

المملكة العربية السعودية
أوراق عمل المهارات الحياتية
الصف : اول المتوسط ف ٣
الفصل :
الاسم /
الموضوع : اللياقة البدنية

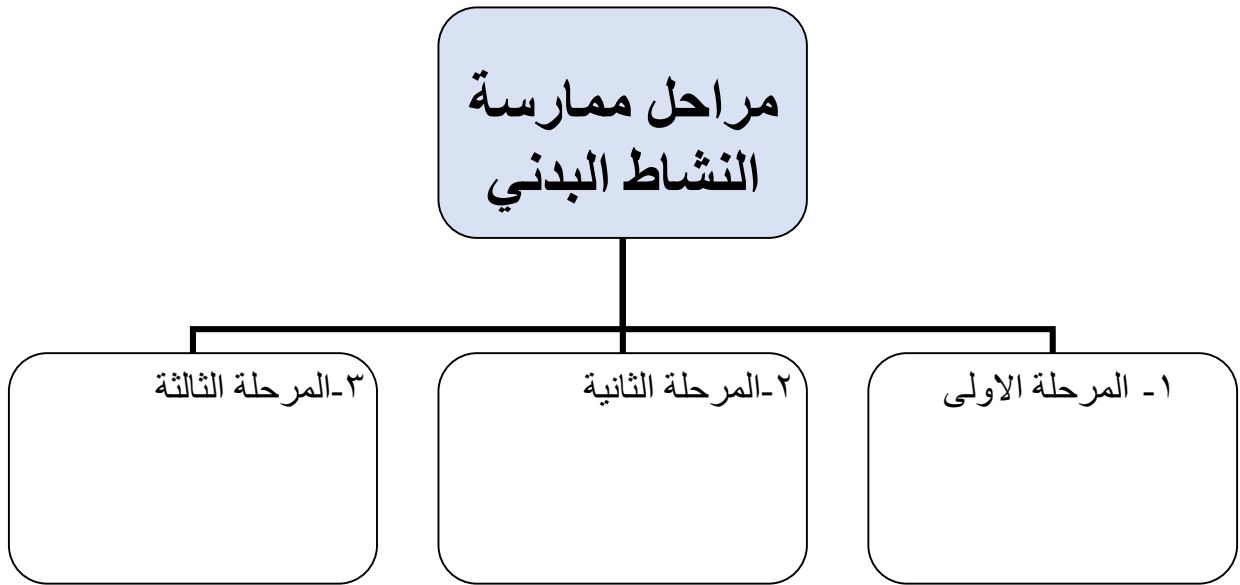
١- ضعي علامة (✓) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) أمام العبارة الخاطئة

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 المخطط التالي:

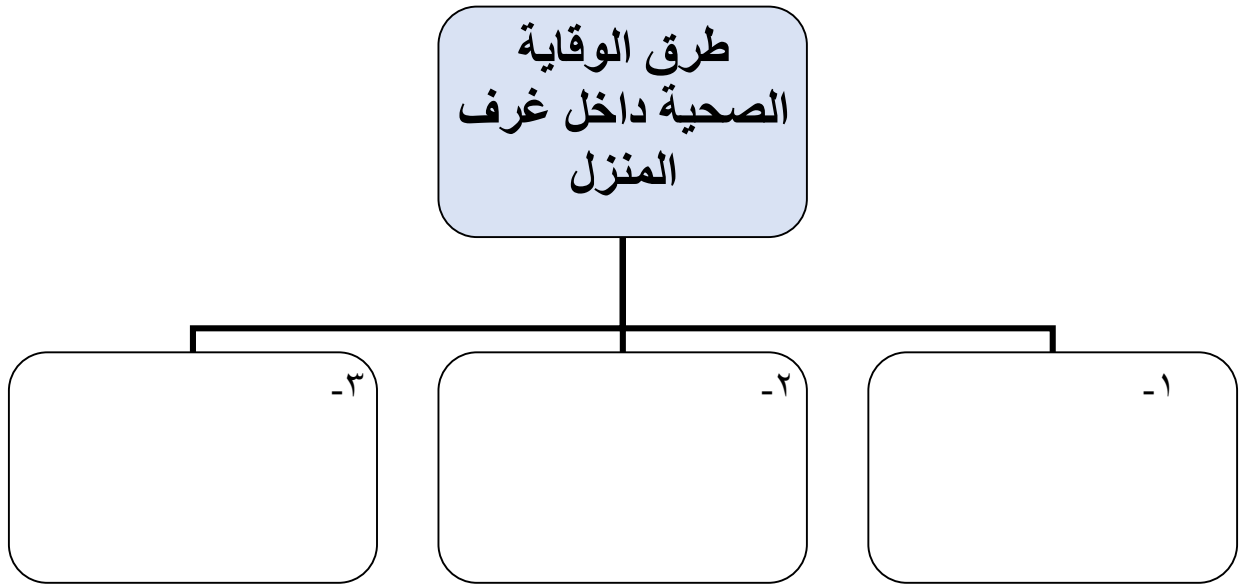


المملكة العربية السعودية أوراق عمل المهارات الحياتية الصف : اول المتوسط ف٣
الفصل :
الاسم :
الموضوع : الوقاية الصحية داخل المنزل

١- ضعي علامة (✓) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) 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 المخطط التالي:



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

١- ضعي علامة (✓) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) أمام العبارة الخاطئة

١- التمر الجسدي هو استخدام الالفاظ السيئة لايذاء 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 المخطط التالي :

كيف تواجه المتمر؟

١-

٢-

٣-

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

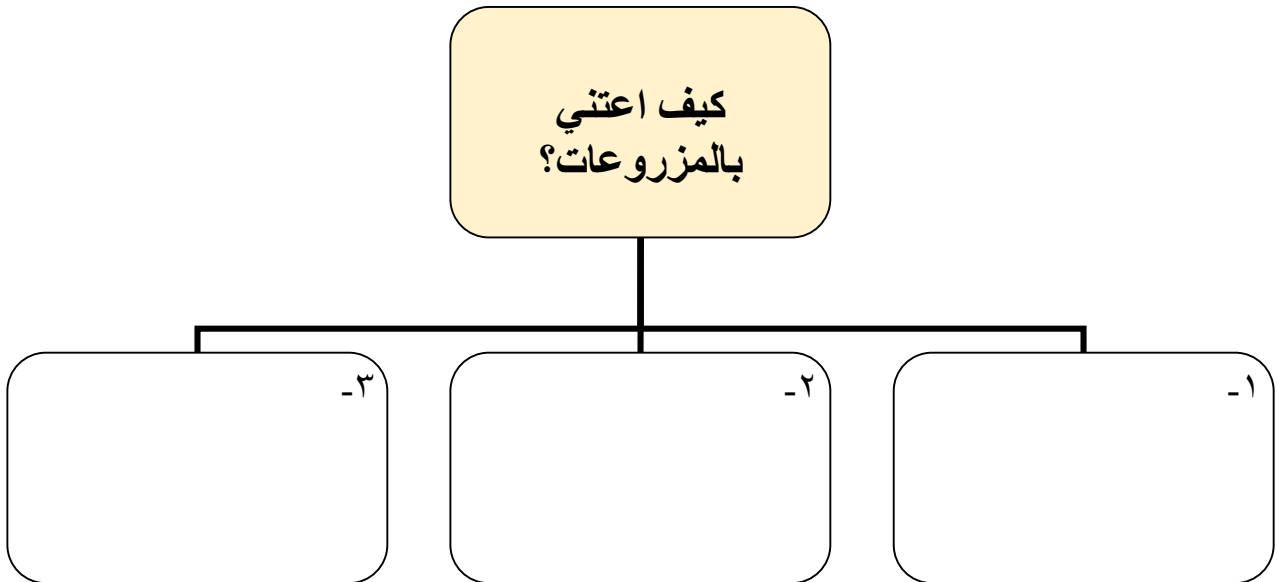
١- ضعي علامة (✓) امام العبارة الصحيحة وعلامة (x) أمام العبارة الخاطئة

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

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

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

٢- اكمل المخطط التالي :

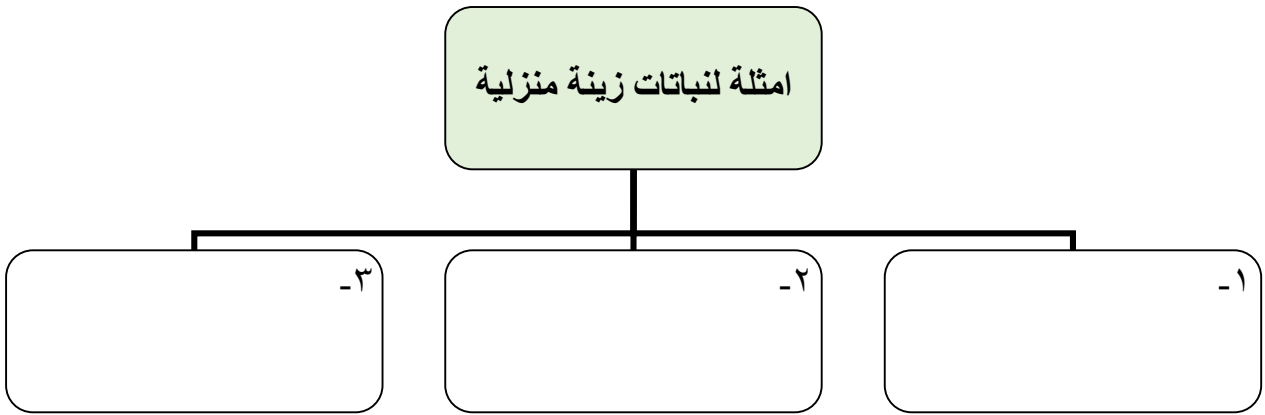


المملكة العربية السعودية أوراق عمل المهارات الحياتية الصف : اول المتوسط ف ٣
الفصل :
الاسم :
الموضوع : الاهتمام بالمزروعات

١- ضعي 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 المخطط التالي :



المملكة العربية السعودية أوراق عمل المهارات الحياتية الصف : اول المتوسط ف ٣
الفصل :
الاسم :
الموضوع : معرفة صلاحية المنتجات الغذائية

١- ضعي 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- اكلمي 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

- ضعي علامة (✓) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) أمام 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 أسبوع ()

٢- اكمل المخطط التالي :

