



الصف الثامن

المديرية العامة للتربية والتعليم بمحافظة

مدرسة :

العام الدراسي

وأجب منزلي () في مادة الامهارات الحياتية

10

التاريخ /

الصف / الثامن

اسم الطالب /

السؤال الاول : أجب عن الاسئلة التالية :

1- أذكر مصادر الخطر في المبنى

4

أ-

ب-

ج-

د-

2- ما هي الإجراءات التي نتبعها للتخلص من الحشرات والقوارض

أ-

ب-

ج-

د-

3- عرف المنزل :

-المنزل هو

2

إختبار قصرت () في مادة المهارات الحياتية

اسم الطالب / الصف / الثامن / الشعبة / التاريخ /

السؤال الأول : أجب عما يأتي

أ-ضع دائرة حول الرمز الدال على الإجابة الصحيحة من بين البدائل المعطاة : (ست درجات لكل جزئية درجة)

1-تعد من مصادر الخطر المحتملة في المبنى

ب - السلم المزود بحاجز

أ- النوافذ المزودة بالقضبان

د- حواف الأبواب المصقولة

ج - توصيلات الكهرباء المفتوحة

2- يتصف المكان المناسب لوضع اسطوانة الغاز ب :

ب- الظل والتهوية

أ- الحرارة والتهوية

د الحرارة

ج- الظل

3- المكان الذي يلجأ اليه الفرد ليقضي فيه حاجته وينعم فيه بالراحة البدنية والنفسية والاجتماعية :

ب - الشارع

أ - المنزل

د - المستشفى

ج - العمل

4- أكثر مرفق في المنزل عرضة لحدوث الحريق هو

ب-المطبخ

أ-الحمام

د-غرفة الأطفال

ج-غرفة النوم

5-تعتبر من الطرق التي تتخلص فيها من الحشرات والقوارض

ب-عدم تقليم الأشجار

أ-تنظيف المبنى

د-وضع ثقب في الجدار

ج-عدم تنظيف المكان

10



المديرية العامة للتربية والتعليم بمحافظة
مدرسة:.....
العام الدراسي.....

واجب منزلي () في مادة الامهارات الحياتية

اسم الطالب:..... الصف: الثامن التاريخ:.....

3

1-أذكر بعض الصفات النفسية الاجتماعية ؟

أ-.....

ب-.....

ج-.....

2

2-تعريف الذات هو

.....

3-أكمل الجدول التالي: تعريف النفس للاذى له مصادر عدة

امثلة	مصدر الاذى للنفس

5

المديرية العامة للتربية والتعليم بمحافظة

مدرسة:

العام الدراسي.....

واجب منزلي () في مادة الامهارات الحياتية

اسم الطالب: الصف: الثامن التاريخ:

السؤال الاول: ضع علامت صح امام العبارة الصحيحة وعلامة خطأ امام العبارة الخاطية

4

1-يعتبر الحركات الجسدية من الاتصال اللفظي ()

2-يتم مراجعة القرار بعد تنفيذه إذا كان صحيح او خاطئا ()

3-يتم الأخذ بالثقافات الأخرى بما يتناسب مع ديننا الحنيف ()

4-من مصادر الدخل في السلطنة القطاع السياحي ()

السؤال الثاني: أجب عن الاسئلة التالية .

2

2-تعريف تحقيق الذات

.....

.....

3-أكمل الجدول التالي : قارن بين الاتصال اللفظي والغير اللفظي

4

امثلة	التعريف	
		اتصال لفظي
		اتصال غير لفظي

6- من المستلزمات العلاجية الضرورية في المنزل:

- أ- كاشف الدخان
ب- كاشف الغاز
ج- خطة طوارئ الإخلاء
د- بطانية الحريق

ب- أكمل ما يأتي:

1 من الإجراءات المتبعة لتخلص للحشرات والقوارض هي (ثلاث درجات لكل جزئية درجة)

أ-.....
ب-.....

ج-.....

السؤال الثاني أجب عما يأتي : (درجتان لكل جزئية درجة)

1-قارن بين الطفاية المائية والطفاية الغازية من حيث لون الشريط وطريقة الإخماد

الطفاية المائية	الطفاية الغازية
لون الشريط	
طريقة الإخماد	

2-علل لما يأتي: (درجة واحدة)

1- عدم استخدام الماء لإطفاء حرائق الزيوت

.....
.....

السؤال الثالث :أجب عن الأسئلة الآتية:

1-أذكر اثنين من الصفات التي يختلف فيها الأفراد عن بعضهم (درجتان)

أ-.....
ب-.....

1 -برائك ما سوف يحدث لو وضعنا الزيت بكميات كبيرة في وعاء صغير ؟ - (درجة واحدة)

3



سلطنة عُمان
وزارة التربية والتعليم

المديرية العامة للتربية والتعليم بمحافظة
مدرسة:
العام الدراسي/.....

10

إختبار قصير () في مادة المهارات الحياتية
الاختبار من ورقتين

اسم الطالب / الصف / الثامن الشعبة / التاريخ /

السؤال الأول: أجب عما يأتي

أ-ضع دائرة حول الرمز الدال على الإجابة الصحيحة من بين البدائل المعطاة : (ست درجات لكل جزئية درجة)

1-تعد من مصادر الخطر المحتملة في المبنى

- أ- النوافذ المزودة بالقضبان
ب- السلم المزود بحاجز
ج- توصيلات الكهرباء المفتوحة
د- حواف الأبواب المصقولة

2- يتصف المكان المناسب لوضع اسطوانة الغاز بـ :

- أ- الحرارة والتهوية
ب- الظل والتهوية
ج- الظل
د الحرارة

3- المكان الذي يلجأ إليه الفرد ليقضي فيه حاجته وينعم فيه بالراحة البدنية والنفسية والاجتماعية :

- أ- المنزل
ب- الشارع
ج- العمل
د- المستشفى

4- أكثر مرفق في المنزل عرضة لحدوث الحريق هو

- أ-الحمام
ب-المطبخ
ج-غرفة النوم
د-غرفة الأطفال

5-تعتبر من الطرق التي تتخلص فيها من الحشرات والقوارض

- أ-تنظيف المبنى
ب-عدم تقليم الأشجار
ج-عدم تنظيف المكان
د-وضع ثقب في الجدار

6

6- من المستلزمات العلاجية الضرورية في المنزل:

- أ- كاشف الدخان
ب- كاشف الغاز
ج- خطة طوارئ الإخلاء
د- بطانية الحريق

السؤال الثاني أجب عما يأتي : (درجة لكل جزية نصف درجة)

1- قارن بين الطفاية المائية والطفاية الغازية من حيث لون الشريط وطريقة الإخماد ؟

2

الطفاية المائية	الطفاية الغازية
لون الشريط	
طريقة الإخماد	

2- علل لما يأتي: (درجة واحدة)

2- عدم استخدام الماء لإطفاء حرائق الزيوت ؟

.....
.....

السؤال الثالث : أجب عن الأسئلة الآتية:

1- أذكر اثنين من مصادر الخطر الموجودة في المنزل ؟

2

(درجة لكل جزية نصف درجة)

أ-.....
ب-.....

1- برانك ماذا سوف يحدث لو وضعنا الزيت بكميات كبيرة في وعاء صغير ؟ - (درجة واحدة)

.....
.....

المديرية العامة للتربية والتعليم بمحافظة
 مدرسة :
 العام الدراسي.....

10

إختبار قصير (في مادة المهارات الحياتية
 من ورقتين)

اسم الطالبه / الصف / الثامن الشعبة / التاريخ /

السؤال الاول : أجب عما يأتي:

أ-أختار الاجابة الصحيحة من بين البدائل المعطاة :

1. معرفة طبيعة النفس وحالتها تعريفا لـ: (ست درجات لكل مفردة درجة)

- | | | | |
|----------------------|--------------------|-----------------------|-------------------------|
| د-المحافظة على الذات | ج - 5الذات | ب - 4الثقة بالنفس | أ - احترام الذات |
| د. لا شي مما ذكر | ج - اجتماعي | ب - صحي | أ - جسدي |
| د- لا شي مما ذكر | ج - الصفات النفسية | ب - احترام الذات | أ - المحافظة على الذات |
| د متفهم. | ج - عصبي | ب- عنيد | أ - متقلب |
| د- التخطيط للمستقبل | ج - خدمة الآخرين | ب - الاجتهاد في العمل | أ - مقاطعة حديث الآخرين |
- 2-من الأذى النفسي دخول في منازعات و يعتبر اذى :
 3-يعرف على انه تقبل الذات و المحافظة عليها :
 4-من الصفات النفسية والاجتماعية المرغوبة هي :-
 5-احدى الصفات التالية تحتاج الى تعديل :

6

6- المقصود بالابتعاد عن العادات السيئة و السلبية وعدم إيذاء النفس :

أ-المراقبة الذاتية ب - المحافظة على ج - التعزيز د-لا شيء مما ذكر.

الدات

السؤال الثاني أجب عما يأتي :

(أ) علل لما يأتي: (درجة واحدة)

1 - ضرورة تعديل الصفات النفسية والاجتماعية السلبية ؟

.....
.....

ب- اكمل الجدول التالي: (درجة لكل جزئية نصف درجة)

الصفات البدنية	اذكري مثال
الصفات البدنية	
القدرات البدنية	

السؤال الثالث :أجب عن الأسئلة الآتية:

1-أذكر اثنين من خطوات تعديل الصفات السلبية ؟ (درجة لكل جزئية نصف درجة)

أ-.....
ب-.....

1 ما النصيحة التي توجهيها لزميلة لك تهمل في المحافظة على نفسها؟ (درجة واحدة)

.....

2

2

المديرية العامة للتربية والتعليم بمحافظة

مدرسة:

العام الدراسي:

15

إختبار قصير () في مادة المهارات الحياتية

اسم الطالب/ الصف / الثامن الشعبة / التاريخ /

الاختبار من ورقتين

السؤال الاول :أجب عما يأتي :

أ- أختَر الإجابة الصحيحة من الإجابات المطروحة لكل سؤال وضع عليها دائرة: (6 درجات لكل مفردة درجة)

1- يطلق على الأشخاص الذين يأتون عمان من اجل العمل والجلوس فترة طويلة :

أ- المقيم ب- السائح ج - المواطن د- الزائر

2-تعتبر من احد مصادر الدخل القومي في البلاد التي تتمتع بمناظر خلابة :

أ- الرياضة ب- السياحة ج - الدراسة د- العلاج

3-يعتبر التدخين مصدر من مصادلر الإذاء :-

أ- أذى البدني ب- أذى النفسي ج- أذى الاجتماعي د- أذى الصحي

4-تقبل الذات والمحافظة عليها هي:

أ- الذات ب- تحقيق الذات ج- احترام الذات د- الثقة بالنفس

5- في الصورة المقابلة من أسباب السفر للخارج :-

أ- الترفيه ب- العلاج ج- التعليم د- السياحة



6-لتسهيل من معاناة السفر والاقامة في الدول التي تزورها فأنتك تقوم بـ :

أ- تمثيل البلد ب- تمتع بأخلاق حسنة ج- جمع المعلومات د- الدراسة

ب- أكمل ما يأتي : (ثلاث درجات لكل مفردة درجة)

- 1- الدخول في عراق ومشاحنات مع الآخرين يعتبر من اذى
- 2- عدم اللجوء الى العزلة والانتواء يعتبر من طرق المحافظة على الذات
- 3- استغلال أقصى القدرات البدنية والنفسية والاجتماعية

3

السؤال الثاني أجب عما يأتي : (درجتان لكل جزئية نصف درجة)

- 1- لديك وسائل الاتصال اللفظي وغير اللفظي، ضع كل منها في المكان المناسب:-
1- التحدث 2- تعبيرات الوجه 3- نظرات العيون 4- القراءة

الاتصال اللفظي	الاتصال الغير اللفظي

2- علل لما يأتي : (درجة واحدة)

- يحتاج الفرد في حياته للأصدقاء.

.....
.....

3

السؤال الثالث : أجب عن الأسئلة الآتية: (درجتان)

1- لديك صديق يرغب بالسفر لدولة الأجنبية وجه ارشادات يقوم بها قبل السفر ..

أ-.....

ب-.....

2- ابدى رأيك في من يسافر لدولة اجنبية ويترك العادات والتقاليد التي تربي عليها . (درجة واحدة)

.....
.....

المديرية العامة للتربية والتعليم بمحافظة
مدرسة:
العام الدراسي:

15

إختبار قصير () في مادة المهارات الحياتية

اسم الطالب/ الصف / الثامن الشعبة / التاريخ /
الاختبار من ورقتين

السؤال الاول :أجب عما يأتي :

أ- أختَر الإجابة الصحيحة من الإجابات المطروحة لكل سؤال وضع عليها دائرة: (6 درجات لكل مفردة درجة)

1- يطلق على الأشخاص الذين يأتون عمان من اجل العمل والجلوس فترة طويلة :

أ- المقيم ب- السائح ج - المواطن د- الزائر

2-: الدخول في عراك ومشاحنات مع الاخرين يعتبر من

أ- اذى بدني ب- اذى نفسي ج - اذى صحي د-اذى اجتماعي

3-يعتبر التدخين مصدر من مصادلر الإذاء :-

أ- اذى البدني ب- اذى النفسي ج- اذى الاجتماعي د- اذى الصحي

4-تقبل الذات والمحافظة عليها هي:

أ- الذات ب- تحقيق الذات ج- احترام الذات د- الثقة بالنفس

5- في الصورة المقابلة من أسباب السفر للخارج :-

أ- الترفيه ب- العلاج ج- التعليم د- السياحة



6-لتسهيل من معاناة السفر والاقامة في الدول التي تزورها فأنتك تقوم بـ :

أ- تمثيل البلد ب- تمتع بأخلاق حسنة ج- جمع المعلومات د- الدراسة

السؤال الثاني أجب عما يأتي : (درجة لكل جزئية نصف درجة)

- 1- لديك وسائل الاتصال اللفظي وغير اللفظي، ضع كل منها في المكان المناسب:-
1-التحدث
2- نظرات العيون

الاتصال اللفظي	الاتصال الغير اللفظي

2-علل لما يأتي : (درجة واحدة)

- يحتاج الفرد في حياته للأصدقاء.

.....
.....

السؤال الثالث :أجب عن الأسئلة الآتية: (درجة لكل جزئية نصف درجة)

- 1-لديك صديق يرغب بالسفر لدولة الأجنبية وجه ارشادات يقوم بها قبل السفر ..

أ-.....

ب-.....

- 2- ابدى رأيك في من يسافر لدولة اجنبية ويترك العادات والتقاليد التي تربي عليها . (درجة واحدة)

.....
.....

15

المادة :- المهارات الحياتية
الصف :- الثامن



سلطنة عمان
وزارة التربية والتعليم
المديرية العامة للتربية والتعليم

الاسم :- الصف :-

9

السؤال الأول :-

أختر الإجابة الصحيحة من الإجابات المطروحة لكل سؤال وضع عليها دائرة :-

9. يطلق على الأشخاص الذين يأتون عمان من اجل العمل والجلوس فترة طويلة :

أ- المقيم ب- السائح ج - المواطن د- الزائر

10. تعتبر من احد مصادر الدخل القومي في البلاد التي تتمتع بمناظر خلابة :

أ- الرياضة ب- السياحة ج - الدراسة د- العلاج

11. ما هو الوصف المناسب للصورة المقابلة :-



أ- أذى البدني ب- أذى النفسي

ج- أذى الاجتماعي د- أذى الصحي

12. تقبل الذات والمحافظة عليها هي:

أ- الذات ب- تحقيق الذات ج- احترام الذات د- الثقة بالنفس

13. في الصورة المقابلة من أسباب السفر للخارج :-



أ- الترفيه ب- العلاج

ج- التعليم د- السياحة

14. لتسهيل من معاناة السفر والاقامة في الدول التي تزورها فأنتك تقوم بـ :

أ- تمثيل البلد ب- تمتع بأخلاق حسنة ج- جمع المعلومات د- الدراسة

ب- أكمل ما يلي

- 1- عدم اللجوء الى العزلة والانتواء يعتبر من طرق المحافظة على الذات
- 2- استغلال أقصى القدرات البدنية والنفسية والاجتماعية
- 3- الدخول في عراك ومشاحنات مع الاخرين يعتبر من اذى

السؤال الثاني:-

لديك وسائل الاتصال اللفظي وغير اللفظي، ضع كل منها في المكان المناسب:-

- 7- التحدث
- 2- تعبيرات الوجه
- 7- نظرات العيون
- 4- الكتابة

الاتصال اللفظي	الاتصال غير اللفظي

8- علل ما يلي :

أ- يحتاج الفرد في حياته للأصدقاء.

.....

السؤال الثالث :-

1- لديك صديق يرغب بالسفر لدولة الأجنبية وجه ارشادات يقوم بها قبل السفر ..

.....

.....

2- ابدى رأيك في من يسافر لدولة اجنبية ويترك العادات والتقاليد التي تربي عليها .

.....

.....

3