# اوراق عمل
# الصف الثالث المتوسط

## الفصل الدراسي الاول

الجزء الاول من المقرر

المملكة العربية السعودية أوراق عمل المهارات الحياتية الصف: ثالث المتوسط ف١
الفصل:
الاسم / الموضوع: كيف تكون فعالا؟

## ١ـ ضع/ي علامة ( ✓ ) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) أمام العبارة الخاطئة

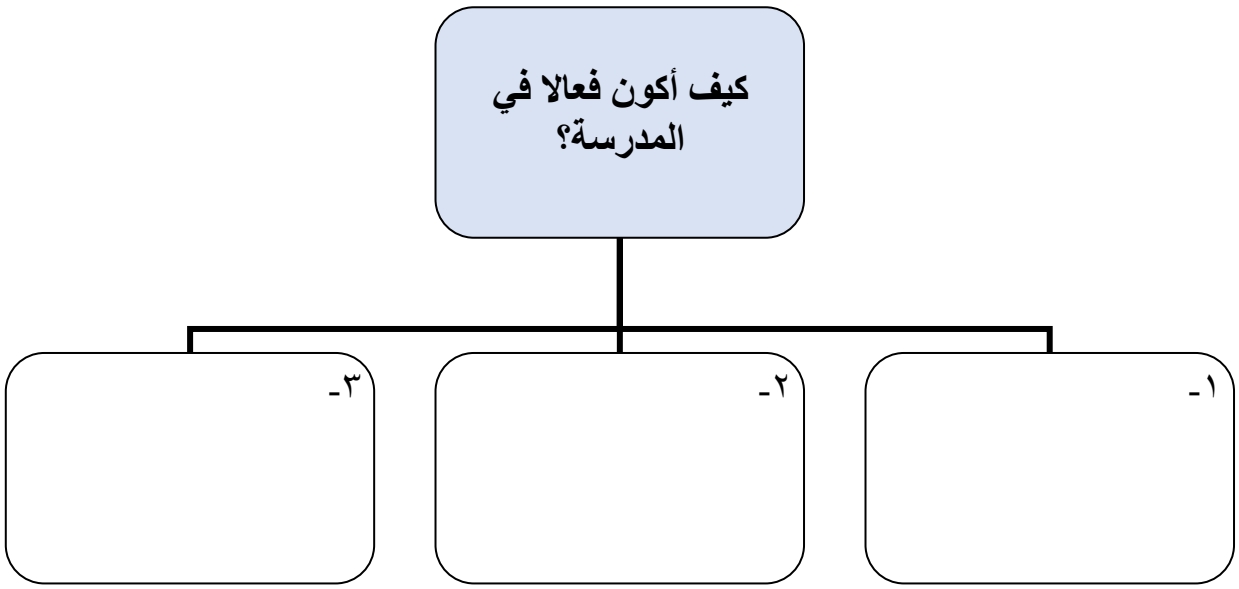
١ـيجب ان يحرص الفرد على اللباقة في الحديث مع الجميع ( )

٢ـ يمكن ان تطلب من الاسرة الكماليات ولا تهتم لظروفهم المادية ( )

٣ـ يجب الاهتمام بإخوتي الصغار عند غياب والدي من المنزل ( )

٤ـ جميل ان استقبل الضيوف ببشاشة واشاركهم الحديث ( )

## ٢ـ أكملي/ المخطط التالي:




اعداد المعلمة: هديل النجار

المملكة العربية السعودية أوراق عمل المهارات الحياتية الصف: ثالث المتوسط ف١
الفصل:
الاسم: الموضوع : آداب الزيارة

## ١ـ ضع/ي علامة ( ✓ ) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) أمام العبارة الخاطئة

١ـ من آداب زيارة التهنئة ان تكون في وقتها المناسب ( )

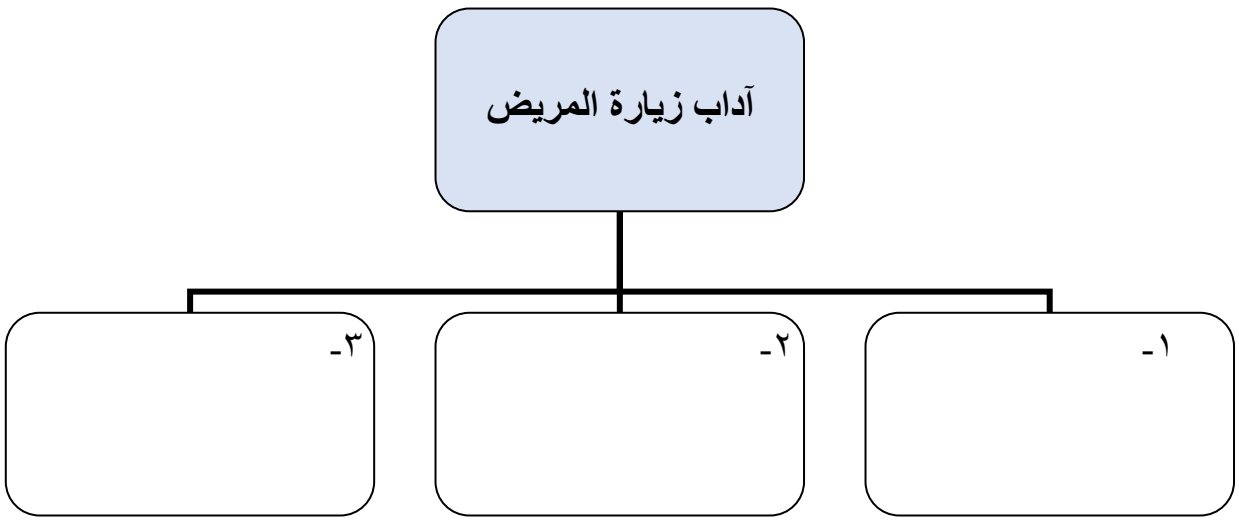
٢ـمن آداب الزيارة التأخر في القدوم وعدم احترام موعد الزيارة ( )

٣ـمن آداب الضيافة اختيار الملابس المناسبة للاستقبال ( )

٤ـاكرام الضيوف يعني المبالغة في تقديم الطعام والشراب ( )

٥ـ الزيارة قديما كانت بموعد مسبق متفق عليه ( )

## ٢ـ أكمل/ي المخطط التالي:




اعداد المعلمة: هديل النجار

المملكة العربية السعودية أوراق عمل المهارات الحياتية الصف: ثالث المتوسط ف١
الفصل:
الاسم: الموضوع : قواعد الحديث وفن الاستماع

## ١- ضع/ي علامة ( ✓ ) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) أمام العبارة الخاطئة

١- يمكن التحدث بكل ما يسمع ( )

٢- الحذر من التباهي والتفاخر بما لا تملكه للارتفاع في اعين الناس ( )

٣- الحرص على رفع الصوت في اثناء الحديث ( )

٤- اتعمد تصحيح الأخطاء العفوية للمتحدث إذا كانت لا تؤذي أحدا ( )

## ٢- أكمل/ي الفراغات التالية بما يناسبها :

( الجدال - الكلمات - الانصات - احترام )

١- عند الحديث ابتعد عن ..... البذيئة

٢-الابتعاد عن كثرة ..... عند الحديث كي لا يخسر الطرفان

٣-لا انشغل بشيء اخر في اثناء ..... للمتحدث معي

اعداد المعلمة: هديل النجار

المملكة العربية السعودية أوراق عمل المهارات الحياتية الصف: ثالث المتوسط ف١
الفصل:
الاسم: الموضوع : الميزانية وموارد الاسرة

**١ـ ضع/ي علامة ( ✓ ) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) أمام العبارة الخاطئة**

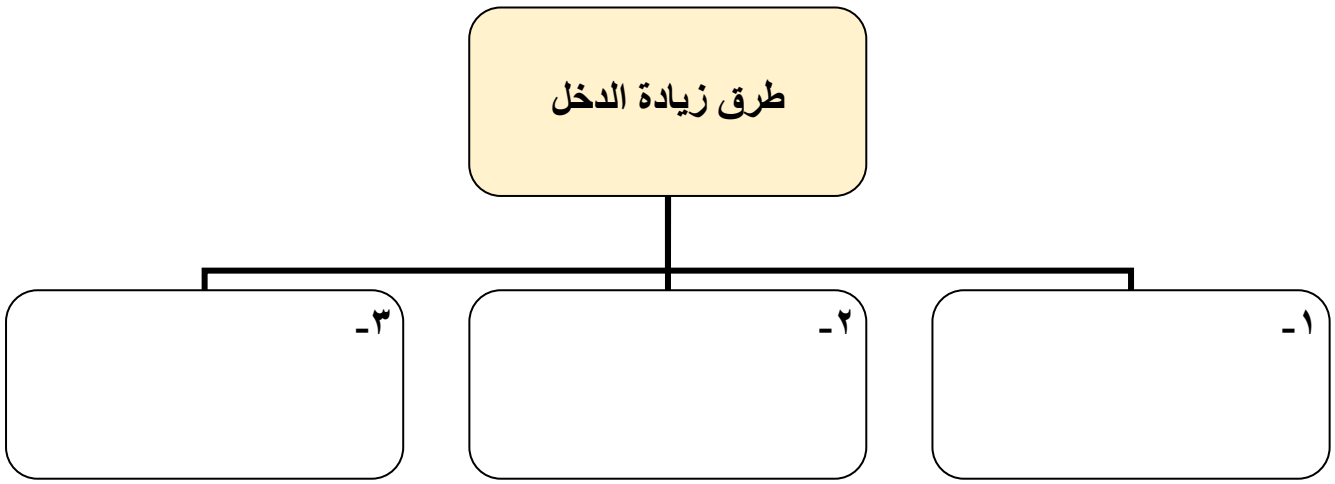
١ـ الضروريات هي التي يمكن في الحياة الاستغناء عنها ( )

٢ـتذبذب الأسعار من العوامل المؤثرة في عدم نجاح تنفيذ الميزانية ( )

٣ـيفضل اشتراك افراد الاسرة في تخطيط الميزانية ( )

٤ـ العجز من حالات الميزانية التي يكون فيها المصروفات متساوية مع الإيرادات ( )

**٢ـ أكمل/ي المخطط التالي:**




اعداد المعلمة: هديل النجار

المملكة العربية السعودية أوراق عمل المهارات الحياتية الصف: ثالث المتوسط ف١
الفصل:
الاسم : الموضوع : استهلاك الغذاء

## ١ـ ضع/ي علامة ( ✓ ) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) أمام العبارة الخاطئة:

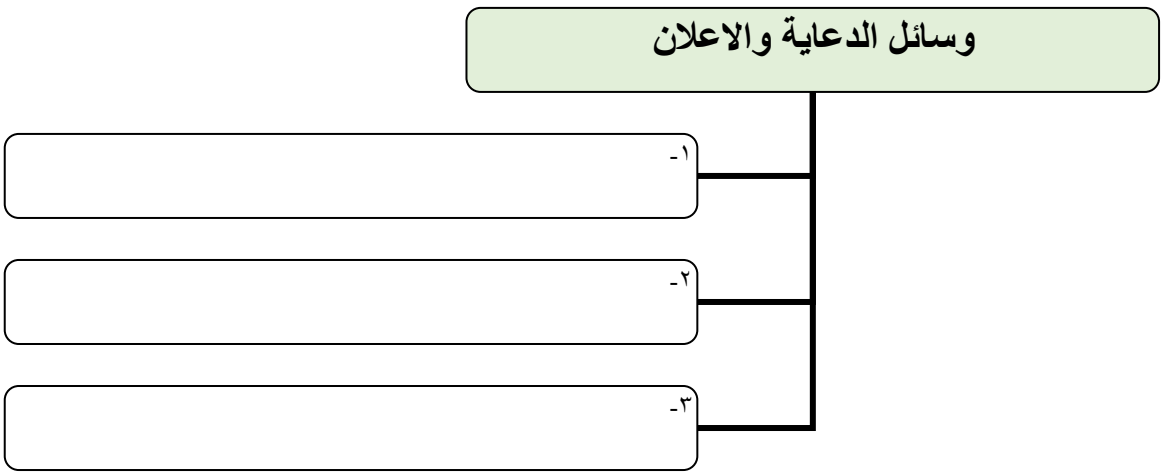
١ـيجب تجنب المنتجات التي لا يذكر فيها كل المكونات بشكل واضح ( )

٢ـ ان وسائل الدعاية والإعلان لا تؤثران في سلوك المستهلك وقراراته ( )

٣ـينبغي عدم التسرع في شراء الأغذية لان التمهل في الفحص والمقارنة يوفر المال ( )

٤ـالبطاقة الارشادية هي كل بيان او إيضاح مصور او مكتوب او محفور او بارز متصل اتصال ثابت بعبوة المادة الغذائية ( )

## ٢ـ أكمل/ي المخطط التالي:




اعداد المعلمة: هديل النجار

المملكة العربية السعودية أوراق عمل المهارات الحياتية الصف: ثالث المتوسط ف١
الفصل:
الاسم : الموضوع : حفظ الاطعمة

**١ـ ضع/ي علامة ( ✓ ) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) أمام العبارة الخاطئة:**

١ـ التبريد هو حفظ الأطعمة تحت درجة حرارة منخفضة جدا اقل من الصفر المئوية ( )

٢ـ تخليص معظم الرطوبة الموجودة بالأطعمة تحت ظروف معينة يسمى تجفيف ( )

٣ـ يتم إضافة ملعقة صغيرة من السكر عند عمل المخلل حتى يسرع في نضج المخلل ( )

٤ـ التجميد والاذابة المتكررة لا تغير طعم المادة الغذائية ولا مظهرها ( )

**٢ـ أكمل/ي المخطط التالي:**

**لماذا يتم حفظ الأطعمة؟**

١-

٢-

٣-

اعداد المعلمة: هديل النجار

المملكة العربية السعودية أوراق عمل المهارات الحياتية الصف: ثالث المتوسط ف١
الفصل:
الاسم : الموضوع : أصناف من بيئتي دقيق القمح(البر)

## ١ـ ضع/ي علامة ( ✓ ) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) أمام العبارة الخاطئة:

١ـيحتوي القمح على انزيمات تساعد على الهضم ( )

٢ـ من فوائد القمح انه مفيد للبشرة والشعر ( )

٣ـ الدقيق الأسمر نزعت منه معظم طبقات النخالة بنسبة ٨٠ـ٨٥٪ ( )

٤ـ من فوائد مطحون القمح انه يزيل التورم والكدمات وتهيج الجلد ( )

## ٢ـ صل/ي العمود الأول بما يناسبه في العمود الثاني:

| | |
|---|---|
| الدقيق | يستخدم في صنع المكرونة والحلويات الشرقية |
| السميد | يستخدم عند اعداد بعض الأصناف كا التبولة |
| البرغل | يستخدم في عمل بعض العجائن مثل الكعك |

اعداد المعلمة: هديل النجار

المملكة العربية السعودية أوراق عمل المهارات الحياتية الصف: ثالث المتوسط ف١
الاسم :
الفصل:
الموضوع : اسعاف الحوادث المنزل
( السقوط- الغرق- الاختناق )

**- ضع/ي علامة ( ✓ ) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) أمام العبارة الخاطئة:**

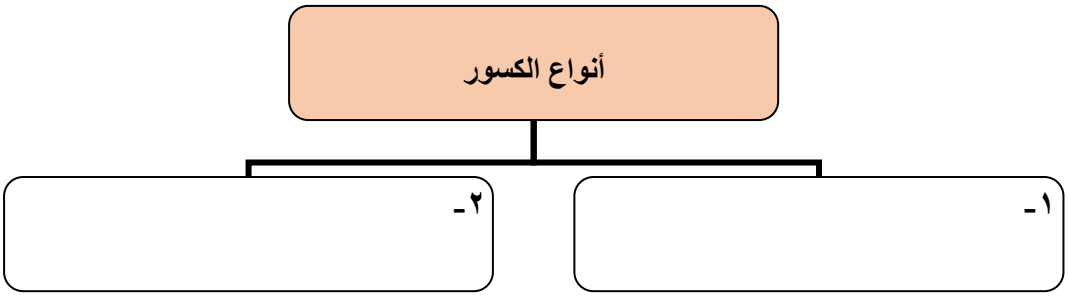
١- الخلع هو انفصال انسجة العظم ويتفاوت من شرخ بسيط الى كامل ( )

٢- تسعف الكدمة بوضع كمادات ساخنة عليها ( )

٣-يجب عدم قذف نفسك في الماء عند انقاذ الغريق إذا كنت لا تجيد السباحة ( )

٤- انسداد مجرى التنفس بتأثير جسم غريب يسمى اختناق ( )

**٢-أكمل/ي المخطط التالي:**




اعداد المعلمة: هديل النجار

المملكة العربية السعودية أوراق عمل المهارات الحياتية الصف: ثالث المتوسط ف١
الاسم : الموضوع : اسعاف الحوادث المنزل
الفصل: (الصعقة الكهربائية – التسمم)

## ١ـ ضع/ي علامة ( ✓ ) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) أمام العبارة الخاطئة:

١ـلاسعاف المصاب بالصعق الكهربائي يجب فصل مصدر الكهرباء اولا ( )

٢ـاسعاف التسمم بمشتقات البترول يعطى المصاب زيت الزيتون ويمنع من القيء ( )

٣ـ يجب حفظ المواد الكيميائية في علب خاصة بعيدة عن الأطفال ( )

٤ـ الصعق الكهربائي هو انغلاق مجرى التنفس لوجود الماء ( )

## ٢ـ صل/ي العمود الأول بما يناسبه في العمود الثاني:

| | |
|---|---|
| التسمم الغذائي | يحدث نتيجة استنشاق بعض الغازات الضارة بالجسم |
| التسمم بالغازات | يحدث نتيجة تناول غذاء ملوث بالبكتريا او سمومها |
| التسمم باللدغ | نتيجة لدغ نوع من الحشرات او حيوانات زاحفة |

اعداد المعلمة: هديل النجار

المملكة العربية السعودية أوراق عمل المهارات الحياتية الصف: ثالث المتوسط ف١
الاسم :
الفصل:
الموضوع : اسعاف الحوادث المنزل
(الجروح – الحروق)

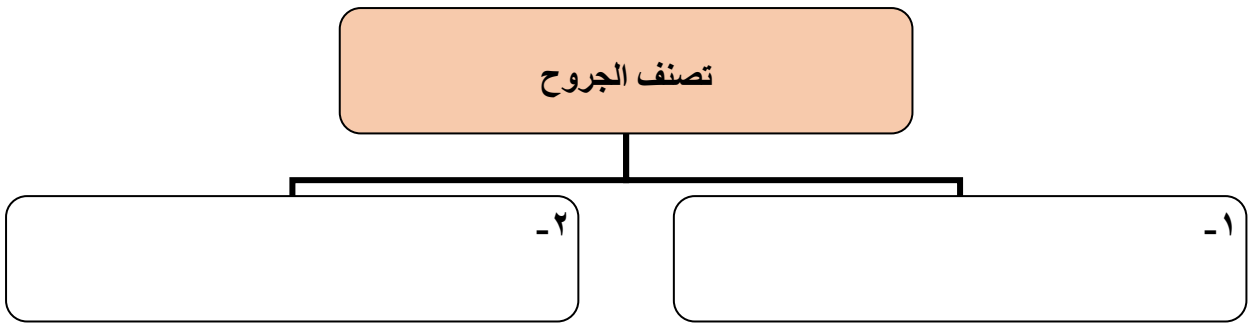
## ١- ضع/ي علامة ( ✓ ) امام العبارة الصحيحة وعلامة (×) أمام العبارة الخاطئة:

١-تعريف الحروق هي قطع او فصل في انسجة الجسم سواء داخليا او خارجيا ( )

٢-مسببات الحروق هي درجة الحرارة والمواد الكيميائية فقط ( )

٣-يصنف احمرار سطحي في الجلد من حروق الدرجة الثالثة ( )

## ٢-أكمل/ي المخطط التالي:




اعداد المعلمة: هديل النجار

الدرس :..... اسم الطالبة :..... الفصل :.....

# ورقة عمل

ما هى مزايا الاجتماعات الدورية ؟

١-.....

٢-.....

٣-.....

اذكري سلبيات الاجتماعات الدورية ؟

١-.....

٢-.....

٣-.....

عددي اداب زيارة المريض ؟

١-.....

٢-.....

٣-.....

اذكري بعض اداب زيارة التهنئة ؟

١-.....

٢-.....

٣-.....

الدرس :..... اسم الطالبة :..... الفصل :.....

# ورقة عمل

ما هي العوامل التي تحقق التوازن الداخلي للاسرة ؟

١-.....

٢-.....

٣-.....

٤-.....

٥-.....

اذكري الموارد المالية لدخل الاسرة ؟

١-.....

٢-.....

٣-.....

ماهي الميزانية ؟

.....

عددي خطوات اعاد الميزانية ؟

١-.....

٢-.....

٣-.....

ما هى ابواب الصرف ؟

١-.....

٢-.....

٣-.....

الدرس :..... اسم الطالبة :..... الفصل :.....

# ورقة عمل

ما هو الوعي الاقتصادي ؟

.....

ما هي محتويات البطاقة الارشادية ؟

١-.....

٢-.....

٣-.....

٤-.....

اذكري وسائل الدعاية و الاعلان ؟

١-.....

٢-.....

٣-.....

٤-.....

٥-.....

ما هي الدعاية ؟

.....

ما هي الاعلان ؟

.....

الدرس :..... اسم الطالبة :..... الفصل :.....

# ورقة عمل

لماذا يتم حفظ الاطعمه ؟

١-.....

٢-.....

٣-.....

اذكري طرائق حفظ الاطعمة ؟

١-.....

٢-.....

٣-.....

٤-.....

اذكري انواع التجميد ؟

١-.....

٢-.....

انواع التجفيف ؟

١-.....

٢-.....

الدرس :..... اسم الطالبة :..... الفصل :.....

# ورقة عمل

مما تتركب حبة القمح ؟

١-.....

٢-.....

٣-.....

٤-.....

اذكري اشكال القمح واستخدامه ؟

١-.....

٢-.....

٣-.....

٤-.....

عددي بعض فوائد القمح ؟

١-.....

٢-.....

٣-.....

٤-.....

٥-.....

٦-.....