

المملكة العربية السعودية  
وزارة التعليم

# أوراق عمل

المهارات الحياتية والأسرية

الصف الرابع الابتدائي

الفصل الدراسي الأول

مديرة المدرسة	المشرفة التربوية	معلمة المادة



المرحلة :

الصف : الرابع الابتدائي

المنطقة :

المدرسة :

اسم الطالب /ة :

## اسم الدرس : نظافة الجسم والسلامة أثناء الاستحمام

- فسّر أهمية المحافظة على نظافة الجسم؟

.....  
.....  
.....

- أذكر الطريقة الصحيحة للاستحمام؟

.....  
.....  
.....

- عددي فوائد الاستحمام؟

.....  
.....  
.....

- عددي الأخطار أثناء الاستحمام؟

.....  
.....  
.....

المشرف /ة :

قائد المدرسة :

معلم /ة المادة :



وزارة التعليم  
Ministry of Education

المرحلة :

الصف : الرابع الابتدائي

المنطقة :

المدرسة :

اسم الطالب /ة :

## اسم الدرس : سلامة العينين والأذنين

- أذكرني الإرشادات الهامة المحافظة على سلامة العينين؟

---

---

---

---

---

- كيف تنظفين أذنيك بشكل سليم؟

---

---

---

---

---

- عددي خطوات تنظيف الأسنان بطريقة صحيحة؟

---

---

---

---

---

المشرف /ة :

قائد المدرسة :

معلم /ة المادة :



المرحلة :

الصف : الرابع الابتدائي

المنطقة :

المدرسة :

اسم الطالب /ة :

## اسم الدرس : العناية بالفم والأسنان

- أنكري فوائد الأسنان؟

.....  
.....

- رتبي خطوات تنظيف الأسنان بطريقة صحيحة؟

.....  
.....  
.....

- ما هو السواك؟ وفيما نستخدمه؟

.....  
.....

- كيف يتم تنظيف اللسان؟

.....  
.....  
.....

- ما هو الخيط الطبي؟

.....  
.....

المشرف /ة :

قائد المدرسة :

معلم /ة المادة :



وزارة التعليم  
Ministry of Education

المرحلة :

الصف : الرابع الابتدائي

المنطقة :

المدرسة :

اسم الطالب /ة :

اسم الدرس : غرفتي

- بيني أهمية النظافة في المسكن؟

---

---

---

---

---

- وضح أهمية التهوية الجيدة للغرفة؟

---

---

---

---

---

- ما العلاقة بين نظافة غرفة النوم وتهويتها بصفة مستمرة وصحة الإنسان؟

---

---

---

---

---

المشرف /ة :

قائد المدرسة :

معلم /ة المادة :



وزارة التعليم  
Ministry of Education

المرحلة :

الصف : الرابع الابتدائي

المنطقة :

المدرسة :

اسم الطالب /ة :

## اسم الدرس : الملابس المدرسية والملابس الداخلية

- أذكر موصفات الملابس المدرسية؟

.....  
.....  
.....

- ماذا تفعلين عند ارتداء الملابس؟

.....  
.....  
.....

- ماذا تفعلين بملابسك بعد خلعها؟

.....  
.....  
.....

ماذا يقصد بالملابس الداخلية؟

.....  
.....  
.....

المشرف /ة :

قائد المدرسة :

معلم /ة المادة :



المرحلة :

الصف : الرابع الابتدائي

المنطقة :

المدرسة :

اسم الطالب /ة :

## اسم الدرس : الجوارب والحذاء

- ما المقصود بالجورب؟

.....  
.....  
.....

- كيف نغسل الجوارب بطريقة صحيحة؟

.....  
.....  
.....

- عددي خطوات غسل الجوارب الملونة؟

.....  
.....  
.....

- عددي خطوات غسل الجوارب البيضاء؟

.....  
.....  
.....

المشرف /ة :

قائد المدرسة :

معلم /ة المادة :



وزارة التعليم  
Ministry of Education

المرحلة :

الصف : الرابع الابتدائي

المنطقة :

المدرسة :

اسم الطالب /ة :

اسم الدرس : الخضروات

- عددي أنواع الخضروات؟

.....  
.....  
.....

- أذكر شروط اختيار الخضروات؟

.....  
.....  
.....

- عددي خطوات تنظيف الخضروات؟

.....  
.....  
.....

- كيف يتم حفظ الخضروات؟

.....  
.....  
.....

المشرف /ة :

قائد المدرسة :

معلم /ة المادة :





المرحلة :

الصف : الرابع الابتدائي

المنطقة :

المدرسة :

اسم الطالب /ة :

اسم الدرس : الفواكه

- أذكر شروط اختيار الفواكه؟

.....  
.....  
.....

- عددي خطوات تنظيف الفواكه؟

.....  
.....  
.....

- ما المقصود بالفواكه اللينة؟

.....  
.....  
.....

- كيف يتم حفظ الفواكه؟

.....  
.....  
.....

المشرف /ة :

قائد المدرسة :

معلم /ة المادة :