|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **اختبار مادة : المهارات الحياتية والأسرية** | **الصف : السادس** | **الفصل الدراسي : الثالث لعام 1446هـ** |
| **الاسم: ................................................** | **الدرجة** |  | **معلم المادة: .......................... التوقيع : .........** |
| **20** |

**السؤال الأول: ضع علامة ( √ ) أمام العبارة الصحيحة وعلامة ( Ꭓ ) أمام العبارة الخاطئة :**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **م** | **العبارة** | **الإجابة** |
|  | **المشي وومارسة التمارين الرياضية وإشغال الوقت بما هو مفيد يساعد في الإقلاع عن التدخين** |  |
|  | **من أعراض التسمم الغذائي ارتفاع الحرارة والغثيان.** |  |
|  | **من العوامل التي تسبب التسمم**  **عدم غسل الفواكه والخضروات.** |  |
|  | **التأكد من تاريخ صلاحية المواد الغذائية**  **يساعد على تجنب حالات التسمم** |  |
|  | **سلامة العلب المعدنية من الصدأ والثقوب يدل على سلامة الأغذية** |  |
|  | **تنقسم الإعلانات إلى إعلانات تجارية وإعلانات عن معلومات.** |  |
|  | **من فوائد إعادة استخدام المستهلكات للأسرة**  **توفير المال.** |  |
|  | **من فوائد الادخار** **زيادة مصروفات الترفيه.** |  |
|  | **من وسائل الوقاية من تسمم الأغذية**  **وضع الغذاء في مكان مكشوف** |  |
|  | **الجلوس مع المدخنين ومقاومة التدخين لا يسبب المرض** |  |

**السؤال الثاني: اختر الاجابة الصحيحة:**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **أحد أهم أسباب التدخين:** |
| **أ** | **تقليد الأصدقاء** | **ب** | **فوائده الصحية** | **ج** | **رخص ثمنه** |
|  | **عندما تجد دعاية ترويجية للتدخين والترغيب فيه فإن عليك أن:** |
| **أ** | **تحذر من أسلوب الدعاية المغري** | **ب** | **تبدي إعجابك بأسلوب الدعاية الذكي** | **ج** | **تذكر بعض الأساليب الدعائية الأخرى** |
|  | **حالة مرضية مفاجئة تظهر أعراضها خلال فترة زمنية قصيرة بعد تناول غذاء غير سليم صحيًّا.** |
| **أ** | **التسمم الغذائي** | **ب** | **التدخين** | **ج** | **الغذاء الصحي** |
|  | **من أنواع التسمم:** |
| **أ** | **الميكروبي - الكيمياوي - الطبيعي** | **ب** | **المائي - الترابي - الغذائي** | **ج** | **الفسفوري - التركيبي - الطبيعي** |
|  | **من علامات فساد الأطعمة:** |
| **أ** | **تغير لونها.** | **ب** | **عدم نضجها** | **ج** | **كبر حجمها** |
|  | **من أضرار التدخين** |
| **أ** | **تصلب الشرايين.** | **ب** | **الشيخوخة المبكرة.** | **ج** | **جميع ما سبق** |
|  | **الموازنة بين إيرادات البيت ونفقاته عن طريق وضع خطة مناسبة لتوزيع الدخل على أبواب الإنفاق في مدة زمنية محددة. تسمى** |
| **أ** | **الميزانية** | **ب** | **الإسراف** | **ج** | **التبذير** |
|  | **ما الآية التي تحث على الإنفاق بشكل سليم؟** |
| **أ** | **(وكلوا واشربوا ولا تسرفوا إنه لا يحب المسرفين)** | **ب** | **(ولا يغتب بعضكم بعضا).** | **ج** | **( وبالوالدين إحسانا).** |
|  | **من أنواع الدخل الشهري:** |
| **أ** | **الراتب الشهري - التجارة - العقارات** | **ب** | **الادخار - الدين - الترفيه** | **ج** | **التوفير - المأكولات - الرياضة** |
|  | **التدخين هو تعاطي السجائر التي تحتوي على مركبات كيميائية قد تؤدي إلى الإصابة بمرض..................** |
| **أ** | **السرطان** | **ب** | **الربو** | **ج** | **الحساسية** |

**انتهت الأسئلة ,,,,,, مع تمنياتي لكم بالتوفيق والنجاح ,,,,,, معلم المادة /**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **اختبار مادة : المهارات الحياتية والأسرية** | **الصف : السادس** | **الفصل الدراسي : الثالث لعام 1446هـ** |
| **الاسم: ................................................** | **الدرجة** |  | **معلم المادة: .......................... التوقيع : .........** |
| **20** |

**السؤال الأول: ضع علامة ( √ ) أمام العبارة الصحيحة وعلامة ( Ꭓ ) أمام العبارة الخاطئة :**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **م** | **العبارة** | **الإجابة** |
|  | **المشي وومارسة التمارين الرياضية وإشغال الوقت بما هو مفيد يساعد في الإقلاع عن التدخين** | **√** |
|  | **من أعراض التسمم الغذائي ارتفاع الحرارة والغثيان.** | **√** |
|  | **من العوامل التي تسبب التسمم**  **عدم غسل الفواكه والخضروات.** | **√** |
|  | **التأكد من تاريخ صلاحية المواد الغذائية**  **يساعد على تجنب حالات التسمم** | **√** |
|  | **سلامة العلب المعدنية من الصدأ والثقوب يدل على سلامة الأغذية** | **√** |
|  | **تنقسم الإعلانات إلى إعلانات تجارية وإعلانات عن معلومات.** | **√** |
|  | **من فوائد إعادة استخدام المستهلكات للأسرة**  **توفير المال.** | **√** |
|  | **من فوائد الادخار** **زيادة مصروفات الترفيه.** | **×** |
|  | **من وسائل الوقاية من تسمم الأغذية**  **وضع الغذاء في مكان مكشوف** | **×** |
|  | **الجلوس مع المدخنين ومقاومة التدخين لا يسبب المرض** | **×** |

**السؤال الثاني: اختر الاجابة الصحيحة:**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **أحد أهم أسباب التدخين:** |
| **أ** | **تقليد الأصدقاء** | **ب** | **فوائده الصحية** | **ج** | **رخص ثمنه** |
|  | **عندما تجد دعاية ترويجية للتدخين والترغيب فيه فإن عليك أن:** |
| **أ** | **تحذر من أسلوب الدعاية المغري** | **ب** | **تبدي إعجابك بأسلوب الدعاية الذكي** | **ج** | **تذكر بعض الأساليب الدعائية الأخرى** |
|  | **حالة مرضية مفاجئة تظهر أعراضها خلال فترة زمنية قصيرة بعد تناول غذاء غير سليم صحيًّا.** |
| **أ** | **التسمم الغذائي** | **ب** | **التدخين** | **ج** | **الغذاء الصحي** |
|  | **من أنواع التسمم:** |
| **أ** | **الميكروبي - الكيمياوي - الطبيعي** | **ب** | **المائي - الترابي - الغذائي** | **ج** | **الفسفوري - التركيبي - الطبيعي** |
|  | **من علامات فساد الأطعمة:** |
| **أ** | **تغير لونها.** | **ب** | **عدم نضجها** | **ج** | **كبر حجمها** |
|  | **من أضرار التدخين** |
| **أ** | **تصلب الشرايين.** | **ب** | **الشيخوخة المبكرة.** | **ج** | **جميع ما سبق** |
|  | **الموازنة بين إيرادات البيت ونفقاته عن طريق وضع خطة مناسبة لتوزيع الدخل على أبواب الإنفاق في مدة زمنية محددة. تسمى** |
| **أ** | **الميزانية** | **ب** | **الإسراف** | **ج** | **التبذير** |
|  | **ما الآية التي تحث على الإنفاق بشكل سليم؟** |
| **أ** | **(وكلوا واشربوا ولا تسرفوا إنه لا يحب المسرفين)** | **ب** | **(ولا يغتب بعضكم بعضا).** | **ج** | **( وبالوالدين إحسانا).** |
|  | **من أنواع الدخل الشهري:** |
| **أ** | **الراتب الشهري - التجارة - العقارات** | **ب** | **الادخار - الدين - الترفيه** | **ج** | **التوفير - المأكولات - الرياضة** |
|  | **التدخين هو تعاطي السجائر التي تحتوي على مركبات كيميائية قد تؤدي إلى الإصابة بمرض..................** |
| **أ** | **السرطان** | **ب** | **الربو** | **ج** | **الحساسية** |

**انتهت الأسئلة ,,,,,, مع تمنياتي لكم بالتوفيق والنجاح ,,,,,, معلم المادة /**

**\_\_\_\_\_**

**١٠**

**السؤال الأول : اختار الإجابة الصحيحة لكل من العبارات التالية :**

|  |
| --- |
| **١- يعتبر التدخين من أشد الأوبئة إنتشارا :**  |
| **أ - صح** | **ب - خطأ** |
| **٢- يعد التدخين أحد أبرز الأسباب المسببة للسرطان :**  |
| **أ - صح** | **ب - خطأ** |
| **٣- من الأسباب المؤدية للتدخين التجريب وتقليد الآخرين :** |
| **أ - صح** | **ب - خطأ** |
| **٤- يعتبر التدخين من أسباب الشيخوخة المبكرة ؟**  |
| **أ - صح** | **ب - خطأ** |
| **٥- يزيد التدخين من فرص الإصابة بأمراض القلب :**  |
| **أ - صح** | **ب - خطأ** |
| **٦- من أساليب الوقاية من التدخين الابتعاد عن رفقاء السوء :**  |
| **أ - صح** | **ب - خطأ** |
| **٧- من أعراض التسمم الغذائي ارتفاع درجة الحرارة :**  |
| **أ - صح** | **ب - خطأ** |
| **٨- التسمم الغذائي هو حالة مرضية تظهر اعراضها بعد تناول غذاء غير صحي :**  |
| **أ - صح** | **ب - خطأ** |
| **٩- أتصل بـ ٩٧٧ إذا كانت لدي حالة طارئة :**    |
| **أ - صح** | **ب - خطأ** |
| **١٠- من مواصفات الماء السليم والنظيف وجود رائحة :**  |
| **أ - صح** | **ب - خطأ** |

**اسم الطالبة:........................................... الصف:............٦/ ......................**

**الصف سادس ابتدائي للفصل الدراسي الثالث للعام 1446هـ**

**السؤال الأول: ضعي علامة (√ ) أمام العبارات الصحيحة وعلامة (ꭕ ) أمام العبارات الخاطئة**

١-ترك الطعام بعد طھيھا فترة طویلة من الزمن قبل تناولھا( )٢-إبقاء اللحوم لمدة یوم واحد خارج الثلاجة ( )

۳- إعداد الطعام من قبل أشخاص مصابین بالأمراض ( )

٤- یفضل تغطیة الشعر أثناء طھي الطعام (. )

٥- الذھاب للمطاعم بشكل دائم ( )

۷- یفضل إعداد الوجبات في المنزل ( )

**السؤال الثاني: اختاري الإجابة الصحيحة من بين القوسين :**

1. تسمم ……….. ینتج عن وجود بكتیریا معدیة في الأطعمة غير المطبوخة جيداً.

(ميكروبي- طبيعي)

1. من العوامل التي تساعد على حدوث التسمم الغذائي تناول أطعمة………

..(مغلفة – فاسدة)

1. يفضل تغطية ……….أثناء اعداد الطعام. ( الوجه -الشعر)
2. من علامات فساد المعلبات …………(عدم وجود صدأ - وجود ثقب بالعلبة )
3. من مواصفات الماء الصالح للشرب ………… (غير ملوث – لونه أصفر )

٦) يفضل تناول طعام …………..قبل النوم ليلاً بساعتين (الغداء -العشاء)

**السؤال الثالث : أكملي الفراغات التالية :**

١-المواد الضارة الموجودة بالدخان …….………و …………….و……………

٢-من أنواع التسمم الغذائي …………….و……………..و…………….

٣-من أعراض التسمم الغذائي …………و…………….و………………

٤-من الأضرار الصحية التدخين …………..و……………..