

تم تحميل وعرض المادة من

# منهجي


mnhaji.com



موقع منهجي منصة تعليمية توفر كل ما يحتاجه المعلم  
والطالب من حلول الكتب الدراسية وشرح للدروس  
بأسلوب مبسط لكافة المراحل التعليمية وتوزيع  
المناهج وتحضير وملخصات ونماذج اختبارات وأوراق  
عمل جاهزة للطباعة والتحميل بشكل مجاني

حمل تطبيق منهجي ليصلك كل جديد



<p>المادة : مهارات حياتية الصف : ثالث ثانوي الفصل الدراسي الثاني - الدور الأول. الزمن :</p>	 <b>وزارة التعليم</b> Ministry of Education	<p>المملكة العربية السعودية وزارة التعليم إدارة التعليم بمنطقة القصيم مدرسة الثانوية الأولى بقبة</p>
<p>الدرجة رقماً:</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; width: 100px; margin: 0 auto; text-align: center;"> <p>40</p> </div>	<p>المصحح : ..... توقيعه : ..... المراجع : ..... توقيعه : ..... المدقق : ..... توقيعه : .....</p>	
<p>الدرجة كتابة:</p>	<p>اسم الطالب : ..... الفصل : .....</p>	

**ابدأ حلَّ الأسئلة مستعيناً بالله تعالى ، مردداً : "اللهم لا سهل إلا ما جعلته سهلاً ، وأنت تجعل الحزن إذا شئت سهلاً"**

/ 15

**السؤال الأول: ظلل الإجابة الصحيحة فيما يلي:**

1. من مستويات التفكير:					
أ	التفكير المركب.	ب	التفكير العقلي.	ج	التفكير النادر.
د	غير ماسبق.				
2. المعرفة والاستيعاب التطبيق من مستويات :					
أ	التفكير الأساسي.	ب	التفكير المركب.	ج	التفكير النقدي.
د	التفكير الإبداعي				
3. خطوة من خطوات تطبيق مهارة معالجة الأفكار:					
أ	تسجيل قائمة الأبعاد الإيجابية فكرة	ب	القراءة.	ج	التجديد.
د	العلم.				
4. ما تحتاج إليه لمعالجة الأفكار:					
أ	القدرة على النقد.	ب	القدرة على القراءة.	ج	القدرة على السمع.
د	القدرة على الكلام.				
5. شعور وإحساس بوجود صعوبة ما:					
أ	المشكلة.	ب	الفكرة.	ج	التحليل.
د	التذكر.				
6. تحديد المشكلة خطوة من خطوات حل:					
أ	المشكلات.	ب	الأفكار.	ج	التحليل.
د	النقد.				
7. مجموعة من القوانين والمبادئ والتشريعات:					
أ	النظام.	ب	الذوق العام.	ج	معالجة الأفكار.
د	غير ماسبق.				
8. مظهر من مظاهر الذوق العام:					
أ	القصد في المشي.	ب	رفع الصوت.	ج	الغضب.
د	المشكلة.				
9. يعد الذوق حاسة:					
أ	اجتماعية.	ب	معنوية.	ج	إنسانية.
د	نفسية.				
10. من واجبات الدولة وحقوق المواطنين:					
أ	الإستمتاع.	ب	حماية الإسلام .	ج	الحراسة الشخصية.
د	غير ماسبق.				

11. السمع والطاعة لولي الأمر في غير معصية الله واجب من واجبات:						
أ	الحاكم.	ب	المواطن تجاه الدولة.	ج	ولي الأمر.	الرئيس.
12. القدرة على التمييز بي الخير والشر شرط من شروط تحقق:						
أ	التفكير.	ب	المسؤولية	ج	حل المشكلة.	النقد.
13. عنصر من عناصر النظام:						
أ	النقد.	ب	الوظيفة.	ج	التحليل.	القدرة.
14. نوع من أنواع الأزمات من حيث التأثير على المجتمع:						
أ	سهلة.	ب	محدودة التأثير.	ج	بسيطة.	يسيرة.
15. ضابط من ضوابط الترفيه:						
أ	العدل.	ب	خالي من المحرمات.	ج	المساواة.	السعة.

15/

السؤال الثاني: ضع علامة ( ✓ ) إذا كانت الإجابة صحيحة، وعلامة ( ✗ ) إذا كانت العبارة خاطئة فيما يلي:

م	السؤال	العلامة
1	أن يكون المواطن حسن الخلق مع السائح.	
2	الترفيه والسياحة متعارضة مع القيم الدينية.	
3	من انواع السياحة السياحة التاريخية.	
4	النظرية السلوكية تركز عدل أسلوبني؛ لتشكيل السلوك املسؤول هام: الثواب والعقاب.	
5	يربط علماء الاجتماع بين العمر الزمني والعمر العقلي؛ لتكوين المسؤولية الفردية عن السلوك.	
6	الشريعة الإسلامية مصدر التشريع في المملكة العربية السعودية.	
7	يعين التناصح ووجود القدوة الحسنة على شيوع مظاهر الذوق العام.	
8	النظام له خاصية الإيجار والإلزام.	
9	يجمع العلماء الاجتماع على أن الأنظمة أساليب مقننة تنشأ تلقائياً.	
10	يقصد بمعالجة الأفكار تعزيز وإدراك فكرة معينة من خلال تحليل بسيط وسريع.	
11	ترتبط مهارة معالجة الأفكار بمفهوم الموازنة بين عدة قرارات وترجيح الأفضل منها.	
12	يحقق تطوير التفكير منافع ذاتية.	
13	النظام مقنن.	
14	الأنظمة في الإسلام تستمد من مصدرين القرآن والسنة.	
15	الوطنية أوسع مفهوماً من المواطنة.	



السؤال الثالث: اختر من العمود (أ) ما يناسبها من العمود (ب) فيما يلي:

(ب)	الحرف الصحيح	(أ)
(أ) هجرة افراد من موطنهم الأصلي إلى بلد آخر.		1. أزمة إدارية
(ب) انتشار العلب البلاستيكية في الحدائق العامة.		2. أزمة صحية
(ج) هبوط الأسهم العالمية.		3. أزمة إقتصادية
(د) قلة الوعي بالضوابط الصحية.		4. أزمة بيئة
(هـ) عدم كفاية الخدمات لمنطقة ما.		5. أزمة سياسية

السؤال الرابع: اذكر خمسة من مظاهر الذوق العام؟

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

انتهت الأسئلة

وفكك الله وسدد على درب الخير خطاك

<p>المادة : مهارات حياتية الصف : ثالث ثانوي الفصل الدراسي الثاني - الدور الأول. الزمن :</p>	 <b>وزارة التعليم</b> Ministry of Education	<p>المملكة العربية السعودية وزارة التعليم إدارة التعليم بمنطقة القصيم مدرسة الثانوية الأولى بقة</p>
<p>المصحح : ..... المراجع : ..... المدقق : .....</p>	<p>تمت</p>	<p>اسم الطالب : .....</p>

40

# نموذج الإجابة

ابدأ حلَّ الأسئلة مستعيناً بالله تعالى ، مردداً : " اللهم لا سهل إلا ما جعلته سهلاً ، وأنت تجعل الحزن إذا شئت سهلاً "

/ 15

السؤال الأول: ظلل الإجابة الصحيحة فيما يلي:

1.	من مستويات التفكير:	أ	التفكير المركب.	ب	التفكير العقلي.	ج	التفكير النادر.	د	غير ماسبق.
2.	المعرفة والاستيعاب التطبيق من مستويات:	أ	التفكير الأساسي.	ب	التفكير المركب.	ج	التفكير النقدي.	د	التفكير الإبداعي
3.	خطوة من خطوات تطبيق مهارة معالجة الأفكار:	أ	تسجيل قائمة الأبعاد الإيجابية فكرة	ب	القراءة.	ج	التجديد.	د	العلم.
4.	ما تحتاج إليه لمعالجة الأفكار:	أ	القدرة على النقد.	ب	القدرة على القراءة.	ج	القدرة على السمع.	د	القدرة على الكلام.
5.	شعور وإحساس بوجود صعوبة ما:	أ	المشكلة.	ب	الفكرة.	ج	التحليل.	د	التذكر.
6.	تحديد المشكلة خطوة من خطوات حل:	أ	المشكلات.	ب	الأفكار.	ج	التحليل.	د	النقد.
7.	مجموعة من القوانين والمبادئ والتشريعات:	أ	النظام.	ب	الذوق العام.	ج	معالجة الأفكار.	د	غير ماسبق.
8.	مظهر من مظاهر الذوق العام:	أ	القصد في المشي.	ب	رفع الصوت.	ج	الغضب.	د	المشكلة.
9.	يعد الذوق حاسة:	أ	اجتماعية.	ب	معنوية.	ج	إنسانية.	د	نفسية.
10.	من واجبات الدولة وحقوق المواطنين:	أ	الإستمتاع.	ب	حماية الإسلام .	ج	الحراسة الشخصية.	د	غير ماسبق.

11. السمع والطاعة لولي الأمر في غير معصية الله واجب من واجبات:						
أ	الحاكم.	ب	لمواطن تجاه الدولة.	ج	ولي الأمر.	الرئيس.
12. القدرة على التمييز بي الخير والشر شرط من شروط تحقق:						
أ	التفكير.	ب	المسؤولية	ج	حل المشكلة.	النقد.
13. عنصر من عناصر النظام:						
أ	النقد.	ب	الوظيفة.	ج	التحليل.	القدرة.
14. نوع من أنواع الأزمات من حيث التأثير على المجتمع:						
أ	سهلة.	ب	محدودة التأثير.	ج	بسيطة.	يسيرة.
15. ضابط من ضوابط الترفيه:						
أ	العدل.	ب	خالي من المحرمات.	ج	المساواة.	السعة.

/15

السؤال الثاني: ضع علامة ( ✓ ) إذا كانت الإجابة صحيحة، وعلامة ( ✗ ) إذا كانت العبارة خاطئة فيما يلي:

م	السؤال	العلامة
1	أن يكون المواطن حسن الخلق مع السائح.	✓
2	الترفيه والسياحة متعارضة مع القيم الدينية.	✗
3	من انواع السياحة السياحة التاريخية.	✓
4	النظرية السلوكية تركز عدل أسلوبني؛ لتشكيل السلوك املسؤول هام: الثواب والعقاب.	✓
5	يربط علماء الاجتماع بين العمر الزمني والعمر العقلي؛ لتكوين المسؤولية الفردية عن السلوك.	✓
6	الشريعة الإسلامية مصدر التشريع في المملكة العربية السعودية.	✓
7	يعين التناصح ووجود القدوة الحسنة على شيوع مظاهر الذوق العام.	✓
8	النظام له خاصية الإيجار والإلزام.	✓
9	يجمع العلماء الاجتماع على أن الأنظمة أساليب مقننة تنشأ تلقائياً.	✗
10	يقصد بمعالجة الأفكار تعزيز وإدراك فكرة معينة من خلال تحليل بسيط وسريع	✗
11	ترتبط مهارة معالجة الأفكار بمفهوم الموازنة بين عدة قرارات وترجيح الأفضل منها.	✓
12	يحقق تطوير التفكير منافع ذاتية.	✓
13	النظام مقنن.	✓
14	الأنظمة في الإسلام تستمد من مصدرين القرآن والسنة.	✓
15	الوطنية أوسع مفهوماً من المواطنة.	✓



السؤال الثالث: اختر من العمود (أ) ما يناسبها من العمود (ب) فيما يلي:

(ب)	الحرف الصحيح	(أ)
(أ) هجرة افراد من موطنهم الأصلي إلى بلد آخر.	ه	1. أزمة إدارية
(ب) انتشار العلب البلاستيكية في الحدائق العامة.	د	2. أزمة صحية
(ج) هبوط الأسهم العالمية.	ج	3. أزمة إقتصادية
(د) قلة الوعي بالضوابط الصحية.	ب	4. أزمة بيئة
(ه) عدم كفاية الخدمات لمنطقة ما.	أ	5. أزمة سياسية

السؤال الرابع: اذكر خمسة من مظاهر الذوق العام؟

1. الاستئذان .
2. المصافحة .
3. إكرام الضيف .
4. إجابة الدعوة .
5. التجمل باللباس اللائق .

انتهت الأسئلة

وفكك الله وسدد على درب الخير خطاك

السؤال الأول

ضع دائرة حول الإجابة

اختر الإجابة الصحيحة للعبارة التالية

1 ( الصراع بين الأهداف الإيجابية يسمى				
صراع احجام - احجام	ب	صراع اقدام - اقدام	ج	صراع اقدام - احجام
2 ( احد هذه الخيارات يعد من رحلة تحديد الاهداف				
إعادة ترتيب الاهداف	ب	الاستبصار	ج	التكيف
3 ( من امثلة مصادر الضغوط الحياتية الداخلية				
المشكلات المالية	ب	المشكلات الاسرية	ج	الازدحام
4 ( هي قياس طريقة تكيف الشخص مع المتطلبات الظرفية المتقلبة				
الصراع	ب	الضغوط الحياتية	ج	المرونة النفسية
5 ( من فوائد التعاون				
التجانس	ب	تبادل المعلومات	ج	تحديد الادوار
6 ( لتفكير بشكل مركز لتحديد الغاية من أداء الاعمال والمهام التي نرغب القيام بها للوصول الى النتيجة والغاية التي نسعى لتحقيقها هذ ما يعرف بـ				
الصراع	ب	التعاون	ج	تحديد الهدف
7 ( احد هذه الخيارات يعد من أسباب الصراع				
سوء التنظيم	ب	حدة الصوت	ج	انفعال عند النقاش والحوار
8 ( مجموعة القوى الداخلية والخارجية التي تؤدي استجابة انفعالية حادة ومستمرة				
الصراع	ب	تحديد الاهداف	ج	المرونة النفسية
9 ( تفاعل إيجابي بين اثنين او اكثر بحيث يكون كل منهم مستعد للمشاركة في سبيل انجاز امر ما متفق عليه				
العمل ضمن فريق	ب	التعاون	ج	تحديد الادوار
10 ( من صفات الأشخاص الذين يتمتعون بالمرونة النفسية				
القدرة على تكوين علاقات	ب	اضطراب النوم	ج	تشمتت في الفكر

11 ( مر بذهنك مواقف جميلة أثناء رحلتك مع اسرتك الى مكة المكرمة ، لأداء مناسك العمرة عام 1435هـ ما نوع مهارة التفكير				
التحليل	ب	الربط	ج	التركيز
12 ( طريقة من طرائق التفكير العلمي يتم من خلالها تعزيز ادراك فكرة معينة من خلال تحليل اعمق لها				
مهارة معالجة الافكار	ب	التفكير	ج	اتخاذ القرار
13 ( شعور واحساس بوجود صعوبة ما او مواقف ينتج عنها حالة من التناقض والارتباك وعدم الارتياح				
مهارة معالجة الافكار	ب	التفكير	ج	اتخاذ القرار
14 ( نشاط عقلي معرفي يعمل على إعطاء المثبرات البينية معنى ودلالة من خلال البنية المعرفية				



مهارة معالجة الأفكار	ب	التفكير	ج	اتخاذ القرار	د	المشكلة
15) من المفاهيم المرتبطة بمهارة معالجة الأفكار الأشياء الجيدة في الفكرة ، أي لماذا نفضلها وهذا يعني انها فكرة.						
سلبية	ب	مثيرة	ج	ايجابية	د	جميع ما سبق صحيح
16) هي تلك المهارة التي تستخدم ، لتحليل ووضع استراتيجيات تهدف الى حل سؤال صعب او موقف معقد يعيق التقدم في جانب من جوانب الحياة						
مهارة معالجة الأفكار	ب	التفكير	ج	اتخاذ القرار	د	حل المشكلات
17) تطوير التفكير يساعد الانسان على تجنب الوقوع في حبال الأفكار الضالة والممارسات السيئة هذا يدخل ضمن دائرة المنافع						
الدفاعية	ب	الذاتية	ج	الاجتماعية العامة	د	الصحة النفسية
18) عندما نقوم بتسجيل قائمة تحوي العناصر المشوقة في الموقف او الفكرة هذ يمثل خطوة من خطوات						
حل المشكلات	ب	اتخاذ القرار	ج	معالجة الأفكار	د	التفكير
19) هي عملية عقلية تهدف الى احداث تغييرات للوصول الى نتائج ايجابية لموقف او قضية من خلال المفاضلة بين الحلول البديلة واختيار المناسب						
مهارة معالجة الأفكار	ب	التفكير	ج	اتخاذ القرار	د	حل المشكل
20) احد هذه الخيارات يعد من مستويات التفكير الاساسي						
التحليل	ب	المعرفة	ج	التركيب	د	التقويم

### السؤال الثاني / ضع المصطلحات التالية امام العبارات التي تناسبها

التحليل	التنظيم	مستويات التفكير	قدرة على التمييز
التجانس	مهارة إدارة الصراع	الضغوطات الحياتية الخارجية	مراحل المرونة النفسية
	عملية عقلية تهدف الى ترتيب المعلومات		
	. عوامل نجاح فريق العمل		
	ماحتاج اليه لمعالجة الافكار		
	القدرة على تقبل الاختلاف		
	التفكير المركب		
	المشكلات المالية		
	يرفض الشخص المرن الاستسلام للشعور السلبي للكارثة الي يمر بها		
	تقسيم الفكرة الى أفكار اصغر لفهم العملية التي تحدث		

### السؤال الثالث / اجب على العبارات التالية بوضع إشارة (√) او (×)

<input type="checkbox"/>	العمل ضمن فريق هو مشاركة الفرد في مجموعة عمل يتحمل فيها كل منهم مسؤوليته تجاه ما كلف به
<input type="checkbox"/>	من ابعاد المرونة النفسية التعامل ويعني عملية دينامية مستمرة يلجأ اليها الفرد لكي يغير من سلوكه
<input type="checkbox"/>	نستطيع ان نواجه الضغوط الحياتية وذلك بالمحافظة على الصلاة
<input type="checkbox"/>	من مظاهر الصراع الاستماع الحسن
<input type="checkbox"/>	من فوائد تحديد الأهداف زيادة التركيز
<input type="checkbox"/>	ترتبط مهارة معالجة الأفكار بمفهوم الموازنة بين عدة قرارات وترجيح الأفضل منها
<input type="checkbox"/>	من الاشياء التي نحتاجها لاكتساب مهارة حل المشكلات واتخاذ القرار عدم إعطاء بدائل لحل المشكلة
<input type="checkbox"/>	اتخاذ قرارات تحقق الصالح العام للأسرة والمجتمع هذا من المنافع الذاتية لتطوير التفكير
<input type="checkbox"/>	يقصد بالمثير في المفاهيم المرتبطة بمهارة معالجة الأفكار الأشياء التي تجذب وتلفت الانتباه وليس ملزما الاخذ بها
<input type="checkbox"/>	من امثلة المشكلات البيئية ( التضخم)
<input type="checkbox"/>	من المنافع الصحية والنفسية التي تساعد الانسان على تطوير التفكير اكتشاف القوانين الاجتماعية للحياة وتعميق الايمان بها
<input type="checkbox"/>	الصراع بين هدفين متعارضين يسمى ( صراع اقدام - احجام )

مع ومدى اني لكم بالتوفيق والدماع



# نموذج الإجابة

ضع دائرة حول الإجابة

اختر الإجابة الصحيحة للعبارات التالية

1 ( الصراع بين الأهداف الإيجابية يسمى				
صراع اجسام - اجسام	ب	صراع اقدام - اقدام	ج	صراع اقدام - اجسام
2 ( احد هذه الخيارات يعد من رحلة تحديد الاهداف				
إعادة ترتيب الاهداف	ب	الاستبصار	ج	التعامل
3 ( من امثلة مصادر الضغوط الحياتية الداخلية				
المشكلات المالية	ب	المشكلات الاسرية	ج	الازدحام
4 ( هي قياس طريقة تكيف الشخص مع المتطلبات الظرفية المتقلبة				
الصراع	ب	الضغوط الحياتية	ج	المرونة النفسية
5 ( من فوائد التعاون				
التجانس	ب	تبادل المعلومات	ج	تقاسم القيادة
6 ( لتفكير بشكل مركز لتحديد الغاية من أداء الاعمال والمهام التي نرغب القيام بها للوصول الى النتيجة والغاية التي نسعى لتحقيقها هذ ما يعرف بـ				
الصراع	ب	التعاون	ج	تحديد الهدف
7 ( احد هذه الخيارات يعد من أسباب الصراع				
سوء التنظيم	ب	حدة الصوت	ج	انفعال عند النقاش والحوار
8 ( مجموعة القوى الداخلية والخارجية التي تؤدي استجابة انفعالية حادة ومستمرة				
الصراع	ب	تحديد الاهداف	ج	المرونة النفسية
9 ( تفاعل إيجابي بين اثنين او اكثر بحيث يكون كل منهم مستعد للمشاركة في سبيل انجاز امر ما متفق عليه				
العمل ضمن فريق	ب	التعاون	ج	تحديد الأدوار
10 ( من صفات الأشخاص الذين يتمتعون بالمرونة النفسية				
القدرة على تكوين علاقات	ب	اضطراب النوم	ج	تشمتت في الفكر

11 ( مر بذهنك مواقف جميلة أثناء رحلتك مع اسرتك الى مكة المكرمة ، لأداء مناسك العمرة عام 1435هـ ما نوع مهارة التفكير				
التحليل	ب	الربط	ج	التركيز
12 ( طريقة من طرائق التفكير العلمي يتم من خلالها تعزيز ادراك فكرة معينة من خلال تحليل اعمق لها				
مهارة معالجة الافكار	ب	التفكير	ج	اتخاذ القرار
13 ( شعور واحساس بوجود صعوبة ما او مواقف ينتج عنها حالة من التناقض والارتباك وعدم الارتياح				
مهارة معالجة الافكار	ب	التفكير	ج	اتخاذ القرار
14 ( نشاط عقلي معرفي يعمل على إعطاء المثبرات البنينة معنى ودلالة من خلال البنينة المعرفية				

مشكلة	د	اتخاذ القرار	ج	التفكير	ب	مهارة معالجة الأفكار
15) من المفاهيم المرتبطة بمهارة معالجة الأفكار الأشياء الجيدة في الفكرة ، أي لماذا نفضلها وهذا يعني انها فكرة.						
جميع ما سبق صحيح	د	اجابية	ج	مثمرة	ب	سلبية
16) هي تلك المهارة التي تستخدم ، لتحليل ووضع استراتيجيات تهدف الى حل سؤال صعب او موقف معقد يعيق التقدم في جانب من جوانب الحياة						
حل المشكلات	د	اتخاذ القرار	ج	التفكير	ب	مهارة معالجة الأفكار
17) تطوير التفكير يساعد الانسان على تجنب الوقوع في حبال الأفكار الضالة والممارسات السيئة هذا يدخل ضمن دائرة المنافع						
الصحة النفسية	د	الاجتماعية العامة	ج	الذاتية	ب	الدفاعية
18) عندما نقوم بتسجيل قائمة تحوي العناصر المشوقة في الموقف او الفكرة هذ يمثل خطوة من خطوات						
التفكير	د	معالجة الأفكار	ج	اتخاذ القرار	ب	حل المشكلات
19) هي عملية عقلية تهدف الى احداث تغييرات للوصول الى نتائج ايجابية لموقف او قضية من خلال المفاضلة بين الحلول البديلة واختيار المناسب						
حل المشكل	د	اتخاذ القرار	ج	التفكير	ب	مهارة معالجة الأفكار
20) احد هذه الخيارات يعد من مستويات التفكير الاساسي						
التقويم	د	التركيب	ج	المعرفة	ب	التحليل

### السؤال الثاني / ضع المصطلحات التالية امام العبارات التي تناسبها

التحليل	التنظيم	مستويات التفكير	قدرة على التمييز
التجانس	مهارة إدارة الصراع	الضغوطات الحياتية الخارجية	مراحل المرونة النفسية
التنظيم	عملية عقلية تهدف الى ترتيب المعلومات		
التجانس	. عوامل نجاح فريق العمل		
قدرة على التمييز	ماحتاج اليه لمعالجة الافكار		
مهارة إدارة الصراع	القدرة على تقبل الاختلاف		
مستويات التفكير	التفكير المركب		
الضغوطات الحياتية الخارجية	المشكلات المالية		
مراحل المرونة النفسية	يرفض الشخص المرن الاستسلام للشعور السلبي للكارثة الي يمر بها		
التحليل	تقسيم الفكرة الى أفكار اصغر لفهم العملية التي تحدث		

السؤال الثالث / اجب على العبارات التالية بوضع إشارة (√) او (×)

√	العمل ضمن فريق هو مشاركة الفرد في مجموعة عمل يتحمل فيها كل منهم مسؤوليته تجاه ما كلف به
×	من ابعاد المرونة النفسية التعامل ويعني عملية دينامية مستمرة يلجأ اليها الفرد لكي يغير من سلوكه
√	نستطيع ان نواجه الضغوط الحياتية وذلك بالمحافظة على الصلاة
×	من مظاهر الصراع الاستماع الحسن
√	من فوائد تحديد الأهداف زيادة التركيز
√	ترتبط مهارة معالجة الأفكار بمفهوم الموازنة بين عدة قرارات وترجيح الأفضل منها
×	من الاشياء التي نحتاجها لاكتساب مهارة حل المشكلات واتخاذ القرار عدم إعطاء بدائل لحل المشكلة
×	اتخاذ قرارات تحقق الصالح العام للأسرة والمجتمع هذا من المنافع الذاتية لتطوير التفكير
√	يقصد بالمثير في المفاهيم المرتبطة بمهارة معالجة الأفكار الأشياء التي تجذب وتلفت الانتباه وليس ملزما الاخذ بها
×	من امثلة المشكلات البيئية ( التضخم)
√	من المنافع الصحية والنفسية التي تساعد الانسان على تطوير التفكير اكتشاف القوانين الاجتماعية للحياة وتعميق الايمان بها
×	الصراع بين هدفين متعارضين يسمى ( صراع اقدام - احجام )

مع ومدى ابي لكم بالتوفيق والدماع



السؤال الأول : أختَر الإجابة الصحيحة فيما يلي

1	مجموعة القوانين والمبادئ والتشريعات والأعراف التي تقوم بها حياة الفرد والمجتمع وبها تنظم الأمور وتقرر الحقوق والواجبات	أ	الذوق العام	ب	النظام	ج	الوطنية	د	المواطنة
2	تلك العواطف القوية التي يحس بها المواطن نحو وطنه العزيز	أ	الوطنية	ب	المواطنة	ج	الانتماء الوطني	د	النظام
3	الالتزام بأداء تكاليف نحو العمل المطلوب وفي الوقت المحدد	أ	المسؤولية	ب	النظام	ج	السلوك المسؤول	د	المواطنة
4	موقف طارئ يتعرض له الأفراد او المجتمعات ويكون له تأثير على أفعالهم وعاداتهم ويعيق أداءهم الاجتماعي	أ	المسؤولية	ب	الازمة	ج	السلوك المسؤول	د	الازمة الاجتماعية
5	التنفيس على النفس البشرية بعد الضيق	أ	الترفيه	ب	الترويح	ج	الذوق العام	د	السياحة
6	مر بذهنك مواقف جميلة اثناء رحلتك مع اسرتك الى مكة المكرمة ، لأداء مناسك العمرة عام 1435 هـ ما نوع مهارة التفكير	أ	التحليل	ب	الربط	ج	التركيز	د	التذكر
7	طريقة من طرائق التفكير العلمي يتم من خلالها تعزيز ادراك فكرة معينة من خلال تحليل اعمق لها	أ	مهارة معالجة الافكار	ب	التفكير	ج	اتخاذ القرار	د	حل المشكلة
8	شعور واحساس بوجود صعوبة ما او مواقف ينتج عنها حالة من التناقض والارتباك وعدم الارتياح	أ	مهارة معالجة الافكار	ب	التفكير	ج	اتخاذ القرار	د	المشكلة
9	نشاط عقلي معرفي يعمل على إعطاء المثيرات البيئية معنى ودلالة من خلال البنية المعرفية	أ	مهارة معالجة الافكار	ب	التفكير	ج	اتخاذ القرار	د	المشكلة
10	من المفاهيم المرتبطة بمهارة معالجة الأفكار الأشياء الجيدة في الفكرة ، أي لماذا نفضلها وهذا يعني انها فكرة.	أ	سلبية	ب	مثيرة	ج	ايجابية	د	جميع ما سبق صحيح
11	حاسة معنوية تدعو صاحبها الى مراعاة مشاعر الاخرين واحوالهم وظروفهم وله أهمية في كسب تقديرهم	أ	الترفيه	ب	الذوق العام	ج	الترويح	د	السياحة
12	انتماء وموالة للوطن ضمن حدود الشريعة ومكار الاخلاق	أ	الوطنية	ب	الانتماء الوطني	ج	المواطنة	د	المسؤولية
13	إقرار المرء بما يصدر عنه من أفعال وأقوال واستعداده العقلي والنفسي لتحمل ما يترتب على أقواله وافعاله	أ	الانتماء الوطني	ب	الازمة الاجتماعية	ج	السلوك المسؤول	د	المسؤولية
14	حالة توتر تنتج عن موقف طارئ ونقطة تحول في حياة الفرد والجماعة والمجتمع وتتطلب قرارا ينتج عنه مواقف جديدة	أ	الازمة	ب	الازمة الاجتماعية	ج	المسؤولية	د	السلوك المسؤول
15	ظاهرة اجتماعية متصلة بالعلاقات الاجتماعية بين الأشخاص وهي مجموعة من العلاقات المتبادلة بين السانح والأشخاص الموجودين بالمكان	أ	الترفيه	ب	السياحة	ج	الترويح	د	المسؤولية
16	هي تلك المهارة التي تستخدم ، لتحليل ووضع استراتيجيات تهدف الى حل سوال صعب او موقف معقد يعيق التقدم في جانب من جوانب الحياة	أ	مهارة معالجة الافكار	ب	التفكير	ج	اتخاذ القرار	د	حل المشكلات
17	تطوير التفكير يساعد الانسان على تجنب الوقوع في حبال الأفكار الضالة والممارسات السيئة هذا يدخل ضمن دائرة المنافع	أ	الدفاعية	ب	الذاتية	ج	الاجتماعية العامة	د	الصحية النفسية
18	عندما نقوم بتسجيل قائمة تحوي العناصر المشوقة في الموقف او الفكرة هذ يمثل خطوة من خطوات	أ	حل المشكلات	ب	اتخاذ القرار	ج	معالجة الافكار	د	التفكير
19	هي عملية عقلية تهدف الى احداث تغييرات للوصول الى نتائج ايجابية لموقف او قضية من خلال المفاضلة بين الحلول البديلة واختيار المناسب	أ	مهارة معالجة الافكار	ب	التفكير	ج	اتخاذ القرار	د	حل المشكل

20	احد هذه الخيارات يعد من مستويات التفكير الأساسي						
أ	التحليل	ب	المعرفة	ج	التركيب	د	التقويم
21	الصراع بين الأهداف الإيجابية يسمى						
أ	صراع احجام - احجام	ب	صراع اقدام - اقدام	ج	صراع اقدام - احجام	د	صراع الدور
22	احد هذه الخيارات يعد من رحلة تحديد الأهداف						
أ	إعادة ترتيب الأهداف	ب	الاستبصار	ج	التكيف	د	التعامل
23	من امثلة مصادر الضغوط الحياتية الداخلية						
أ	المشكلات المالية	ب	المشكلات الاسرية	ج	الازدحام	د	الشعور بالوحدة
24	هي قياس طريقة تكيف الشخص مع المتطلبات الظرفية المتقلبة						
أ	الصراع	ب	الضغوط الحياتية	ج	المرونة النفسية	د	تحديد الاهداف
25	من فوائد التعاون						
أ	التجانس	ب	تبادل المعلومات	ج	تحديد الادوار	د	تقاسم القيادة
26	التفكير بشكل مركز لتحديد الغاية من أداء الاعمال والمهام التي نرغب القيام بها للوصول الى النتيجة والغاية التي نسعى لتحقيقها هذ ما يعرف بـ						
أ	الصراع	ب	التعاون	ج	تحديد الهدف	د	العمل ضمن فريق
27	احد هذه الخيارات يعد من أسباب الصراع						
أ	سوء التنظيم	ب	حدة الصوت	ج	انفعال عند النقاش والحوار	د	التلفظ بألفاظ نابية
28	مجموعة القوى الداخلية والخارجية التي تؤدي استجابة انفعالية حادة ومستمرة						
أ	الصراع	ب	تحديد الاهداف	ج	المرونة النفسية	د	الضغوط الحياتية
29	تفاعل إيجابي بين اثنين او اكثر بحيث يكون كل منهم مستعد للمشاركة في سبيل انجاز امر ما متفق عليه						
أ	العمل ضمن فريق	ب	التعاون	ج	تحديد الادوار	د	المرونة النفسية
30	من صفات الأشخاص الين يتمتعون بالمرونة النفسية						
أ	القدرة على تكوين علاقات	ب	اضطراب النوم	ج	تشنتت في الفكر	د	التفكير السلبي
السؤال الثاني : ظلل حرف ( ص ) إذا كانت الإجابة صحيحة أو حرف ( خ ) إذا كانت الإجابة خاطئة في نموذج الإجابة							
1	من مظاهر الذوق العام عدم المحافظة على نظافة المكان						( )
2	من واجبات المواطن وحقوق الدولة تلبية نداء الدفاع عن الوطن						( )
3	نستطيع ان نواجه الضغوط الحياتية وذلك بالمحافظة على الصلاة						( )
4	العمل ضمن فريق هو مشاركة الفرد في مجموعة عمل يتحمل فيها كل منهم مسؤوليته تجاه ما كلف به						( )
5	ترتبط مهارة معالجة الأفكار بمفهوم الموازنة بين عدة قرارات وترجيح الأفضل منها						( )
6	من الاشياء التي نحتاجها لاكتساب مهارة حل المشكلات واتخاذ القرار عدم إعطاء بدائل لحل المشكلة						( )
7	اتخاذ قرارات تحقق الصالح العام للأسرة والمجتمع هذا من المنافع الذاتية لتطوير التفكير						( )
8	يقصد بالمشير في المفاهيم المرتبطة بمهارة معالجة الأفكار الأشياء التي تجذب وتلفت الانتباه وليس ملزما الاخذ بها						( )
9	من ظوابط الترفيه ان يكون خاليا من المحرمات والمخالفات الشرعية والقانونية						( )
10	من فوائد تحديد الأهداف زيادة التركيز						( )

انتهت الأسئلة مع تمنياتي للجميع بالتوفيق و النجاح

معلم المادة/ فهد الغامدي

# نموذج الإجابة

المملكة العربية السعودية  
مهارات حياتية  
وزارة التعليم  
الإدارة العامة للتعليم  
مدرسة  
الطالب: .....

المادة :  
الصف : الثالث الثانوي  
التساقب :  
اسم

Ministry of Education  
الفصل الدراسي ( الثاني ) النور ( الأول ) العام الدراسي ( ١٤٤٥ - ١٤٤٦ هـ )

السؤال الأول : أختَر الإجابة الصحيحة فيما يلي

١	مجموعة القوانين والمبادئ والتشريعات والأعراف التي تقوم بها حياة الفرد والمجتمع وبها تنظم الأمور وتقرر الحقوق والواجبات	أ	الذوق العام	ب	النظام	ج	الوطنية	د	المواطنة
٢	تلك العواطف القوية التي يحس بها المواطن نحو وطنه العزيز	أ	الوطنية	ب	المواطنة	ج	الانتماء الوطني	د	النظام
٣	الالتزام بأداء تكاليف نحو العمل المطلوب وفي الوقت المحدد	أ	المسؤولية	ب	النظام	ج	السلوك المسؤول	د	المواطنة
٤	موقف طارئ يتعرض له الافراد او المجتمعات ويكون له تأثير على افعالهم وعاداتهم ويعيق اداءهم الاجتماعي	أ	المسؤولية	ب	الازمة	ج	السلوك المسؤول	د	الازمة الاجتماعية
٥	التفيس على النفس البشرية بعد الضيق	أ	الترفيه	ب	الترويح	ج	الذوق العام	د	السياحة
٦	مر بذهنك مواقف جميلة اثناء رحلتك مع اسرتك الى مكة المكرمة ، لاداء مناسك العمرة عام ١٤٣٥ هـ ما نوع مهارة التفكير	أ	التحليل	ب	الربط	ج	التركيز	د	التذكر
٧	طريقة من طرائق التفكير العلمي يتم من خلالها تعزيز ادراك فكرة معينة من خلال تحليل اعماق لها	أ	مهارة معالجة الافكار	ب	التفكير	ج	اتخاذ القرار	د	حل المشكلة
٨	شعور واحساس بوجود صعوبة ما او مواقف ينتج عنها حالة من التناقض والارتباك وعدم الارتياح	أ	مهارة معالجة الافكار	ب	التفكير	ج	اتخاذ القرار	د	المشكلة
٩	نشاط عقلي معرفي يعمل على إعطاء المثيرات البينية معنى ودلالة من خلال البنية المعرفية	أ	مهارة معالجة الافكار	ب	التفكير	ج	اتخاذ القرار	د	المشكلة
١٠	من المفاهيم المرتبطة بمهارة معالجة الأفكار الأشياء الجيدة في الفكرة ، أي لماذا نفضلها وهذا يعني انها فكرة	أ	سلبية	ب	مثيرة	ج	إيجابية	د	جميع ما سبق صحيح
١١	حاسة معنوية تدعو صاحبها الى مراعاة مشاعر الاخرين واحوالهم وظروفهم وله أهمية في كسب تقديرهم	أ	الترفيه	ب	الذوق العام	ج	الترويح	د	السياحة
١٢	انتماء وموالة للوطن ضمن حدود الشريعة ومكار الاخلاق	أ	الوطنية	ب	الانتماء الوطني	ج	المواطنة	د	المسؤولية
١٣	إقرار المرء بما يصدر عنه من أفعال وأقوال واستعداده العقلي والنفسي لتحمل ما يترتب على أقواله وافعاله	أ	الانتماء الوطني	ب	الازمة الاجتماعية	ج	السلوك المسؤول	د	المسؤولية
١٤	حالة توتر تنتج عن موقف طارئ ونقطة تحول في حياة الفرد والجماعة والمجتمع وتتطلب قرارا ينتج عنه مواقف جديدة	أ	الازمة	ب	الازمة الاجتماعية	ج	المسؤولية	د	السلوك المسؤول
١٥	ظاهرة اجتماعية متصلة بالعلاقات الاجتماعية بين الأشخاص وهي مجموعة من العلاقات المتبادلة بين السائح والأشخاص الموجودين بالمكان	أ	الترفيه	ب	السياحة	ج	الترويح	د	المسؤولية
١٦	هي تلك المهارة التي تستخدم ، لتحليل ووضع استراتيجيات تهدف الى حل سؤال صعب او موقف معقد يعيق التقدم في جانب من جوانب الحياة	أ	مهارة معالجة الافكار	ب	التفكير	ج	اتخاذ القرار	د	حل المشكلات
١٧	تطوير التفكير يساعد الانسان على تجنب الوقوع في حبال الأفكار الضالة والممارسات السيئة هذا يدخل ضمن دائرة المنافع	أ	الدفاعية	ب	الذاتية	ج	الاجتماعية العامة	د	الصحية النفسية
١٨	عندما نقوم بتسجيل قائمة تحوي العناصر المشوقة في الموقف او الفكرة هذ يمثل خطوة من خطوات	أ	حل المشكلات	ب	اتخاذ القرار	ج	معالجة الافكار	د	التفكير
١٩	هي عملية عقلية تهدف الى احداث تغييرات للوصول الى نتائج إيجابية لموقف او قضية من خلال المقاضلة بين الحلول البديلة واختيار المناسب	أ	مهارة معالجة الافكار	ب	التفكير	ج	اتخاذ القرار	د	حل المشكل



٢٠	أحد هذه الخيارات يعد من مستويات التفكير الأساسي	ب	المعرفة	ج	التركيب	د	التقويم
٢١	الصراع بين الأهداف الإيجابية يسمى	ب	صراع أقدام - أقدام	ج	صراع أقدام - أحجام	د	صراع الدور
٢٢	أحد هذه الخيارات يعد من رحلة تحديد الأهداف	ب	الاستبصار	ج	التكيف	د	التعامل
٢٣	من أمثلة مصادر الضغوط الحياتية الداخلية	ب	المشكلات الاسرية	ج	الازدحام	د	الشعور بالوحدة
٢٤	هي قياس طريقة تكيف الشخص مع المتطلبات الظرفية <u>التقلبية</u>	ب	الضغوط الحياتية	ج	المرونة النفسية	د	تحديد الاهداف
٢٥	التجانس	ب	تبادل المعلومات	ج	تحديد الادوار	د	تقاسم القيادة
٢٦	التفكير بشكل مركز لتحديد الغاية من أداء الاعمال والمهام التي ترغب القيام بها للوصول الى النتيجة والغاية التي نسعى لتحقيقها هذ ما يعرف بـ	ب	التعاون	ج	تحديد الهدف	د	العمل ضمن فريق
٢٧	أحد هذه الخيارات يعد من أسباب الصراع	ب	حدة الصوت	ج	انفعال عند النقاش والحوار	د	التلفظ بألفاظ نابية
٢٨	مجموعة القوى الداخلية والخارجية التي تؤدي استجابة انفعالية حادة ومستمرة	ب	تحديد الاهداف	ج	المرونة النفسية	د	الضغوط الحياتية
٢٩	تفاعل إيجابي بين اثنين أو أكثر بحيث يكون كل منهم مستعد للمشاركة في سبيل انجاز امر ما متفق عليه	ب	التعاون	ج	تحديد الادوار	د	المرونة النفسية
٣٠	من صفات الأشخاص الذين يتمتعون بالمرونة النفسية	ب	اضطراب النوم	ج	تشبتت في الفكر	د	التفكير السلبي
السؤال الثاني: يظل حرف ( ص ) إذا كانت الإجابة صحيحة أو حرف ( خ ) إذا كانت الإجابة خاطئة في نموذج الإجابة							
١	من مظاهر الذوق العام عدم المحافظة على نظافة المكان	( × )					
٢	من واجبات المواطن وحقوق الدولة تلبية نداء الدفاع عن الوطن	( √ )					
٣	نستطيع ان نواجه الضغوط الحياتية وذلك بالمحافظة على الصلاة	( √ )					
٤	العمل ضمن فريق هو مشاركة الفرد في مجموعة عمل يتحمل فيها كل منهم مسؤوليته تجاه ما كلف به	( √ )					
٥	ترتبط مهارة معالجة الأفكار بمفهوم الموازنة بين عدة قرارات وترجيح الأفضل منها	( √ )					
٦	من الاشياء التي نحتاجها لاكتساب مهارة حل المشكلات واتخاذ القرار عدم إعطاء بدائل لحل المشكلة	( × )					
٧	اتخاذ قرارات تحقق الصالح العام للأسرة والمجتمع هذا من المنافع الذاتية لتطوير التفكير	( × )					
٨	يقصد بالمثير في المفاهيم المرتبطة بمهارة معالجة الأفكار الأشياء التي تجذب وتلفت الانتباه وليس ملزماً الأخذ بها	( √ )					
٩	من <u>ظوابط</u> الترفيه ان يكون خاليا من المحرمات والمخالفات الشرعية والقانونية	( √ )					
١٠	من فوائد تحديد الأهداف زيادة التركيز	( √ )					

انتهت الأسئلة مع تمنياتي للجميع بالتوفيق و النجاح

معلم المادة/ فهد الغامدي





اختبار نهائي لمادة المهارات الحياتية  
لعام 1446 هـ - الفصل الدراسي الثاني  
للسف الثالث ثانوي / النظام العام

الباب الأول والثاني

السؤال الأول :

أ- اختاري الإجابة المناسبة والصحيحة من بين الإجابات الخاطئة فيما يلي:

1	تمثل الآية الكريمة ( ومن يتق الله يجعل له مخرجا ، ويرزقه من حيث لا يحتسب ) :	أ	معالجة الأفكار	ب	حل المشكلات	ج	التفكير الأساسي	د	اتخاذ القرار
2	تقوي دافعية المسلم وإرادته وتنقله إلى الأمان و الاطمئنان والأمل :	أ	الصلاة	ب	إدارة المشاعر	ج	العلاج النفسي	د	الاسترخاء
3	يحدث نتيجة وجود تعارض في المصالح أو الآراء مما يدفع كل الأطراف للدفاع عن رأيه والعمل على الانتصار له:	أ	الصراع	ب	الضغوط الحياتية	ج	الانفعال	د	الأزمات
4	ترتبط بمفهوم الموازنة بين عدة قرارات و ترجيح الأفضل منها :	أ	معالجة الأفكار	ب	حل المشكلات	ج	التفكير الأساسي	د	اتخاذ القرار
5	اقترح خالد على أعضاء مجلس الاستشارات بالمدرسة عدة حلول لحل مشكلة رمي النفايات في ساحة المدرسة :	أ	تنكر	ب	تحليل	ج	معرفة	د	تقويم
6	هي عملية نضج فردية تسعى من خلالها معرفة نواتنا و قدراتنا المتميزة:	أ	الضغوط الحياتية	ب	المرونة النفسية	ج	التعاون	د	إدارة الصراع
7	خيرت ماجدة بين أن تتزوج من رجل يكبرها سنا أو تعيش وحيدة بعد وفاة والدتها :	أ	صراع إقدام - إحجام	ب	صراع إحجام - إحجام	ج	صراع إقدام - إقدام	د	صراع الأدوار
8	تطوير التفكير يساعد الإنسان على الوصول إلى راحة نفسية في التكيف مع الأحداث و المتغيرات :	أ	منفعة ذاتية	ب	منفعة اجتماعية عامة	ج	منفعة دفاعية	د	منفعة صحية نفسية
9	تعتبر من أبرز الممارسات في تميز الأعمال وجودتها وصورة من صور تفعيل مهارة التعاون:	أ	المرونة	ب	التكيف	ج	العمل ضمن فريق	د	إدارة الصراع
10	عندما يكتب الطالب قصيدة شعرية من إلهامه الخاص فهو يمارس التفكير :	أ	المركب	ب	الأساسي	ج	التحليلي	د	التقويمي



11	تمثل القوى الداخلية في :			
	أ	المشكلات المالية	ب	تغيرات في المزاج والصداع
	ج	الازدحام	د	المشكلات العمل
12	نسبة كبيرة من الأنشطة لا نستطيع إنجازها إلا بـ ..... الآخرين :			
	أ	المرونة	ب	تحديد الأهداف
	ج	التعاون	د	إدارة صراع
13	من المفاهيم المرتبطة بمهارة معالجة الأفكار الأشياء الجيدة أي لماذا نفضلها وهذا يعني أنها فكرة :			
	أ	سلبية	ب	المثيرة
	ج	ايجابية	د	الحكم النهائي
14	تطوير التفكير يساعد الإنسان على تجنب الوقوع في حبال الأفكار الضالة و الممارسات السيئة :			
	أ	منفعة ذاتية	ب	منفعة اجتماعية عامة
	ج	منفعة دفاعية	د	منفعة صحية نفسية
15	مر بذهنك مواقف جميلة أثناء رحلتك مع أسرتك إلى مكة المكرمة لأداء مناسك العمرة عام 1435 هـ :			
	أ	تنكر	ب	تحليل
	ج	معرفة	د	تقويم

## السؤال الثاني:

أ - اصدرى حكماً عبارات التالية :

- 1- تطوير التفكير يساعد الإنسان على تجنب الوقوع في حبال الأفكار الضالة و الممارسات السيئة ( )
- 2- المرونة النفسية تكون قصيرة المدى و مرتبطة بحدث معين و غالباً ما تزول بزواله ( )
- 3- التعاون يعني إلغاء شخصية الفرد بحيث تجعله أكثر انغلاقاً على المجتمع ( )
- 4- القراءة تمد العقل فقط بلوازم المعرفة أما التفكير فيجعلنا نملك ما نقرأ ( )
- 5- تعد مهارات التفكير الأساسية من المهارات المهمة و المتكاملة التي يجب الاهتمام بتعليمها منذ الصغر ( )
- 6- القرار في فرق العمل قرار فردي و ليس جماعي ليسهل تحقيق الهدف و إنجاز الأعمال ( )
- 7- الشعور ببعض الضغط عليك من قبل أعضاء الفريق العمل الواحد أمر طبيعي ( )
- 8- تكسب مهارات التفكير الأساسية الإنسان النضج و الحكمة و حسن التصرف و تجنبه المخاطر ( )
- 9- الاسترخاء يجعل الإنسان لديه تشتت في الفكر واضطراب في النوم ( )
- 10- يقصد بمعالجة الأفكار تعزيز و إدراك فكرة معينة من خلال تحليل بسيط وسريع ( )

ث - مثلي لما يأتي : ( مثال واحد فقط )

- 1- مصادر داخلية للضغوط الحياتية : .....
- 2- مشكلات أسرية : .....
- 3- الصعوبات حياتية وتحتاج إلى مرونة نفسية : .....
- 4- قرار مؤجل : .....
- 5- الأهداف الشخصية : .....

## السؤال الثالث :

أ- اختاري مهارة من المجموعة (أ) و ضعيتها أمام ما يناسبه في المجموعة (ب) وفق الجدول التالي :

م	المجموعة أ	المجموعة ب
1	التفكير بشكل مركز لتحديد الأعمال والمهام للوصول إلى نتيجة والغاية التي نسعى لتحقيقها	المرونة النفسية
2	عمل مقصود يؤثر سلبا على قدرة الطرف الآخر ويعيق تحقيق أهدافه وخدمة مصالحه	العمل ضمن فريق
3	مجموعة القوى الداخلية و الخارجية التي تؤدي استجابة انفعالية حادة ومستمرة	حل المشكلات
4	شعور وإحساس بوجود صعوبة ما أو موقف ينتج عنها حالة من من التناقض وعدم الارتياح	الأهداف الشخصية
5	تفاعل إيجابي بين اثنين أو أكثر بحيث يكون كل منهم مستعدا للمشاركة في سبيل إنجاز أمر ما متفق عليه	الصراع
6	عملية عقلية تهدف إلى إحداث تغيرات والوصول إلى نتائج إيجابية لموقف ما من خلال مفاضلة بين الحلول والاختيار الأفضل	الضغوط الحياتية
7	نشاط عقلي يعمل على إعطاء المثبرات البيئية معني ودلالة لتساعد الفرد على التلاؤم مع ظروف البيئة	معالجة الأفكار
8	تهدف إلى حل سؤال صعب أو موقف معقد يعيق التقدم في أي جانب من جوانب الحياة	التفكير
9	مشاركة الفرد في مجموعة عمل يتحمل فيها كل منهم مسؤوليته للوصول إلى تحقيق هدف مشترك	اتخاذ القرار
10	إدراك تام للعواطف و المشاعر و الأحاسيس بما فيها المشاعر السلبية أو غير المرغوب بها	التعاون
		المشكلة

انتهت الأسئلة  
تمنياتي لكن بالتوفيق والنجاح

# نموذج الإجابة

اليوم : الأربعاء  
التاريخ : / / ١٤٤٦ هـ  
الفترة : الأولى  
عدد الأوراق : ٤

اختبار نهائي لمادة المهارات الحياتية  
لعام ١٤٤٦ هـ - الفصل الدراسي الثاني  
للسف الثالث ثانوي / النظام العام

الباب الأول والثاني

السؤال الأول :

أ- اختاري الإجابة المناسبة والصحيحة من بين الإجابات الخاطئة فيما يلي:

١	تمثل الآية الكريمة ( ومن يتق الله يجعل له مخرجا ، ويرزقه من حيث لا يحتسب ) :	أ	معالجة الأفكار	ب	حل المشكلات	ج	التفكير الأساسي	د	اتخاذ القرار
٢	تقوي دافعية المسلم وإرادته وتنقله إلى الأمان و الاطمئنان والأمل :	أ	الصلاة	ب	إدارة المشاعر	ج	العلاج النفسي	د	الاسترخاء
٣	يحدث نتيجة وجود تعارض في المصالح أو الآراء مما يدفع كل الأطراف للدفاع عن رأيه والعمل على الانتصار له:	أ	الصراع	ب	الضغوط الحياتية	ج	الانفعال	د	الأزمات
٤	ترتبط بمفهوم الموازنة بين عدة قرارات و ترجيح الأفضل منها :	أ	معالجة الأفكار	ب	حل المشكلات	ج	التفكير الأساسي	د	اتخاذ القرار
٥	اقترح خالد على أعضاء مجلس الاستشارات بالمدرسة عدة حلول لحل مشكلة رمي النفايات في ساحة المدرسة :	أ	تذكر	ب	تحليل	ج	معرفة	د	تقويم
٦	هي عملية نضج فردية تسعى من خلالها معرفة نواتنا و قدراتنا المتميزة:	أ	الضغوط الحياتية	ب	المرونة النفسية	ج	التعاون	د	إدارة الصراع
٧	خيرت ماجدة بين أن تتزوج من رجل يكبرها سنا أو تعيش وحيدة بعد وفاة والدتها :	أ	صراع إقدام - إجمام	ب	صراع إجمام - إجمام	ج	صراع إقدام - إقدام	د	صراع الأدوار
٨	تطوير التفكير يساعد الإنسان على الوصول إلى راحة نفسية في التكيف مع الأحداث و المتغيرات :	أ	منفعة ذاتية	ب	منفعة اجتماعية عامة	ج	منفعة دفاعية	د	منفعة صحية نفسية
٩	تعتبر من أبرز الممارسات في تميز الأعمال وجودتها وصورة من صور تفعيل مهارة التعاون:	أ	المرونة	ب	التكيف	ج	العمل ضمن فريق	د	إدارة الصراع
١٠	عندما يكتب الطالب قصيدة شعرية من إلهامه الخاص فهو يمارس التفكير :	أ	المركب	ب	الأساسي	ج	التحليلي	د	التقويمي



١١	تمثل القوى الداخلية في :							
	أ	المشكلات المالية	ب	تغيرات في المزاج والصداق	ج	الازدحام	د	المشكلات العمل
١٢	نسبة كبيرة من الأنشطة لا نستطيع إنجازها إلا بـ ..... الآخرين :							
	أ	المرونة	ب	تحديد الأهداف	ج	التعاون	د	إدارة صراع
١٣	من المفاهيم المرتبطة بمهارة معالجة الأفكار الأشياء الجيدة أي لماذا نفضلها وهذا يعني أنها فكرة :							
	أ	سلبية	ب	المثيرة	ج	إيجابية	د	الحكم النهائي
١٤	تطوير التفكير يساعد الإنسان على تجنب الوقوع في حبال الأفكار الضالة و الممارسات السيئة :							
	أ	منفعة ذاتية	ب	منفعة اجتماعية عامة	ج	منفعة دفاعية	د	منفعة صحية نفسية
١٥	مر بذهنك مواقف جميلة أثناء رحلتك مع أسرتك إلى مكة المكرمة لأداء مناسك العمرة عام ١٤٣٥ هـ :							
	أ	تذكر	ب	تحليل	ج	معرفة	د	تقويم

## السؤال الثاني:

أ - اصدرى حكما على العبارات التالية :

- ١- تطوير التفكير يساعد الإنسان على تجنب الوقوع في حبال الأفكار الضالة و الممارسات السيئة ( ✓ )
- ٢- المرونة النفسية تكون قصيرة المدى و مرتبطة بحدث معين و غالبا ما تزول بزواله ( ✓ )
- ٣- التعاون يعني إلغاء شخصية الفرد بحيث تجعله أكثر انغلاقا على المجتمع ( × )
- ٤- القراءة تمد العقل فقط بلوازم المعرفة أما التفكير فيجعلنا نملك ما نقرأ ( ✓ )
- ٥- تعد مهارات التفكير الأساسية من المهارات المهمة و المتكاملة التي يجب الاهتمام بتعليمها منذ الصغر ( ✓ )
- ٦- القرار في فرق العمل قرار فردي و ليس جماعي ليسهل تحقيق الهدف و إنجاز الأعمال ( × )
- ٧- الشعور ببعض الضغط عليك من قبل أعضاء الفريق العمل الواحد أمر طبيعي ( ✓ )
- ٨- تكسب مهارات التفكير الأساسية الإنسان النضج و الحكمة و حسن التصرف و تجنبه المخاطر ( ✓ )
- ٩- الاسترخاء يجعل الإنسان لديه تشتت في الفكر واضطراب في النوم ( × )
- ١٠- يقصد بمعالجة الأفكار تعزيز و إدراك فكرة معينة من خلال تحليل بسيط وسريع ( × )

ث - مثلى لما يأتي : ( مثال واحد فقط )

- ١- مصادر داخلية للضغوط الحياتية : الإصابة بالأمراض - الشعور بالوحدة - التغيرات الفسيولوجية
- ٢- مشكلات أسرية : العنوسة - الطلاق - العنف الأسري
- ٣- الصعوبات حياتية وتحتاج إلى مرونة نفسية : فقدان وظيفة - الضغوط المالية - وفاة أحد المقربين
- ٤- قرار مؤجل : الزواج - الدراسة في الخارج
- ٥- الأهداف الشخصية : تعتمد الإجابة على الطالب



## السؤال الثالث :

أ- اختاري رقم العبارة من المجموعة (أ) و ضعيتها أمام ما يناسبه في المجموعة (ب) وفق الجدول التالي :

م	المجموعة أ	المجموعة ب
١	التفكير بشكل مركز لتحديد الأعمال والمهام للوصول إلى نتيجة والغاية التي نسعى لتحقيقها	المرونة النفسية
٢	عمل مقصود يؤثر سلبا على قدرة الطرف الآخر ويعيق تحقيق أهدافه وخدمة مصالحه	العمل ضمن فريق
٣	مجموعة القوى الداخلية و الخارجية التي تؤدي استجابة انفعالية حادة ومستمرة	حل المشكلات
٤	شعور وإحساس بوجود صعوبة ما أو موقف ينتج عنها حالة من من التناقض وعدم الارتياح	الأهداف الشخصية
٥	تفاعل إيجابي بين اثنين أو أكثر بحيث يكون كل منهم مستعدا للمشاركة في سبيل إنجاز أمر ما متفق عليه	الصراع
٦	عملية عقلية تهدف إلى إحداث تغيرات والوصول إلى نتائج إيجابية لموقف ما من خلال مفاضلة بين الحلول والاختيار الأفضل	الضغوط الحياتية
٧	نشاط عقلي يعمل على إعطاء المثبرات البيئية معني ودلالة لتساعد الفرد على التلاؤم مع ظروف البيئة	معالجة الأفكار
٨	تهدف إلى حل سؤال صعب أو موقف معقد يعيق التقدم في أي جانب من جوانب الحياة	التفكير
٩	مشاركة الفرد في مجموعة عمل يتحمل فيها كل منهم مسؤولية الوصول إلى تحقيق هدف مشترك	اتخاذ القرار
١٠	إدراك تام للعواطف و المشاعر و الأحاسيس بما فيها المشاعر السلبية أو غير المرغوب بها	التعاون
		المشكلة

انتهت الأسئلة  
تمنياتي لكن بالتوفيق والنجاح



اختبار نهائي لمادة المهارات الحياتية  
لعام 1446 هـ - الفصل الدراسي الثاني  
للف الثالث ثانوي / النظام العام

السؤال الأول :

أ- اختاري الإجابة المناسبة والصحيحة من بين الإجابات الخاطئة فيما يلي:

1	يمثل قول الرسول ع ( علمت أنك خير أرض الله و أحب الأرض إلى الله ولولا أن أهلك أخرجوني ما خرجت ) :
أ	الوطنية و المواطنة
ب	النظام و الذوق العام
ج	المسؤولية الاجتماعية
د	التكيف مع الأزمات الاجتماعية
2	يعد الذوق العام حاسة :
أ	مادية
ب	معنوية
ج	بصرية
د	سمعية
3	من الضروري أن يكون مسلك الفرد وفق أصول وقواعد المجتمع فهذه المسؤولية في :
أ	اتخاذ القرار
ب	علم النفس
ج	علم الاجتماع
د	المواطنة
4	المصدر الأساسي لاشتقاق النظام في قوله تعالى ( وأحل الله البيع و حرم الربا ):
أ	الاقتصادي
ب	السياسي
ج	التعليمي
د	الإداري
5	تعتبر جزء من نسيج الحياة الإنسانية و سمة من سمات الحياة المعاصرة و يزداد تأثيرها وخطورتها في عصرنا الحالي:
أ	الترفيه و السياحة
ب	الأزمات
ج	المسؤولية الاجتماعية
د	النظام و الذوق العام
6	تعتمد هذه الطريقة على محاصرة الأزمة في نطاق محدود و تجميدها أو تحويل مسارها:
أ	طريقة فريق العمل
ب	طريقة الاحتياطي
ج	طريقة الاحتواء
د	طريقة المشاركة المجتمعية
7	لها علاقة وثيقة بمعنى الترفيه و تكاد تكون كلمة مرادفة لها:
أ	اللياقة
ب	اللطف
ج	النباهة
د	الترويح
8	تحقق السعادة و التوازن الإنساني و تحسن من جودة الحياة :
أ	الترفيه
ب	السياحة
ج	المواطنة
د	السلوك المسؤول
9	أزمة و ليدة ظروفها تحدث عادة دون أن تترك بصمات واضحة على المجتمع الذي حدثت فيه:
أ	أزمات جوهريّة التأثير
ب	أزمات محدودة التأثير
ج	أزمات الارتجاع أو الارتداد
د	أزمات عالمية
10	تتمثل المسؤولية الاجتماعية المناطة بك في ( احترام القوانين و اللوائح المدرسية و المساهمة في خلق بيئة تعليمية إيجابية ) :
أ	الأسري
ب	الوطني
ج	المدرسي
د	العالمي



11	نمط الشخصية المتوقعة لشخص تمارس عليه التمييز بالمعاملة :			
	أ	ب	ج	د
	مستقلة	متمردة	تابعة	مدافعة
12	العديد من الأزمات التي تواجه المجتمع تكون بصفة :			
	أ	ب	ج	د
	دورية وعشوائية	وليدة اللحظة	محدودة	عشوائية فقط
13	كل نشاط يمارسه الإنسان في وقت فراغه بهدف تنمية و دعم القدرات و الاستعدادات المختلفة :			
	أ	ب	ج	د
	الترفيه	الترويح	السياحة	المواطنة
14	نادى أهل العلم والحكمة بإيجاد تشريعات ملزمة اجتماعيا والتي من خلالها تحدد الحقوق و الواجبات:			
	أ	ب	ج	د
	الوطنية و المواطنة	النظام	المسؤولية الاجتماعية	الذوق العام
15	تعود للظهور مرة أخرى بعد انحسارها أو انتهائها لكن يمكن التعامل معها و التقليل من خسائرها :			
	أ	ب	ج	د
	الارتداد الأزمة	احتواء الأزمة	إنكار الأزمة	الاعتراف بالأزمة

**ب- أكمل العبارات التالية لتصبح الجمل تامة وصحيحة :**

- 1- تعتمد رؤية 2030 على ثلاث محاور ..... و ..... و .....
- 2- يمارسها الفرد في وقت الفراغ ويختارها وفقا لرغباته الخاص الخاصة بغرض تحقيق السرور .....  
و .....
- 3- من أسباب ضعف الذوق العام في المجتمع ..... و ..... و .....

## السؤال الثاني :

أ – اصدرى حكما على العبارات التالية :

- 1- تساعد السياحة على تخفيض نسبة البطالة من خلال خلق وظائف جديدة ( )
- 2- الشريعة الإسلامية مصدر تشريع في المملكة العربية السعودية ( )
- 3- المشاعر و الأحاسيس نحو الوطن أمر مكتسب في النفوس وهو لا يتعارض مع تعاليم الدين الإسلامي ( )
- 4- الإنسان مدني بطبعه يعيش في مجتمع يؤثر فيه و يتأثر به ( )
- 5- البيعة تمثل عهدا بين المواطنين وحكامهم ( )
- 6- النظام هو ذلك الجسر الذي تعبر به النفس تجاه الثقة و الذاتية والإيجابية و المواطنة الصالحة ( )
- 7- السلوك المسؤول الملتزم ينتج عنه نجاح عملي مستدام ( )
- 8- الأزمة لحظة حرجة و حاسمة تتعلق بمصير أي كيان يصاب بها و تمثل صعوبة حادة أمام متخذ القرار ( )
- 9- النظرية السلوكية تركز على أسلوبين فقط في تشكيل السلوك المسؤول في علم النفس هما الثواب و العقاب ( )
- 10- النظام له خاصية الإيجار و الالتزام ( )

ث – مثلي لما يأتي : ( مثال واحد فقط )

- 1- أزمة اقتصادية : .....
- 2- فعاليات الترفيه بمنطقة جدة : .....
- 3- مظاهر الذوق العام في الحياة الاجتماعية : .....
- 4- مسؤوليتك الاجتماعية في محيط أسرتك : .....

## السؤال الثالث :

أ- اختاري عبارة من المجموعة (أ) و ضعيفها أمام ما يناسبه في المجموعة (ب) وفق الجدول التالي :

م	المجموعة أ	المجموعة ب
1	مجموعة من القوانين و المبادئ و التشريعات و الأعراف التي تقوم عليها حياة الفرد و المجتمع .	السلوك المسؤول
2	انتساب الفرد لوطنه فكراً و سلوكاً وهو يعبر من خلاله عن حبه له و امتناله للقيم كالاعتزاز و الفخر و المحافظة على ثرواته.	السياحة
3	موقف طارئ يتعرض له الأفراد أو المجتمعات ويكون له تأثير على أفعالهم و عاداتهم و يعيق أدائهم الاجتماعي.	المواطنة
4	الالتزام بأداء تكاليف نحو العمل المطلوب وفي وقت المحدد.	الترويح
5	مجموعة من العلاقات المتبادلة التي تنشأ بين السائح و بين الأشخاص الموجودين في المكان الذي قصده السائح.	النظام
6	انتماء و موالاة للوطن ضمن حدود الشريعة و مكارم الأخلاق و وجود علاقات متبادلة بين الفرد و الدولة و المجتمع.	الانتماء الوطني
7	حاسة معنوية تدعو صاحبها إلى مراعاة مشاعر الآخرين و أحوالهم و ظروفهم.	الأزمة الاجتماعية
8	حالة توتر تنتج عن موقف طارئ و نقطة تحول في حياة الفرد و الجماعة و المجتمع و تتطلب قرار ينتج عنه مواقف جديدة.	المسؤولية
9	التنفيس عن النفس البشرية بعد الضيق.	الذوق العام
10	مجموعة من الامتيازات و الخدمات التي تقدمها الدولة لمواطنيها	الأزمة
		الترفيه
		الحقوق

انتهت الأسئلة  
تمنيتي لكن بالتوفيق والنجاح

# نموذج الإجابة

اليوم : الأربعاء  
التاريخ : ١٤٤٦ / /  
الفترة : الأولى  
عدد الأوراق : ٤

اختبار نهائي لمادة المهارات الحياتية  
لعام ١٤٤٦ هـ - الفصل الدراسي الثاني  
للمصف الثالث ثانوي / المسار العام

## السؤال الأول :

أ- اختاري الإجابة المناسبة والصحيحة من بين الإجابات الخاطئة فيما يلي:

١	يمثل قول الرسول ﷺ ( علمت أنك خير أرض الله و أحب الأرض إلى الله ولولا أن أهلك أخرجوني ما خرجت ) :	أ	الوطنية و المواطنة	ب	النظام والذوق العام	ج	المسؤولية الاجتماعية	د	التكيف مع الأزمات الاجتماعية
٢	يعد الذوق العام حاسة :	أ	مادية	ب	معنوية	ج	بصرية	د	سمعية
٣	من الضروري أن يكون مسلك الفرد وفق أصول وقواعد المجتمع فهذه المسؤولية في :	أ	اتخاذ القرار	ب	علم النفس	ج	علم الاجتماع	د	المواطنة
٤	المصدر الأساسي لاشتقاق النظام في قوله تعالى ( وأحل الله البيع وحرم الربا ):	أ	الاقتصادي	ب	السياسي	ج	التعليمي	د	الإداري
٥	تعتبر جزء من نسيج الحياة الإنسانية وسمة من سمات الحياة المعاصرة ويزداد تأثيرها وخطورتها في عصرنا الحالي:	أ	الترفيه والسياحة	ب	الأزمات	ج	المسؤولية الاجتماعية	د	النظام والذوق العام
٦	تعتمد هذه الطريقة على محاصرة الأزمة في نطاق محدود وتجميدها أو تحويل مسارها:	أ	طريقة فريق العمل	ب	طريقة الاحتياطي	ج	طريقة الاحتواء	د	طريقة المشاركة المجتمعية
٧	لها علاقة وثيقة بمعنى الترفيه وتكاد تكون كلمة مرادفة لها:	أ	اللياقة	ب	اللطف	ج	النباهة	د	الترويح
٨	تحقق السعادة و التوازن الإنساني و تحسن من جودة الحياة :	أ	الترفيه	ب	السياحة	ج	المواطنة	د	السلوك المسؤول
٩	أزمة وليدة ظروفها تحدث عادة دون أن تترك بصمات واضحة على المجتمع الذي حدثت فيه:	أ	أزمات جوهرية التأثير	ب	أزمات محدودة التأثير	ج	أزمات الارتجاج أو الارتداد	د	أزمات عالمية
١٠	تتمثل المسؤولية الاجتماعية المناطة بك في (احترام القوانين والقوانين المدرسية و المساهمة في خلق بيئة تعليمية إيجابية ) :	أ	الأسري	ب	الوطني	ج	المدرسي	د	العالمي



١١	نمط الشخصية المتوقعة لشخص تمارس عليه التمييز بالمعاملة :						
أ	مستقلة	ب	متمردة	ج	تابعة	د	مدافعة
١٢	العديد من الأزمات التي تواجه المجتمع تكون بصفة :						
أ	دورية وعشوائية	ب	وليدة اللحظة	ج	محدودة	د	عشوائية فقط
١٣	كل نشاط يمارسه الإنسان في وقت فراغه بهدف تنمية و دعم القدرات و الاستعدادات المختلفة :						
أ	الترفيه	ب	الترويح	ج	السياحة	د	المواطنة
١٤	نادى أهل العلم والحكمة بإيجاد تشريعات ملزمة اجتماعيا والتي من خلالها تحدد الحقوق و الواجبات:						
أ	الوطنية و المواطنة	ب	النظام	ج	المسؤولية الاجتماعية	د	الذوق العام
١٥	تعود للظهور مرة أخرى بعد انحسارها أو انتهائها لكن يمكن التعامل معها و التقليل من خسارتها :						
أ	الارتداد الأزمة	ب	احتواء الأزمة	ج	إنكار الأزمة	د	الاعتراف بالأزمة

### ب- أكمل العبارات التالية لتصبح الجمل تامة وصحيحة :

- ١- تعتمد رؤية ٢٠٣٠ على ثلاث محاور المجتمع الحيوي و الاقتصاد المزدهر و الوطن الطموح
- ٢- يمارسها الفرد في وقت الفراغ ويختارها وفقا لرغباته الخاص الخاصة بغرض تحقيق السرور الترفيهي و الترويح
- ٣- من أسباب ضعف الذوق العام في المجتمع ضعف مستوى التربية الصحيحة و ضعف دور المؤسسات التعليمية في التوعية و تضاول دور القدوة الحسنة و ضعف التناصح والاهتمام بتنمية الذوق العام و التأثير السلبي التواصل الاجتماعي و المحافظة على نظافة المكان



## السؤال الثاني:

أ - اصدرى حكما على العبارات التالية :

- ١- تساعد السياحة على تخفيض نسبة البطالة من خلال خلق وظائف جديدة ( √ )
- ٢- الشريعة الإسلامية مصدر تشريع في المملكة العربية السعودية ( √ )
- ٣- المشاعر و الأحاسيس نحو الوطن أمر مكتسب في النفوس وهو لا يتعارض مع تعاليم الدين الإسلامي ( × )
- ٤- الإنسان مدني بطبعه يعيش في مجتمع يؤثر فيه و يتأثر به ( √ )
- ٥- البيعة تمثل عهدا بين المواطنين وحكامهم ( √ )
- ٦- النظام هو ذلك الجسر الذي تعبر به النفس تجاه الثقة و الذاتية والإيجابية و المواطنة الصالحة ( × )
- ٧- السلوك المسؤول الملتزم ينتج عنه نجاح عملي مستدام ( √ )
- ٨- الأزمة لحظة حرجة و حاسمة تتعلق بمصير أي كيان يصاب بها و تمثل صعوبة حادة أمام متخذ القرار ( √ )
- ٩- النظرية السلوكية تركز على أسلوبين فقط في تشكيل السلوك المسؤول في علم النفس هما الثواب و العقاب ( × )
- ١٠- النظام له خاصية الإجماع و الالتزام ( √ )

ث - مثلي لما يأتي : ( مثال واحد فقط )

- ١- أزمة اقتصادية : هبوط الأسهم العالمية
- ٢- فعاليات الترفيه بمنطقة جدة : معرض الكتاب - آسيا الصغرى في سيتي ووك - بازار البلد
- ٣- مظاهر الذوق العام في الحياة الاجتماعية : الاستئذان / خفض الصوت / رد السلام / إكرام الضيف / الابتسامه / عيادة المريض
- ٤- المسؤولية الاجتماعية المناطة لك في محيط أسرتك : توفير الدعم العاطفي و المشاركة على توفير بيئة صحية ومحبة

موقع منهجي  
mnhaji.com



## السؤال الثالث :

أ- اختاري رقم العبارة من المجموعة (أ) و ضعيتها أمام ما يناسبه في المجموعة (ب) وفق الجدول التالي :

م	المجموعة أ	المجموعة ب
١	مجموعة من القوانين و المبادئ و التشريعات و الأعراف التي تقوم عليها حياة الفرد و المجتمع .	السلوك المسؤول
٢	انتساب الفرد لوطنه فكرا و سلوكا وهو يعبر من خلاله عن حبه له و امتثاله للقيم كالاعتزاز و الفخر و المحافظة على ثرواته.	السياحة
٣	موقف طارئ يتعرض له الأفراد أو المجتمعات ويكون له تأثير على أفعالهم و عاداتهم و يعيق أدائهم الاجتماعي.	المواطنة
٤	الالتزام بأداء تكاليف نحو العمل المطلوب و في وقت المحدد.	الترويح
٥	مجموعة من العلاقات المتبادلة التي تنشأ بين السائح و بين الأشخاص الموجودين في المكان الذي قصده السائح.	النظام
٦	انتماء و موالة للوطن ضمن حدود الشريعة و مكارم الأخلاق و وجود علاقات متبادلة بين الفرد و الدولة و المجتمع.	الانتماء الوطني
٧	حاسة معنوية تدعو صاحبها إلى مراعاة مشاعر الآخرين و أحوالهم و ظروفهم.	الأزمة الاجتماعية
٨	حالة تؤثر تنتج عن موقف طارئ و نقطة تحول في حياة الفرد و الجماعة و المجتمع و تتطلب قرار ينتج عنه مواقف جديدة.	المسؤولية
٩	التنفيس عن النفس البشرية بعد الضيق.	الذوق العام
١٠	مجموعة من الامتيازات و الخدمات التي تقدمها الدولة لمواطنيها	الأزمة
		الترفيه
		الحقوق

انتهت الأسئلة  
تمنياتي لكن بالتوفيق والنجاح

موقع منهجي  
mnhaji.com



المادة : مهارات حياتية

الصف : الثالث الثانوي

٤٠

بسم الله الرحمن الرحيم

وزارة التعليم  
Ministry of Education

المملكة العربية السعودية

وزارة التعليم

مدرسة متوسطة وثانوية تباشحة للبنات

الفصل الدراسي ( الثاني ) الدور ( الأول ) العام الدراسي ( ١٤٤٥ - ١٤٤٦ هـ )

اسم الطالبة: .....

## السؤال الأول :

### أ - ضع المصطلح المناسب أمام العبارات التالية :

(النظام - التعاون - السياحة - الذوق العام - المسؤولية - الصراع )

- ١- تفاعل إيجابي بين اثنين او اكثر بحيث يكون كل منهم مستعد للمشاركة في سبيل انجاز امر ما متفق عليه .....
- ٢- مجموعة القوانين والمبادئ والتشريعات والأعراف التي تقوم بها حياة الفرد والمجتمع وبها تنظم الأمور وتقرر الحقوق والواجبات .....
- ٣- إقرار المرء بما يصدر عنه من أفعال واقوال واستعداده العقلي والنفسي لتحمل ما يترتب على أقواله وافعاله .....
- ٤- حاسة معنوية تدعو صاحبها الى مراعاة مشاعر الاخرين واحوالهم وظروفهم وله أهمية في كسب تقديرهم .....
- ٥- ظاهرة اجتماعية متصلة بالعلاقات الاجتماعية بين الأشخاص وهي مجموعة من العلاقات المتبادلة بين السائح والأشخاص الموجودين بالمكان .....

### ب - أكمل الفراغات التالية :

- ١- من طرق التعامل مع الأزمات .....
- ٢- من أنواع السياحة .....
- ٣- من مظاهر الذوق العام في الحياة الاجتماعية :
  - ١- .....
  - ٢- .....
  - ٣- .....
- ٤- تعتمد رؤية المملكة ٢٠٣٠ على ثلاث محاور أساسية :
  - ١- .....
  - ٢- .....
  - ٣- .....

### ج- اختر من العمود ( أ ) ما يناسبه من العمود ( ب ) :

عمود ( أ )	الاجابة	عمود ( ب )
١ من مراحل المرونة النفسية		يرتقي بالإنسان بعيدا عن الأنانية وحب الذات
٢ من مظاهر الصراع		الضغوطات الحياتية الخارجية
٣ من فوائد تحديد الأهداف		يرفض الشخص المرن الاستسلام للشعور السلبي
٤ من فوائد التعاون		التحول من مناقشة الأفكار إلى التعرض للسمات الشخصية
٥ المشكلات الاسرية		الشعور بالرضا والسعادة



## السؤال الثاني :

١٠

ضعي علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة الخاطئة :

١	من مظاهر الذوق العام عدم المحافظة على نظافة المكان
٢	من واجبات المواطن وحقوق الدولة تلبية نداء الدفاع عن الوطن
٣	نستطيع ان نواجه الضغوط الحياتية وذلك بالمحافظة على الصلاة
٤	العمل ضمن فريق هو مشاركة الفرد في مجموعة عمل يتحمل فيها كل منهم مسؤوليته تجاه ما كلف به
٥	ترتبط مهارة معالجة الأفكار بمفهوم الموازنة بين عدة قرارات وترجيح الأفضل منها
٦	من فوائد تحديد الأهداف زيادة التركيز
٧	من ضوابط الترفيه ان يكون خاليا من المحرمات والمخالفات الشرعية والقانونية
٨	يقصد بالمشير في المفاهيم المرتبطة بمهارة معالجة الأفكار الأشياء التي تجذب وتلفت الانتباه وليس ملزما الاخذ بها
٩	اتخاذ قرارات تحقق الصالح العام للأسرة والمجتمع هذا من المنافع الذاتية لتطوير التفكير
١٠	من الأشياء التي نحتاجها لاكتساب مهارة حل المشكلات واتخاذ القرار عدم إعطاء بدائل لحل المشكلة

## السؤال الثالث :

١٠

اختاري الإجابة الصحيحة فيما يلي :

١	تلك العواطف القوية التي يحس بها المواطن نحو وطنه العزيز						
أ	الوطنية	ب	المواطنة	ج	الانتماء الوطني	د	النظام
٢	الالتزام بأداء تكاليف نحو العمل المطلوب وفي الوقت المحدد						
أ	المسؤولية	ب	النظام	ج	السلوك المسؤول	د	المواطنة
٣	موقف طارئ يتعرض له الافراد او المجتمعات ويكون له تأثير على افعالهم وعاداتهم ويعيق اداءهم الاجتماعي						
أ	المسؤولية	ب	الذوق العام	ج	السلوك المسؤول	د	الازمة الاجتماعية
٤	التنفيس على النفس البشرية بعد الضيق						
أ	الترفيه	ب	التعاون	ج	الذوق العام	د	السياحة
٥	شعور واحساس بوجود صعوبة ما او مواقف ينتج عنها حالة من التناقض والارتباك وعدم الارتياح						
أ	مهارة معالجة الأفكار	ب	التفكير	ج	اتخاذ القرار	د	المشكلة
٦	احد هذه الخيارات يعد من رحلة تحديد الأهداف						
أ	إعادة ترتيب الأهداف	ب	الاستبصار	ج	التكيف	د	التعامل
٧	من المفاهيم المرتبطة بمهارة معالجة الأفكار الأشياء الجيدة في الفكرة ، أي لماذا فضلها وهذا يعني انها فكرة.						
أ	سلبية	ب	مثيرة	ج	إيجابية	د	جميع ما سبق صحيح
٨	احد هذه الخيارات يعد من مستويات التفكير الأساسي						
أ	التحليل	أ	المعرفة	أ	التركيب	أ	التقويم
٩	من امثلة مصادر الضغوط الحياتية الداخلية						
أ	المشكلات المالية	ب	المشكلات الاسرية	ج	الازدحام	د	الشعور بالوحدة
١٠	حالة توتر تنتج عن موقف طارئ ونقطة تحول في حياة الفرد والجماعة والمجتمع وتتطلب قرارا ينتج عنه مواقف جديدة						
أ	الازمة	ب	الازمة الاجتماعية	ج	المسؤولية	د	السلوك المسؤول

مع تمنياتي لكون بالتوفيق والنجاح

أ. جمعه شرف المالك

موقع منهجي  
mnhaji.com



# نموذج الإجابة



المهارات الحياتية	ة
الثالث ثانوي	ف
٣	الأسئلة
٢	الأوراق
ساعتان	ر

الاختبار النهائي لمادة المهارات الحياتية للصف الثالث ثانوي الفصل الدراسي الثاني (الدور الأول) لعام ١٤٤٦ هـ

عزيزتي الطالبة استعيني بالله ثم أجيبني عن الأسئلة التالية:

السؤال الأول: اختاري الإجابة الصحيحة في كل مما يلي:

١	الصراع بين الأهداف الإيجابية يسمى	ب	صراع احجام - احجام	ج	صراع اقدام - احجام	د	صراع الدور
٢	احد هذه الخيارات يعد من رحلة تحديد الاهداف	ب	إعادة ترتيب الاهداف	ج	التكيف	د	التعامل
٣	من امثلة مصادر الضغوط الحياتية الداخلية	ب	المشكلات الاسرية	ج	الازدحام	د	المشكلات المالية
٤	هي قياس طريقة تكيف الشخص مع المتطلبات الظرفية المتقلبة	ب	الصراع	ج	الضغوط الحياتية	د	تحديد الاهداف
٥	من فوائد التعاون	ب	التجانس	ج	تحديد الادوار	د	تقاسم القيادة
٦	لتفكير بشكل مركز لتحديد الغاية من أداء الاعمال والمهام التي نرغب القيام بها للوصول الى النتيجة والغاية التي نسعى لتحقيقها هذا ما يعرف بـ	ب	تحديد الهدف	ج	التعاون	د	العمل ضمن فريق
٧	احد هذه الخيارات يعد من أسباب الصراع	ب	سوء التنظيم	ج	التلفظ بألفاظ نابية	د	انفعال عند النقاش والحوار
٨	مجموعة القوى الداخلية والخارجية التي تؤدي استجابة انفعالية حادة ومستمرة	ب	الضغوط الحياتية	ج	تحديد الاهداف	د	المرونة النفسية
٩	تفاعل إيجابي بين اثنين او اكثر بحيث يكون كل منهم مستعد للمشاركة في سبيل انجاز امر ما متفق عليه	ب	التعاون	ج	تحديد الأدوار	د	المرونة النفسية
١٠	من صفات الأشخاص الذين يتمتعون بالمرونة النفسية	ب	القدرة على تكوين علاقات	ج	تشئت في الفكر	د	التفكير السلبي
١١	مر بذهنك مواقف جميلة أثناء رحلتك مع اسرتك الى مكة المكرمة ، لأداء مناسك العمرة عام ١٤٣٥ هـ ما نوع مهارة التفكير	ب	الربط	ج	التذكر	د	التركيز
١٢	طريقة من طرائق التفكير العلمي يتم من خلالها تعزيز ادراك فكرة معينة من خلال تحليل اعماق لها	ب	اتخاذ القرار	ج	مهارة معالجة الافكار	د	حل المشكلة
١٣	شعور واحساس بوجود صعوبة ما او مواقف ينتج عنها حالة من التناقض والارتباك وعدم الارتياح	ب	التفكير	ج	المشكلة	د	اتخاذ القرار
١٤	نشاط عقلي معرفي يعمل على إعطاء المثيرات البيئية معنى ودلالة من خلال البنية المعرفية	ب	اتخاذ القرار	ج	التفكير	د	المشكلة
١٥	من المفاهيم المرتبطة بمهارة معالجة الأفكار الجيدة في الفكرة ، أي لماذا نفضلها وهذا يعني انها فكرة.	ب	مثيرة	ج	ايجابية	د	جميع ما سبق صحيح
١٦	هي تلك المهارة التي تستخدم ، لتحليل ووضع استراتيجيات تهدف الى حل سؤال صعب او موقف معقد يعيق التقدم في جانب من جوانب الحياة	ب	التفكير	ج	اتخاذ القرار	د	حل المشكلات
١٧	تطوير التفكير يساعد الانسان على تجنب الوقوع في حبال الأفكار الضالة والممارسات السيئة هذا يدخل ضمن دائرة المنافع الذاتية	ب	الاجتماعية العامة	ج	الصحية النفسية	د	الدفاعية
١٨	عندما نقوم بتسجيل قائمة تحوي العناصر المشوقة في الموقف او الفكرة هذ يمثل خطوة من خطوات	ب	اتخاذ القرار	ج	التفكير	د	معالجة الافكار
١٩	هي عملية عقلية تهدف الى احداث تغيرات للوصول الى نتائج إيجابية لموقف او قضية من خلال المفاضلة بين الحلول البديلة واختيار المناسب	ب	معالجة الافكار	ج	التفكير	د	اتخاذ القرار
٢٠	احد هذه الخيارات يعد من مستويات التفكير الأساسي	ب	التركيب	ج	التقويم	د	المعرفة

١ يتبع <<<



## السؤال الثاني:

ضعي المصطلحات التالية امام العبارات التي تناسبها:

التحليل	التنظيم	مستويات التفكير	قدرة على التمييز
التجانس	مهارة إدارة الصراع	الضغوطات الحياتية الخارجية	مراحل المرونة النفسية

المصطلح	العبرة
التنظيم	عملية عقلية تهدف الى ترتيب المعلومات
التجانس	عوامل نجاح فريق العمل
قدرة على التمييز	ما تحتاج اليه لمعالجة الافكار
مهارة إدارة الصراع	القدرة على تقبل الاختلاف
مستويات التفكير	التفكير المركب
الضغوطات الحياتية الخارجية	المشكلات المالية
مراحل المرونة النفسية	يرفض الشخص المرن الاستسلام للشعور السلبي للكارثة الي يمر بها
التحليل	تقسيم الفكرة الي أفكار اصغر لفهم العملية التي تحدث

## السؤال الثالث:

(أ) عددي كلا من:

١- عوامل نجاح الفريق؟

.....

.....

٢- مصادر الضغوط الحياتية؟

.....

.....

٣- أنواع الصراع الذاتي؟

.....

.....

٤- عوامل نجاح الفريق؟

.....

.....

(ب) عللي لما يأتي:

تعد العلاقات التي تكونها مع الأشخاص الايجابيين عاملاً في بناء المرونة النفسية.

.....

.....

انتهت الأسئلة .. دعواتي لكن بالتوفيق

❖ معلمة المادة : خلود المسعودي ❖

