

المهارات الحياتية والأسرية	المادة:
الأول الابتدائي	الصف:
.....	اسم
.....	الطالبة:
.....	القسم:



المملكة العربية السعودية
وزارة التعليم

إدارة التعليم
المدرسة

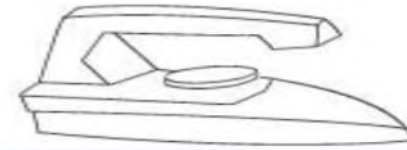
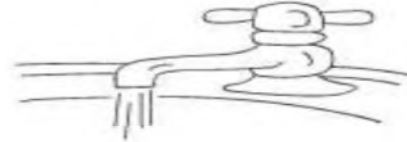
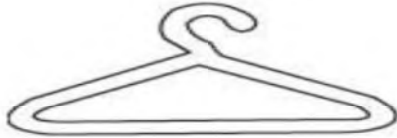
نظافة الوجه

الدرس:

صحتي وسلامتي

الوحدة:

لوني أدوات نظافة الوجه



جمع وألصق صوراً لأدوات نظافة الوجه:



غير مجتازة	ممكنة	متقدمة	متفوقة
☐ غير متقن أقل من 80 %	☐ متقن المعيار من 80% إلى أقل من 90%	☐ متقن المعيار من 90% إلى أقل من 100%	☐ متقن المعيار 100%
معلمة المادة/.....			

نَظَافَةُ الْيَدَيْنِ وَالْقَدَمَيْنِ

فِيمَ تَسْتَخْدِمِينَ يَدَيْكَ وَقَدَمَيْكَ خِلَالَ الْيَوْمِ؟

الأكل

اللعب

الكتابة

الشرب

المشي

الصلاة

استخدم يدي في

استخدم قدمي في

يد متسخة

غسل بالماء والصابون

جراثيم



أَقْرَأُ الصُّورَةَ:

مَاذَا تَرَيْنَ فِي الصُّورَةِ؟

مَا اسْمُ هَذِهِ الْكَائِنَاتِ الدَّقِيقَةِ؟

كَيْفَ يُمَكِّنُكَ التَّخَلُّصُ مِنْهَا؟

نَظَافَةُ الْيَدَيْنِ وَالْقَدَمَيْنِ

صِلِي الصورة بما يناسب

مَتَى يَجِبُ أَنْ أَغْسِلَ يَدَيَّ بِالْمَاءِ وَالصَّابُونِ: ❁

بعد اللعب



بعد تنظيف الأنف



بعد دورة المياه



بعد الأكل



قبل الأكل



نَظَافَةُ الْيَدَيْنِ وَالْقَدَمَيْنِ

أُسَمِّي الْأَدَوَاتِ الَّتِي أَحْتَاجُهَا فِي تَنْظِيفِ يَدَيَّ وَالْعِنَايَةِ بِهِمَا فِي
الْأَشْكَالِ الْآتِيَةِ:

صَنْبُور

مَنَاشِف

صَابُون

مَقْرَاط



نظافة اليدين والقَدَمين



اختر الأشكال الصحيحة



نظافة الأسنان



على ماذا تساعد الأسنان

الابتسامة

الصلاة

الحركة

الأكل

الكتابة

القضم

اللعب

المضغ

أصل الجملة بما يناسبها

الفرشاة والمعجون

الإصابة بالتسوس

تبدو أسناني جميلة

السواك

إهمال تنظيف الأسنان

يتم تنظيف الأسنان
باستخدام

قطعة خشبية من جذور
الأراك

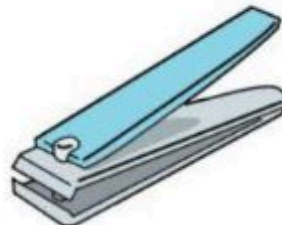
أتناول الطعام الصحي
لكي

نظافة الأسنان

صِلِي بَيْنَ الطَّعَامِ وَالسِّنِّ الْمُنَاسِبِ:



اختر الأشياء التي لها علاقة بتنظيف الأسنان



السَّلامَةُ أَثْنَاءَ عُبُورِ الشَّارِعِ

الأخضر

الأحمر



أَعْبُرُ الشَّارِعَ عِنْدَمَا

• تَكُونُ إِشَارَةُ الْمَشَاةِ بِاللَّوْنِ

• وَإِشَارَةُ السَّيَّارَاتِ بِاللَّوْنِ

صِلِي الضَّوْءَ الْمُنَاسِبَ مَعَ الْإِشَارَةِ الصَّحِيحَةِ



• ضَوْءُ الْاِسْتِعْدَادِ.

• ضَوْءُ الْاِنْطِلَاقِ.

• ضَوْءُ التَّوَقُّفِ.

أُكْمِلُ الْأَحْرَفَ النَاقِصَةَ:

ش

أَسِيرُ عَلَى الْ.....

ر

ف



السلامة أثناء اللعب

اكتب الحرف الأول من كل صورة ثم اجمع الحروف لتكوني
الجملة المطلوبة



.....



.....



.....



.....



.....



.....



.....



.....

اُكْتُبِي الْجُمْلَةَ الْمَطْلُوبَةَ:



.....

اختر الكلمات التالية داخل المربعات للعثور على الكلمة الضائعة



ركض

أمن

خطر

قفز

لعب

ر	ب	ع	ل	س
ك	ر	ط	خ	ق
ض	م	ا	ل	ف
ة	ن	م	أ	ز

أَحْرِصْ عَلَى الـ أَتْنَاءَ اللَّعِبِ.

السلامة أثناء اللعب

✿ أختار الكلمة المناسبة، وأضعها في الفراغ ✿

المطبخ

الكهرباء

الثقاب

التدفئة

التنظيف

اللعب مفيد ومسل ولكن أخطر من:



اللعب بأدوات



اللعب بمواد



اللعب بأغواد



اللعب بمصادر



اللعب بمفاتيح

المهارات الحياتية والأسرية	المادة:
الأول الابتدائي	الصف:
.....	اسم
.....	الطالبة:
.....	القسم:



المملكة العربية السعودية
وزارة التعليم

إدارة التعليم
المدرسة

كيف أتصرف

الدرس:

شخصيتي

الوحدة:

أختار الإجابة الصحيحة فيما يأتي:



تَنَمَّرَ أَحَدُ زُمَلَانِكَ عَلَى آخَرَ، مَاذَا يَنْبَغِي أَنْ تَفْعَلَ؟



١. أُحَاوِلُ الإِصْلَاحَ بَيْنَهُمَا.
٢. أَشْجَعُ زَمِيلِي عَلَى الرَّدِّ عَلَيْهِ.
٣. أَكْتَفِي بِالْمُشَاهَدَةِ فَقَطْ.

كَيْفَ تَقْدِمُ الْمُسَاعَدَةَ لَزَمِيكَ عِنْدَ نَسْيَانِهِ وَجِبَتِهِ الْمَدْرَسِيَّة؟



.....
.....
.....

متفوقة	متقدمة	ممكنة	غير مجتازة
☐ متقن المعيار 100%	☐ متقن المعيار من 90% إلى أقل من 100%	☐ متقن المعيار من 80% إلى أقل من 90%	☐ غير متقن أقل من 80%
معلمة المادة/.....			

المهارات الحياتية والأسرية	المادة:
الأول الابتدائي	الصف:
.....	اسم
.....	الطالبة:
.....	القسم:



المملكة العربية السعودية
وزارة التعليم

إدارة التعليم
المدرسة

كيف أعذر

الدرس:

شخصيتي

الوحدة:

لون عبارات الاعتذار



لَنْ أَعُودَ
لِمِثْلِ هَذَا

أَنَا آسِفٌ

دَعُونِي
وَشَأْنِي

أُفَّ

أَنَا حُرٌّ

سَامِحُونِي

غير مجتازة

ممكنة

متقدمة

متفوقة

☐ غير متقن أقل من 80 %

☐ متقن المعيار من 80% إلى أقل من 90%

☐ متقن المعيار من 90% إلى أقل من 100%

☐ متقن المعيار 100%

معطمة المادة/.....

كَيْفَ أَشْتَرِي؟

صَلِّي الْفَنَاتِ بِمَا يُعَادِلُهَا:



مَا اسْمُ الْعُمْلَةِ النَّقْدِيَّةِ فِي الْمَمْلَكَةِ الْعَرَبِيَّةِ السُّعُودِيَّةِ؟

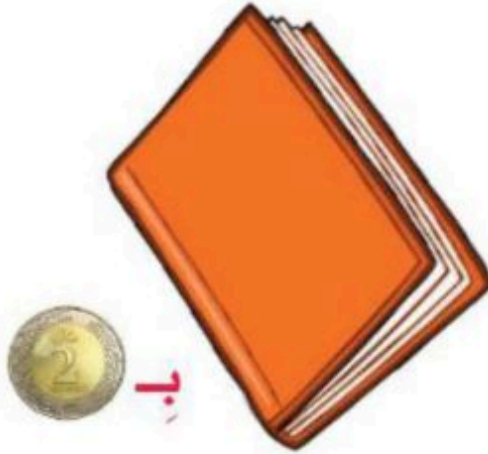
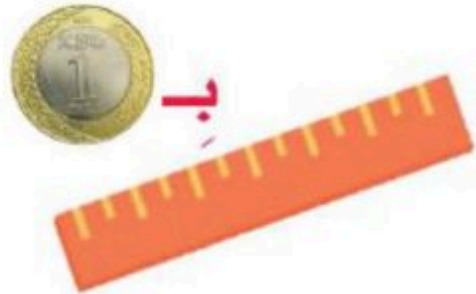
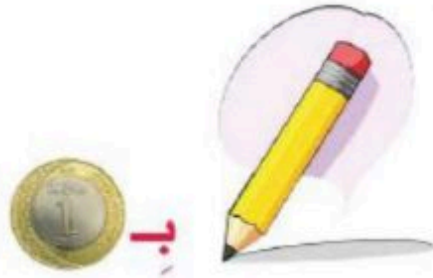


كَيْفَ أَشْتَرِي؟

لِشْرَاءِ



ذَهَبْتُ إِلَى الْمَكْتَبَةِ وَمَعِيَ
أَدَوَاتِي الْمَدْرَسِيَّةُ:



بِكَمْ اشْتَرَيْتُهَا؟
كَمْ بَقِيَ مَعَكَ؟

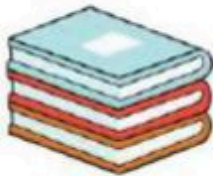


تَنْظِيمُ الْوَقْتِ

بَعْدَ اسْتِيقَاضِي مِنَ النَّوْمِ أَقُومُ بِـ (١، ٢، ٣، ٤، ٥)
اخْتَارِي الرَّقْمَ الْمُنَاسِبَ لِلصُّورَةِ وَدَوِّنِيهِ.



اختراري من الصور ما تقومين به في وقت الفراغ



ورقة عمل وجبة الفطور

اختار الإجابة الصحيحة :

١ - وجبة فطور صحية :



٢ - وجبة فطور غير صحية :



ورقة عمل وجبة الفطور

أجب بـ (صح) أو (خطأ) :

١- يجب أن يحتوي فطور على الحليب يوميا



٢- لا أضع وجبتي المدرسية مع كتبتي



٣- اهتم بنظافة فناء المدرسة

