

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

اختراري 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)

السؤال الأول

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

- 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 رداؤها ()

السؤال الثاني

اختاري الإجابة الصحيحة :

- 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)
- ٣ / من طرق حماية الماء من التلوث :
(عزل خزانات المياه جيداً ، عدم إحكام غلق خزان الماء ، صدأ الأنابيب)

ورقة عمل

الدرس : التلوث داخل المنزل
(الحشرات ، الضوضاء)

الصف : الخامس

السؤال الأول

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

- 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 ()

السؤال الثاني

اختاري الإجابة الصحيحة :

- ١ / من إيجابيات قتل الذباب بمبيد الحشرات أنها :
(تحتاج بذل مجهود ، سريعة المفعول ، طريقة آمنة)
- ٣ / 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)

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

اختراري 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)

سئلة مراجعة لمادة التربية الأسرية الفصل الدراسي الثاني
الوحدة الأولى (مهارات في الحياة)



س ١ / اختاري الإجابة الصحيحة لكل مما يلي :

١	المنزل أفضل مكان للمذاكرة حيث يساعد على:	(أ) التركيز .	(ب) التشتت .	(ج) السهر .	(د) القلق .
٢	المذاكرة بعد صلاة تساعدك على سرعة التركيز أكثر من أي وقت آخر.	(أ) الفجر .	(ب) الظهر .	(ج) العصر .	(د) العشاء .
٣	عدم المواظبة على الصلاة والأذكار اليومية	(أ) يشرح الصدر .	(ب) يخفف الضغط	(ج) يقلل التركيز .	(د) يزيد التركيز .
٤	أفضل طريقة للمذاكرة هي :	(أ) المذاكرة في نهاية السنة .	(ب) المذاكرة اليومية .	(ج) المذاكرة الأسبوعية .	(د) المذاكرة يوم الاختبار .
٥	أبسط طرق الاسترخاء هي التنفس :	(أ) بعمق .	(ب) بقوة .	(ج) بسرعة .	(د) بصوت .
٦	تناول الوجبة الصحية أثناء المذاكرة يزودك بالطاقة :	(أ) الحرارية والعقلية .	(ب) الجسمية فقط .	(ج) الجسمية والعقلية	(د) العقلية فقط .
٧	كثرة النقاش مع الزميلات قبل الاختبار تولد :	(أ) السعادة .	(ب) الطمأنينة .	(ج) الضغط النفسي .	(د) التركيز .

س ٢ / ضعي الرمز المناسب √ أو x لكل مما يلي :

- ١ - سرعة الخروج من لجنة الاختبار دون مراجعة الإجابات تزيد احتمال الرسوب. ()
- ٢ - أفضل وقت للقراءة والحفظ ، بعد صلاة الفجر لصفاء الذهن. ()
- ٣ - من أسباب النسيان : التنظيم في استخدام وقت المذاكرة. ()
- ٤ - من الشروط الواجب توافرها في مكان المذاكرة أن يكون هادئاً. ()
- ٥ - مواظبتك على الصلاة والأذكار تزيد قدرتك على استرجاع المعلومات. ()

س ٣/ املئي الفراغات التالية بكلمة مناسبة :

- ١/ من جد وجد ومن حصد .
- ٢/ ذكر الله يطرد..... والتوتر .
- ٣/ أترك بعض..... لمراجعة الإجابات أثناء الاختبار .
- ٤/ أبسط طرق الاسترخاء هي التنفس
- ٥ / المؤمن القوي وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف .
- ٦ / أفضل وقت للقراءة بعد صلاة

س ٤ / أجيب بالتفصيل عن الآتي :

- أ/ كيف تذاكرين ؟
- ب/ واجهت سؤالاً صعباً، ماذا تفعلين؟
- ج/ هل لديك آمنيات تودين تحقيقها للفقراء ؟
- د-/ ماهي الأوقات المناسبة للمذاكرة ؟
- س ٥ / اذكر دليلاً من السنة عن النهي عن الغش .
- س ٦ / اذكر الشروط الواجب توافرها في مكان المذاكرة .
- س ٧ / كيف تتصرفين إذا :
- أ/ واجهت سؤالاً صعباً .
- ب/ لم تذاكري للاختبار .
- س ٨ / ماهي الطريقة الصحيحة للمذاكرة ؟
- س ٩ / عددي العوامل التي تساعد على التركيز عند المذاكرة.
- س ١٠ / اذكر الشروط الواجب توافرها في المكان المناسب للمذاكرة .
- س ١١ / ماهو أفضل وقت للمذاكرة مع ذكر دليل من السنة ؟
- س ١٢ / أثبتت الدراسات الطبية وجود أغذية تقوي الذاكرة ، اذكر بعضها منها.

سئلة مراجعة لمادة التربية الأسرية الفصل الدراسي الثاني
الوحدة الثانية (بيئتي)



س ١ / اختاري الإجابة الصحيحة في كل مما يلي:

١	حفر خزانات مياه الصرف الصحي بجوار خزانات مياه الشرب يسبب:	(أ) التلوث بالحشرات.	(ب) التلوث بالماء.	(ج) التلوث بالهواء.	(د) التلوث الضوضائي.
٢	من أسباب التلوث الضوضائي.....	(أ) ارتفاع صوت المذياع	(ب) دخان السيارات.	(ج) دخان المصانع .	(د) تلوث الهواء
٣	استخدام البخور يومياً يسبب :	(أ) تلوث الماء.	(ب) جذب الحشرات .	(ج) تلوث ضوضائي.	(د) تلوث الهواء.
٤	استخدام الفحم في التدفئة يسبب :	(أ) تلوث الهواء .	(ب) تلوث الماء .	(ج) التلوث الضوضائي	(د) تلوث بالحشرات .
٥	تخفيف الأحمال الزائدة على محطات الكهرباء يعني :	(أ) الترشيد .	(ب) الاستهلاك الأكثر.	(ج) الإسراف .	(د) البذخ.
٦	من أسباب نقل الأمراض بين الحجيج :	(أ) كثرة المواصلات .	(ب) تنوع الغذاء .	(ج) زيادة الازدحام.	(د) قلة الازدحام.
٧	من الخطورة استخدام الأجهزة الكهربائية والأيدي :	(أ) مبللة بالماء .	(ب) جافة.	(ج) باردة.	(د) حارة.
٨	عملية إعادة التدوير من تلوث البيئة .	(أ) تقلل.	(ب) تزيد.	(ج) تضاعف.	(د) تمنع.

س ٢ / ضعي أمام كل فقرة الحرف (ص) إذا كانت العبارة صحيحة والحرف (خ)

إذا كانت العبارة خاطئة :

- ١ - من أسباب تلوث الماء الإصابة بشلل الأطفال. ()
- ٢ - رفع صوت الراديو يسبب تلوث ضوضائي. ()
- ٣ - عملية إعادة التدوير لا تقلل من تلوث البيئة. ()
- ٤ - الالتزام بالهدوء وعدم إحداث الضوضاء من آداب الشريعة نحو الجار. ()
- ٥ - الإسراف في استهلاك الكهرباء واجب ديني ومطلب وطني. ()
- ٦ - الغذاء غير ضروري لحياة الإنسان على الأرض. ()

- ٧- من أسباب تلوث الماء اهتمام صاحب المنزل بنظافة خزانات المياه . ()
- ٨- الازدحام في الحج من أسباب تلوث الهواء ونقل الأمراض بين الحجاج . ()

س٣/ اذكرى النتائج المترتبة على المواقف التالية :

- أ/رمي الفضلات وبعثرة النفايات في المنتزهات .
- ب/التدخين بين أفراد الأسرة .
- ج/ تهوية المنزل بشكل مستمر والحرص على نظافته .
- د/ استبدال الأجهزة ذات الأصوات العالية بأجهزة ذات أصوات منخفضة .

س٤/ أجيبى عن الأسئلة التالية :

- ١/ ما فائدة الهواء النقي لجسم الإنسان ؟
- ٢/ اذكرى أماكن مزدحمة قد نتعرض فيها للأمراض بسبب تلوث الهواء .
- ٣/ ما مواصفات الماء الصالح للشرب ؟
- ٤/ اذكرى أسباب تلوث الماء .
- ٥/ هناك مصادر طبيعية للضوضاء ، اذكرىها .
- ٦/ ما سبب تكاثر الحشرات في المنزل ؟
- ٧/ عددي أنواع التلوث ؟
- ٨/ ماهي مصادر المياه؟
- ٩/ كيف أحمي الماء من التلوث؟
- ١٠/ اذكرى أسباب التلوث بالحشرات .
- ١١/ عرفى التلوث الضوضائى.
- ١٢/ ماهي النتيجة المترتبة على التدخين بين أفراد الأسرة؟

أسئلة الوحدة الثالثة (غذائي) لمادة التربية الأسرية للصف الخامس

الفصل الدراسي الثاني

س ١ / اختاري الإجابة الصحيحة في كل مما يلي :

١	أفضل وأرخص الأطعمة البروتينية التي يتناولها الإنسان هي..... .	(أ) اللحم .	(ب) الدجاج .	(ج) البيض .	(د) الزبدة .
٢	ينبغي الإقلال من الدهون لأن الإكثار منها يسبب وتصلب الشرايين .	(أ) النحافة.	(ب) السمنة .	(ج) التوتر .	(د) السكر .
٣	يعتبر البيض مصدر للبروتين :	(أ) الحيواني .	(ب) المركب .	(ج) النباتي .	(د) المدعم.

س ٢ / ضعي الرمز (✓) أو (x) في المكان المناسب في كل مما يلي :

- ١-يفضل تناول غذاء صحي متوازن. ()
- ٢-صفار البيض غني بالحديد. ()
- ٣- البيض مصدر للبروتين النباتي. ()
- ٤- الماء ضروري لخلايا الجسم ويساعد في هضم الطعام. ()
- ٥- يشتري البيض بكميات كبيرة لكونه أرخص ثمنًا. ()
- ٦- ترك البيض في درجة حرارة الغرفة مدة طويلة يؤدي إلى فسادهِ. ()
- ٧- البيض من أفضل وأرخص الأطعمة البروتينية . ()

س ٣ / املني الفراغات التالية بما يناسبها:

- ١/البيض أفضل الأطعمة
- ٢/تتركب البيضة من و..... و.....
- ٣ / من أطباق البيض و.....

س ٤ / أجبني عن الأسئلة التالية :

١ / مم تتركب البيضة؟

٢ / لماذا تطفو البيضة فوق الماء؟

٣ / اذكرني مثالا على البروتين الحيواني ؟

٤ / صفني تركيب قشرة البيضة ؟

٥ / لماذا يفضل مسح البيض بمنشفة بدلاً من غسله بالماء؟