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 وتوازيع
المناهج وتحاضير وملخصات ونماذج اختبارات وأوراق
عمل جاهزة للطباعة والتحميل بشكل مجاني

حمل تطبيق منهجي ليصلك كل جديد













موقع منهجي
mnhaji.com

أوراق عمل

المهارات الحياتية والأسرية

الصف الخامس الابتدائي

الجزء الأول من المقرر



اسم الطالب/ة: .....

اسم المعلم/ة: .....

ورقة عمل

الدرس : العلامات الحيوية في الجسم
(درجة الحرارة , النبض)

الصف : الخامس

السؤال الأول

ما يجري في هذه الصورة هو :



١ / تحليل الدم ٢ / الاستماع لنبضات القلب ٣ / قياس درجة الحرارة

السؤال الثاني

اختاري الإجابة الصحيحة :

١ / يمكن قياس درجة حرارة الجسم بالمقياس الإلكتروني عن طريق :

١ / الابط ٢ / الفم ٣ / الأذن

٢ / الإصبعان اللذان نستخدمهما عند قياس نبضات القلب يسميان :

١ / السبابة و الوسطى ٢ / السبابة و الخنصر ٣ / السبابة و الإبهام

٣ / من الأعراض المصاحبة لارتفاع درجة حرارة الجسم :

١ / الصداع و البرد الشديد ٢ / الغثيان و فقدان الشهية ٣ / جميع ماسبق

موقع منهجي
mnhaji.com

ورقة عمل	درس : التعامل مع الأدوية	الصف : الخامس

السؤال الأول

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

١ / يجب حفظ الأدوية بعيداً عن متناول الأطفال ( )

٢ / ازدياد جرعة الدواء يسرع في العلاج ( )

٣ / يجب حفظ الأدوية في مكان حار ( )

٥ / للأدوية الطبية دور مهم في الاستشفاء من الأمراض ( )

السؤال الثاني

صلي العبارات التالية بما يناسبها :

تناول الدواء بدون وصفة طبية	يسرع بالشفاء
تناول السوائل أثناء المرض	يؤدي للتسمم الدوائي
إذا نسيت الدواء خارج الثلاجة	أرميه و لا أستعمله

موقع منهجي
mnhaji.com

ورقة عمل	الدرس : كيف تذاكر	الصف : الخامس

السؤال الأول

اختاري الاجابة الصحيحة :

١ / من الشروط الواجب توفرها في مكان المذاكرة :

(أن يكون هادئ ، الجلوس مع العائلة ، أن تكون الإضاءة خافتة)

٢ / أفضل مكان للمذاكرة :

(المكتبة العامة ، المنزل ، عند الأقارب و الجيران)

٣ / أفضل طريقة للمذاكرة :

(في نهاية العام ، عند مشاهدة التلفاز ، عندما يكون الذهن صافي)

السؤال الثاني

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

١ / اختيار المكان الملائم للمذاكرة يساعد على التركيز و الأداء الأفضل ( )

٢ / تعد تقنية الطماطم إحدى طرائق المذاكرة المعينة على التركيز ( )

٣ / يمكن مشاهدة التلفاز في أثناء المذاكرة ( )

٤ / الاختبارات الدولية تشارك فيها مجموعة من الدول لقياس مهارات طلابها ( )

موقع منهجي
mnhaji.com

ورقة عمل	الدرس : كيف تُجيب عن أسئلة الاختبار؟	الصف : الخامس

السؤال الأول

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

١ / الاختبار وسيلة لقياس مدى الاستيعاب ( )

٢ / النقاش مع الزملاء قبل الاختبار لا يشتت المعلومات ( )

٣ / المواظبة على الصلاة و الدعاء تمنح الطالب الهدوء و تزيد قدرته على استرجاع المعلومات ( )

السؤال الثاني

اختاري الإجابة الصحيحة :

١ / كيف تتصرف إذا واجهت سؤالاً صعباً :

(عدم إضاعة الوقت فيما لا أعرفه ، أحاول تذكر إجابته و ترك بقية الأسئلة ، أتركه ثم أعود إليه)

٢ / تعتبر من الطرق الصحيحة للإجابة عن الأسئلة :

(السرعة ، عدم التركيز ، البدء بالإجابة بالسؤال الأسهل)

٣ / من أهم عوامل الاستعداد الجيد للاختبار :

(النوم المتأخر و لساعات غير كافية ، التوكل على الله ، سوء التغذية)

موقع منهجي
mnhaji.com

ورقة عمل	الدرس : المسكن الصحي ١	الصف : خامس

السؤال الأول :

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

١ / من مواصفات المسكن الصحي أن تتوفر فيه جميع المرافق الصحية ( )

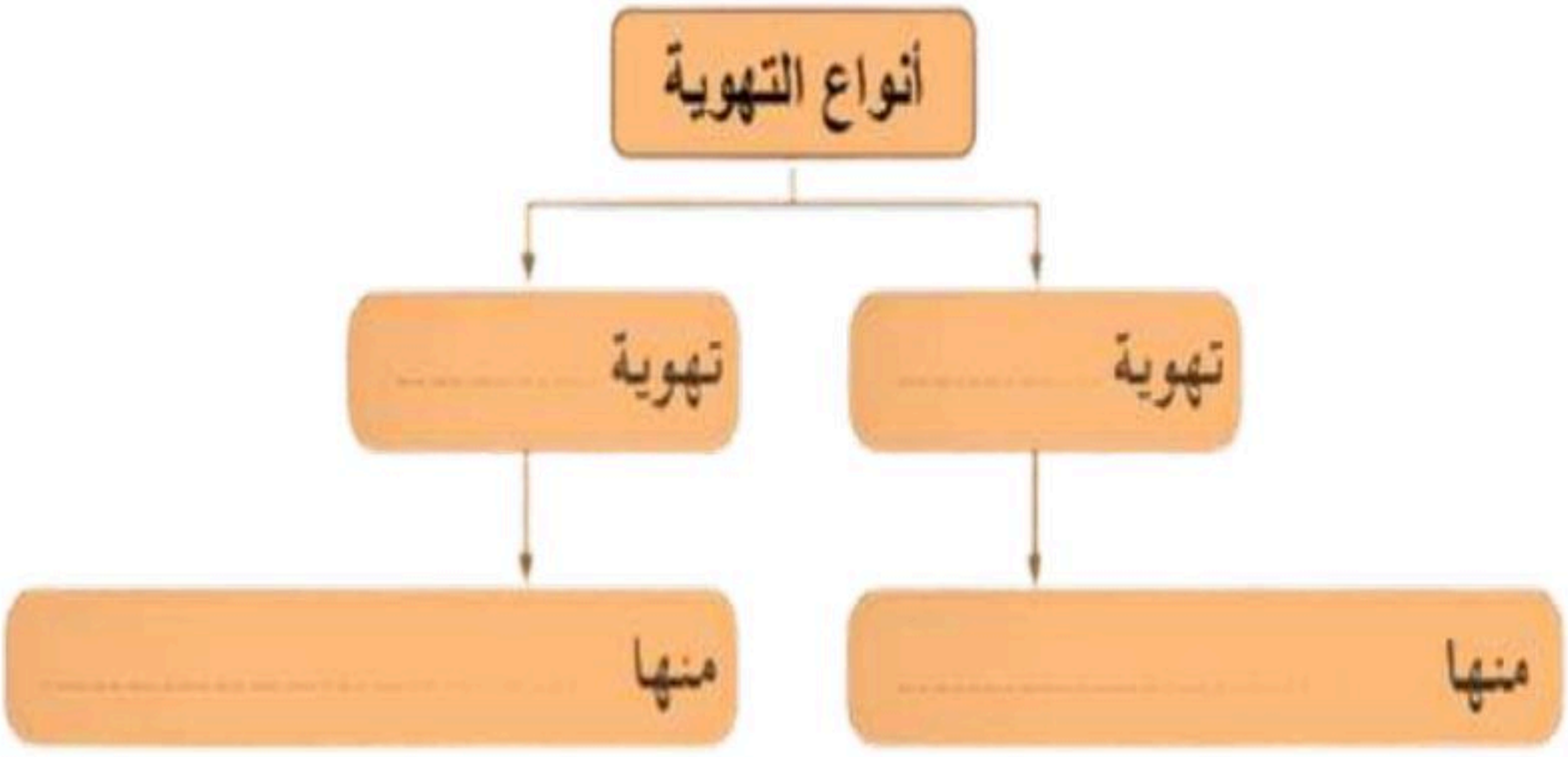
٢ / تتم التهوية الصحية و السليمة بغلق الأبواب و النوافذ ( )

٣ / الإضاءة العامة تستخدم لإضاءة أماكن خاصة ( )

السؤال الثاني :

املئي الفراغات التالية بما يناسبها :

فتح النوافذ و الأبواب	طبيعية	المراوح و المكيفات	صناعية



موقع منهجي
mnhaji.com

ورقة عمل | الدرس : المسكن الصحي ٢ | الصف : خامس

السؤال الأول :

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

١ / تعتبر الأرضيات عنصر مهم في تجميل المسكن ( )

٢ / عند القيام بالأعمال المنزلية نعتمد على عضلات اليدين ( )

٣ / النظافة مهمة لصحة أفراد الأسرة و جمال منظر المنزل و رائحته ( )

السؤال الثاني :

صلي العبارات التالية بما يناسبها :

١ / من أنواع الأرضيات	بترتيب الأثاث و إزالة الغبار عنه
٢ / من طرق العناية بالسجاد	الرخام و السيراميك
٣ / يجب علينا تنظيف البيت	إزالة البقع حال حدوثها

موقع منهجي
mnhaji.com

ورقة عمل	الدرس : التعامل خارج المنزل	الصف : الخامس

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

١ / التعامل مع الآخرين يكون مبنياً على الأنانية و حب الذات ( )

٢ / استخدام المواقف المخصصة للمعاقين فيها تعد على حقوقهم ( )

٣ / تقديم المساعدة للمحتاجين تعامل حسن ( )

السؤال الثاني : اختاري الإجابة الصحيحة :

١ / كيف تتصرفين إذا رأيت زميلتك ترفع صوتها على المعلمة :

(اذكرها بفضل المعلمة علينا , اطلب منها احترام المعلمة , جميع ما سبق)

٢ / من آداب التعامل الحسن بين الزميلات :

(عدم السؤال عليهن في حال غيابهن , تقديم المساعدة للمحتاجات منهن , عدم الاستماع للزميلات و السخرية منهن)

٣ / كيف تتصرفين إذا تشاجرت مع إحدى زميلاتك و شتمتك :

(الدعاء لها بالهداية , الاعتداء عليها بالضرب , أرد لها الإساءة)

السؤال الثالث : أحيطي بدائرة العبارات التي تدل على التعامل الحسن :

إلقاء التحية على الزملاء	رفع الصوت على المعلمة	تقديم المساعدة للمحتاجين	مقاطعة الآخرين أثناء حديثهم

موقع منهجي
mnhaji.com

ورقة عمل	الدرس : العناصر الغذائية	الصف : الخامس

السؤال الأول

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

١ / يحتاج الجسم إلى البروتينات من أجل النمو ( )

٢ / الكربوهيدرات تزود الجسم بالطاقة و الحرارة ( )

٣ / الماء ضروري لخلايا الجسم و يساعد في هضم الطعام ( )

السؤال الثاني

اختاري الإجابة الصحيحة :

١ / مواد موجودة في الطعام يحتاج الجسم إليها للنمو تسمى :

(الدهون , العناصر الغذائية , الأملاح المعدنية)

٢ / الفيتامين الضروري للإبصار هو :

(فيتامين أ ' فيتامين ج , فيتامين د)

٣ / عضلاتك و أظافرك و جلدك تتكون من :

(الدهون , الفيتامينات , البروتين)

السؤال الثالث

صلي الكلمات بما يناسبها :

الكربوهيدرات	الفيتامينات	الدهون
تزود الجسم بالطاقة و الحرارة	المصدر الرئيس للطاقة	المحافظة على صحة الجسم ووقايته من الأمراض

موقع منهجي
mnhaji.com

ورقة عمل	الدرس : البيض	الصف : الخامس

السؤال الأول

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

١ / يجب وضع البيض في المكان المخصص له في الثلاجة ( )

٢ / السلق هو إنضاج الطعام بغمره في الماء و تعريضه لدرجات حرارة مختلفة ( )

٣ / عند سلق البيض يُضاف قليل من الملح مع الماء ليصعب تقشيره ( )

٤ / يحتوي البيض على الكربوهيدرات ( )

السؤال الثاني

اختاري الإجابة الصحيحة :

١ / إذا استقرت البيضة في قاع الكأس الذي يحتوي على ماء و ملح فهي :

(فاسدة ، صالحة ، جافة)

٢ / من الأطباق التي يدخل البيض في تركيبها :

(سلطة البيض المسلوق ، محشي ورق العنب ، الملوخية)

٣ / العناصر الغذائية التي يحتوي عليها البيض :

(الأملاح المعدنية ، البروتين ، جميع ما سبق)

موقع منهجي
mnhaji.com