

الفترة

الأولى

المملكة العربية السعودية وزارة التعليم الإدارة العامة والتعليم بمحافظة جدة	الفصل الدراسي الثالث – الفترة الأولى للعام الدراسي 1443هـ  وزارة التعليم Ministry of Education	المادة	مهارات حياتية و أسرية
		الوحدة	الأولى
		المرحلة	المتوسطة
		الصف	الثاني المتوسط
		المعلمة	
بنك الأسئلة لمادة المهارات الحياتية والأسرية من ص ٩ إلى ص ٢٥ (التوعية الصحية).			

س ١ - في الفقرات من (١) الى (٦) ضعي دائرة حول الإجابة الصحيحة :

١	المشروبات التي تحتوي على نسب من العناصر المسكرة المذهبة للعقل:			
	(أ) المخدرات	(ب) العقاقير الطبية	(ج) المستنشقات	(د) الكحول
2	المستنشقات يقصد بها المواد الطيارة ذات التأثير العقلي التي توجد عناصرها في :			
	(أ) الغراء	(ب) الحشيش	(ج) البخور	(د) الزيوت العطرية
3	المخدرات هي مواد مصنعة وغير مصنعة ومركبة من أمثلتها :			
	(أ) البنزين	(ب) الغراء	(ج) المنظفات	(د) الهيروين
4	للمؤثرات العقلية أضرار منها :			
	(أ) الإستمرار في العمل	(ب) السمعة الجيدة	(ج) المظهر الخارجي الجميل	(د) الإصابة بالامراض المعدية
5	من الامراض المعدية التي يمكن أن يصاب بها متعاطي المخدرات :			
	(أ) الإيدز	(ب) الشلل	(ج) السكري	(د) ارتفاع ضغط الدم
6	للمخدرات أخطار على المجتمع منها:			
	(أ) ارتفاع حالات الطلاق	(ب) ارتفاع حالات الانجاب	(ج) ارتفاع حالات الزواج	(د) انخفاض العنف الأسري
7	المؤثرات العقلية مواد سامة شديدة الخطورة سواء كانت :			
	(أ) طبيعية فقط	(ب) مركبة فقط	(ج) مصنعة فقط	(د) طبيعية أو مركبة أو مصنعة
8	أسباب تعاطي المخدرات في محيط الأسرة:			
	(أ) أصدقاء صالحين	(ب) شغل وقت الفراغ	(ج) القدوة الطيبة	(د) ضعف الوازع الديني
9	التجريب المتهور والفضول يقود إلى:			
	(أ) تعاطي المسكرات	(ب) الاستقرار	(ج) تناول المشروبات الصحية	(د) التميز
10	من الوسائل المرئية لتوعية الناس بخطورة المخدرات :			
	(أ) الراديو	(ب) التلفزيون	(ج) المجلات	(د) الصحف
11	للتوعية الدينية دور في الوقاية من إدمان المؤثرات العقلية عن طريق :			
	(أ) المسجد	(ب) الجيران	(ج) المنزل	(د) الجامعة

س ٢- في الفقرات من (١) إلى (٢٠) ضعِي أمام كل فقرة الحرف (ص) إذا كانت العبارة صحيحة والحرف

(خ) إذا كانت العبارة خاطئة

١- المؤثرات العقلية هي مواد سامة شديدة الخطورة على الخلايا العصبية خاصة خلايا المخ سواء كانت طبيعية او مركلة او مصنعة . ()

٢- على الأسرة احتواء الشخص المتعاطي وإشعاره بالحرص على صحته ومصلحته. ()

٣- حَرَمَ الإسلام كل ما يضر بالعقل ويؤثر عليه. ()

٤- تعاطي المواد المخدرة يخلصك من مشاعر القلق ويمنحك شعور بالسعادة. ()

٥- المخدرات مواد مصنعة وغير مصنعة ومركبة. ()

٦- المواد المخدرة لا تسبب ضرر دائم للجسم. ()

٧- العقاقير الطبية المخدرة هي الهيروين والحشيش. ()

٨- يمكن لمتعاطي المواد المخدرة التوقف عنها في أي وقت يريده. ()

٩- الكحول هي مشروبات تحتوي على نسب من العناصر المسكرة المذهبة للعقل. ()

١٠- تعاطي المواد المخدرة على فترات متباعدة لا يسبب الإدمان. ()

١١- يقصد بالمستنشقات المواد الطيارة التي تؤثر على العقل مثل الغراء. ()

١٢- الذين يعملون تحت تأثير المخدر لا تقل معدلات الإنتاج لديهم. ()

١٣- يقل معدل القتل والسرقة نتيجة إدمان المخدرات. ()

١٤- من أسباب تعاطي المخدرات أصدقاء السوء. ()

١٥- قلة الحركة وعدم الإنفعال الحاد في الحديث تدل على مدمن المخدرات. ()

١٦- علاقة المدمن مع أسرته دائما مستقرة. ()

١٧- من علامات تعاطي المواد المخدرة وجود جروح وندبات في مكان الحقن الوريدي. ()

١٨- يتميز مدمن المخدرات بزيادة الوزن. ()

١٩- التفكك الأسري وإهمال الوالدين لإبنائهم من أسباب تعاطي المخدرات. ()

٢٠- عند تناول المخدرات لا يشعر المدمن بالخمول والغثيان. ()

س٣- ١ / عددي أضرار المؤثرات العقلية.

٢ / وضح أسباب تعاطي المخدرات في محيط الأسرة.

٣ / اذكر أنواع المؤثرات العقلية.

٤ / عرف المؤثرات العقلية.

الفترة الثانية

المملكة العربية السعودية وزارة التعليم الإدارة العامة والتعليم بمحافظة جدة	الفصل الدراسي الثالث للعام الدراسي ١٤٤٣ هـ  وزارة التعليم Ministry of Education	المادة الوحدة المرحلة الصف المعلمة	مهارات حياتية و أسرية الرابعة المتوسطة المتوسط
بنك الأسئلة لمادة التربية الأسرية من ص ١١ إلى ص ٣٢ الوحدة الرابعة (توعية صحية).			

س ١ - في الفقرات من (١) الى (٥) ضعي دائرة حول الإجابة الصحيحة :

١	هناك أدوات مستخدمة في التمر الإلكتروني منها :			
	(أ) السب والشتم	(ب) الضرب	(ج) الصراخ	(د) شبكات البريد الإلكتروني
١	الهدف من التمر الإلكتروني :			
	(أ) فضح وتشويه السمعة	(ب) فعل الخير مع المتنمر عليه	(ج) التعاون مع المتنمر عليه	(د) مدح صفات المتنمر عليه
٢	اتجاهات الشخص ومشاعره عن نفسه وقيل هي العمليات النفسية التي تحكم السلوك :			
	(أ) الذات	(ب) إدارة الذات	(ج) الثقة بالنفس	(د) إدارة الوقت
٣	يسمى الشخص الذي يحمل أفكار ومعتقدات غير منطقية عن الحياة التي يعيشها بالشخص :			
	(أ) الايجابي	(ب) السلبي	(ج) المتفاعل	(د) المتفاعل
٤	التمر الإلكتروني هو :			
	(أ) احتكاك جسدي بضرب الشخص الآخر	(ب) نشر تعليقات طيبة للآخرين	(ج) تعاون الطلاب مع بعضهم البعض	(د) تعمد إيذاء الآخرين بطريقة متكررة عبر الانترنت
٥	الطرق والوسائل التي تساعد الانسان على الاستفادة من وقته وتحقيق اهدافه والتوازن بين الواجبات والرغبات هو :			
	(أ) إدارة العلاقات الإجتماعية	(ب) إدارة الذات	(ج) إدارة الوقت	(د) إدارة السلوك
٦	استوقفتني إحدى زميلاتي في الفصل قائلة : أنت غبية , أرد عليه			
	(أ)	(ب)	(ج)	(د)
٧	التوقع الايجابي لحدوث الأفضل والإقبال على الحياة هو :			
	(أ) الدافعية الذاتية	(ب) الثقة بالنفس	(ج) التفاؤل	(د) التخطيط الجيد

٨	للتنمر الإلكتروني آثار عدة على المتنمر عليه :			
	(أ) الفرح والسرور	(ب) ممارسة الهوايات	(ج) المشاركة في المناسبات الاجتماعية	(د) الشعور بالإنطواء والعزلة
٩	القدرة على ترتيب الأولويات وتحديد الأهداف ووضعها في مخطط لتحقيقها :			
	(أ) التخطيط الجيد	(ب) الدافعية الذاتية	(ج) إدارة السلوك	(د) الثقة بالنفس
١٠	فن التعامل بما هو متاح من أدوات وقدرات ووسائل للحصول على أفضل النتائج:			
	(أ) التفكير السلبي	(ب) التفكير الايجابي	(ج) التفكير المتوازن	(د) التفكير بالمستقبل

س ٢ في الفقرات من (١) إلى (١١) ضعي أمام كل فقرة الحرف (ص) إذا كانت العبارة صحيحة والحرف (خ) إذا كانت العبارة خاطئة :

- ١- أحدد نقاط القوة لدي و أعمل على تنميتها. ()
- ٢- أتجنب مراجعة تجاربي السابقة. ()
- ٣- اجعل رسول الله صلى الله عليه وسلم قدوتي في كل أموري. ()
- ٤- أشارك أصدقائي تفاصيل حياتي جميعها بتصويرها بشكل يومي. ()
- ٥- تلقيت بريد الكتروني يحتوي على تهديد لنشر معلومات خاصة فأخبرت والدتي. ()
- ٦- أوازن بين الواجبات المدرسية و واجباتي تجاه أسرتي. ()
- ٧- لا أتقبل أي نقد فأنا لا أغير لأنني راضٍ عن نفسي. ()
- ٨- تخصيص وقت للتخطيط يعد مضيعة للوقت فالتغيرات دائمة الحدث. ()
- ٩- ألجأ إلى التذمر عند وقوعي في أي مشكلة. ()
- ١٠- أحافظ على صلاتي و أداوم على قراءة القرآن. ()

س ٣ عرفي مايلي :

- ١- لإدارة الذات.
- ٢- الذات.
- ٣- التفاؤل.
- ٤- التخطيط الجيد.
- ٥- إدارة العلاقات الاجتماعية.
- ٦- التفكير الإيجابي.

س٤ عددي مايلى :

١- أهمية (فوائد الذات)

٢- مهارات الإدارة الذاتية.