

اوراق عمل المهارات الحياتية والأسرية

المهارات الحياتية والأسرية

الصف الثالث المتوسط

الفصول الدراسية الثلاثة



ثالث متوسط

الفصل الدراسي الثاني

المملكة العربية السعودية أوراق عمل المهارات الحياتية الصف: ثالث المتوسط ف٢
الفصل:
الاسم /
الموضوع: الطب النبوي والتداوي بالأعشاب

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

١- العسل يقي من السم والسحر ()

٢- الحبة السوداء فعالة في علاج المعدة قاتلة للديدان تذيب حصى الكليتين والمثانة ()

٣- العلاج بالأدوية الإلهية هو الاستشفاء بالآيات القرآنية وما ثبت في السنة من ادعية ()

٤- الدواء المركب هو الجمع في الاستشفاء بين الأعشاب الطبيعية والآيات القرآنية ()

٥- الأعشاب ليس لها أي اضرار يمكن استخدامها بأي كمية ولاي مرض ()

٢- صل/ي العمود الأول بما يناسبه في العمود الثاني:

تفيد البشرة والشعر وتسكن السعال

اليانسون

ملين للبطن ومطيب لنكهة الطعام

الزنجبيل

يسكن الاوجاع ويعالج المغص

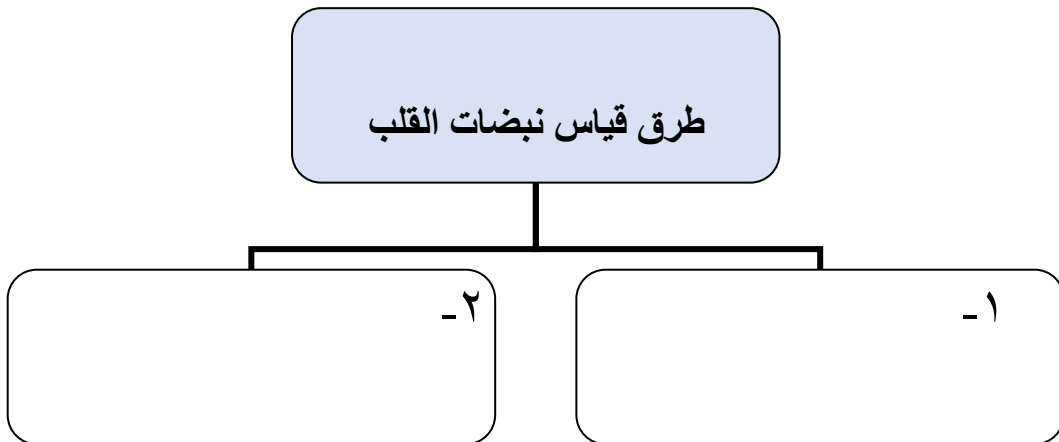
الحلبة

المملكة العربية السعودية أوراق عمل المهارات الحياتية الصف: ثالث المتوسط ف ٢
الفصل:
الاسم:
الموضوع: التمريض المنزلي

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

- ١- الغذاء الصحي والمناسب له دور مهم في استعادة صحة المريض ()
- ٢- يساعد التمريض المنزلي من تقديم العناية للمريض من حيث النظافة فقط ()
- ٣- يجب على افراد الاسرة التدرب على استخدام الأدوات والأجهزة الطبية البسيطة ()

٢- أكمل/ي المخطط التالي:



المملكة العربية السعودية أوراق عمل المهارات الحياتية الصف: ثالث المتوسط ف٢
الفصل:
الاسم:
الموضوع: الصيدلية المنزلية

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

١- عند ترتيب الصيدلية المنزلية يجب فحص الادوية والتخلص من الادوية منتهية الصلاحية ()

٢- من اهم العوامل المؤثرة على الدواء الحرارة فقط ()

٣- عند ترتيب الصيدلية المنزلية يجب وضع ادوية الأطفال في زاوية منفصلة عن بقية الادوية ()

٤- تستخدم زجاجة ملح فوار لحالات الاغماء ولسع الحشرات ()

٢- صل/ي العمود الأول بما يناسبه في العمود الثاني:

يستخدم للالتهابات الجلدية

كحول ٧٠٪

يستخدم لتطهير الجروح والايدي

مرهم الزنك

من الأدوات الطبية

مقياس درجة الحرارة

المملكة العربية السعودية أوراق عمل المهارات الحياتية الصف: ثالث المتوسط ف ٢
الفصل:
الاسم:
الموضوع: تغذية مرضى السكر

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

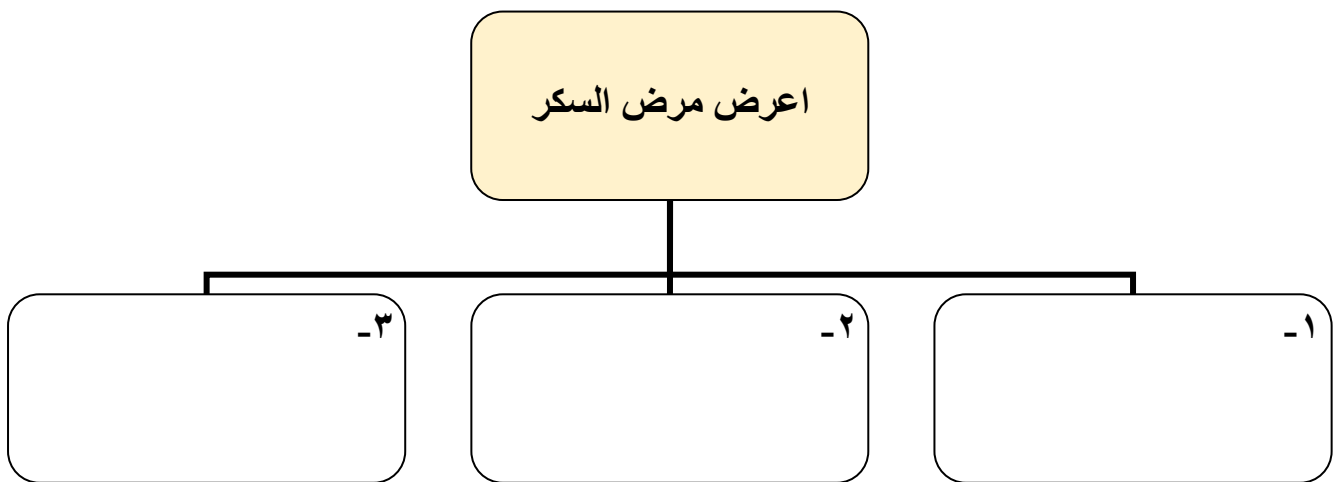
١- يحدث مرض السكر نتيجة نقص هرمون الدوبامين الذي ينتجه البنكرياس او انخفاض حساسية الانسجة ()

٢- من العوامل التي تزيد الإصابة بالسكر تناول كميات كبيرة من اطعمة الطاقة ()

٣- الحالات الحادة في مرض السكر يعالج بتنظيم الغذاء وممارسة الرياضة ()

٤- يجب على مرضى السكر التقليل من النشويات ()

٢- أكمل/ي المخطط التالي:

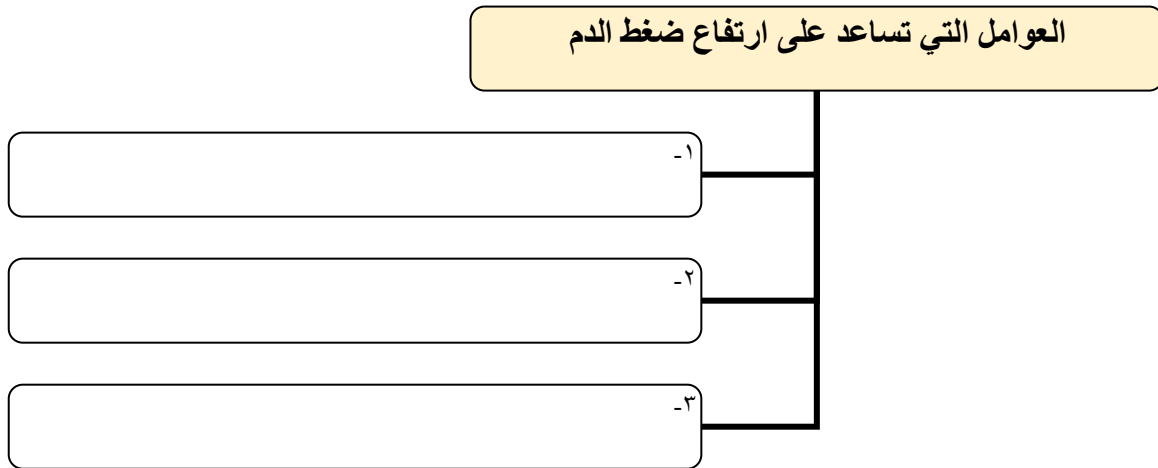


المملكة العربية السعودية أوراق عمل المهارات الحياتية الصف: ثالث المتوسط ف٢
الفصل:
الاسم:
الموضوع: تغذية مرضى ضغط الدم

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

- ١- يسمى مرض ضغط الدم بالقاتل الصامت ()
- ٢- من اعراض مرض الضغط الصداع الشديد والدوار وتسارع نبضات القلب ()
- ٣- للسيطرة على ارتفاع ضغط الدم احرص على زيادة تناول المنبهات ()
- ٤- اذا لم ينخفض ضغط الدم بعد الحمية والرياضة يلجأ المريض لاستخدام العقاقير الطبية بعد مراجعة الطبيب ()
- ٥- للسيطرة على ارتفاع ضغط الدم احرص على تقليل كمية الملح في الطعام ()

٢- أكمل/ي المخطط التالي:



المملكة العربية السعودية أوراق عمل المهارات الحياتية الصف: ثالث المتوسط ف ٢
الفصل:
الاسم:
الموضوع : مشكلات الغسيل وخطاؤه

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

- ١- يفضل استخدام المشابك المعدنية في الغسيل لمنع ظهور الصدأ ()
٢- توضع البطاقة الارشادية في الملابس لغسل الملابس بطريقة صحيحة ()
٣- مشكلة بقع العرق في الملابس سببها التفاعل مع مزيل العرق ومسحوق الغسيل ()
٤- تزال بقع الصدأ بدعكها بمزيج من عصير التفاح والملح ()

٢- صل/ي السبب بالنتيجة المناسبة:

النتيجة

السبب

رائحة الملابس غير مقبولة

استخدام مكواة شديدة الحرارة

ظهور بقع العفن

استعمال ماء غسيل ملابس أخرى في
النقع

تغير لون الملابس البيضاء

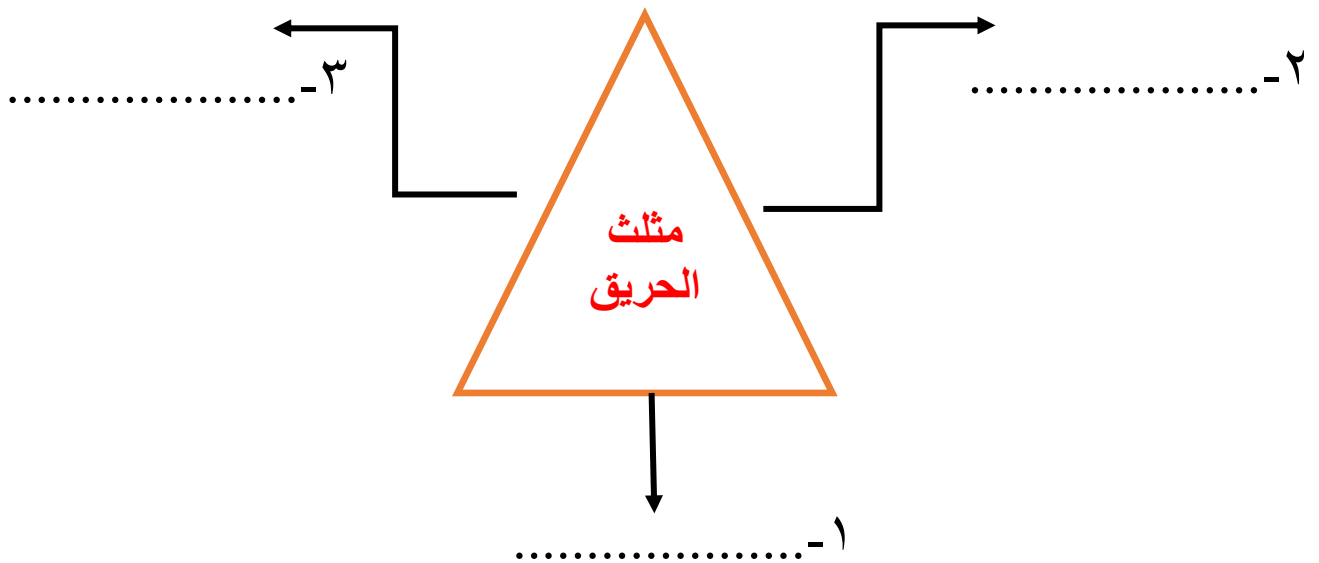
ترتيب الملابس في الخزانة قبل تمام
جفافها

المملكة العربية السعودية أوراق عمل المهارات الحياتية الصف: ثالث المتوسط ف ٢
الفصل:
الاسم:
الموضوع: الحرائق ١

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

- ١- من مسببات الحريق في المنزل الشموع واسطوانات الغاز ()
- ٢- أجهزة تعلق على الاسقف وتطلق إنذارا مبكرا فور تصاعد الدخان تسمى مخارج طوارئ ()
- ٣- لتفادي حدوث حرائق في المنزل مراقبة الأطفال وابعادهم عن مصادر اللهب ()

٢- اكمل/ي المخطط التالي:
مثلث الحريق يتكون من ثلاثة عناصر هي:



المملكة العربية السعودية أوراق عمل المهارات الحياتية الصف: ثالث المتوسط ف ٢
الفصل:
الاسم :
الموضوع : الحرائق ٢

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

- ١- في حال حدوث حريق ترك النوافذ مغلقة وعدم فتحها ()
- ٢- يجب عدم العودة لمكان الحريق لإنقاذ شخص او احضار أشياء ()
- ٣- عند حدوث حريق لابد من الهدوء لمنع التزاحم المسبب للإصابات وعرقله عملية الاخلاء ()
- ٤- عند حدوث حريق أولاً يجب ايقاظ النائم والابتعاد عن موقع الحريق ()

٢-رتب/ي خطوات استخدام طفاية الحريق:

سحب مسمار الامان

توجيه الخرطوم نحو قاعدة النار مع تحريكه
حسب اللمب يمينا ويسارا

الحرص ان تكون اقصى مسافة عن النار لا
تزيد عن ثلاثة أمتار

امساك طفاية الحريق المطفأة من المقبض