

تم تحميل هذا الملف من موقع المناهج البحرينية



* للحصول على أوراق عمل لجميع الصفوف وجميع المواد اضغط هنا

<https://almanahj.com/bh>

* للحصول على أوراق عمل لجميع مواد الصف العاشر اضغط هنا

<https://almanahj.com/bh/10>

* للحصول على جميع أوراق الصف العاشر في مادة غير ذلك ولجميع الفصول, اضغط هنا

<https://almanahj.com/bh/10other>

* للحصول على أوراق عمل لجميع مواد الصف العاشر في مادة غير ذلك الخاصة بـ الفصل الثاني اضغط هنا

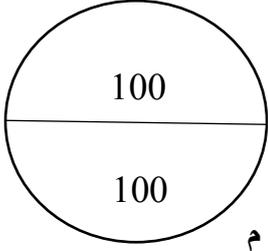
<https://almanahj.com/bh/10other2>

* لتحميل كتب جميع المواد في جميع الفصول للـ الصف العاشر اضغط هنا

<https://almanahj.com/bh/grade10>

[almanahjbhbot/me.t//:https](https://t.me/almanahjbhbot)

للتحدث إلى بوت على تلغرام: اضغط هنا



مملكة البحرين

وزارة التربية والتعليم

إدارة الامتحانات / قسم الامتحانات

نموذج الإجابة

امتحان نهاية الفصل الدراسي الأول للتعليم الثانوي للعام الدراسي 2016/2017 م

المسار : توحيد المسارات والديني

الزمن : ساعة ونصف

اسم المقرر : التربية الأسرية

رمز المقرر : أسر 101

20 درجة درجتين لكل نقطة

أجب عن جميع الأسئلة التالية :

السؤال الأول :

ضع علامة (√) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة الخاطئة .

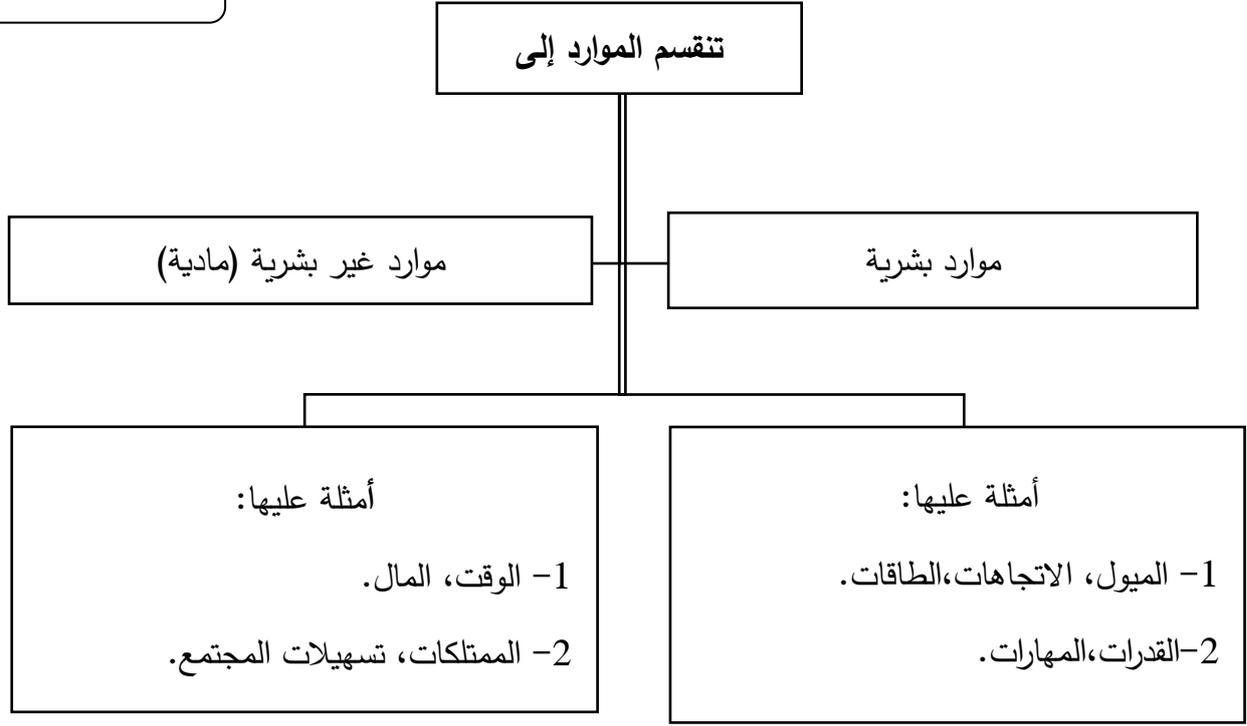
1. (√) تناول وجبة الفطور والتنويع في العناصر الغذائية من العادات الغذائية المفيدة للصحة.
2. (√) تقدير النفس بشكل أكبر يساعد في تكوين المفهوم الإيجابي للذات .
3. (×) البيئة والمناخ من العوامل المادية الخارجية الغير قابلة للتغير .
4. (√) حفظ الوقت والاعتناء به والاستفادة منه ، من الطرق التربوية التي تساهم في تطور الشخصية .
5. (×) مشاهدة التلفاز للتسلية من الأعمال المهمة والغير عاجلة.
6. (√) يعتبر الهدف من الاتصال هو الأساس الذي نحكم من خلاله على نجاح العملية الاتصالية أو فشلها.
7. (√) تحمل الضغوط تعني ثقة القائد بقدرات فريق العمل.
8. (×) مرحلة اللاقرار هي العملية التي يتم بموجبها البحث عن أنسب الحلول للمشكلة عن طريق المفاضلة.
9. (×) التقييم بالمقارنة أحد أنواع التقييم التفصيلي .
10. (×) ترشيد المستهلك هو الانتفاع بالموارد المتاحة إلى أقصى حد ممكن.

السؤال الثاني :

30 درجة

أ- أكمل التالي :-

6 درجات درجة لكل نقطة



ب- هناك أمور مشتركة للوقاية من السمنة والسكر وارتفاع الكوليسترول من الناحية الغذائية، اكتب كيفية الوقاية ؟

8 درجات درجتين لكل نقطة

تناول بعض الفواكه والكثير
من الخضراوات الطازجة.

تناول الأطعمة القليلة
السكر، تناول الطعام في
الطبق الخاص.

**كيفية الوقاية من
السمنة والسكر
والكوليسترول**

ممارسة التمارين الرياضية
المناسبة وخصوصاً
المشي، تناول المزيد من
الألياف لأنها قليلة
السعرات.

تقلل الأطعمة ذات السعرات
الحرارية العالية ، استبدال
الدهون الحيوانية بالزيوت
النباتية في الوجبات.

ج- أكمل بحسب ما هو مطلوب:

العوامل المؤثرة في العادات الغذائية

16 درجة درجتين لكل نقطة

عوامل

نفسية

عوامل

اقتصادية

عوامل

اجتماعية

1- التوتر .

2- القلق .

3- الأكتئاب قد يسبب الإكثار

أو الإقبال على تناول الطعام

عند بعض الأشخاص أو

العزوف عنه.

أمثلة عليها:

1- الدخل .

2- نوعية العمل (الوظيفة)

3- دعم الغذاء .

أمثلة عليها:

1- الديانة .

2- المستوى التعليمي

(الوعي الصحي).

3- الموقع الجغرافي،

الاعتقادات الغذائية.

12 درجة ثلاث درجات لكل نقطة

السؤال الثالث:

علل بذكر سبب واحد لكل مما يأتي :

1- لا يستلزم علاج نحافة الأصحاء الإرادية أو الوراثة.

- لأنها لا تتعارض مع قيام الجسم بوظيفته على الوجه الأكمل.

2- بعض المرضى معرضين أكثر من غيرهم للإصابة بفقر الدم الحديدي.

- نتيجة فقد الشهية أو مضاعفات المرض، أو تعارض بعض الأغذية مع العلاجات.

3- الهدف الاقتصادي من الترشيح الغذائي.

- المساعدة على حسن استخدام المواد الغذائية وعدم الاسراف في استهلاكها ، إلى جانب استخدام المواد

البديلة وبالتالي توفير جزء من دخل الأسرة.

4- تعتبر منظومة القيم سلاح ذو حدين .

لأنها تعتمد على كيفية استخدامها وإدراكها وفهمها والاطار الذي توضع فيه هو الذي يحكم عليها ويعطيها الصورة الإيجابية أو السلبية.

السؤال الرابع :

8 درجات درجتين لكل نقطة

اختر من العمود (أ) ما يناسبه من العمود (ب) :

| الرقم | (أ) | الرقم الدال على الإجابة | (ب) |
|-------|---------------------------|-------------------------|--|
| | الإعلان التعليمي | 3 | هو اخبار المستهلك بالمعلومات التي تيسر له الحصول على الشيء المعلن عنه بأقل جهد ممكن وفي أقصر وقت وبأقل التكاليف وفي إرشاد الجمهور إلى كيفية إشباع حاجاته. |
| | الإعلان التنافسي | 4 | هو يتعلق بسلع أو خدمات أو أفكار أو منشآت معروفة بطبيعتها ومعروفة خصائصها للمستهلك بقصد تذكيره بها والتغلب على عادة النسيان لديه. |
| | الإعلان الإخباري الإرشادي | 2 | هو الإعلان عن سلع أو خدمات متنافسة بمعنى أن تكون متكافئة في النوع والخصائص وظروف الاستعمال وما إلى ذلك ويعتمد نجاح هذا النوع على ما ينفقه المعلنون من أموال على نشره وعلى الأفكار الجديدة والمبتكرة في الرسائل الإعلانية المنشورة أو المذاعة والتي تلقى قبولاً من الجمهور. |
| | الإعلان التذكيري | 1 | هو الذي يتعلق بتسويق السلع الجديدة التي لم يسبق لها وجود في السوق أو السلع القديمة المعروفة التي ظهرت من قبل ولها استعمالات لم تكن معروفة لدى المستهلكين. |

السؤال الخامس :

أكتب في كل مما يأتي :

أ- تتمثل أهمية التخطيط في:

1- وضوح الرؤية وتحديد الأهداف.

2- استخدام أمثل للموارد والإمكانيات، لتحقيق التكامل والتنسيق بين بنود الخطة.

3- تحديد الأولويات بما يتفق مع الاحتياجات، للسيطرة على مشكلات التنفيذ.

ب - سلوك المستهلك الرشيد عند الشراء:

1- يتفهم سياسة و فلسفة عرض السلع والخدمات، فمكان وطريقة عرض السلعة يؤثر تأثيراً على أسعارها،

يستعين بنصائح البائع الكفاء.

2- يتجنب الشراء العاطفي، يساوم للحصول على سعر منخفض إن أمكن ذلك.

3- يقرأ الملصقات المرفقة ويستفيد من التعليمات، يدرس السوق قبل عملية الشراء، يشتري بالجملة كلما أمكن،

يشترى حسب حاجته.

ج- أنواع الأزمات:

1- أزمة دراسية، أزمة عائلية.

2- أزمة مرضية، بيئية.

3 - أزمة اقتصادية، أزمة سياسية.

د- دور التغذية في التحصيل الدراسي:

1- تعزيز قدرات الطلاب على التعلم، خفض معدلات التسرب من المدرسة.

2- زيادة فاعلية الطلاب وحماسهم ومشاركتهم.

3- تحسين فوري في السلوك والأداء الدراسي.

هـ - من لصوص الوقت:

1- المقاطعات والزيارات المفاجئة، المكالمات الهاتفية غير المنتجة، الاجتماعات واللقاءات غير الفعالة.

2- الكسل والتسويف والتأجيل بأعذار واهية، المعلومات الكثيرة أو القليلة، الإدمان على الأنترنت وألعاب

الكمبيوتر، الأهداف والأولويات غير المحددة، عدم القدرة على قول لا، عدم تخطيط الوقت، الثثرة والنميمة.

3 - السرحان والأصغاء غير الجيد، مشاهدة برامج التلفزيون دون اختيار، قراءة الجرائد والمجلات بإفراط،

التسوق الغير ضروري، الغفوة والنوم غير المنضبط، الازدحام المروري الخانق، أكل الوجبات بين الوجبات.

انتهت الإجابة