

برعاية معالي وزير التربية والتعليم والتعليم الفني

السيد الأستاذ/ محمد أحمد عبد اللطيف

وتوجيهات مساعد الوزير لشؤون المناهج التعليمية

المشرف على الإدارة المركزية لتطوير المناهج

أ.د/ أكرم حسن محمد

تقييمات وواجبات

مادة مهارات إدارة الأسرة

وريادة الأعمال

للفصل الأول الإعدادي

إشراف علمي

أ/ رانيا إبراهيم قرني

مراجعة

أ/ إيمان سليمان غيطاس

إعداد

د/ رهام محمود رضوان



الصف الأول الإعدادي – التقييم الأسبوعي – الدرس الأول (أسرتي ومجتمعي)

اختر الإجابة الصحيحة: -

١- هي اللبنة الأولى لبناء المجتمع وأساس سلامته.

- أ- المدرسة.
- ب- الشركة.
- ج- المعمل.
- د- الأسرة.

٢- الأسرة الممتدة تتكون من العديد من.....

- أ- الأصدقاء.
- ب- الزملاء.
- ج- الأفراد.
- د- الأقارب.

٣- الأسرة هي التي تتكون من أب وأم وأبناء يعيشون معاً.

- أ- الحضرية.
- ب- الممتدة.
- ج- النووية.
- د- البدوية.

٤- من الخصائص المحققة للترابط الأسرى

- أ- النزاع بين أفرادها.
- ب- منع النقاشات.
- ج- الانشغال بالعمل.
- د- التواصل.

٥- من مظاهر تحقيق الاستقرار الأسرى.

- أ- تجاهل المشاعر.
- ب- تعزيز مهارات الحوار.
- ج- عدم التعاون.
- د- استغلال الآخرين.



الصف الأول الإعدادي – الواجبات المنزلية – الدرس الأول (أسرتي ومجتمعي)

اختر الإجابة الصحيحة: -

- ١- الدور الأساسي الذي تلعبه الأسرة
 - أ- توفير السكن فقط.
 - ب- توفير الاحتياجات الأساسية لأفراد الأسرة.
 - ج- توفير التعليم فقط.
 - د- توفير المال فقط.
- ٢- السلوكيات الحياتية التي تدعم التعاون بين أفراد الأسرة
 - أ- عدم التواصل.
 - ب- التفاعل والمشاركة.
 - ج- الانشغال بالهاتف.
 - د- الاعتماد على الأصدقاء.
- ٣- التأكيد على تعكس ثقافة مجتمعاتنا.
 - أ- العادات الغذائية.
 - ب- العادات الرياضية.
 - ج- العادات الترفيهية.
 - د- العادات والتقاليد.
- ٤- من القيم التي يجب احترامها بين أفراد الأسرة.
 - أ- الخصوصية.
 - ب- التجاهل.
 - ج- الانفصال.
 - د- عدم التواصل.
- ٥- يؤدي التواصل بين أفراد الأسرة إلى
 - أ- الاستقرار الأسري.
 - ب- زيادة الاحتياجات المادية.
 - ج- افتعال المشاكل.
 - د- التفكك الأسري.



اختر الإجابة الصحيحة: -

١- مرحلة هي مرحلة الانتقال من الطفولة إلى البلوغ.

- أ- النضج.
ب - الامومة.
ج- المراهقة.
د. الشباب.

٢- من العوامل التي تؤثر بشكل إيجابي على النمو الانفعالي في مرحلة المراهقة.

- أ- التوجيهات الوالدية.
ب - تناول الوجبات السريعة.
ج-عدم وجود أصدقاء.
د. عدم الذهاب للمدرسة.

٣- من متطلبات الاحتياجات الغذائية في مرحلة المراهقة الحصول على

- أ- وجبات تحتوي على نشويات.
ب - وجبات غذائية متوازنة.
ج- وجبات سريعة.
د. وجبات تحتوي على سكريات.

٤- تعتبر وجبة أهم وجبة لتنشيط العمليات الحيوية بالجسم.

- أ- الإفطار.
ب - العشاء.
ج- الغداء.
د. خفيفة بعد العشاء.

٥- يتأثر النمو الجسمي في مرحلة المراهقة بعدة عوامل منها.....

- أ- الذكاء.
ب - هرمونات النمو.
ج- تكوين الصداقات.
د. القدرات العقلية.



الصف الأول الإعدادي – الواجبات المنزلية – الدرس الثاني (صحتي واهتماماتي-مرحلة المراهقة)

اختر الإجابة الصحيحة: -

١- من مظاهر النظافة الشخصية

- أ- الاستحمام مرة واحدة على الأقل يومياً.
ج- ارتداء الملابس الضيقة.
ب - ممارسة الرياضة.
د. تناول الحلويات.

٢- للمحافظة على نمط حياة صحية.

- أ- النوم المتقطع.
ج- ممارسة الرياضة.
ب - تناول وجبات سريعة.
د. ارتداء الملابس الضيقة.

٣- من أساليب حل المشكلات

- أ- الشكوى للآخرين.
ج- الاستسلام.
ب - البحث عن حلول.
د. تجاهل المشكلة.

٤- تحتوي الوجبات الغذائية المتوازنة على

- أ- الكربوهيدرات.
ج- الفيتامينات.
ب - البروتينات.
د. جميع العناصر الغذائية.

٥- من العوامل التي تؤثر على النمو الاجتماعي في مرحلة المراهقة.

- أ- تكوين الصداقات.
ج- النوم.
ب - تناول البروتينات.
د. تناول النشويات.



الصف الأول الإعدادي – التقييم الأسبوعي – الدرس الثالث (رواد المستقبل)

اختر الإجابة الصحيحة: -

١ - تسهم ريادة الأعمال في تنمية.....

- أ- البطالة.
ب - القدرات والمهارات البشرية.
ج- العشوائية.
د. الفوضى.

٢ - تعتمد مهارة ريادة الأعمال على حسن إدارة الموارد ومن أهمها.....

- أ- الغذاء الجيد.
ب - الوقت.
ج-- ممارسة الهوايات.
د. التعليم.

٣- لا تقتصر مهارة ريادة الأعمال على إقامة المشروعات وإنما تساعدنا على.....

- أ- التجربة العشوائية.
ب - فض المنازعات.
ج-- استثمار الفرص المتاحة.
د. التفكير السلبي.

٤ - من أهمية ريادة الأعمال للمجتمع.....

- أ- زيادة الدخل القومي.
ب - البطالة.
ج- اهدار الموارد.
د. زيادة الديون.

٥ -من صفات رائد الأعمال الناجح.

- أ- تبني الأفكار الجديدة.
ب - عدم القدرة على التفكير.
ج-- الاعتماد على الآخرين.
د. تجنب المخاطر.



الصف الأول الإعدادي- الواجبات المنزلية – الدرس الثالث (رواد المستقبل)

اختر الإجابة الصحيحة: -

- ١- من المجالات الرئيسة لريادة الأعمال.
- أ- الأفكار والموارد والتطبيق العملي.
ب - التسويق والمبيعات.
ج - التطوير والإنتاج.
د. الإدارة والتمويل.
- ٢- يمكن لرائد الأعمال الناجح استثمار الموارد المتاحة ب-
أ- التقليد.
ب - التخطيط الجيد.
ج - التجاهل.
د. التجربة العشوائية.
- ٣- تهدف ريادة الأعمال إلى
أ- تجنب المخاطر.
ب - تقليل الفرص.
ج - زيادة التكاليف.
د. تطوير الأفكار.
- ٤- من العناصر الأساسية التي يجب أن يتضمنها التخطيط في إدارة الوقت.
أ- تحقيق الهدف.
ب - الفوضى.
ج - تقليل الإنتاجية.
د. العشوائية.
- ٥- يتعامل رائد الأعمال الناجح مع الأفكار الجديدة
أ- بالتجاهل.
ب - بالتجربة العشوائية.
ج - بالتقليد.
د. بالتبني.



اختر الإجابة الصحيحة :-

- ١ - التمور مصدر غنى ب.....التي تحسن الهضم وتقلل الإصابة بالإمساك.
- أ - الألياف الغذائية.
ب - الدهون المشبعة.
ج - الكالسيوم.
د - السكريات.
- ٢ - الهيئة القومية لسلامة الغذاءتهدف إلى الوقاية من الأمراض التي ينقلها الغذاء،
- أ - FAO.
ب - NFSA.
ج - CSO.
د - CSM.
- ٣ - من الفوائد الغذائية للتمور
- أ - احتوائها على الكربوهيدرات فقط.
ب - احتوائها على العناصر الغذائية المتكاملة.
ج - احتوائها على الدهون المشبعة.
د - احتوائها على السكريات فقط.
- ٤ - تحتوي التمور علىالذي يعزز صحة العظام.
- أ - الفيتامينات.
ب - الكالسيوم.
ج - الأملاح المعدنية.
د - الحديد.

نشاط

- صمم إعلان عن أحد المنتجات الغذائية التي تعتمد على التمور ليكون مشروعك في المستقبل.



الصف الأول الإعدادي - الواجبات المنزلية - الدرس الرابع (مشروع صغير - منتجات من التمور)

اختر الإجابة الصحيحة: -

- ١ - من الفوائد الصحية للتمور.
 - أ - تحسين الهضم.
 - ب - زيادة الوزن.
 - ج - ارتفاع ضغط الدم.
 - د - تسوس الأسنان.
- ٢ - تحتوي التمور على التي تمد الجسم بالطاقة اللازمة لأداء الأنشطة اليومية.
 - أ - الفيتامينات.
 - ب - السكريات.
 - ج - الاملاح المعدنية.
 - د - البروتينات.
- ٣ - يستخدم في تقديم كرات التمر أطباق بليسية مصنوعة من للمحافظة على البيئة.
 - أ - ورق معاد تدويره.
 - ب - بلاستيك.
 - ج - زجاج.
 - د - ورق ألومنيوم.
- ٤ - التمور تحتوي على بعض الفيتامينات مثل فيتامين..... لتقوية الأعصاب.
 - أ - B₁₂ & B₆.
 - ب - B₈ & B₄.
 - ج - B₆ & B₂.
 - د - B₁₀ & B₈.

نشاط

- قم عزيزي الطالب بالاستعانة بالمواقع البحثية الموثقة للبحث عن أصناف أخرى مبتكرة تعتمد على التمور.