



شركة مدارس العناية الأهلية
بناء جيل يؤمن بقدراته

شركة مدارس العناية

أوراق عمل

الفصل الدراسي الثاني العام الدراسي ١٤٤٧ هـ

ورقة عمل الأسبوع الثالث عشر

| المرحلة الابتدائية | | المرحلة |
|--------------------|----------------------|---------|
| المرحلة الابتدائية | المرحلة | المادة |
| الصف | مهارات حياتية وأسرية | |
| الرابع | | |

س ١: أظلل الإجابة الصحيحة لكل مما يلي:

| | | | |
|-------------------------|--|---------------------|-------------------------|
| ١ | له أهمية كبيرة في حياة الكائن الحي فخلايا الجسم تعتمد عليه اعتماداً كلياً. | | |
| (أ) العصائر الطبيعية | (ب) المشروبات الغازية | (ج) الماء | (د) القهوة |
| ٢ | من فوائد الماء | | |
| (أ) تحسين رطوبة الجلد | (ب) يسبب جفاف البشرة | (ج) يسبب جفاف العين | (د) يأخر عملية الهضم |
| ٣ | الكمية التي يحتاجها جسمك من الماء يومياً هي | | |
| (أ) من ١٥-٢٠ كوب يومياً | (ب) كوبان فقط باليوم | (ج) ٣ أكواب يومياً | (د) من ٦-٨ أكواب يومياً |

س ٢: أظلل حرف (ص) إذا كانت العبارة صحيحة وحرف (خ) إذا كانت العبارة خاطئة:

| م | السؤال | ص | خ |
|---|--|----------------------------------|----------------------------------|
| ١ | الماء مهم للإنسان فقط. | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| ٢ | الحرص على شرب السوائل يومياً وشرب الماء يحسن الذاكرة. | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ٣ | من أفضل الأوقات لشرب الماء عند الاستيقاظ من النوم وقبل الطعام بنصف ساعة. | <input checked="" type="radio"/> | <input type="radio"/> |

س ٣: أختار المزاوجة الصحيحة بين الرقم والحرف

| م | ١ | م | ٢ |
|---|-----------------------------|----|-------------------------------------|
| ١ | من فوائد الماء..... | ب | (أ) واجب وطني وإنساني |
| ٢ | من أفضل الاوقات لشرب الماء. | ج | (ب) تحسين عملية الهضم. |
| ٣ | من آداب شرب الماء... | د | (ج) بعد ممارسة الرياضة |
| ٤ | من مصادر الماء..... | هـ | (د) الشرب جالساً |
| ٥ | حفظ المياه هو..... | أ | (هـ) الماء الداخل في تركيب الأطعمة. |
| | | | (و) المشروبات الغازية |

س ٤: أجب على ما يلي:

- ماه فوائد الماء؟

٢- تحسين رطوبة الجلد

١- تحسين عملية الهضم.

٣- تحسين الذاكرة