



شركة مدارس العناية
١٤٠٧ هـ ١٩٨٦ م
بناءً على يؤمن بقدراته

شركة مدارس العناية

أوراق عمل

الفصل الدراسي الثاني العام الدراسي ١٤٠٧ هـ

ورقة عمل الأسبوع الرابع عشر والخامس عشر

المرحلة	المادة	مهارات حياتية وأسرية	الصف	المرحلة الابتدائية	السادس
---------	--------	----------------------	------	--------------------	--------

س ١: أظلل الإجابة الصحيحة لكل مما يلي:

١	الشاي ينعش الإنسان ويرويه و..... في الشتاء.	(أ) يسليّه	(ب) يشعره بالبرد	(ج) يدفنه	(د) يسبب المغص.
٢	لا بد أن تحتوي الوجبة الغذائية الواحدة على.....	(أ) الحلويات	(ب) كافة العناصر الغذائية	(ج) اللحوم فقط	(د) الخبز والحبوب فقط
٣	من فوائد الشاي.....	(أ) يحيي الفم.	(ب) يسبب تسوس الأسنان.	(ج) آلام في البطن.	(د) يسبب زيادة الوزن.

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

م	السؤال	ص	خ
١	الشاي نوع واحد فقط.	☐	☒
٢	يجب حفظ الطعام في إناء محكم الإغلاق.	☒	☐
٣	تختلف طرق تعبئة الشاي وتغليفه.	☒	☐

س ٣: أختار المزاوجة الصحيحة بين الرقم والحرف

م	١	م	٢
١	من أنواع الشاي.....	ب	(أ) أو بارد.
٢	يفضل تناول الخبز.....	ج	(ب) الأخضر.
٣	عند تناول الطعام يجب..	د	(ج) الأسمر
٤	يفضل التقليل من	هـ	(د) التنوع في العناصر الغذائية.
٥	يمكن شرب الشاي حار.....	أ	(هـ) السكر والملح في الطعام.
٦			(و) الفواكه.

س ٤: أجب على ما يلي:

- أعدد المجموعات الغذائية.

مجموعة الخضروات والفواكه- مجموعة الخبز والحبوب- مجموعة اللحوم والبقول- مجموعة الحليب ومشتقاته- مجموعة السكريات والدهون.