



امتحان في مادة التربية المهنية - الصف الخامس الوحدة الأولى: المهارات الحياتية

الاسم..... التاريخ.....

السؤال الأول: ضع دائرة حول رمز الإجابة الصحيحة فيما يأتي:

1. أي مما يلي يُعد من ركائز العافية التي تتعلق بـ "عقل الذكي"؟

- (أ) تناول الغذاء الصحي.
- (ب) ممارسة الرياضة.
- (ج) حب القراءة وتعلم أشياء جديدة.
- (د) التعاون مع الآخرين.

2. التعبير السليم عن المشاعر يساعد الإنسان على:

- (أ) إخفاء شخصيته.
- (ب) تحقيق السعادة والرضا.
- (ج) الابتعاد عن الناس.
- (د) زيادة التوتر والقلق.

3. عملية عقلية يستخدم فيها الخيال والإبداع لإنتاج أفكار جديدة تسمى:

- (أ) التفكير التقليدي.
- (ب) التفكير الناقد.
- (ج) التفكير الإبداعي.
- (د) الأحلام.

4. المدة الزمنية التي تحمي فيها "براءة الاختراع" حق المخترع هي:

- (أ) 10 أعوام.
- (ب) 15 عاماً.
- (ج) 20 عاماً.
- (د) 5 أعوام.

5. تجاهل المشاعر السلبية وعدم التعبير عنها قد يؤدي إلى:

- (أ) أمراض مثل الصداع وألام المعدة.
- (ب) زيادة الذكاء.
- (ج) تحسين العلاقات مع الآخرين.
- (د) تقوية جهاز المناعة.

السؤال الثاني: ضع إشارة (✓) أمام العبارة الصحيحة وإشارة (✗) أمام العبارة الخاطئة:

1. (✓) يقتصر التفكير الإبداعي على الفنانين والرسامين فقط.

2. (✗) تناول وجبة الإفطار يومياً وشرب الحليب من العادات الصحية السلبية.

3. (✗) براءة الاختراع تسمح للأخرين باستخدام اختراعك وبيعه دون إذنك.

4. (✗) التعبير عن الغضب بالصراخ أو تكسير الأشياء يعبر تعبيراً سلبياً عن المشاعر.

5. (✓) التواصل الجيد مع الآخرين واحترامهم يعزز "العلاقات الطيبة".



السؤال الثالث: أكمل الفراغ بالمصطلح المناسب:

1. هي ورقة رسمية تمنح للمخترع، تحمي اختراعه وتمنع الآخرين من استخدامه دون إذنه.
2. من أركان العافية الأربع: جسمى القوى، قلبي السعيد، عقلي الذكي، و.....
3. التفكير الإبداعي يهدف إلى إنتاج أكبر عدد من والحلول الجديدة.

السؤال الرابع: صل بخط بين العادة الصحية والركن المناسب لها من أركان العافية:

العادة الصحية	ركن العافية
1. النوم بشكل كافٍ وممارسة الرياضة.	أ. علاقتي الطيبة مع الآخرين
2. قراءة القرآن الكريم والصلوة.	ب. عقلي الذكي
3. حل الألغاز وقراءة الكتب.	ج. جسمى القوى
4. مساعدة الأصدقاء واحترامهم.	د. قلبي السعيد

السؤال الخامس: أسئلة التفكير والإبداع:

1. اذكر مثلاً واحداً على كيفية تطبيق "التفكير الإبداعي" لحل مشكلة "تراكم النفايات في المدرسة."

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. عدد اثنين من الفوائد التي تعود عليك عند التعبير عن مشاعرك بطريقة صحيحة.

.....

- أ -

.....

- ب -

.....

.....

مع اطيب التوفيق: منتديات صقر المنيوب التعليمية



نموذج الإجابة

إجابة السؤال الأول (اختيار من متعدد):

1. (ج) حب القراءة وتعلم أشياء جديدة.
2. (ب) تحقيق السعادة والرضا.
3. (ج) التفكير الإبداعي.
4. (ج) 20 عاماً.
5. (أ) أمراض مثل الصداع وألام المعدة.

إجابة السؤال الثاني (صح وخطأ):

1. - (x) التفكير الإبداعي لكل شخص.
- (✓) 2.
- (x) تمنع الآخرين من استخدامه.
- (x) هذا سلوك غير سليم، التعبير السليم يكون بالكلام الهادئ أو الرسم..الخ.
- (✓) 5

إجابة السؤال الثالث (أكمل الفراغ):

1. براعة الاختراع.
2. علاقاتي الطيبة مع الآخرين (أو علاقاتي الاجتماعية
3. الأفكار.

إجابة السؤال الرابع (التوصيل):

1. النوم وممارسة الرياضة > (ج) جسمي القوي.
2. قراءة القرآن والصلة > (د) قلبي السعيد.
3. حل الألغاز وقراءة الكتب > (ب) عقلي الذكي.
4. مساعدة الأصدقاء > (أ) علاقاتي الطيبة مع الآخرين.

إجابة السؤال الخامس (مقالى):

1. مثال لحل مشكلة النفايات (ابداعياً): يُقبل أي جواب منطقي يعتمد على الإبداع، مثل المذكور في الكتاب ص

17-16

- إعادة تدوير النفايات لعمل تحف فنية.
 - صنع حاويات قمامنة بأشكال كرتونية مضحكه لتشجيع الطلبة على رمي النفايات فيها.
 - تصميم آلة بسيطة لفرز الورق عن البلاستيك.
2. فوائد التعبير عن المشاعر) :من صفحة 13
 - أ- تجنب الأمراض الجسدية مثل الصداع ومشاكل الهضم.
 - ب- تعزيز الثقة بالنفس وقوة جهاز المناعة.

(يمكن أيضاً ذكر: فهم أنفسنا والتواصل الجيد مع الآخرين