

شكراً لتحميلك هذا الملف من موقع المناهج العمانية



بنك الأسئلة

[موقع المناهج](#) ← [المناهج العمانية](#) ← [الصف السابع](#) ← [مهارات حياتية](#) ← [الفصل الثاني](#) ← [الملف](#)

تاريخ نشر الملف على موقع المناهج: 08:03:07 2023-04-26

التواصل الاجتماعي بحسب الصف السابع



روابط مواد الصف السابع على تلغرام

[الرياضيات](#)

[اللغة الانجليزية](#)

[اللغة العربية](#)

[التربية الاسلامية](#)

المزيد من الملفات بحسب الصف السابع والمادة مهارات حياتية في الفصل الثاني

| | |
|------------------------------------------------------------------------------------|---|
| بنك الأسئلة | 1 |
| اختبار قصير | 2 |
| المحتوى التدريسي الجديد مع الفاقد التعليمي والدروس المطلوبة للمنهج | 3 |
| كتاب الطالب | 4 |
| اختبار قصير نموذج 5 | 5 |

الوحدة الثانية خدمة المجتمع

اولا : ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (x) أمام العبارة الخاطئة مع تعديل الخطأ :

- (1) - العمل التطوعي مظهر من مظاهر التكافل الاجتماعي () .
- (2) - اليوم الرابع من شهر سبتمبر من كل عام يوما للتطوع () .
- (3) - العمل التطوعي وسيلة ناجحة لزيادة التكافل بين أفراد المجتمع () .
- (4) - الصحف وسيلة يمكن بواسطتها جمع معلومات عن احتياجات المجتمع من الأعمال التطوعية ()
- (5) الهيئة العمانية للأعمال الخيرية مؤسسة تطوعية تقدم المساعدات الطبية للأسر المحتاجة ()

ثانيا : أكمل العبارات التالية :

- يقصد بالعمل التطوعي
- من المؤسسات التطوعية في المجتمع المحلي
- يعتبر اليوم الخامس من شهر سبتمبر من كل عام يوما
- من طرق جمع المعلومات عن احتياجات المجتمع من الأعمال التطوعية 1.....2.....
- للعمل التطوعي أهمية كبيرة في حياة الأفراد منها 1.....2
- من أهمية العمل التطوعي 1.....2.....
- من طرق جمع المعلومات لاحتياجات المجتمع من الأعمال الخيرية 1.....2.....
- توجد في السلطنة العديد من المؤسسات التطوعية للأسر المحتاجة منها 1.....2.....

ثالثا اجب عن الاسئلة التالية :

- 1- (يوجد لدى أحمد كميته من الأدوات المدرسية ولا يحتاجها ، وليس لديه معلومات كافية عن كيفية التصرف بها) .

من خلال الفقرة السابقة قم بالإجابة عن الأسئلة التالية :

- س(1) : كيف يمكن مساعدة أحمد حتى يتصرف بالأدوات المدرسية الزائدة عنده؟
- س(2) : بين لأحمد لماذا تحتاج بعض الأسر في المجتمع للدعم في ثلاث نقاط؟
- س(3) : وضح لأحمد أهمية المشاركة في الأعمال التطوعية في ثلاث نقاط؟
- س(4) : ساعد أحمد في التعرف على الطرق التي يمكن بواسطتها جمع معلومات عن احتياجات مجتمعه من الأعمال التطوعية ؟
- س(5) : ما أثر مشاركة أحمد في الأعمال التطوعية على الدولة ؟ أذكر إثنان منها ؟
- س(6) : لو كنت في موقف أحمد ماذا كنت ستفعل بالأدوات المدرسية الزائدة ؟

س(7): في رأيك من هي الأسر الموجودة في المجتمع والتي تحتاج إلى تطوع ودعم؟ يكتفى بذكر اثنين منها؟

س(8): (يتسم أفراد المجتمع العماني بروح التكافل بين أفرادهم)...وضح هذه العبارة لأحمد من وجهة نظرك؟

س(9): كيف يمكنك أن تعتبر العمل المقدم للآخرين عملا تطوعيا؟

س(10): وضح مظاهر الاهتمام العالمي بالعمل التطوعي؟

س(11): ساعد أحمد في التعرف على المؤسسات التطوعية التي تقدم المساعدات في سلطنة عمان؟

الوحدة الثالثة

إدارة الوقت

أولا : ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (x) أمام العبارة الخاطئة مع تعديل الخطأ :

- تقدير قيمة الوقت وأهميته تتشابه من شخص لآخر ومن مجتمع لآخر () .
- يمكننا التحكم في الوقت والاحتفاظ به () .
- التزام الناس بمواعيدهم دليل على جهلهم بقيمة الوقت () .
- يقوم الشخص بإدارة وقته من خلال تنظيم الأنشطة لتحقيق أهداف معينة () .
- الوقت الشخصي هو الوقت الذي يصرفه الإنسان في العمل () .
- وقت الأسرة هو الوقت الذي يمضيه الإنسان مع الآخرين كزيارة الأهل () .
- عند توزيع الوقت يفضل أن يكون بطريقة غير متوازنة () .
- ممارسة الهوايات تعتبر من الوقت الشخصي () .
- الأهداف هي نقطة البدء في إدارة الوقت () .
- لتحقيق أي هدف يجب أن يكون غير قابل للقياس () .
- الأهداف قصيرة المدى تتحقق بعد مرور شهر أو أكثر () .
- عمل مجسم لمادة المهارات الحياتية في إجازة نصف العام هدفا قصيره المدى () .
- يتضمن الهدف طويل المدى أهدافا متوسطة المدى () .
- يتضمن الهدف المتوسط المدى أهدافا قصيرة المدى () .
- مقاطعة الآخرين أثناء الحديث يعتبر من عوامل هدر الوقت الشخصي () .
- يفضل أن يزيد عدد الأهداف من الرتبة الأولى عن ثلاثة أهداف يوميا () .

ثانيا : أكمل العبارات التالية بما يناسبها :

- (1) يقسم الوقت الى أنواع حسب الأنشطة التي تمارس فيه منها :1.....2.....
- (2) وقت الأسرة هو الوقت
- (3) هي نقطة البدء في ادارة الوقت
- (4) حتى يتم تحقيق الأهداف بشكل جيد يتوجب أن تكون 1.....2.....
- (5) تنقسم الأهداف إلى أهداف 1.....2.....
- (6) يقصد بالأهداف متوسطة المدى
- (7) من أمثلة أهداف طويلة المدى 1.....2.....

- (8) الوقت غير المخطط له هو الوقت
- (9) تنقسم عوامل هدر الوقت الى عوامل 1.....2.....
- (10) من عوامل هدر الوقت الخارجية 1.....2.....
- (11) المقصود بوقت الفراغ هو
- ثالثا اجب عن الاسئلة التالية :**

1- علل

1. يجب إيجاد توازن بين أنواع الوقت
2. يجب وضع الأهداف قبل البدء في العمل
3. أهمية تحديد الأولويات وترتيبها
4. التخطيط عملية مهمة لإدارة الوقت

2- (من خلال دراستك لوحدة ادارة الوقت قم بالإجابة عن الأسئلة التالية) :

س(1) : يمكن تقسيم الوقت الى أنواع حسب الأنشطة التي تمارس فيه .أذكر أربعاً منها ؟

س(2) : صنف عوامل هدر الوقت التالية إلى عوامل خارجية وشخصية في جدول :

1. ملازمة الأصدقاء .
2. الملل.
3. الكسل والتباطؤ .
4. الانتظار الزائد .
5. التسويف .
6. البرامج التلفزيونية .
7. الزيارات المفاجئة .
8. عدم التنظيم .
9. الافتقار إلى التخطيط .

س(3): عند توزيع الوقت على الأنشطة يجب أن يكون بطريقة متوازنةفسر هذه العبارة ؟

س(4) : وضح المقصود بالأهداف ؟

س(5) : حتى يتم تحقيق الأهداف بشكل جيد لا بد من أن يوفر فيها مجموعة من الشروط .أذكر ثلاثاً منها ؟

2- (استعد أحمد لتأدية واجباته المدرسية وفي أثناء ذلك رن جرس البيت فإذا بسعيد جاء لزيارته ، جلسا أحمد وسعيد لتناول القهوة والحديث معا حتى وقت متأخر فلم يستطع أحمد تأدية واجباته المدرسية)

– من خلال هذه العبارة قم بالإجابة عن الأسئلة التالية :

- س(1) : ما رأيك في موقف سعيد ؟
- س(2) : لو كنت في موقف أحمد .ماذا كنت ستفعل ؟
- س(3) : الموقف السابق يعتبر من أي نوع من عوامل هدر الوقت ؟
- س(4): وضح المقصود بالوقت غير المخطط له ؟

- س(5) : كيف يمكنك أن تتصرف اتجاه المواقف التالية :
- جاء زميل لك لزيارتك فجأة عند بداية فترة مذاكرتك .
 - جلس صديقك للحديث معك لفترة طويلة .
 - اتصل بك صديقك وتحدث معك لفترة طويلة في أمور لا فائدة منها .
 - ذهبت للمستشفى ووجدت عدد كبير من المرضى الذين سوف تنظرهم حتى يأتي دورك .

الوحدة الرابعة عالم العمل

اولا : ضع علامة (√) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (x) أمام العبارة الخاطئة مع تعديل الخطأ :

1. يتفاوت الأفراد في مستوى كفاءتهم في أداء العمل بناءا على ميولهم () .
2. الميل هو شعور عند الفرد يدفعه للاهتمام بصورة مستمرة لموضوع معين () .
3. من أمثلة العمل في الخلاء مهندس ميكانيكي () .
4. الممرض يصنف من العمل الاجتماعي لتصنيف كودر () .
5. تشكل القدرات التي يمتلكها الشخص عامل مهم لتحديد مهنة المستقبل () .
6. تختلف الميول المهنية من شخص لآخر () .
7. تتشابه الميول المهنية لجميع الأفراد () .
8. تتصف فترة المراهقة المتوسطة بكثرة تغير الفرد لاحتياجاته المهنية () .
9. البرامج الإذاعية من مصادر التعرف للمهن قبل الالتحاق بها () .

ثانيا : أكمل العبارات التالية :

- (1) يتأثر الفرد عند اختياره لمهنة ما بعدة عوامل منها :1.....2.....
- (2) تتصف بكثرة تغير الفرد لاحتياجاته المهنية هي المراهقة
- (3) تتصف باستقرار الميول المهنية هي فترة المراهقة
- (4) من مصادر تعرف الفرد للمهن قبل الالتحاق بها 1.....2.....
- (5) من مصادر المعرفة المهنية 1.....2.....

ثالثا اجب عن الأسئلة التالية :

- 1- علل
1. تتصف فترة المراهقة المبكرة بكثرة تغير الفرد لاحتياجاته المهنية
 2. تتصف فترة المراهقة المتأخرة باستقرار الميول المهنية
 3. يفضل أن يستفيد الفرد من المصادر المهنية في وقت مبكر

2- (يمتلك المهندس قدرات كبيرة في ميكانيكا السيارات وتصليحها ودائما في شجار مع والده نحو مهنة المستقبل)

من خلال الفقرة السابقة قم بالإجابة عن الأسئلة التالية :

- س(1): لو كنت في موقف المهندس ماذا كنت ستفعل ؟
- س(2): كيف سيوضح المهندس لوالده عن قدراته وميوله ؟
- س(3): ما مصادر المعرفة التي يمكن للمهندس أن يأخذ منها المعلومات عن هذه المهنة ؟
- س(4) : يتأثر الفرد عند اختياره لمهنة ما بعدة عوامل ...أذكر ثلاثا منها للمهندس ؟
- س(5): ما هي الخطوات التي سوف يتبعها المهندس لكي يفتنع والده حول اختياره لهذه المهنة ؟
- س(6): لو التحق المهندس بهذه المهنة ما هي الخطوات التي سيقوم بها قبل العمل ؟