

بسم الله الرحمن الرحيم

المادة: المهارات الحياتية والاسرية		المملكة العربية السعودية
الصف: السادس الابتدائي		وزارة التعليم
الفصل الدراسي الأول 1445هـ		إدارة تعليم
إختبار منتصف الفصل (الفترة)		مدرسة

اسم الطالبة :

20

السؤال الأول: أختار الإجابة الصحيحة لكل من العبارات التالية:

1- من الخطوات التي يجب أتباعها عند حدوث حريق:	
الاتصال بالدفاع المدني	عدم إبلاغ أحد بوجود حريق
2- من عوامل الوقاية من حوادث السقوط:	
إغلاق الأبواب المؤدية الى الشرفات	إقفال مقابس الكهرباء
3- الملابس التي تناسب فصل الشتاء هي:	
الملابس الخفيفة	المعاطف الثقيلة
4- من التغيرات التي تحصل للبن بعد التحميص:	
يتغير لون الحبوب من الأخضر الى البني	تصبح رائحتها كريهة
5- يتم استخدام معلقة جافة عند أستعمال البن حتى:	
لا يفقد رائحته	لا يبتل مسحوق البن

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

1	عند تحميص البن يفقد جزءاً من الكافيين	()
2	تضم القهوة العربية الهيل المطحون	()
3	يوحي اللون الأصفر بالثقة العالية	()
4	ينبغي أن تكون ملابس المنزل فضفاضة	()
5	عدم تجفيف الأرض المبللة من أسباب حوادث السقوط	()
6	يطحن البن في السابق بالمطحنة الكهربائية	()
7	تحدث حوادث الأختناق عن طريق ابتلاع الأزرار	()
8	ترتدي الفتاة نفس الملابس في كافة فصول السنة	()
9	الكهرباء لا تشكل خطورة عند إهمالها	()
10	الوعي بمفهوم السلامة مبدأ يسعى الجميع لتحقيقه	()

انتهت الأسئلة بالتوقيع

معلمة المادة /

أسئلة عامة لمادة المهارات الحياتية والأسرية للصف السادس الفصل الأول لعام ١٤٤٥ هـ

الوحدة الأولى (بشرتي + العناية بشعري وأظفاري + التعامل مع الأجهزة الإلكترونية)

س١ / اختاري الإجابة الصحيحة في كل مما يلي :

١	للبشرة.....أنواع .	(أ) أربعة .	(ب) ثلاثة .	(ج) اثنين .	(د) خمسة .
٢	تناول أطعمة غنية بفيتامينللحفاظ على قوة البشرة وليونتها .	(أ) (C ,A) .	(ب) (B ,A) .	(ج) (C ,D) .	(د) (C ,P) .
٣	البشرة الزيتية لامعة الملمس هي	(أ) الجافة .	(ب) المختلطة .	(ج) الدهنية .	(د) العادية .
٤	يفضل تناول الغذاء المتوازن يفيد في صحة الجلد عامة وفي البشرة خاصة.	(أ) تمديد .	(ب) تحسين .	(ج) تقشير .	(د) ترطيب .
٥	 جزء حي من جسم الإنسان ، وتتكون من جزئين .	(أ) الكيراتين .	(ب) الأوعية .	(ج) البصيلات .	(د) الشعرة .

س٢/ضعي الرمز (√) أو (x) في المكان المناسب في كل مما يلي :

- ١ - البشرة الجافة هي بشرة خالية من الرطوبة ()
- ٢ - العناية بالغذاء والنظافة من متطلبات الجمال ()
- ٣ - الإقلال من تناول الدهون والسكريات للمحافظة على البشرة ()
- ٤ - يفضل التعرض لأشعة الشمس من الساعة (١٠ صباحا - ٤ عصراً) ()
- ٥ - الاهتمام بتناول المشروبات الغازية والوجبات السريعة ()
- ٦ - من الأفضل عدم تقليم الأظافر ()
- ٧ - من فوائد استخدام الأجهزة الإلكترونية تنمية الذاكرة ()

س ٣ / أكمل الفراغات التالية :

- ١ - ممارسة التمارين الرياضية يساعد في -----
- ٢ - من أنواع الشعر----- و----- و-----
- ٣ - الشعرة هي.....
- ٤ - البشرة هي ..
- ٥ - أنواع البشرة.....و.....و.....و.....
- ٦ - من مشكلات الشعرو.....و.....و.....
- ٧ - من بعض خدمات الإنترنتو.....و.....و.....

س ٤ / أجبني عن الأسئلة التالية :

١/ أشرح بالتفصيل طريقة العناية بالشعر ؟

٢/ أذكر طريقة المحافظة على نظافة البشرة؟

٣/ عددي الأغذية الصحية التي ينبغي تناولها للمحافظة على البشرة ؟

٤/ أذكر تعريف الشعرة ؟

٥/ ماهي العناصر الغذائية اللازمة لنمو الشعر ؟

٦/ وضح طريقة العناية بالأظافر ؟

٧/ عددي أنواع الأجهزة الإلكترونية؟

الوحدة الثانية (مسكني)

س ١ / اختاري الإجابة الصحيحة في كل مما يلي :

١	غازأكسيد الكربون سام يؤدي للاختناق والوفاة .	(أ) النيتروجين .	(ب) أول .	(ج) الهيدروجين .	(د) ثاني .
٢	وضع الأثاث بالقرب من نافذة مفتوحة يعرض الأطفال .	(أ) للنوم .	(ب) للجري .	(ج) للسقوط .	(د) للاختناق.
٣	حث الأطفال على مضغ الطعام جيداً بلعه .	(أ)قبل .	(ب) أثناء .	(ج) بعد .	(د) بداية .
٤	من أهم أسباب الجهل والإهمال .	(أ) المرض .	(ب) الحرائق.	(ج) اللعب.	(د) النوم.
٥	قد يؤدي على الرأس إلى نزيف داخلي.	(أ) اللعب .	(ب) النوم .	(ج) الجري .	(د) السقوط .
٦	العبث بالأسلاك والحبال حول العنق يسبب .	(أ) الاختناق.	(ب) صعوبة البلع .	(ج) التشنج.	(د) السقوط .
٧	إذا تكاثف الدخان مع الحريق .	(أ) أنصب قامتي	(ب) أنام في سريري.	(ج)أحبو على الأرض	(د)أصرخ وأجري
٨	يفضل تشغيل الأجهزة والأيدي بالماء .	(أ)جافة .	(ب) متسخة .	(ج)مبلله .	(د) نظيفة .
٩	من أجل السلامة يفضل فصل التيار أثناء إجراء أعمال الصيانة والإصلاح في الإضاءة	(أ)الهوائي.	(ب)المائي .	(ج)الكهربائي .	(د) المغناطيسي.

س٢/ضعى الرمز (✓) أو (x) فى المكان المناسب فى كل مما يلى :

- ١- تمديد أسلاك كهربائية عبر الأبواب أو النوافذ ()
- ٢- الرجوع إلى موقع الحريق ؛ لأخذ الأشياء الثمينة ()
- ٣- لمس الأجهزة الكهربائية والأيدي جافة ()
- ٤- من أسباب السقوط ترك الطفل فى مشايته دون مراقبة ()
- ٥- تجفيف الأرض جيداً من أسباب السقوط ()
- ٦- من أدوات السلامة يجب توفر حقيبة الإسعافات الأولية ()
- ٧- من حوادث الاختناق بين الأطفال العبث بالأكياس البلاستيكية ()
- ٨- الاستخدام الخاطئ للألعاب النارية يسبب الحريق ()
- ٩- عدم التأكد من أسطوانة الغاز قبل النوم ()
- ١٠- من الصحيح تحميل المقابس الكهربائية فوق طاقتها ()

س٣/ أكمل الفراغات التالية :

- ١- رقم الدفاع المدني فى المملكة هو
- ٢- عددي احتياطات السلامة عند استخدام برادات الماءو.....
- ٣- من حوادث الاختناقو.....و.....
- ٤- ضرورة تجفيف الأرضيات المبللة حتى لا نتعرض
- ٥- من أسباب حوادث السقوطو.....

س ٤ / أجبني عن الأسئلة التالية :

١/ ماهي مسببات حوادث الكهرباء ؟

٢/ عددي أدوات السلامة التي يجب توفرها في كل منزل ؟

٣/ كيف ترتبط الكهرباء بحوادث حريق الغاز ؟

٤/ ما النتائج المتوقعة للآتي :

أ- لمس الأجهزة الكهربائية والأيدي مبتلة بالماء.

ب- تجفيف الملابس على الدفاية .

وفقك الله

الوحدة الثالثة/ ملبسى (اختيار الملابس)

س ١/ اختاري الإجابة الصحيحة في كل مما يلي :

١	من مواصفات اللباس الشرعي	(أ) ضيق .	(ب) شفاف .	(ج) واسع .	(د) قصير .
٢	الشؤون الثقافية بالحرس الوطني تقيم مهرجان سنوياً لإحياء التراث الشعبي السعودي .	(أ) الجنادرية .	(ب) اليوم الوطني .	(ج) قصر المربع .	(د) الفنون .
٣	في فصل الشتاء يفضل لبس الملابس	(أ) القصيرة.	(ب) القطنية .	(ج) الصوفية .	(د) الشفافة .
٤	في فصل الصيف يفضل لبس الملابس	(أ) الثقيلة .	(ب) الحرير .	(ج) القطنية .	(د) الصوف .
٥	الفتاة القصيرة تناسبها الملابس ذات الخطوط	(أ) الطولية .	(ب) الأفقية .	(ج) المربعة .	(د) المائلة .
٦	الفتاة الطويلة والنحيفة تناسبها الملابس ذات الخطوط	(أ) الأفقية .	(ب) الدائرية .	(ج) الطولية .	(د) المربعة .
٧	لبس الملابس ذات الألوان الداكنة أشعة الشمس :	(أ) تمتص.	(ب) تعكس.	(ج) تثبت.	(د) تغير .
٨	يفضل ارتداء الملابس المريحة الفضفاضة أثناء	(أ) النوم .	(ب) الذهاب للمدرسة .	(ج) استقبال الضيوف.	(د) الحفلات .
٩	أن لبس العباءة في المجتمع المسلم يكون	(أ) عادة .	(ب) عبادة .	(ج) تقليد.	(د) موضة .
١٠	لبس الملابس الساترة هو مطلب	(أ) شرعي .	(ب) تغيير .	(ج) تقليد.	(د) موضة .)

س٢/ضعى الرمز (✓) أو (x) فى المكان المناسب فى كل مما يلى :

- ١- لبس العباءة عبادة وليست عادة ()
- ٢- يكون التقدم والتطور فى مسابقة الغرب ()
- ٣- لبس الملابس الساترة موضة جديدة ()
- ٤- يفضل لبس الملابس القطنية فى فصل الشتاء ()
- ٥- لبس بلوزة تحمل صوراً للممثلةات أو اللاعبين ()
- ٦- عدم الإسراف فى اللباس ()
- ٧- ارتداء الملابس التى تشف الجسم ()
- ٨- ملابس النوم ينبغى أن تكون فضفاضة ومريحة ()
- ٩- الفتاة القصيرة تناسبها الخطوط الطولية ()
- ١٠- من المهم أن نعتز بالزى الوطنى ونفتخر به ()

س٤/ أجيبى عن الأسئلة التالية :

١/ زميلاتك ترتدى ملابس غير محتشمة ماهى نصيحتك لها ؟

٢/أختك تنام بملابس الخروج ماهى نصيحتك لها ؟

٣/نهى ديننا الحنيف عن التشبه بالكفار فى لباسهم ، اذكرى ما يدل على ذلك من السنة ؟

٤/كيف نظمى ذات الأرواح على الملابس ؟

٥/اذكرى دليل من القرآن عن الحجاب ؟

٦/وضحى طريقة اختيار الملابس؟

الوحدة الرابعة (غذائي)

س١ / اختاري الإجابة الصحيحة في كل مما يلي :

١	يستخدم التمر لعلاج فقر الدم لاحتوائه على	(أ) الكالسيوم .	(ب) الحديد .	(ج) اليود .	(د) الزنك .
٢	يحتوي المر على فيتامين ب ١ و لذلك يعمل على تقوية الأعصاب .	(أ) ب ٣ .	(ب) ب ١١ .	(ج) ب ٢ .	(د) ب ٤ .
٣	 هما التمر والماء .	(أ) الأبيضان .	(ب) الأسمران .	(ج) الأحمران .	(د) الأسودان .
٤	يفضل تناول..... أثناء فترة النمو لأنه هو عامل النمو .	(أ) التمر .	(ب) الخبز .	(ج) الخيار .	(د) الماء .
٥	يفضل في الصباح تناول بضع حبات من مع الحليب أو اللبن .	(أ) الماء .	(ب) العنب .	(ج) الزبيب .	(د) التمر .
٦	إن تناول كوب من الحليب..... يساعد على تهدئة الأعصاب والنوم المريح .	(أ) البارد .	(ب) الحار .	(ج) المتجمد .	(د) الدافئ .
٧	يحتوي التمر على نسبة عالية من المواد	(أ) الدهنية .	(ب) البروتينية .	(ج) النيتروجينية .	(د) السكرية .
٨	عند عمل القهوة يصب الماء	(أ) البارد .	(ب) المغلي .	(ج) الدافئ .	(د) المتجمد .
٩	 وزن حب البن بعد التحميص .	(أ) يقل .	(ب) يزيد .	(ج) لا يتغير .	(د) يتحول .

س٢ / أكملی الفراغات التالية :

- ١ - تمسك الدلة باليد وفناجين القهوة باليد اليمنى .
- ٢ - عند قدوم الضيوف يفضل تقديم
- ٣ - أن التمر يقوي المعدة والكبد ويهدئ
- ٤ - يفضل في الصباح تناول بضع حبات من

س٣/ ضعي الرمز (✓) أو (x) في المكان المناسب في كل مما يلي :

- ١- تمسك الدلة باليد اليمنى عند التقديم ()
- ٢- عند عمل القهوة يصب الماء المغلي على حب الهيل ويترك يغلي ()
- ٣- يعمل التمر على تسهيل مراحل الحمل والولادة ()
- ٤- مراحل التمر هي البسر ثم الطلع وأخيراً الرطب ()
- ٥- يقل وزن حب البن بعد التحميص ()
- ٦- يستخدم التمر لعلاج فقر الدم لاحتوائه على الحديد ()
- ٧- الأسودان هما التمر والماء ()
- ٨- يحتوي التمر على فيتامين ب١ و ب٢ ()
- ٩- قفل علبه البن بعد كل استعمال ()
- ١٠- اشتهر اليمن والحبشة بزراعة البن الذي يستخدم لتحضير القهوة ()
- ١١- التمر يطلق عليه عامل النمو ()

س٤/ أجبني عن الأسئلة التالية :

١/ أشرحي بالتفصيل طريقة عمل القهوة ؟

.....

٢/ أذكرني فوائد التمر ؟

.....

٣/ عددي العناصر الغذائية التي يحتوي عليها التمر؟

.....

٤/ أشرحي طريقة استقبال الضيف بالمنزل ؟

.....

وفقكن الله