

تم تحميل هذا الملف من موقع المناهج السعودية



أوراق عمل مهارات حياتية وأسرية

موقع المناهج ← المناهج السعودية ← الصف الخامس ← تربية أسرية ← الفصل الثاني ← أوراق عمل ← الملف

تاريخ إضافة الملف على موقع المناهج: 07:05:30 2025-01-19

ملفات اكتب للمعلم اكتب للطالب | اختبارات الكترونية | اختبارات | حلول | عروض بوربوينت | أوراق عمل
منهج انجليزي | ملخصات وتقارير | مذكرات وبنوك | الامتحان النهائي للمدرس

المزيد من مادة
تربية أسرية:

التواصل الاجتماعي بحسب الصف الخامس

صفحة المناهج
السعودية على
فيسبوك



الرياضيات

اللغة الانجليزية

اللغة العربية

التربية الاسلامية

المواد على تلغرام

المزيد من الملفات بحسب الصف الخامس والمادة تربية أسرية في الفصل الثاني

رابط تحميل كتاب المهارات الحياتية والأسرية طبعة العام 1446هـ

1

اختبار مهارات حياتية وأسرية نهائي 1445هـ

2

أسئلة ورقة عمل المهارات الحياتية والأسرية

3

اختبارات الفترة الثالثة والرابعة والنهائي

4

اختبار الفترة الثالثة الإلكتروني

5

المنهج التربوي الأسرية
الصف: الخامس الابتدائي

ورقة عمل



اسم التلميذة:
.....



الموضوع:
كيف تذاكرين؟

ضعي علامة صح أسفل الصورة التي
تعبر عن الجلوس الصحيح للمذاكرة:-



صلي من العمود الأول بما يناسب من العمود الثاني:

الأكثر صعوبة.

أدون واجابتي المنزلية في

بعد صلاة الفجر.

أبداء بالواجبات

مفكرة خاصة.

أفضل وقت للقراءة

المنهج التربية الأسرية
الصفحة الخامس الابتدائي

ورقة عمل



اسم التلميذة:

الموضوع: كيف تجيبين عن
أسئلة الاختبار؟



من يكون؟

وسيلة لقياس مدى استيعابك وقدرتك
على تنظيم معلوماتك مهما كثرت مما
يجعلك قادرة على الإجابة عن
الأسئلة بطريقة صحيحة.

(.....)



ضعي خطأ أسفل الإجابة الصحيحة:

إذا واجهتي سؤالاً صعباً:

تتركينه ثم تعودين إليه بعد الانتهاء من
إجابة بقية الأسئلة.

تحاولين تذكر إجابته وترك بقية الأسئلة.

تتركه ولم تجيبي عليه.



المعلم التربية الأسرية
الصف الخامس الابتدائي

ورقة عمل



اسم التلميذة:

الموضوع:
التلوث داخل المنزل.



ضعي كل كلمة من الكلمات التالية في مكانها المناسب:



(أمراضاً - حمايته - الماء)

..... أصل الحياة ولا يمكن أن تستمر الحياة بدونها
لكنه إذا كان ملوثاً فإنه يسبب خطيرة
ومميتة ومن ضروريات الحياة المحافظة على المياه
و..... من التلوث.

© ضعبي علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (x) أمام العبارة الخاطئة:

الغذاء ضروري لاستقامة حياة الإنسان على الأرض.

ارتفاع صوت التلفاز لا يؤدي إلى الضوضاء.

تسرب مياه الصرف الصحي على خزانات المياه تسبب
التلوث.



المعلم التربية الأسرية
الصفحة الخامس الابتدائي

ورقة عمل



اسم التلميذة:

الموضوع:
تابع التلوث داخل المنزل.



ضعي دائرة حول الإجابة المختلفة:

كل ما يلي من صور التلوث الضوضائي إلا واحدة:

✓ الإصابة بالقلق والتوتر.

✓ الإصابة بالنزلات المعوية.

✓ العجز عن التفكير.

✓ ازدياد نبضات القلب وارتفاع ضغط الدم.



أجيب بـ نعم أو لا:

ترك الأغذية مكشوفة تسبب الجراثيم
والفيروسات.

رمي الفضلات وعدم التخلص منها من
أسباب التلوث.

الهواء النقي أساس الصحة السليمة
للإنسان.



ورقة عمل درس البيض

اختر الإجابة الصحيحة مما يلي:

1) البيض من أفضل الأطعمة:

البروتينية

النشوية

الدهنية

2) البروتينات مهمة لـ:

المفاصل

التجاعد

النمو

3) طريقة للطهي تتطلب حفظ الطعام في ماء ساخن:

الشوي

السلق

القلي

صل المجموعة (أ) بما يناسبها من المجموعة (ب) :

المجموعة (ب) :

البياض

الصفار

القشرة

المجموع (أ) :

غلاف ذو مسام

الزلال

المح

ورقة عمل درس البيض

اختر لكل عبارة

1) فيتامين لا يحتويه البيض.

2) يضاف لسلق البيض لتسهيل تقشيريه.

3) صفار البيض غني بـ.

4) الماء الناتج عن السلق مهم للـ.

5) إضافتها لماء السلق يمنع خروج الزلال.

اختر صح أو خطأ :

1) قشرة البيضة ذات طبيعة كلسية.

2) لا يحتوي البيض على الماء.

3) يفسد البيض إذا بقي خارج الثلاجة.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



مدرسة

أوراق عمل

المهارات الحياتية والأسرية

الصف الخامس الابتدائي

الفصل الدراسي الثاني

قائد المدرسة	المشرف التربوي	معلم المادة
.....

السؤال الأول

اختاري الاجابة الصحيحة :

- ١ / من الشروط الواجب توفرها في مكان المذاكرة :
- (أن يكون هادئ ، الجلوس مع العائلة ، أن تكون الاضاءة خافتة)
- ٢ / أفضل مكان للمذاكرة :
- (المكتبة العامة ، المنزل ، عند الأقارب و الجيران)
- ٣ / أفضل طريقة للمذاكرة :
- (في نهاية العام ، عند مشاهدة التلفاز ، عندما يكون الذهن صافي)

السؤال الثاني

ضعي علامة (صح) أو (خطأ) أمام العبارات التالية :

- ١ / اختيار المكان الملائم للمذاكرة يساعد على التركيز و الأداء الأفضل ()
- ٢ / تعد تقنية الطماطم إحدى طرائق المذاكرة المعينة على التركيز ()
- ٣ / يمكن مشاهدة التلفاز في أثناء المذاكرة ()
- ٤ / الاختبارات الدولية تشارك فيها مجموعة من الدول لقياس مهارات طلابها ()

السؤال الأول

ضعي علامة (صح) أو (خطأ) أمام العبارات التالية :

- ١ / الاختبار وسيلة لقياس مدى الاستيعاب ()
- ٢ / النقاش مع الزملاء قبل الاختبار لا يشتت المعلومات ()
- ٣ / المواظبة على الصلاة و الدعاء تمنح الطالب الهدوء و تزيد قدرته على استرجاع المعلومات ()

السؤال الثاني

اخترى الإجابة الصحيحة :

- ١ / كيف تتصرف إذا واجهت سؤالاً صعباً :
(عدم إضاعة الوقت فيما لا أعرفه ، أحاول تذكر إجابته و ترك بقية الأسئلة ، أتركه ثم أعود إليه)
- ٢ / تعتبر من الطرق الصحيحة للإجابة عن الأسئلة :
(السرعة ، عدم التركيز ، البدء بالإجابة بالسؤال الأسهل)
- ٣ / من أهم عوامل الاستعداد الجيد للاختبار :
(النوم المتأخر و لساعات غير كافية ، التوكل على الله ، سوء التغذية)

الصف : الخامس

الدرس : التلوث داخل المنزل
(الحشرات , الضوضاء)

ورقة عمل

ضعي علامة (صح) أو (خطأ) أمام العبارات التالية :

السؤال الأول

١ / يُعتبر الذباب من أكثر الحيوانات المنزلية انتشاراً ()

٢ / من أسباب التلوث الضوضائي ترك الأغذية مكشوفة ومعرضة للذباب ()

٣ / من أضرار الضوضاء الإصابة بالقلق و التوتر ()

٤ / المبيد الحشري يُعد من الملوثات ()

اختاري الإجابة الصحيحة :

السؤال الثاني

١ / من إيجابيات قتل الذباب بمبيد الحشرات أنها :

(تحتاج بذل مجهود , سريعة المفعول , طريقة آمنة)

٢ / من أسباب التلوث بالحشرات :

(الاهتمام بنظافة المنزل , التخلص من النفايات , ترك الأغذية مكشوفة)

٣ / من أسباب التلوث الضوضائي :

(رفع صوت المذياع والتلفاز , حفظ الأطعمة بصورة صحية , الاهتمام بنظافة المنزل)

الصف : الخامس

الدرس : التلوث داخل المنزل
(الهواء و الماء)

ورقة عمل

ضعي علامة (صح) أو (خطأ) أمام العبارات التالية :

السؤال الأول

- ١ / يُعد الهواء النقي أساس الصحة السليمة للإنسان ()
- ٢ / الأمطار تعد من مصادر الحصول على الماء ()
- ٣ / لحماية أنفسنا من تلوث الهواء يجب إغلاق النوافذ دائماً ()
- ٤ / من أسباب تلوث الماء صدأ الأنابيب و ردايتها ()

اختاري الإجابة الصحيحة :

السؤال الثاني

- ١ / من أضرار تلوث الماء :
(التهاب الجهاز التنفسي , الإصابة بشلل الأطفال , حساسية الصدر)
- ٢ / من الطرق الفعالة لحماية أنفسنا من تلوث الهواء :
(فتح النوافذ للتهوية , عدم الاهتمام بنظافة المنزل , التدخين)
- ٣ / مواصفات الماء الصالح للشرب :
(له لون وليس له طعم , له طعم و رائحة , ليس له لون و لا طعم و لا رائحة)
- ٤ / من طرق حماية الماء من التلوث :
(عزل خزانات المياه جيداً , عدم إحكام غلق خزان الماء , صدأ الأنابيب)

السؤال الأول

ضعي علامة (صح) أو (خطأ) أمام العبارات التالية :

- ١ / يجب وضع البيض في المكان المخصص له في الثلاجة ()
- ٢ / السلق هو إنضاج الطعام بغمره في الماء و تعريضه لدرجات حرارة مختلفة ()
- ٣ / عند سلق البيض يُضاف قليل من الملح مع الماء ليصعب تقشيريه ()
- ٤ / يحتوي البيض على الكربوهيدرات ()

السؤال الثاني

اختاري الإجابة الصحيحة :

- ١ / إذا استقرت البيضة في قاع الكأس الذي يحتوي على ماء و ملح فهي :
(فاسدة ، صالحة ، جافة)
- ٢ / من الأطباق التي يدخل البيض في تركيبها :
(سلطة البيض المسلوق ، محشي ورق العنب ، الملوخية)
- ٣ / العناصر الغذائية التي يحتوي عليها البيض :
(الأملاح المعدنية ، البروتين ، جميع ما سبق)