



بنوك

هذا العمل ممتعٍ لتدريباته صقر المٌتّدِّي التعليميَّة



## الوحدة الأولى: نمو اليافعين وصحتهم

1. س: ما المقصود بمرحلة اليافعين؟  
• ج: هي المرحلة العمرية التي تلي الطفولة وتسبق سن الرشد (10-19 عاماً)، وتتميز بنضج جسدي وعقلي وانفعالي.

2. س: اذكر جوانب النمو الأربع لــ اليافعين.  
• ج: الجسدي، العقلي، الانفعالي، والاجتماعي.

3. س: ما الفرق بين مزيل رائحة العرق (Antiperspirant) ومضاد التعرق (Deodorant)؟  
• ج: المزيل يقتل البكتيريا المسببة للرائحة، بينما المضاد يقلل من إفراز العرق لاحتوائه على أملاح الالمنيوم.

4. س: عرف الغذاء الصحي.  
• ج: هو النظام الذي يجمع بين التوازن والتتنوع والاعتدال، ويشمل العناصر الغذائية الأساسية.

5. س: ما هي مكونات الطبق الصحي (MyPlate)؟  
• ج: الفواكه، الخضروات، الحبوب، البروتين، ومنتجات الألبان.

6. س: لماذا يجب التركيز على البروتين في غذاء اليافعين؟  
• ج: لبناء العضلات والأنسجة، وتنمية المناعة، خاصة عند ممارسة الرياضة.

7. س: اذكر ثلاثة تحديات تواجه اليافعين.  
• ج: التغيرات النفسية، التحديات الاجتماعية (مثل التنمـر)، وتحديات التكنولوجيا (الإدمـان الرقمـي).

8. س: ما وظيفة الزنك في جسم الإنسان؟  
• ج: تقوية المناعة، التئام الجروح، ودعم نمو الجلد والشعر والأظافر.

9. س: اذكر ثلاثة عوامل تعتمد عليها الاحتياجات الغذائية لــ اليافـع.  
• ج: العمر، الجنس، ومستوى النشاط البدني.

## الوحدة الثانية: الصناعات التقليدية

10. س: ما هي الصناعات التقليدية؟

  - ج: أنشطة تعتمد على المهارات اليدوية والخبرات المتراثة باستخدام مواد مبتكرة.

11. س: لماذا تشتهر مدينة مأدبا عالمياً؟

  - ج: بفضل فن الفسيفساء ووفرة المواد الخام اللازمة له.

12. س: اذكر ثلاثة من فوائد الصناعات التقليدية.

  - ج: الحفاظ على التراث، تعزيز الاقتصاد المحلي، وتشجيع السياحة.

13. س: من ماذا يُصنع السجاد والبسط التقليدية في البدية؟

  - ج: من صوف الغنم أو شعر الماعز باستخدام الأتوال اليدوية.

14. س: ما هي المادة الخام المستخدمة في صناعة السلال في منطقة الأغوار حديثاً؟

  - ج: أوراق الموز.



15. س: كيف تخدم التكنولوجيا الصناعات التقليدية؟

- ج: من خلال التسويق الرقمي، التصميم بالحاسوب، والواقع الافتراضي.

الوحدة الثالثة: التخطيط لمداري المستقبلي

16. س: عرف التخطيط المهني.

- ج: عملية تهدف لمساعدة الفرد على تحديد أهدافه المهنية واختيار المسار الأنسب لتحقيقها.

17. س: ما المقصود بالميول المهنية؟

- ج: الأنشطة التي ينجزها الفرد ويشعر بالشغف تجاهها.

18. س: اذكر مسارات التعليم المتاحة في الأردن بعد الصف التاسع.

- ج: المسار الأكاديمي، ومسار التعليم المهني والتقني (BTEC).

19. س: ما الذي يميز نظام BTEC؟

- ج: التركيز على التعلم العملي القائم على المشاريع والاعتماد الدولي.

20. س: اذكر ثلاثة من حقول المسار الأكاديمي.

- ج: الحقل الصحي، حقل الأعمال، وحقل اللغات والعلوم الاجتماعية.

21. س: اذكر تخصصين متاحين في مسار BTEC.

- ج: الهندسة، تكنولوجيا المعلومات، أو الزراعة.

22. س: ما هو مقياس "هولاند" (RIASEC)؟

- ج: أداة لتحديد الميول المهنية بناءً على 6 أنماط (واقعي، بحثي، فني، اجتماعي، مبادر، تقليدي).

**الوحدة الرابعة: المهارات الوظيفية والمهنية**

23. س: ما هي السيرة الذاتية (CV)؟

- ج: وثيقة موجزة تعرف بممؤهلات الشخص وخبراته ومهاراته أمام جهة التوظيف.

24. س: اذكر أربعة مكونات أساسية للسيرة الذاتية.

- ج: المعلومات الشخصية، المؤهلات الأكademية، الخبرات العملية، والمهارات.

25. س: ما أهمية "الانطباع الأول" في مقابلة العمل؟

- ج: يؤثر بشكل حاسم على قرار صاحب العمل ويعكس الثقة والاحترافية.

26. س: اذكر سلوكيين من لغة الجسد الإيجابية أثناء المقابلة.

- ج: الابتسامة الطبيعية، والجلوس باستقامة.

27. س: عرف المصداقية المهنية.

- ج: التزام الموظف بالأمانة والصدق والقواعد الأخلاقية داخل بيئة العمل.

28. س: اذكر صفتين تتحقق بهما المصداقية المهنية.

- ج: النزاهة، واحترام الخصوصية (السرية).



#### الوحدة الخامسة: المشاريع الريادية

29. س: ما المقصود بالمشكلة الريادية؟

- ج: تحدِّيواجه المشروع ويؤثر على نجاحه، مثل انخفاض المبيعات.

30. س: ما هو مخطط السمكة (Fishbone Diagram)؟

- ج: أداة لتنظيم الأسباب التي تؤدي إلى المشكلة وتحليلها.

31. س: ما الفرق بين الأسباب الظاهرة والأسباب الجذرية للمشكلة؟

- ج: الظاهرة نراها بسهولة (مثل نقص المعدات)، والجذرية هي الأعمق (مثل سوء التخطيط).

#### الوحدة السادسة: الزراعة في الأردن

32. س: اذكر مجالين من مجالات عمل تخصص "البستنة والمحاصيل".

- ج: العمل في شركات الأسمدة والبذور، أو الإشراف على المزارع الكبيرة.

33. س: ما هي "الزراعة الرقمية"؟

- ج: استخدام التكنولوجيا مثل الذكاء الاصطناعي والطائرات بدون طيار لتحسين كفاءة الإنتاج.

34. س: ما وظيفة "إنترنت الأشياء" (IoT) في الزراعة؟

- ج: ربط الحساسات لمراقبة رطوبة التربة ودرجة الحرارة عن بعد.

35. س: اذكر آلية تستخدم لتهيئة التربة قبل البذر.

- ج: المحاريث (مثل المحراط القلاب المطرحي).

36. س: ما فائدة آلات الحصاد الحديثة؟

- ج: تقليل الفاقد من المحصول، توفير الوقت والجهد، وخفض التكاليف.

37. س: اذكر مؤسسة تدعم الاستثمار الزراعي في الأردن.

- ج: مؤسسة الإقراض الزراعي.

#### الوحدات السابعة والثامنة والتاسعة: (السلامة، التعبئة، المشاريع السياحية)

38. س: ما هو الضجيج الصناعي؟

- ج: أصوات غير مرغوب فيها ناتجة عن الآلات في بيئة العمل.

39. س: اذكر وسيلة حماية شخصية من الضجيج.

- ج: واقيات الأذن (سدادات أو سماعات).

40. س: لماذا تستخدم اللصقات التحذيرية على العبوات الكيميائية؟

- ج: لتوضيح نوع المادة وخطورتها وطريقة التعامل الآمن معها.

41. س: ما الهدف من "التعلم القائم على المشاريع" في السياحة؟

- ج: ربط المعرفة بالواقع وتنمية مهارات البحث والتخطيط لدى الطلبة.



42. (تُعد المهارات الاجتماعية جزءاً أساسياً من جوانب نمو اليافعين). ص(ج)
43. (تزداد حاجة اليافعين لعنصر الكالسيوم لبناء عظام قوية في مرحلة النمو السريع). ص(ج)
44. (مضادات التعرق تعمل على إخفاء الرائحة فقط دون التأثير على إفراز العرق). خطأ - تقلل الإفراز
45. (الفيسيفاسة صناعة تقليدية تعتمد بشكل أساسي على مهارة استخدام الحاسوب فقط). خطأ - تعتمد على المهارة اليدوية
46. (يهدف مسار التعليم المهني (BTEC) إلى إعداد الطلبة لسوق العمل من خلال التطبيق العملي). ص(ج)
47. (الميول المهنية هي قرارة الفرد على أداء مهمة معينة بدقة عالية). خطأ - هي الشغف والحب للعمل
48. (تحت المعلومات الشخصية (الاسم، التواصل) في نهاية السيرة الذاتية). خطأ - في البداية
49. (يساعد "مخطط السمكة" في حصر الأسباب المحتملة لمشكلة ريدية معينة). ص(ج)
50. (النزاهة المهنية تعني الالتزام بالصدق وتجنب الغش في العمل). ص(ج)
51. (تُستخدم "الحصادات" في بداية الموسم الزراعي لتنقية التربة). خطأ - في نهاية الموسم للحصاد
52. (الري بالرش يساعد في توفير كميات كبيرة من المياه مقارنة باليري التقليدي). ص(ج)
53. (يجب ارتداء سدادات الأذن عند العمل في بيئة تتجاوز فيها مستويات الضجيج الحدود الآمنة). ص(ج)
54. (اللون الأحمر في الملصقات التحذيرية يشير غالباً إلى "خطر" أو "ممنوع"). ص(ج)
55. (التسويق الإلكتروني لا يفيد أصحاب الصناعات التقليدية في الوصول للزبائن). خطأ
56. (السمنة لدى اليافعين قد تنتج عن الإفراط في تناول الوجبات السريعة). ص(ج)
57. (في نظام BTEC، يتم تقييم الطلبة بناءً على الاختبارات الورقية النهائية فقط). خطأ - يعتمد على المشاريع والمهام
58. (الحقل الصحي في المسار الأكاديمي يتطلب التخصص في المواد العلمية). ص(ج)
59. (لغة الجسد (مثل التواصل البصري) لا تؤثر على نتيجة مقابلة العمل). خطأ
60. (تعتبر "المصداقية" من أهم أخلاقيات العمل التي تبني الثقة مع الزبائن). ص(ج)
61. (الأسباب الجذرية للمشكلة هي النتائج المباشرة التي نراها على السطح). خطأ - هي الأسباب العميقة
62. (إنترنت الأشياء (IoT) يتيح للمزارع التحكم في الري عبر الهاتف الذكي). ص(ج)
63. (المحراث القلاب المطهري يستخدم لكسر التربة التحتية العميقة جداً). خطأ - يستخدم لقلب التربة السطحية
64. (تدوير النفايات في المشاريع الريادية يساهم في حماية البيئة وتقليل التكاليف). ص(ج)
65. (السياحة المستدامة تهدف إلى حماية الموارد الطبيعية للأجيال القادمة). ص(ج)
66. (يجب غسل اليدين جيداً بعد استخدام المنظفات الكيميائية المنزلية). ص(ج)
67. (نقص الحديد في غذاء اليافعين قد يؤدي إلى الإصابة بفقر الدم (الأنيميا)). ص(ج)
68. (الابتكار الريادي يعني تقليد المشاريع الموجودة دون أي تغيير). خطأ
69. (العمل الجماعي في المشاريع السياحية يعزز من جودة الخدمة المقدمة للسياح). ص(ج)
70. (يفضل استخدام الماء البارد دائمًا لإزالة بقع الزيوت من الملابس المهنية). خطأ - الماء الدافئ والمنظف أنساب)

## ثانياً: أسئلة اختيار من متعدد (100 - 71)

71. تعتبر "العصبية الزائدة" لدى اليافعين من مظاهر النمو :أ) الجسدي بـ(الانفعالي ج) العقلي دـ) الاجتماعي
72. العنصر الغذائي المسؤول عن بناء الأنسجة والعضلات هو :أ) الكربوهيدرات بـ(البروتين ج) الدهون دـ) الفيتامينات
73. المادة الخام التي تُصنع منها السلال التقليدية في مناطق الغور هي :أ) الصوف بـ(الخشب ج) أوراق الموز دـ) البلاستيك
74. أي من الآتية يُعد من سمات الشخصية "الواقعية" في مقياس هولاند؟ أ) يحب الفن بـ(يحب العمل باليد والآلات ج) يحب الخطابة دـ) يحب البحث العلمي
75. الهدف الرئيسي من كتابة "الرسالة التعريفية" المرفقة بالسيرة الذاتية هو :أ) سرد الهوايات بـ(إظهار الرغبة والمؤهلات للوظيفة ج) تحديد الراتب دـ) وصف العائلة
76. أداة تستخدم لتحليل المشكلات وتقسيمها إلى أسباب فرعية :أ) ميزان الحرارة بـ(مخطط السمكة ج) المسطرة دـ) بوصلة الميول



77. من أمثلة الزراعة الرقمية استخدام :أ) المحراث الخشبي ب (الطائرات بدون طيار (الدرون) ج) الري اليدوي د) المنجل
78. أهمية ملصقات السلامة على عبوات المنظفات هي :أ) تزيين العبوة ب (التحذير من المخاطر ج) زيادة الوزن د) تقليل السعر
79. المسار التعليمي الذي يركز على تخصصات مثل "ادارة الاعمال" و "الهندسة" بشكل تقيي دولي هو :أ) الأكاديمي ب BTEC (ج) التلمذة الصناعية د) التعليم غير النظامي
80. اللون الذي يرمز له "الأمان" في إشارات السلامة المهنية هو :أ) الأحمر ب) الأصفر ج) الأخضر د) الأزرق
81. واحدة من الآتية ليست من مكونات "الطبق الصحي": أ) الخضروات ب) الحبوب ج) المشروبات الغازية د) الألبان
82. أي من هذه المهارات تعتبر "مهارة ناعمة" (Soft Skills) "؟" أ) البرمجة ب) (التواصل الفعال ج) قيادة الشاحنة د) إصلاح المركبات
83. المؤسسة الأردنية التي تعنى بدعم المشاريع الصغيرة والمتوسطة هي :أ) وزارة الصحة ب) (جيديكو JEDCO) ج) دائرة الأرصاد د) هيئة تنشيط السياحة
84. يؤدي التعرض المستمر للضجيج العالي إلى :أ) تحسن السمع ب) فقدان السمع التدريجي ج) زيادة التركيز د) النوم العميق
85. عند اختيار تخصص في المسار الأكاديمي، يجب على الطالب مراعاة :أ) رأي الأصدقاء فقط ب) ميوله وقدراته وحاجة السوق ج) سهولة المواد د) القرب من البيت
86. ما هي الخطوة الأولى في حل المشكلة الرياضية؟ أ) وضع الحلول ب) تحديد المشكلة بدقة ج) تقييم النتائج د) شراء المعدات
87. تستخدم "البذارات" الميكانيكية في :أ) حراثة الأرض ب) وضع البذور في التربة بانتظام ج) رش المبيدات د) قص العشب
88. من أخلاقيات المهنة "الأمانة"، وتعني :أ) التأخر عن الدوام ب) الحفاظ على ممتلكات العمل ج) إفشاء أسرار الشركة د) الكذب على الزبائن
89. تعتبر "البتراء" مثلاً على المقومات السياحية :أ) العلاجية ب) (الأثرية والتاريخية ج) الرياضية د) الدينية
90. يساعد تناول الألياف الغذائية اليافعين في :أ) تسوس الأسنان ب) (تحسين عملية الهضم ج) جفاف الجلد د) ضعف النظر
91. المقابلة الشخصية هي وسيلة لـ :أ) التعارف الشخصي ب) (تقييم مدى ملاءمة المتقدم للوظيفة ج) مضيعة الوقت د) توزيع الرواتب
92. الري بالتنقيط يقلل من نمو :أ) المحصول ب) الشمار ج) (الأعشاب الضارة د) الجذور
93. في السيرة الذاتية، يفضل ترتيب الخبرات العملية من :أ) الأقدم إلى الأحدث ب) (الأحدث إلى الأقدم ج) الأسهل إلى الأصعب د) لا يهم الترتيب
94. ما هو الهرمون الذي يزداد إفرازه ويسبب حب الشباب لدى اليافعين؟ أ) الأنسولين ب) (الأندروجين ج) الشايروكسين د) الأدرينالين
95. تستخدم "المنخلة" في صناعة الفسيفساء لـ :أ) قص الحجر ب) فرز الحجارة حسب الحجم ج) لصق اللوحة د) تلميع الرخام
96. الريادة تعني القدرة على :أ) النوم كثيراً ب) تحويل فكرة مبتكرة إلى مشروع ناجح ج) العمل الروتيني د) تجنب المخاطر تماماً
97. معدات الوقاية الشخصية (PPE) تشمل :أ) الساعة ب) (الخوذة والقفازات ج) الحقيبة د) الهاتف
98. يقصد بـ "الاستدامة" في المشاريع :أ) الربح السريع ب) (الاستمرار مع الحفاظ على الموارد ج) إغلاق المشروع د) الهدر
99. أي الألوان التالية في الملصقات يعني "الزامي" (يجب فعله)؟ أ) الأحمر ب) الأصفر ج) (الأزرق د) الأخضر

مع تمنياتي لجميع الطلبة بالتوفيق والنجاح ! هذه الأسئلة تغطي كافة الأفكار الرئيسية في كتاب التربية المهنية للصف التاسع - الفصل الثاني. منتديات صقر الجنوب