف٣  
الفصل :  
الاسم :  
الموضوع : الاهتمام بالمزروعات

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

- ١- التصحر مشكلة محلية تواجهها المملكة العربية السعودية ( )  
٢- النباتات مصدر رئيسي للأدوية والعطور والزيوت ( )  
٣- السماد الكيميائي افضل للمزروعات من السماد الطبيعي ( )

٢- اكمل/ي المخطط التالي :



المملكة العربية السعودية أوراق عمل المهارات الحياتية الصف : اول المتوسط ف٣  
الفصل :  
الاسم :  
الموضوع : معرفة صلاحية المنتجات الغذائية

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

- ١- يجب ان يتوفر على كل منتج المقاس و الحجم والوزن ( )
- ٢- لا يمكن استبدال واسترجاع السلع اذا ثبت انها مغشوشة او معيبة ( )
- ٣- تجنب شراء المنتجات الغذائية التي لا يوجد عليها بطاقة المعلومات الغذائية ( )

٢- اكمل/ي المخطط التالي :

حقوق المستهلك هي

- ١- ( )
- ٢- ( )
- ٣- ( )
- ٤- ( )



المملكة العربية السعودية أوراق عمل المهارات الحياتية الصف : اول المتوسط ف ٣  
الفصل :  
الاسم :  
الموضوع : العادات الغذائية في المجتمع السعودي

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

- ١- تعد العادات الغذائية من اهم العوامل المؤثرة في استهلاك الفرد للغذاء ( )
- ٢- تناول وجبة غذائية دسمة يوميا على الغداء او العشاء من العادات الغذائية السيئة ( )
- ٣- من العادات الغذائية الصحية تناول الوجبات السريعة نهاية كل اسبوع ( )

٢- اكمل/ي المخطط التالي :

