

بسم الله الرحمن الرحيم

المادة: المهارات الحياتية والاسرية		المملكة العربية السعودية
الصف: الرابع الابتدائي		وزارة التعليم
الفصل الدراسي الأول 1446هـ		إدارة تعليم .....
إختبار منتصف الفصل (الفترة)		مدرسة .....

اسم الطالبة : .....
20

**السؤال الأول:** أختار الإجابة الصحيحة لكل من العبارات التالية:

1- بالقليل من العناية نحصل على غرفة:	
تحتوي على الجراثيم	نظيفة ومرتبّة
2- يوضع فراش السرير في:	
تيار هوائي معرض للشمس	في الظل
3- من صفات الملابس المدرسية أن تكون:	
تتحمل الاستعمال الطويل	ضيقة وتعيق الحركة
4- إذا كان الحذاء صغير يؤدي:	
صغر القدم	إعاقة الدورة الدموية
5- من شروط اختيار الخضراوات:	
أن تكون طازجة	أن تكون ذابلة

**السؤال الثاني:** ضع علامة (√) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة الخاطئة:

1	رمي الملابس على الأرض سلوك جيد	( )
2	تعد الغرفة النظيفة مكاناً ملائماً للدراسة والنوم	( )
3	تنقع الجوارب البيض الأكثر اتساخاً بالماء والصابون	( )
4	الحذاء يحمي القدم لهذا يجب أن يكون مريحاً	( )
5	يجب غسل الخضراوات جيداً قبل الأكل	( )
6	تعد السلطة من الأطباق المهمة في وجبات الطعام	( )
7	إذا كانت رائحة الغرفة كريهة نفتح النوافذ	( )
8	الجوارب هي لباس اليدين وله عدة ألوان	( )
9	يجب ذكر دعاء اللبس عند ارتداء الملابس	( )
10	لا ينبغي غسل الملابس الداخلية باستمرار	( )

انتهت الأسئلة بالتوقيع

معلمة المادة /

الدرجة	اسم الطالبة	الأول ١٤٤٦ هـ	الفصل الدراسي	الأولى	اختبار الفترة
التوقيع	معلمة المادة	الرابع	الصف	المهارات الحياتية والأسرية	المادة

السؤال الأول: ضعي علامة (√) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أما العبارة الخاطئة :

الإجابة	العبارة
	الاستحمام ضروري للمحافظة على نظافة الجسم والتخلص من الأوساخ
	من المحتمل أن يؤدي استخدام الماء الساخن إلى حدوث حروق في الجلد
	من الممكن أن يؤدي إصابة الشخص بالدوار إلى الانزلاق في الحمام.
	إن إهمال تنظيف الأسنان يسبب تسوس الأسنان وضعف اللثة.
	يتشابه كل من السواك والفرشاة والمعجون أنهما ينظفان الأسنان ويقاومان التسوس.
	تهوية غرفة النوم تساعد على التخلص من البكتريا المتجمعة في الغرفة.
	الجلوس مع ارتخاء الكتفين، وانحناء الظهر للأمام لا يسبب ألماً.
	عند الانتهاء من واجباتك المدرسية يمكنك استخدام مكتبك لتناول الأكل والشرب عليه.
	إذا فقدت فرشاة أسنانك بإمكانك استعمال فرشاة أختك.
	من المفيد لبس النظارات الطبية الخاصة بالآخرين

السؤال الثاني: اختاري الإجابة الصحيحة:

١	عند دعك الجسم بليفة تبدأ من الوجه، ثم ما خلف الأذنين والرقبة، حتى نهاية الجسم لأن:	أ   الوجه والأذنين والرقبة أكثر نظافة من بقية الجسم	ب   الوجه والأذنين والرقبة أكثر اتساخاً من بقية الجسم	ج   الترتيب غير ضروري
٢	يتجدد جلد الإنسان عندما يمكث مدة طويلة في الماء نتيجة:	أ   زوال الدهن المغطي للجلد والذي يمنع خروج السوائل من الجلد	ب   امتصاص الجلد للماء بكميات قليلة	ج   امتصاص الجلد للماء بكميات كبيرة
٣	إذا كان لديك احمرار أو غشاوة تمنعك من الرؤية الجيدة يجب عليك	أ   زيارة طبيب العيون	ب   غسل العين بالماء	ج   تجاهل الأمر
٤	استخدام سماعة الأذن لفترات طويلة يسبب:	أ   يضعف السمع	ب   يقوي السمع	ج   يحمي السمع
٥	الإكثار من شرب المشروبات السكرية المحفوظة أو المشروبات الغازية :	أ   عادة سيئة ضارة للأسنان	ب   عادة جيدة مفيدة للأسنان	ج   ضرورة لسلامة الأسنان
٦	ترك النوافذ مفتوحة لفترة طويلة عندما يكون الجو ممحلاً بالغيبار:	أ   يسبب تراكم الغبار على الأثاث والملابس	ب   يقتل البكتريا الموجودة في فرش السرير	ج   يساعد في تهوية الغرفة
٧	(لا توجل عمل اليوم إلى الغد) لأن ذلك سبب مهم:	أ   لتحقيق النجاح	ب   قلة الإنتاج	ج   حدوث الفشل
٨	السواك عود من شجرة تسمى الأراك يستخدم لتنظيف .....	أ   الاسنان	ب   الأذن	ج   الأنف
٩	من العادات الحسنة التي تساعد في المحافظة على سلامة العينين ..... الجيدة عند القراءة.	أ   الإضاءة	ب   تناول الاطعمة	ج   التهوية
١٠	فوائد الأسنان هي	أ   تقطيع الطعام وطحنه	ب   نطق الحروف نطقاً سليماً	ج   جميع ما سبق

الدرجة	الاجابة النموذجية	اسم الطالبة	الأول ١٤٤٦ هـ	الفصل الدراسي	الأولى	اختبار الفترة
التوقيع		معلمة المادة	الرابع	الصف	المهارات الحياتية والأسرية	المادة

السؤال الأول: ضعي علامة (√) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أما العبارة الخاطئة :

الإجابة	العبارة
√	الاستحمام ضروري للمحافظة على نظافة الجسم والتخلص من الأوساخ
√	من المحتمل أن يؤدي استخدام الماء الساخن إلى حدوث حروق في الجلد
√	من الممكن أن يؤدي إصابة الشخص بالدوار إلى الانزلاق في الحمام.
√	إن إهمال تنظيف الأسنان يسبب تسوس الأسنان وضعف اللثة.
√	يتشابه كل من السواك والفرشاة والمعجون أنهما ينظفان الأسنان ويقاومان التسوس.
√	تهوية غرفة النوم تساعد على التخلص من البكتيريا المتجمعة في الغرفة.
X	الجلوس مع ارتخاء الكتفين، وانحناء الظهر للأمام لا يسبب ألماً.
X	عند الانتهاء من واجباتك المدرسية يمكنك استخدام مكتبك لتناول الأكل والشرب عليه.
X	إذا فقدت فرشاة أسنانك بإمكانك استعمال فرشاة أختك.
X	من المفيد لبس النظارات الطبية الخاصة بالآخرين

السؤال الثاني: اختاري الاجابة الصحيحة:

١	عند دعك الجسم بليفة تبدأ من الوجه، ثم ما خلف الأذنين والرقبة، حتى نهاية الجسم لأن:	أ   <b>الوجه والأذنين والرقبة أكثر نظافة من بقية الجسم</b>	ب   الوجه والأذنين والرقبة أكثر اتساخاً من بقية الجسم	ج   الترتيب غير ضروري
٢	يتجدد جلد الإنسان عندما يمكث مدة طويلة في الماء نتيجة:	أ   <b>زوال الدهن المغطى للجلد والذي يمنع خروج السوائل من الجلد</b>	ب   امتصاص الجلد للماء بكميات قليلة	ج   امتصاص الجلد للماء بكميات كبيرة
٣	إذا كان لديك احمرار أو غشاوة تمنعك من الرؤية الجيدة يجب عليك	أ   <b>زيارة طبيب العيون</b>	ب   غسل العين بالماء	ج   تجاهل الأمر
٤	استخدام سماعة الأذن لفترات طويلة يسبب:	أ   <b>يضعف السمع</b>	ب   يقوي السمع	ج   يحمي السمع
٥	الإكثار من شرب المشروبات السكرية المحفوظة أو المشروبات الغازية :	أ   <b>عادة سيئة ضارة للأسنان</b>	ب   عادة جيدة مفيدة للأسنان	ج   ضرورية لسلامة الأسنان
٦	ترك النوافذ مفتوحة لفترة طويلة عندما يكون الجو ممحلاً بالغيبار:	أ   <b>يسبب تراكم الغبار على الأثاث والملابس</b>	ب   يقتل البكتيريا الموجودة في فرش السرير	ج   يساعد في تهوية الغرفة
٧	(لا توجل عمل اليوم إلى الغد) لأن ذلك سبب مهم:	أ   <b>لتحقيق النجاح</b>	ب   قلة الإنجاز	ج   حدوث الفشل
٨	السواك عود من شجرة تسمى الأراك يستخدم لتنظيف .....	أ   <b>الاسنان</b>	ب   الأذن	ج   الأنف
٩	من العادات الحسنة التي تساعد في المحافظة على سلامة العينين ..... الجيدة عند القراءة.	أ   <b>الإضاءة</b>	ب   تناول الأطعمة	ج   التهوية
١٠	فوائد الأسنان هي	أ   <b>تقطيع الطعام وطحنه</b>	ب   نطق الحروف نطقاً سليماً	ج   <b>جميع ما سبق</b>

اختبار الفترة لمادة المهارات الحياتية والأسرية للصف الرابع الفصل الدراسي الأول ١٤٤٦ هـ

اسم الطالب	.....	الفصل	٤ /
------------	-------	-------	-----

السؤال: اختر الإجابة الصحيحة لكل من العبارات التالية: بتضليل المربع الصحيح

١	يأمرنا الدين الإسلامي بالنظافة ؟		
	أ	صح	ب خطأ

٢	١- من فوائد الاستحمام :		
	أ	المحافظة على نظافة الجسم	ب المحافظة على نظافة المنزل

٣	استخدام سماعة الإذن لفترة طويلة :		
	أ	يقوي السمع	ب يضعف السمع

٤	يساعد الضوء الصحيح على ..... الأذنين:		
	أ	نظافة	ب جفاف

٥	من الأمور التي يجب علينا تجنبها لحماية العين من الأخطار :		
	أ	دعك العين بشدة	ب النوم مبكرا

٦	استخدام أعواد الأذن الطبية للتنظيف يساعد على :		
	أ	نظافة الإذن	ب إيذاء الإذن

٧	اللعب بأقلام الليزر :		
	أ	يضر العين	ب لا يسبب ضرر للعين

٨	من الاخطار التي ممكن أن تحدث داخل الحمام :		
	أ	الانزلاق	ب الصداع

٩	يتجدد جسم الإنسان عندما يمكث فترة طويلة في الماء بسبب:		
	أ	نتيجة انتفاخ البشرة بسبب امتصاص المياه	ب الجفاف

١٠	ينبغي علينا مراجعة الطبيب عند الشعور بألم في العين :		
	أ	صح	ب خطأ

بالتوفيق للجميع...

معلم المادة : يوسف الحمود