

## نماذج الإجابة لامتحان نهاية الفصل الأول



### تم تحميل هذا الملف من موقع مناهج مملكة البحرين

موقع المناهج ← مناهج مملكة البحرين ← الصف الأول الثانوي ← تربية أسرية ← الفصل الأول ← ملفات متنوعة ← الملف

تاريخ إضافة الملف على موقع المناهج: 17:24:38 2025-12-16

ملفات اكتب للمعلم اكتب للطالب ا اختبارات الكترونية ا اختبارات ا حلول ا عروض بوربوينت ا أوراق عمل  
منهج انجليزي ا ملخصات وتقارير ا مذكرات وبنوك ا الامتحان النهائي للمدرس

المزيد من مادة  
تربية أسرية:

### التواصل الاجتماعي بحسب الصف الأول الثانوي



صفحة مناهج مملكة  
البحرين على  
فيسبوك

الرياضيات

اللغة الانجليزية

اللغة العربية

التربية الاسلامية

المواد على تلغرام

### المزيد من الملفات بحسب الصف الأول الثانوي والمادة تربية أسرية في الفصل الأول

ملخص كامل لمقرر أسر 102	1
نماذج نهائي مقرر تربية أسرية اسر 101	2
ملخص مقرر أسر 102 (إصدار 2)	3
حل أسئلة الكتاب	4
ملخص مقرر أسر 102	5

مملكة البحرين

وزارة التربية والتعليم

نموذج الإجابة

إدارة الامتحانات / قسم الامتحانات المركزية

نماذج إجابة امتحان نهاية الفصل الدراسي الأول للتعليم الثانوي للعام الدراسي 2019 / 2020 م

المسار : توحيد المسارات والديني

اسم المقرر : التربية الأسرية

الزمن : ساعة ونصف

رمز المقرر : أسر 101

(20 درجة/ درجتان لكل نقطة)

أجب عن جميع الأسئلة التالية:

السؤال الأول:

ضع علامة (√) أمام العبارة الصحيحة، وعلامة (×) أمام العبارة الخاطئة فيما يأتي:

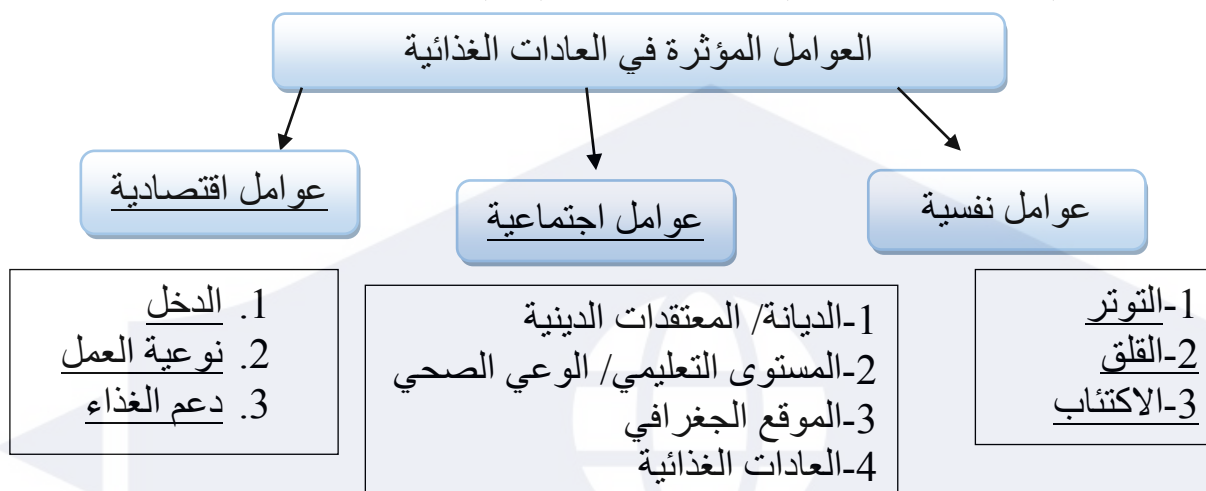
1. ( √ ) كلما زادت تصورات الفرد الإيجابية عن نفسه زاد المفهوم الإيجابي لذاته.
2. ( × ) الإطار الفعال هو التكامل الذي يجمع بين الزمان والمكان لعملية الاتصال فقط.
3. ( √ ) الهدف الاقتصادي للترشيد الغذائي هو المساعدة على حسن استخدام المواد الغذائية وعدم الإسراف في استهلاكها إلى جانب استخدام المواد البديلة.
4. ( × ) المستقبل الفعال في عملية الاتصال يتميز بصفات تجعله فعالاً عند التحدث.
5. ( √ ) القرارات المعتادة تخص العادات اليومية.
6. ( √ ) تقوم القيم الشخصية بدور الوقود لدى الفرد لإشعال الحماس بداخله ورفع الهمم لديه.
7. ( × ) مرض السكر عبارة عن ارتفاع الجلوكوز في البول وإفرازه في الدم نتيجة لنقص في إنتاج هرمون الأنسولين.
8. ( √ ) يعتبر عدم القدرة على قول "لا" من لصوص الوقت.
9. ( √ ) السمنة عبارة عن زيادة وزن الجسم عن الوزن المثالي بأكثر من 20%.
10. ( √ ) التشفير الفعال هو عملية يتم من خلالها صياغة الفكرة التي يسعى المرسل إلى إيصالها للمستقبل في رموز.

## السؤال الثاني:

(21 درجة/درجة لكل نقطة)

أكمل المخططات التالية:

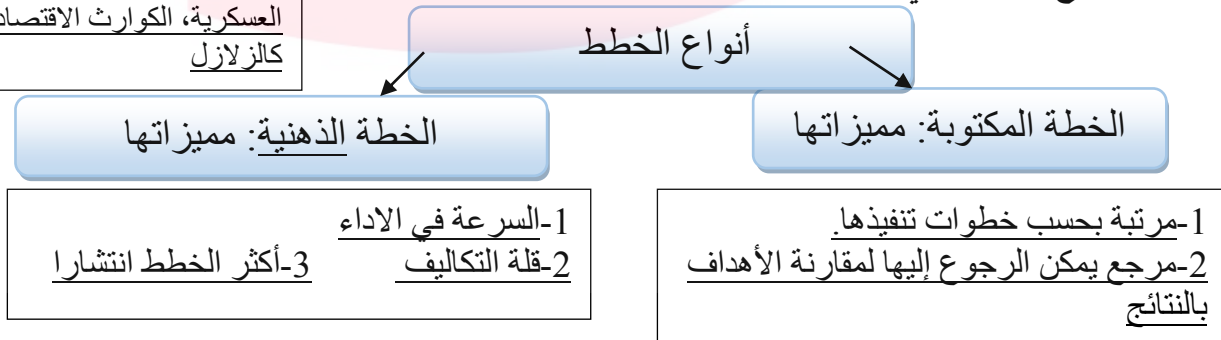
### 1- العوامل المؤثرة في العادات الغذائية في مجتمعنا البحريني هي:



### 2-العوامل المؤثرة في تكوين الشخصية هي:



### 3-أنواع الخطط هي:



(19 درجة)

### السؤال الثالث:

أ- اكتب المصطلح أو التعريف المناسب لكل مما يأتي: (10 درجات/ درجتان لكل نقطة)

المصطلح	التعريف
<u>القراءة الإعلانية</u>	هي نشاط يقدم رسائل مرئية ومسموعة لأفراد المجتمع، لإغرائهم بشراء سلعة أو خدمة، وذلك مقابل أجر مدفوع من قبل أصحاب السلع والخدمات.
القيادة بالاجاذبية	<u>قيادة المجموعة بالمظهر المتميز، والحديث الجذاب والحركات المبهرة والشخصية الفذة والمواقف الحماسية.</u>
<u>الاستجابة الفعالة</u>	هي المعلومات التي تشير إلى مدى فهم المستقبل للرسالة ومقدار قربها أو بعده عنها.
الطريقة الدكتاتورية في اتخاذ القرار	<u>حيث يملئ أحد المتنفذين في المجموعة القرار على الآخرين سواء بالإجبار أو التخويف أو حتى بشراء أصواتهم.</u>
وقت الذروة	<u>وقت نحن فيه في كامل نشاطنا وحضورنا الذهني.</u>

ب- علل لما يأتي:

(9 درجات/ ثلاث لكل نقطة)

1- إصابة بعض الأفراد بارتفاع ضغط الدم.

نتيجة لعوامل وراثية (العمر / الجنس) وبيئية (إصابة بمرض السكر، عجز الكلى، التعب النفسي والاجتماعي، البدانة وكثرة الجلوس، الإفراط في تناول الملح).

2- فوائد تنظيم الوقت في حياة الفرد.

- قضاء وقت أكبر في التطوير الذاتي.
- إنجاز أهدافك وأحلامك الشخصية.
- الشعور بالتحسن بشكل عام في الحياة.
- قضاء وقت أكبر مع العائلة أو في الترفيه والاستجمام .
- تحقيق نتائج أفضل وزيادة الانتاجية والنوعية.
- زيادة سرعة إنجاز المهمات.

- التخفيف من الضغوط سواء منها الدراسية أو غيرها.
- تقليل عدد الأخطاء الممكن ارتكابها
- زيادة أوقات الراحة لوضوح المهمات وأوقاتها
- تحسين نوعية الحياة غير العملية.

### 3- تعتبر القرارات الجماعية أفضل نوعاً من القرارات الفردية في بعض المواقف الحياة.

حيث أن القرارات الجماعية تتميز بالتالي:

- تنوع الأفكار وتلاحقها.
- تعدد مصادر المعلومات .
- أقل تحيزاً وتنفي الدواعي الشخصية.
- فرصة للتواصل والتدريب الجماعي.
- ما ضل من انتشار ولا خاب من استخار.
- صناعة أفضل الحلول المقترحة لمشاركة عدة عقول في الحل.
- مشاركة عدة مستويات إدارية.

(16 درجة/درجة لكل نقطة)

### السؤال الرابع:

أذكر أربع نقاط في كل مما يأتي:

#### 1- العوامل التي تؤثر في مستوى الاستهلاك:

- الجنس.
- السن.
- حجم أفراد الأسرة.
- المستوى التعليمي.
- الحالة الصحية.
- المستوى المعيشي.

#### 2- القيادة هي القدرة على التأثير في الآخرين وتوجيه سلوكهم لتحقيق الأهداف المشتركة للمجموعة، وتتضمن العناصر التالية:

- وجود الأفراد: يكون ثلاثة فما فوق.
- الاتفاق على هدف أو رؤية للمجموعة، يسعى الوصول إليه.
- وجود قائد ذو تأثير.
- وجود نظام أو مجموعة من الأنظمة التي تجعل العمل بإطار مؤسسي.

#### 3- معوقات اتخاذ القرار الصحيح:

- التردد وعدم الحسم.
- التسرع في اتخاذ القرار.
- تقارب البدائل وعدم تميزها.

- الجوانب النفسية والشخصية من التجارب السابقة.
- الشك في النفس وعدم الثقة في قراراتها.
- القلق والخوف من أخذ القرار الخاطئ.
- الغضب المكبوت.
- الخوف من تصيد الأمور.
- تدخل العاطفة والخوف من اغصاب الآخرين وخسارتهم.
- القرارات الجماعية المبنية على رأي الزعيم.
- كبت الآراء الفردية في المجموعة.

#### 4- شروط وضع الأهداف في العملية الإدارية:

- الصراحة والوضوح والابتعاد عن الغموض.
- الواقعية في الأهداف بأن كون في ظل الإمكانيات المتاحة والمقدرة الفردية أو الجماعية في تحقيقه.
- التحديد الهدف.
- المرونة واختيار البدائل الحقيقية للهدف.
- التوافق مع الأخلاق الحميدة والقيم السائدة في المجتمع.

(16 درجة/درجتان لكل نقطة)

#### السؤال الخامس:

ما هي النصائح التي يمكن تقديمها في الحالات والمواقف التالية:

#### 1- تعاني مريم من زيادة في وزنها مما سبب لها العديد من القلق والاكتئاب:

- تناول الفاكهة والخضراوات بكثرة.
- ممارسة الرياضة وخصوصاً المشي.
- تناول المزيد من الألياف.
- استبدال الدهون الحيوانية بالزيوت النباتية في الوجبات.
- تقليل من الأطعمة ذو السعرات الحرارية العالية.
- الأكل في طبق خاص بك.
- التعود على تناول الأطعمة قليلة السكر.
- شرب السوائل والماء خاصة.
- قوة الإرادة.
- جعل الدافع قوي للنفس.
- تخيل نفسك في قوام رشيق معتدل.
- مراقبة الوزن والة الجسم.
- التشجيع والمساعدة.
- وضع نظام غائي صحي.
- عدم الأكل أمام التلفاز.

#### 2- دانه طالبة متفوقة ، إلا أنها لا تقدر ذاتها بمفهوم إيجابي صحيح ، قدم الخطوات المناسبة لبناء ذاتها :



- التعرف على النفس وحبها.
- اظهار للآخرين ما عندي.
- تثبيت لوحة أو زاوية التميز والإنجازات/ الافتخار بإنجازات.
- التعبير عن الرأي بصراحة.
- تحقيق إنجازات ولو بسيطة.
- ارسال الى نفسك رسائل إيجابية.
- برمجة الذات بتمزيق الرسائل السلبية.
- تقدير النفس بشكل أكبر.
- الاتصال بكل من يدعم ذاتك.
- كن ما تريده أنت لا ما يريده الآخرون .
- حاول ان ترى جوانب مشرقة مبهجة في حياتك .
- اشكر الله على ما بين يديك من نعم ولا تبحث عن الناقص .

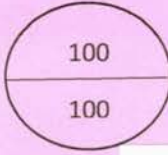
(8 درجات/درجتان لكل نقطة)

### السؤال السادس:

اكتب الرقم المناسب أمام العمود (ب) بما يناسبه من العمود (أ):

الرقم	نوع الاعلان	الرقم	مفهوم الاعلان
1	الإعلان الارشادي والاعباري	3	هو الذي يتعلق بتسويق السلع الجديدة التي لم يسبق لها وجود في السوق أو السلع القديمة المعروفة التي ظهرت من قبل ولها استعمالات لم تكن معروفة لدى المستهلكين
2	الإعلان الإعلامي	4	هو الإعلان عن سلع أو خدمات تنافسية أي تكون متكافئة في النوع والخصائص وظروف الاستعمال.
3	الإعلان التعليمي	1	هو الإعلان الذي يعمل على اخبار المستهلك بالمعلومات التي تيسر له الحصول على الشيء المعلن عنه بأقل جهد ممكن، وفي أقصر وقت بأقل التكاليف، وفي إرشاد الجمهور إلى كيفية إشباع حاجاته.
4	الإعلان التنافسي	2	هو يعمل على تقوية صناعة أي نوع من السلع أو الخدمات أو إحدى المنشآت، وذلك بنشرها وإذاعتها بين الأفراد وتقوية الصلة بينهم وبين المنتج مما يبعث على الثقة.

انتهت الإجابة



مملكة البحرين

وزارة التربية والتعليم

إدارة الامتحانات / قسم الامتحانات المركزية

الإجابة النموذجية

امتحان الدور الثاني للتعليم الثانوي للعام الدراسي 2018/2019م

المسار: توحيد المسارات والديني

اسم المقرر: التربية الأسرية

الزمن: ساعة ونصف

رمز المقرر: أسر 101

أجب عن جميع الأسئلة التالية:

20 درجة / درجتان لكل نقطة

السؤال الأول :

ضع علامة ( √ ) أمام العبارة الصحيحة وعلامة ( × ) أمام العبارة الخاطئة .

1. ( √ ) قلة الخبرة المعرفية من أسباب تأثر الأبناء بالأوضاع الناجمة عن الظروف الصعبة بالأسرة.
2. ( √ ) ليكون الاتصال ناجحاً يؤخذ بوجهة نظر الآخرين بعين الاعتبار أثناء صياغة الرسالة .
3. ( × ) يشترط أن يكون الغذاء ذا قيمة غذائية منخفضة لعلاج الشخص المصاب بمرض النحافة .
4. ( × ) ( × ) القلق والخوف من أخذ القرار الخاطئ يساعد على التوفيق في اتخاذ القرار.
5. ( √ ) توضح الشخصية الطريقة المتفردة للشخص في التكيف مع ما حوله .
6. ( √ ) تعد الخضراوات والفواكه من الأطعمة منخفضة السعرات الحرارية .
7. ( × ) الناحية النفسية للترشيد الغذائي هي توعية الفرد بالفرق بين الشبع والتغذية الجيدة .
8. ( × ) يسهم التأجيل والتسويف في الوصول إلى إدارة فعالة للوقت .
9. ( √ ) التنشيط والمبادأة هي مرحلة البدء في التنفيذ الفعلي للخطة .
10. ( × ) الخدع اللفظية هي إشعار المستهلك أن ما لديه من سلع لم يعد يصلح .



**السؤال الثاني :**

**12 درجة / درجتان لكل نقطة**

اكتب المصطلح أو التعريف المناسب لكل مما يأتي :

المصطلح	التعريف
القرار المعلق	هو القرار الذي تتم الموافقة عليه ويتم تأجيل تنفيذه إلى وقت لاحق .
الإطار الفعال	التكامل الذي يجمع عملية الاتصال بأكملها .
الاكتساب	يتم بتلميع صور ذهنية مرغوب فيها وإبرازها ثم إحلالها وغرسها.
الكولسترول	مادة مشابهة للدهون لونها أبيض عديمة الرائحة وتوجد في جميع خلايا الجسم .
مهارة القيادة	القدرة على التأثير في الآخرين وتوجيه سلوكهم لتحقيق الأهداف المشتركة للمجموعة.
التقويم	هو معرفة مدى النجاح أو الفشل في تحقيق الهدف، معرفة نواحي الضعف والقوة فيما تم من أعمال .

**السؤال الثالث :**

**30 درجة**

**18 درجة / 3 درجات لكل نقطة**

أ . ماذا يحدث إذا ؟

- 1- افتخر محمود بإنجازاته وكل ما توصل إليه .  
يساعده على تقبله لذاته ، يكون لديه تقدير مرتفع لذاته .
- 2- تفضل القبائل العربية الزواج من العائلات المشتهرة بالقوة والكرم .  
تنتقل هذه الاستعدادات من جيل الآباء إلى جيل الأبناء في نظام وراثي دقيق ، تنتقل الصفات الوراثية إلى أبنائهم .
- 3- غياب عنصر من عناصر الاتصال .  
فشل في الاتصال ، عدم نجاح عملية الاتصال .
- 4 - قسم القائد الأعمال على أفراد الفريق .  
يساعدهم على تحمل الضغوط ، نجاح عملية القيادة ، تحقيق الفريق لأهدافه .
- 5 - شارك الوالدين الطفل في عمليات الاختيار والشراء .  
ينمي مقدرة الطفل على حسن الاختيار والشراء ، يساعد الأبوين في تكوين عادات استهلاكية سليمة عند الطفل .
- 6- ارتبط نوع الطعام بحادثة معينة .  
يؤثر في عادات الفرد الغذائية باعتبارها أحد العوامل النفسية المؤثرة في العادات الغذائية ، تمنع بعض الأشخاص من تناول هذا الطعام أو ذاك فروية الشخص مثلاً للبهيمة وهي تذبح قد ينفره من تناول اللحوم لبقية حياته .

ب . اكتب الرقم المناسب أمام العمود ( أ ) بما يناسبه من العمود ( ب ) : **12 درجة / درجتان لكل نقطة**

الرقم	العمود ( أ )	الرقم	العمود ( ب )
<u>4</u>	تقوية صناعة أي نوع من السلع أو الخدمات أو إحدى المنشآت وذلك بتقديم بيانات يؤدي نشرها بين الأفراد إلى تقوية الصلة بينهم وبين المنتج .	1	نظام القيم موجهاً
<u>6</u>	كافة الوسائل والأساليب والطرق التي يستخدمها المرسل لإيصال رسالته للمستقبل .	2	إدارة الوقت
<u>1</u>	البوصلة مع الخريطة التي تحدد الطريق التي يسلكها وتوجهه إلى الخيارات المتوفرة للوصول إلى ما يريد .	3	الأزمة
<u>3</u>	خلاف بسيط أو حاد لم يحل ومن ثم توتر في اتخاذ القرار وتحول إلى مشكلة لم تحل .	4	الإعلان الإعلامي
<u>2</u>	الاستفادة من الوقت المتاح والمواهب الشخصية لتحقيق الأهداف المهمة في حياتنا .	5	القيادة بالأخلاق
<u>5</u>	الخلق الطيب والتواضع والكرم وإظهار المعدن الطيب الذي هو عليه ودينه والتزامه بالفضائل .	6	القناة الفعالة
		7	الإعلان التعليمي
		8	الاستجابة الفعالة



**18 درجة / 3 درجات لكل نقطة**

**السؤال الرابع :**

قارن بحسب ما هو مطلوب في الجدول بين كلاً من .

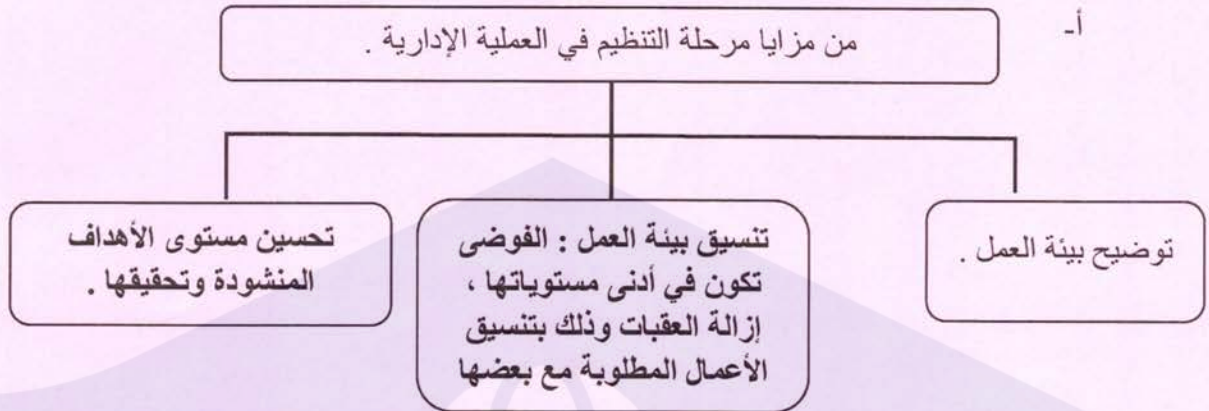
السكر غير المعتمد على الأنسولين	السكر المعتمد على الأنسولين
لا تقوم غدة البنكرياس بعملها وذلك لنقص في إفرازها، يصيب البالغين والأشخاص ذوي الوزن الزائد .	هو الأكثر شدة والأقل شيوعاً، تتعطل غدة البنكرياس التي تفرز الأنسولين تدريجياً، يصيب الأطفال وأحياناً الكهول والشباب دون الـ 35 عاماً .
واجبات المستهلك	حقوق المستهلك
التعرف بدقة على ما يشتريه من سلع وخدمات ويتحقق من صحة ما يرد إليه من بيانات، التمسك بحقوقه في الأسعار وفي مستوى ما يحصل عليه من خدمات وألا يتنازل عن هذه الحقوق تحت أي ظرف، التعاون مع الجهات المعنية في تنفيذ القرارات المرتبطة بترشيد الاستهلاك، تقديم شكوى عن الإخلال بالقوانين المنظمة للاستهلاك ويقدم أيضاً مقترحاته.	حق الأمان، حق المعرفة، حق الاختيار، حق الاستماع إلى آرائه، حق إشباع احتياجاته الأساسية، حق التعويض، حق الحياة في بيئة سليمة.
مثال على تأثير المعتقدات الدينية في العادات الغذائية	مثال على تأثير الموقع الجغرافي في العادات الغذائية
الإسلام يحرم لحم الخنزير، تناول التمر من السنن النبوية المتبعة في الديانة الإسلامية، تحرم الديانة الهندوسية تناول لحم البقر .	الدول المطلة على البحار، يكثر فيها تناول الأسماك والأغذية البحرية، المناطق الصحراوية فيها يعتمد الأشخاص على حليب الحيوانات كالجمال والماعز وأيضاً التمر .

20 درجة

السؤال الخامس :

4 درجات / درجتان لكل نقطة

أكمل بحسب ما هو مطلوب :



16 درجة / درجتان لكل نقطة

ب- اكتب في كلاً مما يأتي :

من سلبيات الإعلان	تؤثر الإعلانات في أنماط الاستهلاك بطريقة سلبية وتساهم في تغيير الاتجاهات الشرائية للمستهلك، الإعلان يخلق رغبات غير حقيقة لدى المستهلك، الإعلان يركز في الدوافع والمؤثرات العاطفية ولا يخاطب العقل أو المنطق، الإعلانات التجارية تمارس دوراً كبيراً في خداع المستهلك وفي دفعه إلى المزيد من الشراء لأشياء كثيرة لا حاجة به إليها فعلاً، وهذا يؤدي إلى الإسراف .
من لصوص الوقت	المقاطعات والزيارات المفاجئة، المكالمات الهاتفية غير المنتجة، الاجتماعات واللقاءات غير الفعالة، الكسل والتسويف والتأجيل بأعذار واهية، المعلومات الكثيرة أو القليلة، الإدمان على الإنترنت وألعاب الكمبيوتر، الأهداف والأولويات غير المحددة، عدم القدرة على قول (لا) ، عدم تخطيط الوقت، السرحان والإصغاء غير الجيد، مشاهدة برامج التلفزيون دون اختيار، قراءة الجرائد والمجلات بإفراط، الثروة والنميمة، التسوق غير الضروري، الغفوة والنوم غير المنضبط، الازدحام المروري الخانق، أكل الوجبات بين الوجبات .
الدور الذي تقوم به الأسرة لتخفيف حدة الأزمات	تصحيح المعلومات غير الكافية أو التي تنقصها الدقة وسوء الفهم، الاستماع إلى الأبناء لمعرفة طبيعة الدعم الذي يحتاجونه كما يجب أن يكون الوالدان مستعدين للإجابة عن أسئلتهم، مشاركتهم مشاعرهم وإتاحة المجال لهم حتى يعبروا عن أنفسهم بكل السبل، مساعدتهم على الشعور بالأمن والاطمئنان .
من إيجابيات القرار الجماعي	تنوع الأفكار وتلاحقها، تعدد مصادر المعلومات، أقل تحيزاً حيث تنتفي الدواعي الشخصية، فرصة للتواصل والتدريب الجماعي، ما ضل من استشار ولا خاب من استخار، صناعة أفضل الحلول المقترحة لمشاركة عدة عقول في الحل، مشاركة عدة مستويات إدارية .

انتهت الإجابة



مملكة البحرين

وزارة التربية والتعليم

إدارة الامتحانات / قسم الامتحانات المركزية

الإجابة النموذجية

100  
100

إجابة امتحان نهاية الفصل الثاني للتعليم الثانوي للعام الدراسي 2018 / 2019م

المسار: توحيد مسارات

الزمن: ساعة ونصف

اسم المقرر: التربية الاسرية

رمز المقرر: أسر 101

20 درجة / درجتان لكل نقطة

أجب عن جميع الأسئلة التالية:

السؤال الأول:

ضع علامة ( √ ) أمام العبارة الصحيحة وعلامة ( × ) أمام العبارة الخاطئة .

1. ( × ) القرار المرحلي هو القرار الذي تتم الموافقة عليه ويتم تأجيل تنفيذه إلى وقت لاحق.

2. ( √ ) يساعد تنظيم الوقت على زيادة أوقات الراحة لوضوح المهمات وأوقاتها.

3. ( √ ) يرشد الإعلان المستهلك إلى المحلات التي تباع السلع المخفضة.

4. ( × ) تقديم مشاعر الآخرين وحاجاتهم على نفسه من سمات الفرد الذي لديه تقدير مرتفع لذاته.

5. ( √ ) تساعد مرحلة التخطيط في العملية الإدارية على تحقيق التكامل وتنسيق بنود الخطة.

6. ( × ) تعد الاتصالات الواعية ذات النصيب الأكبر في التأثير والفهم.

7. ( × ) من العوامل المادية الخارجية المؤثرة في تكوين الشخصية تنظيم الحياة .

8. ( √ ) حل الأزمة هي عملية تحويل حالة معينة إلى أخرى من خلال إزالة المعوقات .

9. ( × ) القيادة بالأخلاق هي قيادة المجموعة بالمظهر المتميز والحديث الجذاب.

10. ( √ ) يهدف ترشيد المستهلك إلى مد المستهلك بالمعلومات الأساسية عن السلع المتوفرة في الأسواق.



12 درجة / درجتان لكل نقطة

### السؤال الثاني:

أكتب المصطلح أو التعريف المناسب لكل مما يأتي:

وقت الذروة	هو الوقت الذي نكون فيه في كامل نشاطنا وحضورنا الذهني.
البدانة	هي إفراط في النسيج الشحمي.
مرحلة التنفيذ	هي المرحلة التي تتحول فيها القرارات إلى أعمال وتتحول فيها الخطة إلى نتائج.
حق المعرفة	للمستهلك الحق في تزويده بالحقائق التي تساعد على الشراء والاستهلاك السليم.
القيادة بالقصص	قيادة المجموعة بالقصص بدلاً من الأوامر وإثارة دافعية أفرادها بمن سبقهم ونجاحاتهم وإنجازاتهم برغم أحوالهم.
العادات الغذائية	مظهر من مظاهر السلوك المتكرر في إعداد واختيار وتناول الطعام.

15 درجة / 3 درجات لكل نقطة

### السؤال الثالث:

علل بذكر سبب واحد لكل مما يأتي:

1- يعد السلوك الاستهلاكي الاتلافي من أسوأ أنواع السلوك.

لأنه يدمر اقتصاديات الأسرة والدولة مثل استهلاك الماء والكهرباء بأسلوب سيء.

2- يعتبر الموقع الجغرافي أحد العوامل الاجتماعية المؤثرة في العادات الغذائية.

لأن الدول المطلة على البحار يكثر فيها تناول الأسماك والأغذية البحرية أما في المناطق الصحراوية فيعتمد الناس

على حليب الحيوانات كالجمال والماعز وأيضاً التمر.

3- ينصح الوالدان بالاستماع إلى أبنائهم وتصحيح المعلومات الغير كافية لديهم.

لأن ذلك يساعد على التخفيف من حدة الأزمات في الأسرة.

4- يوصف نظام القيم للفرد حاجزاً ومانعاً.

لأن قيم الفرد تقف جداراً منيعاً وسداً وحاجزاً ضد ما لا يجب ولا يجب لك القيام به من سلوكيات وتصرفات مخالفة

للقيم والمعتقدات، تقف قيم الشخص دونه ودون ارتكاب المعاصي أو تقف له في وجه شهوة من الشهوات أو ترهبه

من القيام بخيانة أسرار الدولة أو إفشاء أسرارها.

## 5- للمقاطع الخارجية تأثير على عملية الاتصال.

حتى لا تعيق عملية الاتصال أو تضعفه أو تقلل فعاليته، حتى نقضي على التشويش، لنجاح عملية الاتصال.

### السؤال الرابع:

15 درجة / 3 درجات لكل نقطة

ضع خط تحت رمز الإجابة الصحيحة.

1- من المراحل التي يمر بها القرار ويتم البحث بموجبها عن أنسب الحلول للمشكلة عن طريق المفاضلة بين عدد

من البدائل المقننة:

أ- اتخاذ القرار.

ب- صنع القرار.

ت- تقويم القرار.

2- توصف القيم لدى الفرد بالبوصله مع الخريطة التي تحدد التي يسلكها في نظام القيم:

أ- مؤثراً.

ب- مرشحاً.

ت- موجهاً.

3- هو تصورات الفرد الإيجابية عن نفسه:

أ- المفهوم الإيجابي عن الذات.

ب- الاكتساب.

ت- الإلغاء.

4- من أمراض سوء التغذية وتنشأ عن سوء التغذية أو النقص في السرعات الحرارية التي يحتاجها الجسم:

أ- نحافة الأصحاء.

ب- النحافة المرضية.

ت- فقر الدم الحديدي.

5- هو الإعلان الذي يعمل على تقوية صناعة أي نوع من السلع أو الخدمات وذلك بتقديم بيانات يؤدي نشرها

إلى تقوية الصلة بينهم وبين المنتج:

أ- الإعلامي.

ب- الإخباري.

ت- التنافسي.

### السؤال الخامس:

قارن بحسب ما هو مطلوب في الجدول بين كلاً من.

الشخصية	الذات
طريقة تفكير وسلوك ومشاعر، جانب عملي، تظهر في العالم الخارجي، كيف يتصرف الفرد مع الآخرين.	مفاهيم ومدرجات وتصورات، جانب نظري، تنمو في العالم الداخلي، كيف يرى الفرد نفسه.
أطعمة منخفضة السرعات الحرارية (مثال)	أطعمة مرتفعة السرعات الحرارية (مثال)
الخضراوات والفواكه.	الأطعمة الدهنية أي التي يدخل في صناعتها الكثير من المواد الدهنية أو الأطعمة المقلية في الدهن.
فك فعال للتشفير (التعريف)	التشفير الفعال (التعريف)
عملية يتم من خلالها تحويل الرموز والكلمات إلى أفكار ومعان مفهومة، فهم المعنى المقصود وترجمته ترجمة واضحة.	عملية يتم من خلالها صياغة الفكرة التي يسعى المرسل إلى إيصالها للمستقبل في رموز وكلمات، صياغة الرسالة صياغة مناسبة وفعالة.
الطريقة الدكتاتورية لاتخاذ القرار (التعريف)	الطريقة الشورية لاتخاذ القرار (التعريف)
حيث يملئ أحد المنفذين في المجموعة القرار على الآخرين سواء بالإجبار أو التخويف أو حتى بشراء أصواتهم.	يتم عرض القرار للتصويت وينقسم أفراد المجموعة بين مؤيد ومعارض وكل له أدلته ورأيه ثم يتم إقرار القرار بحسب قانون المجموعة.

### السؤال السادس:

أكتب في كل مما يأتي:

1- من مسببات ارتفاع ضغط الدم.

البدانة وكثرة الجلوس، الإفراط في تناول الملح، التعب النفسي والاجتماعي، الوراثة، العمر، الجنس، عجز الكلى، داء السكر.

2- من العوامل التي ساعدت على إدراك قيمة الإعلان.

انتشار التعليم وارتفاع نسبة المثقفين مما يسهل قراءة الإعلان وفهم مضمونه، المنافسة القوية بين المنتجين والتجار للإعلان عن منتجاتهم، تطور الوسائل الإعلانية من صحافة وإذاعة وتلفزيون وسينما ولوحات وملصقات ومنشورات ووسائل إلكترونية.

3- دور التغذية في التحصيل الدراسي.

تعزيز قدرات الطلاب على التعلم، خفض معدلات التسرب من المدرسة، زيادة فاعلية الطلاب وحماستهم ومشاركتهم، تحسين فوري في السلوك والأداء الدراسي.

4- من لصوص الوقت.

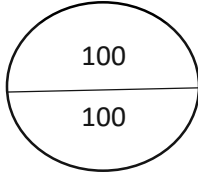
المقاطعات والزيارات المفاجئة، المكالمات غير المنتجة، الاجتماعات واللقاءات غير الفعالة، الكسل والتسويف والتأجيل بأعذار واهية، المعلومات الكثيرة أو القليلة، الإدمان على الإنترنت وألعاب الكمبيوتر، الأهداف والأولويات غير المحددة، عدم القدرة على قول لا، عدم تخطيط الوقت، السرحان والإصغاء غير الجيد، مشاهدة برامج التلفزيون دون اختيار، قراءة الجرائد والمجلات بإفراط، الثثرة والنميمة، التسوق غير الضروري، الغفوة والنوم غير المنضبط، الازدحام المروري الخانق، أكل الوجبات بين الوجبات.

5- من العوامل الاقتصادية المؤثرة في العادات الغذائية.

الدخل، نوعية العمل (الوظيفة)، دعم الغذاء.

انتهت الإجابة





مملكة البحرين

وزارة التربية والتعليم

إدارة الامتحانات / قسم الامتحانات المركزية

الإجابة النموذجية

امتحان نهاية الفصل الدراسي الأول للتعليم الثانوي للعام الدراسي 2018-2019م

المسار: توحيد المسارات / المكفوفين

اسم المقرر: التربية الأسرية

الزمن: ساعة ونصف

رمز المقرر: أسر 101

أجب عن جميع الأسئلة التالية:

20 درجة / درجتان لكل نقطة

السؤال الأول :

ضع علامة ( √ ) أمام العبارة الصحيحة وعلامة ( × ) أمام العبارة الخاطئة .

1. ( √ ) لا بد من التناسق بين قنوات الاتصال الملفوظة وغير الملفوظة لتكون قناة الاتصال فعالة.
2. ( √ ) من معوقات اتخاذ القرار تقارب الدلائل وعدم تميزها .
3. ( × ) يعتمد المصاب بفقدان الشهية العصابي القيء واعتماد حمية قاسية لإنقاص وزنه .
4. ( √ ) قيادة المجموعة بالقصص تثير دافعية أفرادها بمن سبقهم ونجاحاتهم وإنجازاتهم .
5. ( × ) تتميز الخطة المكتوبة بالسرعة في الأداء .
6. ( √ ) محدودية آلية تكيف الأبناء تجعلهم أكثر تأثراً بالأوضاع الناجمة عن الظروف الصعبة .
7. ( × ) مقدار الحصص اليومية لحاجة الفرد من مجموعة الفواكه ( 2-4 ) حصةً يوميًا .
8. ( √ ) انتشار التعليم وارتفاع نسبة المتقنين ساعد على إدراك قيمة الإعلان .
9. ( × ) تعد العقيدة أحد العوامل المادية الخارجية المؤثرة في تكوين الشخصية .
10. ( × ) اعرف مهماتك تعني تقدير المدة التي تستهلكها الأنشطة والبرامج وكم مر من الوقت .

**السؤال الثاني :**

**12 درجة / درجتان لكل نقطة**

**ضع خط تحت رمز الإجابة الصحيحة :**

- 1- هو الوقت الذي يصعب تنظيمه :  
أ- وقت الذروة .  
ب- وقت الخمول .  
ت- الوقت الذي نقضيه في حاجتنا الأساسية .
- 2- من دوافع الشراء وتعني الشراء لضرورة السلعة :  
أ- الدوافع الانتقائية .  
ب- الدوافع الأولية .  
ت- الدوافع العاطفية .
- 3- من حقوق المستهلك ويتمثل في تسوية عادلة لمطالبه المشروعة :  
أ- حق الاستماع إلى آرائه .  
ب- حق التعويض .  
ت- حق الاختيار
- 4- من سمات الأفراد الذين لديهم تقدير مرتفع عن الذات :  
أ- دفاعي يشعر بعدم السيطرة ويعتمد التبرير .  
ب- تقديم مشاعر الآخرين وحاجاتهم على نفسه .  
ت- إبداء ما لديه من آراء ورغبات بشكل واضح .
- 5- فيه توصف القيم بالميزان ذي الكفتين الذي يرجح أمرًا على آخر :  
أ- نظام القيم محفّرًا ودافعًا .  
ب- نظام القيم موجهًا .  
ت- نظام القيم مؤثرًا .
- 6- هو تربية الأفراد وتوعيتهم بحقوقهم وواجباتهم في عمليتي الإنتاج والاستهلاك :  
أ- ترشيد المستهلك .  
ب- ترشيد الاستهلاك .  
ت- القدوة الحسنة .

**السؤال الثالث :** 28 درجة

أ – اكمل الجدول بوضع رقم الإجابة الصحيحة في المكان المناسب فيما يأتي : 16 درجة / درجتان لكل نقطة

1. عجز الكلى .
2. عدم تناول الأطعمة الغنية بالحديد.
3. الابتعاد عن التوترات والضغوط النفسية.
4. تجنب نقع اللحم .
5. التعب النفسي والاجتماعي .
6. الاعتدال في تناول الملح .
7. تناول اللحوم وخاصة الكبد والخضراوات.
8. قلة الشهية لكبار السن أو صعوبة المضغ .

اسم المرض	أسباب المرض	علاج المرض
فقر الدم الحديدي	• رقم الإجابة : 2	• رقم الإجابة : 7
	• رقم الإجابة : 8	• رقم الإجابة : 4
ارتفاع ضغط الدم	• رقم الإجابة : 1	• رقم الإجابة : 3
	• رقم الإجابة : 5	• رقم الإجابة : 6

ب - قارن بحسب ما هو مطلوب في الجدول بين كلاً من .

12 درجة / 3 درجات لكل نقطة

تعريف الذات	تعريف الشخصية
تصور الفرد عن نفسه الناتج عن تفاعله مع نفسه ومع الآخرين، كيف يرى الفرد نفسه .	مصطلح يشمل جميع جوانب الشخصية ظاهرها وباطنها والمحصلة النهائية لسلوك الشخص بكل أبعاده الوراثية والبيئية ، كيف يتصرف الفرد مع الآخرين .
مثال على السلوك الاستهلاكي الإيتلافي	مثال على السلوك الاستهلاكي لإشباع الحاجات الضرورية
استهلاك الماء والكهرباء بأسلوب سيء .	استهلاك الطعام والملابس .
ملاحظة : تحسب أمثلة الطالب الصحيحة على السلوك الاستهلاكي الإيتلافي .	ملاحظة : تحسب أمثلة الطالب الصحيحة على السلوك الاستهلاكي لإشباع الحاجات الضرورية .

### السؤال الرابع :

24 درجة

12 درجة / درجتان لكل نقطة

أ - اكتب المصطلح أو التعريف المناسب لكل مما يأتي :

المصطلح	التعريف
القرار التجريبي	هو القرار الذي لا يكون نهائياً حتى تظهر النتائج الأولية والمعايير المحددة والتي إن كانت مرضية أصبح القرار قيد الدراسة والاعتماد من قبل الهيئة العليا.
المرسل الفعال	هو الشخص الذي توجد عنده الفكرة الرئيسية التي يعقد اتصالاً لإيصالها إلى الطرف الآخر ، هو الشخص الذي يتميز بصفات تجعله فعالاً عند التحدث .
البدانة	الإفراط في النسيج الشحمي .
الإلغاء	تشويه الصور الذهنية السلبية أو خلخلتها ثم نقضها وإبطالها .
العادات الغذائية	مظهر من مظاهر السلوك المتكرر في إعداد واختيار وتناول الطعام وهي تعتمد على مزيج من العوامل النفسية والاجتماعية والاقتصادية وتختلف من مجتمع لآخر.
حماية المستهلك	هو حماية كل فرد من أفراد المجتمع من أي استغلال ومكافحة الغش لتأمين سلامة معاملات الأفراد عند شرائهم احتياجاتهم من السلع والخدمات التي يتعاملون بها .

12 درجة / 3 درجات لكل نقطة

ب - علل بذكر سبب واحد لكل مما يأتي :

- 1 - ينصح الوالدين بالحرص على المشاركة لمشاعر أبنائهم .  
للتخفيف من حدة الأزمات الأسرية .
- 2 - يفضل وضع جرس الهاتف النقال على الصامت أثناء الاجتماعات .  
للقضاء على التشويش والضوضاء وكل ما من شأنه أن يعيق عناصر الاتصال أو يضعفها أو يقتل من فاعليتها، لضمان نجاح عملية الاتصال .
- 3- تعتبر القيم سلاح ذو حدين .
- لأن القيم لا يطلق عليها وصف السلبية أو الإيجابية في ذاتها وإنما استخدامها وإدراكها وفهمها والإطار الذي توضع فيه هو الذي يحكم عليها ويعطيها الصورة السلبية أو الإيجابية .
- 4- تؤثر نوعية عمل الفرد ( الوظيفة ) في عاداته الغذائية .
- لأن المرأة العاملة مثلاً تميل إلى شراء الأغذية الجاهزة والسهلة التحضير لتوافق بين عملها وإعداد الطعام لأسرتها أو تحول الوجبة الأساسية من فترة إلى أخرى .

### السؤال الخامس :

اكتب في كلاً مما يأتي :

16 درجة / درجتان لكل نقطة

من فوائد تنظيم الوقت	قضاء وقت أكبر في التطوير الذاتي، إنجاز الأهداف والأحلام الشخصية، الشعور بالتحسن بشكل عام في الحياة، قضاء وقت أكبر مع العائلة أو في الترفيه والاستجمام، تحقيق نتائج أفضل وزيادة الإنتاجية والنوعية، زيادة سرعة إنجاز المهمات، التخفيف من الضغوط سواء منها الدراسية أو غيرها، تقليل عدد الأخطاء الممكن ارتكابها، زيادة أوقات الراحة لوضوح المهمات وأوقاتها، تحسين نوعية الحياة غير العملية.
من واجبات القائد	توضيح الإنجازات، تحفيز الفريق، تطويل النفس، التغريد مع السرب، تقديم الاحترام، صناعة القادة، توحيد الجهود، الاستعداد الدائم، مواصلة العمل، مواجهة التحديات، تحمل الضغوط .
أهمية التقويم في العملية الإدارية	تحديد أهداف جديدة ومحاولة تلافي الأخطاء التي حدثت في التخطيط أو في التنفيذ وهذا يساعد على تحسين نوع الأهداف ومستواها، استغلال خطة ثبت نجاحها لاستخدامها في مواقف مشابهة وهذا يختصر الوقت الضائع في وضع خطط جديدة، تحويل بعض الأعمال إلى روتين متكرر بحيث تتم هذه الأعمال في المستقبل دون تخطيط أو تقويم جديد لأساليب تنفيذها .
من العوامل المؤثرة في صنع القرار	المعتقدات، القيم، التصورات، العائلة، الأصدقاء، وسائل الإعلام، الوضع المادي والنفسي .

انتهت الإجابة



مملكة البحرين

وزارة التربية والتعليم

إدارة الامتحانات / قسم الامتحانات المركزية

امتحان نهاية الفصل الدراسي الأول للتعليم الثانوي للعام الدراسي 2018-2019م

المسار: توحيد المسارات والديني

اسم المقرر: التربية الأسرية

الزمن: ساعة ونصف

رمز المقرر: أسر 101

أجب عن جميع الأسئلة التالية:

السؤال الأول :

ضع علامة ( √ ) أمام العبارة الصحيحة وعلامة ( × ) أمام العبارة الخاطئة .

1. ( × ) يسهم التشفير الفعال في فهم المعنى المقصود من الرسالة وترجمته ترجمة واضحة .
2. ( √ ) يساعد الإعلان في زيادة التنافس بين المنتجين لتقديم أحسن السلع وبأقل الأسعار .
3. ( √ ) يعد التوفير والادخار من الدوافع العاطفية والذي يتمثل بالحصول على سلعة مماثلة مجاناً .
4. ( √ ) ليكون اتصالك مقنعاً استشهد بالآيات والأدلة والحكم المأثورة .
5. ( × ) القيادة بالمبادرة هي قيادة المجموعة بتوجيهها نحو الأهداف وما ستحصل عليه مستقبلاً .
6. ( × ) في تغذية طلاب المدارس ينصح بتناول ثلاث وجبات كبيرة بدلاً من خمس وجبات صغيرة .
7. ( × ) كمية الطاقة اللازمة للشخص الذي يبذل مجهود كبير هي 30 سرعة حرارية لكل كيلو جرام من وزن الجسم .
8. ( √ ) يفضل الاعتماد على موارد الأسرة المتوفرة بكثرة والاقتصاد في الموارد الشحيحة أثناء مرحلة التخطيط .
9. ( √ ) تختلف درجة تأثر الأبناء بالأوضاع الأسرية تبعاً لاختلاف الخصائص الشخصية لكل فرد .
10. ( × ) اتخاذ القرارات الجماعية المبنية على رأي الزعيم من العوامل التي تساعد على التوفيق في اتخاذ القرار .

### السؤال الثاني :

اكتب المصطلح أو التعريف المناسب لكل مما يأتي :

المصطلح	التعريف
الإعلان التعليمي	هو الإعلان الذي يتعلق بتسويق السلع الجديدة التي لم يسبق لها وجود في السوق أو السلع القديمة المعروفة التي ظهرت من قبل ولها استعمالات لم تكن معروفة لدى المستهلكين .
القيادة بالخدمة	قيادة المجموعة بتقديم الخدمات ومساعدتها ومراعاة أحوالها وطلباتها وتحقيقها .
المستهلك الرشيد	هو الذي يحسن الشراء ليحقق أكبر درجات المنفعة في حدود موارده المتاحة .
المفهوم الإيجابي للذات	تصورات الفرد الإيجابية عن نفسه .
القرار الشرطي	هو القرار الذي يتم وضع شروط وخيارات لتنفيذه أو عدم تنفيذه وتظل خياراته متعددة ومفتوحة .
الاستجابة الفعالة	هي المعلومات التي تشير إلى مدى فهم المستقبل للرسالة ومقدار قربيه أو بعده عنها ، هي الاستيضاح أو التغذية الراجعة من الطرف الآخر .

### السؤال الثالث :

أ . ماذا يحدث إذا ؟

- 1- أسرفت الأسرة في تخزين المواد الغذائية .  
يربك التخطيط التمويني للدولة ، يفسد الطعام دون استهلاك .
- 2- اعتاد هشام على شرب الشاي والقهوة مباشرة بعد الوجبات .  
يقل امتصاص الحديد ، الإصابة بفقر الدم الحديدي .
- 3- التزمت ليلي بالدقة في المراجعة أثناء تنفيذ الخطة .  
معرفة مدى الإنجاز ، معرفة هل يتمشى التنفيذ مع الخطة ليتسنى القيام بأي تغيير في الوقت المناسب ، معرفة إذا ما كان الإنجاز أقل في مدته أو أدنى من مستواه ، نجاح تنفيذ الخطة، نجاح العمل وتحقيق الأهداف .
- 4 - ساعد الأبوين الأبناء على الشعور بالأمن والاطمئنان .  
التخفيف من حدة الأزمات في الأسرة ، تقل الأزمات والخلافات الأسرية .
- 5 - صلى حسن صلاة الاستخارة قبل اتخاذ لقرار ما .  
تساعده على التوفيق في اتخاذ القرار .
- 6- تمكنت مريم من تحديد أوقات الذروة لديها في اليوم والليلة .  
الاستفادة المثلى من أوقات الذروة فتضع فيها الأمور التي تحتاج إلى تركيز مثل الأولويات والأمور الصعبة والأشياء الثقيلة على النفس .

ب . ضع خط تحت رمز الإجابة الصحيحة فيما يأتي .

1- من العوامل المؤثرة في العادات الغذائية وتتمثل في توفير الغذاء بسعر مناسب في متناول الجميع :

- أ- نوعية العمل .
- ب- الدخل .
- ت- سياسة دعم الغذاء .

2- هي الاعتبارات التي تدفع المستهلك للشراء من متجر معين لشهرة المتجر :

- أ- الدوافع الانتقائية .
- ب- دوافع التعامل .
- ت- الدوافع العاطفية .

3- قيادة المجموعة بالقصص المحفزة من واجبات القائد في :

- أ- توضيح الإنجازات .
- ب- تحفيز الفريق .
- ت- توحيد الجهود .

4- من سمات الأفراد الذين لديهم تقدير متدن عن الذات :

- أ- دفاعي يشعر بعدم السيطرة ويتعمد التبرير .
- ب- سهولة رفض ما لا يناسبه فوراً .
- ت- إبداء ما لديه من آراء ورغبات بشكل واضح .

5- توضيح بيئة العمل من مزايا مرحلة :

- أ- التقويم .
- ب- التنظيم .
- ت- التخطيط .

6- جميع ما ذكر من لصوص الوقت ماعدا :

- أ- أكل الوجبات بين الوجبات .
- ب- قراءة الجرائد بإفراط .
- ت- إنجاز عمل ثم الذهاب إلى غيره .

### السؤال الرابع :

قارن بحسب ما هو مطلوب في الجدول بين كلاً من .

تعريف الإلغاء	تعريف الاكتساب
تشويه الصور الذهنية السلبية أو خلخلتها ثم نقضها وإبطالها .	تلميع صور ذهنية مرغوب فيها وإبرازها ثم إحلالها وغرسها .
مثال على عادات غذائية مفيدة	مثال على عادات غذائية خاطئة (غير مفيدة)
تناول الرطب مع الغذاء ، تناول السلطة مع الأكل ، شرب عصير الفواكه مع وبين وأثناء الوجبات .	عدم تناول وجبة الإفطار ، عدم التنويع في العناصر الغذائية ، الإكثار من السكاكر والحلويات .
نظام القيم محفزاً ودافعاً	نظام القيم حاجزاً ومانعاً
إشعال شعلة الحماسة داخله وإيقادها فتلهب النشاط وترفع الهمة وتحفز الشخص وتمده بالقدرة على العمل المستمر ، الوقود الذي يمد الشخص بالطاقة والقوة اللازمة للاستمرار .	تقف القيم جداراً منيعاً وسداً وحاجزاً ضد ما لا يجب ولا يجوز القيام به من سلوكيات وتصرفات ، تقف قيم الشخص دونه ودون ارتكاب المعاصي أو تقف في وجه شهوة من الشهوات أو تمنعه من القيام بخيانة أسرار الدولة أو إفشاء أسرارها .

**السؤال الخامس :**

**أكمل بحسب ما هو مطلوب :**

أ-

**ب- اكتب في كلاً مما يأتي :**

حالات زيادة نشاط الغدة الدرقية، التمرين الرياضي الشاق مع عدم كفاية التغذية، فقدان الشهية لأسباب معينة، الإصابة ببعض الأمراض مثل القلب والكلية والسرطان، مرض السكري، عدم أخذ قسط وافر من الراحة والنوم، الوراثة.	<b>من أسباب النحافة</b>
قضاء وقت أكبر في التطوير الذاتي، إنجاز الأهداف والأحلام الشخصية، الشعور بالتحسن بشكل عام في الحياة، قضاء وقت أكبر مع العائلة أو في الترفيه والاستجمام، تحقيق نتائج أفضل وزيادة الإنتاجية والنوعية، زيادة سرعة إنجاز المهمات، التخفيف من الضغوط سواء منها الدراسية أو غيرها، تقليل عدد الأخطاء الممكن ارتكابها، زيادة أوقات الراحة لوضوح المهمات وأوقاتها، تحسين نوعية الحياة غير العملية.	<b>من فوائد تنظيم الوقت</b>
الإيمان العميق والصلة بالله عز وجل، متابعة الأحداث يومياً وباستمرار وأين وصل التطور وكيفية اللحاق به، المشاركة في البرامج المنظمة والدورية مثل الدورات واللقاءات، الاطلاع على الدراسات والأبحاث التي ترتقي بالمستوى الشخصي، القراءة والمطالعة، الاستفادة من المواسم والمناسبات الدينية والاجتماعية في التربية والارتقاء، حفظ الوقت والاعتناء به والاستفادة منه بشتى الطرق .	<b>من الطرق التربوية التي نحث عليها لتطوير الشخصية</b>
تقليل الوزن وممارسة التمارين الرياضية، الابتعاد عن التوترات والضغوط النفسية، الإقلال من شرب القهوة والشاي، الامتناع عن التدخين والمشروبات الكحولية، الإكثار من تناول أطعمة غنية بالبوتاسيوم، الاعتدال في تناول الملح والتقليل من الأطعمة المملحة، الإقلال من الدهون المشبعة والكوليسترول .	<b>لعلاج ارتفاع ضغط الدم</b>

**انتهت الإجابة**



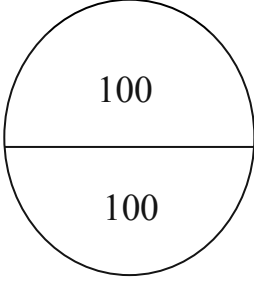
نموذج الإجابة

مملكة البحرين

وزارة التربية والتعليم

إدارة الامتحانات / قسم الامتحانات المركزية

امتحان نهاية الفصل الدراسي الثاني للتعليم الثانوي للعام الدراسي 2018/2017 م



المسار : توحيد المسارات (المكفوفين)

الزمن : ساعة ونصف

اسم المقرر : التربية الأسرية

رمز المقرر : أسر 101

20

درجتان لكل نقطة

أجب عن جميع الأسئلة التالية :

السؤال الأول :

ضع علامة ( √ ) أمام العبارة الصحيحة وعلامة ( X ) أمام العبارة الخاطئة .

1. ( √ ) القيم من العوامل الذاتية المؤثرة في تكوين الشخصية.
2. ( X ) القناة الفعالة هي عملية يتم من خلالها تحويل الرموز والكلمات إلى أفكار ومعان مفهومة.
3. ( X ) القيادة بالأخلاق هي تقديم الخدمات للآخرين ومساعدتهم ومراعاة أحوالهم وطلباتهم.
4. ( √ ) يتأثر أفراد الأسرة بمختلف الفئات العمرية بالأوضاع الناجمة عن الظروف الصعبة وخاصة الأبناء.
5. ( X ) الإعلان الذي يتعلق بتسويق السلع الجديدة يطلق عليه الإعلان الإعلامي.
6. ( √ ) المستهلك الرشيد هو الذي يحسن الشراء ليحقق أكبر درجات المنفعة في حدود موارد المتاحة.
7. ( √ ) الموافقة والرفض بالأغلبية من الطرق الشورية في اتخاذ القرار في المجموعة.
8. ( X ) لو زادت كمية الطعام عن حاجة الجسم يبدأ في هدم ما لديه من دهون مختزنة ليستمد منها الطاقة.
9. ( √ ) لحسن إدارة الوقت ألغ المهمات غير المهمة.
10. ( X ) من السلوكيات الصحيحة لطلاب المدارس في التغذية الاعتماد على نوع واحد من الغذاء وعدم تنويع الأغذية.

**السؤال الثاني :**

12

درجتان لكل نقطة

ضع خط تحت رمز الإجابة الصحيحة.

1. دافع من دوافع الشراء العاطفية عند شراء كريم مبيض لتفتيح البشرة:

- أ- دافع الخوف.      ب- دافع الجمال.
- ج- دافع الأناقة.      د- دافع الصحة.

2. من العوامل الذاتية القابلة للتغيير والمؤثرة في تكوين الشخصية:

- أ- الطول والقصر.      ب- الأقارب.
- ج- الطموحات المستقبلية.      د- الوظيفة.

3. لبناء وتطوير مفهومك الإيجابي عن ذاتك:

- أ- ثبت لوحة التميز والإنجازات.      ب- حقق الإنجازات.
- ج- مزق الرسائل السلبية.      د- جميع ما ذكر صحيح.

4. من عيوب الخطة المكتوبة:

أ- عنصر الملل في متابعة ما تم إنجازه وما تبقى من أعمال.

- ب- احتمال الفوضى في التنفيذ.
- ج- احتمال النسيان في لبعض مراحل الخطة.
- د- الحد من القدرة على تحسين الأسلوب الإداري.

5. من سلبيات الإعلان:

أ- يخلق رغبات غير حقيقية لدى المستهلك.

ب- يعطي أفكار جديدة لاستخدام سلع قديمة.

ج- يرشد المستهلك إلى المحلات التي تباع سلع مخفضة.

د- يؤدي إلى تنافس المنتجين لتقديم أحسن السلع والخدمات.

6. تلعب القيم دور المرشح للإدراك في حالة:

أ- مد الشخص بالطاقة والقوة اللازمة للاستمرار والعمل.

ب- دراسة مجموعة خيارات وترجيح أحداها على الآخر.

ج- الصد عن السلوكيات والتصرفات المخالفة للقيم.

د- تمرير المعلومات ذات القيمة التي تسترعي انتباه الإنسان وتتماشى مع قيمه.

22

درجتان لكل نقطة

السؤال الثالث:

10

أ- اكتب المصطلح المناسب لكل مما يأتي:

المصطلح	التعريف
وقت الذروة	وقت نحن في كامل نشاطنا وحضورنا الذهني.
الرسالة الفعالة	هي الرسالة التي يسعى لإيصالها للمستقبل وهي تنقل الصور الذهنية من المرسل للمستقبل.
الأزمة	هي خلاف بسيط أو حاد لم يحل ومن ثم توتر في اتخاذ القرار وتتحول إلى مشكلة لم تحل.
ترشيد المستهلك	هو تربية الأفراد وتوعيتهم بحقوقهم وواجباتهم في عمليتي الإنتاج والاستهلاك.
القيادة بالتضحية	قيادة المجموعة بتقديم التضحيات بنفسه وممتلكاته وتصدره للمجموعة في ميدان التضحية لأجلها وفكرها.

ب- صنف السلوكيات الآتية لتصرفات الأفراد وردود أفعالهم تجاه المواقف، حسب تقديرهم لذاتهم.

12

أفراد لديهم تقدير مرتفع للذات	أفراد لديهم تقدير متدنٍ للذات
يقبل بحماسة التحديات الجديدة،	دفاعي يشعر بعدم السيطرة ويعتمد على التبرير
يتصف بالقدرة على الاتصال والتواصل مع الآخرين	ينكر امكانياته
يتسم بالاستقلالية	ضعف في الرفض المناسب في الوقت المناسب

#### السؤال الرابع :

28

درجتان لكل نقطة

16

أ- أمامك في الجدول مجموعة من الأمراض اختر الأسباب المؤدية للإصابة و ضعها في مكانها المناسب :

المرض	السبب
الضغط	1- الإفراط في تناول الملح
	2- عجز الكلى
السمنة	1- اختلال في الغدد الصماء
	2- الإفراط في تناول الطعام وقلة الحركة
النحافة	1- فقدان الشهية
	2- عدم أخذ قسط وافر من الراحة والنوم
فقر الدم الحديدي	1- شرب الشاي والقهوة بعد الوجبات
	2- عدم تناول الأطعمة الغنية بالحديد

الأهداف الفردية	الأهداف الجماعية
وهي التي ترتبط بمصلحة أحد أفراد الأسرة وتكون عادة أهداف خاصة.	وهي التي تتعلق بمصلحة الأسرة الواحدة أو مجموعة من الأفراد تربطهم الأهداف نفسها.
الطريقة الفردية في صنع القرار	الطريقة الجماعية في صنع القرار
يقوم بها الفرد لوحده معتمداً على نفسه في جمع المعلومات وإيجاد البدائل وترتيبها لصنع القرار.	يتم تكليف مجموعات بجمع المعلومات وإيجاد الحلول والبدائل وترتيبها لصنع القرار.
فقدان الشهية العصابي	النهام العصابي
عبارة عن حالة يصاب بها الشخص وهي الرفض التام للأكل، فيحدث نقص شديد في الوزن تصاحبه حالة من الإحباط والكآبة.	عبارة عن حالة يصاب بها الشخص وهي الأقبال الشديد على الطعام، ثم يليه فقدان الشهية وإضراب عن الطعام لإنقاص الوزن مع تكرار هذه الحالة، مع القىء عمداً واعتماد حمية قاسية.

#### السؤال الخامس :

أجب عما يأتي :

درجتان لكل نقطة

1- من العوامل الاجتماعية المؤثرة في العادات الغذائية.

\* المعتقدات الدينية، المستوى التعليمي.

\* الموقع الجغرافي، الاعتقادات الغذائية.

2- من فوائد تنظيم الوقت.

\* قضاء وقت أكبر في التطوير الذاتي، إنجاز أهدافك وإحلامك الشخصية، الشعور بالتحسن بشكل عام في

حياتك، قضاء وقت أكبر مع العائلة أو في الترفيه والاستحمام، تحقيق نتائج أفضل وزيادة الإنتاجية والنوعية.

\* زيادة سرعة إنجاز المهمات، التخفيف من الضغوط سواء منها الدراسية أو غيرها، تقليل عدد الأخطاء الممكن

ارتكابها، زيادة أوقات الراحة لوضوح المهمات وأوقاتها، تحسين نوعية الحياة غير العملية.



3- من عناصر القيادة.

\* وجود الأفراد وفي الغالب يكون عددهم ثلاثة فما فوق، الاتفاق على رؤية أو هدف للمجموعة.

\* وجود قائد من المجموعة ذو تأثير وفكر إداري، وجود النظام أو المجموعة أو الجماعة.

4 - من حقوق المستهلك.

\* حق الأمان، حق المعرفة، حق الاختيار، حق الاستماع إلى الآراء.

\* حق اشباع احتياجاته الأساسية، حق التعويض.

\* حق الحياة في بيئة سليمة، حق التثقيف.

انتهت الإجابة

مملكة البحرين

وزارة التربية والتعليم

نموذج الإجابةإدارة الامتحانات / قسم الامتحانات المركزيةامتحان نهاية الفصل الدراسي الثاني للتعليم الثانوي للعام الدراسي 2017/2018 م

المسار : توحيد المسارات والديني

اسم المقرر : التربية الأسرية

الزمن : ساعة ونصف

رمز المقرر : أسر 101

درجتان لكل نقطة

أجب عن جميع الأسئلة التالية :

السؤال الأول :

ضع علامة ( √ ) أمام العبارة الصحيحة وعلامة ( X ) أمام العبارة الخاطئة .

1. ( √ ) وقت الذروة هو الوقت الذي يكون فيه الإنسان بكامل نشاطه وحضوره الذهني.

2. ( √ ) تكتسب القيم صفة الإيجابية أو السلبية من خلال الإطار الذي توضع فيه.

3. ( X ) الاستجابة الفعالة هي التكامل الذي يجمع عملية الاتصال بأكملها.

4. ( √ ) تتكون الشخصية من سمات جسمية ونفسية وعقلية.

5. ( √ ) القيادة بالرؤية هي قيادة المجموعة بتوجيهها نحو الأهداف وتوضيح المستقبل المشرق.

6. ( X ) التنفيذ مرحلة فكرية تسبق التخطيط وتتضمن سلسلة من القرارات تتعلق بالمستقبل.

7. ( X ) من واجبات المستهلك العمل والعيش في بيئة خالية من المخاطر والتلوث.

8. ( √ ) الماء من المشروبات التي لا تحتوي على أي سعرات حرارية.

9. ( X ) للوقاية من مرض السكر، استبدل الزيوت النباتية في الوجبات بالدهون الحيوانية.

10. ( X ) قصور المعلومات، من معوقات اتخاذ القرار.

السؤال الثاني :درجتان لكل نقطة

اكتب المصطلح أو التعريف المناسب لكل مما يأتي:

المصطلح	التعريف
إدارة الوقت	عملية الاستفادة من الوقت المتاح والمواهب الشخصية المتوفرة لدينا لتحقيق الأهداف التي نسعى إليها في حياتنا.
الرسالة الفعالة	هي الفكرة التي يسعى المرسل إلى إيصالها للمستقبل وهي تنقل الصور الذهنية من المرسل للمستقبل.
مفهوم الذات	تصور الفرد عن نفسه الناتج عن تفاعله مع نفسه ومع الآخرين، كيف يرى الفرد نفسه.
الإعلان التذكيري	هو يتعلق بسلع أو خدمات أو أفكار أو منشآت معروفة بطبيعتها ومعروفة خصائصها للمستهلك بقصد تذكيره بها والتغلب على عادة النسيان لديه.
الأزمة	خلاف بسيط أو حاد لم يحل ومن ثم توتر في اتخاذ القرار وتحول إلى مشكلة لم تحل.

السؤال الثالث :درجتان لكل نقطة

أ- علل بذكر سبب واحد لكل مما يأتي :

1- أهمية التكيف والتعديل في مرحلة التنفيذ كخطوة من خطوات العملية الإدارية.

حتى لا يحيد الفرد عن تحقيق هدفه لذا يلجأ الفرد لإجراء التغييرات والتعديلات في الوقت المناسب.

2- يتأثر الأبناء بالأوضاع الصعبة الناتجة عن الأزمة.

بسبب قلة خبرتهم الحياتية والمعرفية، ومحدودية آليات التكيف التي يمتلكونها.

3- تتأثر العادات الغذائية بالمعتقدات الدينية.

لأن المعتقدات الدينية أدت إلى اختلاف نوعية الأطعمة المتناولة بالنسبة إلى كل ديانة، المسلمون لا يتناولون

لحم الخنزير لتحريم الدين الإسلامي، ويتناولون التمر بعد فترة الصيام، بينما الهندوس لا يأكلون لحم البقر.

4- أهمية تكوين عادات الاستهلاك السليمة للأفراد من مرحلة الطفولة.

لأن العادات الخاصة بالاستهلاك مثل كل العادات تتكون بالممارسة والتكرار، إذا اكتسب الطفل العادات في البداية من مرحلة الطفولة فإنه يستمر عليها.

5- يؤثر الإعلان سلباً على المستهلك.

تؤثر الإعلانات في أنماط الاستهلاك بطريقة سلبية وتساهم في تغيير الاتجاهات الشرائية للمستهلك، يخلق رغبات غير حقيقية لدى المستهلك، يركز على الدوافع والمؤثرات العاطفية ولا يخاطب العقل أو المنطق، تمارس دوراً كبيراً في خداع المستهلك وفي دفعه إلى مزيد من الشراء لأشياء كثيرة لا حاجة به إليها وهذا إسراف، يعتمد على خصائص مبالغ فيها للسلعة وقد يتضمن معلومات كاذبة ومضللة.

ب- كيف تتصرف في المواقف التالية :

1- يوسف طالب بالمرحلة الثانوية ينتابه شعور بالتعاسة والحزن مما أثر في مستواه الدراسي، بم تتصح يوسف كي يبني مفهوماً إيجابياً عن ذاته ويطورها.

تعرف على نفسك وأحبها، أظهر للآخرين ما هو عندك، ثبت لوحة أو زاوية التميز والإنجازات، عبر عن رأيك بصراحة، حقق إنجازات ولو بسيطة، أرسل إلى نفسك رسائل إيجابية، برمج الذات بتمزيق الرسائل السلبية، قدر نفسك بشكل أكبر فأنت أكثر مما تتوقع، أقم اتصالاً مع كل ما يدعم ذاتك.

2- طُلب من أحمد اتخاذ قرارات متعددة في مواضيع شتى، قدم له نصيحة في العوامل التي تساعد على التوفيق في اتخاذ القرارات.

مراقبة الله تعالى والإخلاص، صلاة الاستخارة قبل اتخاذ القرار، صلاة ركعتين في حالة الشدة أو الضيق، الاستعانة بالله والتوكل عليه، قراءة سورة الواقعة أو سورة ياسين، الدعاء بالتوفيق والسداد من الله تعالى، البعد عن المعاصي، مرافقة الصالحين والبعد عن أصحاب الأهواء والمفسدين.

3- اشتكى عبدالعزيز من بائع لديه مشكلة معه لمخالفته الشروط الواجب توافرها في السلع، قدم له نصيحة في كيفية التصرف إذا كانت لديه مشكلة أو شكوى أو ابلاغ عن مخالفة.

اتصل بالبائع لا تتأخر في عرض شكواك على البائع مباشرة أو عن طريق الهاتف أو بكتاب موجه إليه حيث إن التأخير في تقديم الشكوى يعطي البائع مبرراً لرفض موضوع الشكوى، مراجعة جمعية حماية المستهلك أو إدارة حماية المستهلك بوزارة التجارة، الاتصال بالشركة المنتجة مباشرة.

4- حمد معرض للإصابة بالسمنة قدم له نصيحة في كيفية الوقاية من السمنة.

تناول بعض الفواكه والكثير من الخضراوات الطازجة، ممارسة التمارين الرياضية وخاصة المشي، تناول مزيداً من الألياف لأنها قليلة السعرات الحرارية، تعود على تناول الأطعمة قليلة السكر، حاول أن تأكل الطعام في طبق خاص بك، قلل الأطعمة ذات السعرات الحرارية العالية، استبدال الدهون الحيوانية بالزيوت النباتية في الوجبات مع التقليل منها.

5- نشأت أزمة في بيت جارك عيسى وطلب منك أفادته في كيفية إدارة الأزمة بخطوات الأسلوب العلمي لحل هذه المشكلة.

تحديد المشكلة من جميع إبعادها وعناصرها، تحليل المشكلة وتفكيكها إلى أجزاء، ضع الحلول الممكنة والبدائل المتنوعة، دراسة الحلول والبدائل، نفذ الحل المختار.

#### السؤال الرابع:

أ- ما النتائج المتوقع حدوثها في الحالات التالية:

درجتان لكل نقطة

1- الاتصال مع الآخرين وهناك تشويش.

يعيق عناصر عملية الاتصال أو يضعفها أو يقلل من فاعليتها.



2- غياب أحد عناصر العملية القيادية.

فشل العملية القيادية.

3- اتخاذ قرار لإرضاء الآخرين على حساب نفسك.

الشعور بالضيق لأنك قصرت في حقوقك.

4- إذا قلت كمية الطعام المتناول عن حاجة الجسم.

يبدأ الجسم في هدم الدهون المخزنة فيه ليستمد الطاقة اللازمة فينقص وزن الجسم.

5- عدم اشباع الجوع عند الطالب.

يؤثر في قدرات الطالب، وحماسه للتعلم، وقدرته، وتركيزه.

ب- صنف العبارات الخاصة بواجبات القائد حسب ما يناسبها في الجدول التالي: درجة لكل نقطة

( تنافس شريف، نادهم بأسمائهم، أرشدهم، أبتسم لهم، شخصية قوية، اكتشفهم، أفسح لهم المجلس، فوضهم، المثل الأعلى )

واجبات القائد		
مواجهة التحديات	أصنع القادة	قدم الاحترام
تنافس شريف	أرشدهم	أبتسم لهم
شخصية قوية، المثل الأعلى	اكتشفهم، فوضهم	نادهم بأسمائهم، أفسح لهم المجلس

السؤال الخامس:

أكمل المخطط التالي:

درجتان لكل نقطة



السؤال السادس:

أكتب في كل مما يأتي:

درجتان لكل نقطة

أ- الدور الذي يقوم به النظام القيمي في حياة الإنسان.

1- نظام القيم كمرشحا للأدراك، نظام القيم موجها.

2- القيم مؤثرا، القيم محفزا ودافعا.

3-القيم حاجزا ومانعا.

ب- أهمية التقويم في العملية الإدارية.

1- تحديد أهداف جديدة ومحاولة تلافي الأخطاء التي حدثت في التخطيط أو في التنفيذ مما يساعد عل تحسين

نوع الأهداف ومستواها.

2- يفيد في استغلال خطة ثبت نجاحها لاستخدامها مستقبلا في مواقف مشابهه وهذا يختصر الوقت الضائع في

وضع خطط جديدة.

3- تحويل بعض الأعمال إلى روتين متكرر بحيث تتم هذه الأعمال في المستقبل دون تخطيط أو تقويم جديد

لأساليب تنفيذها مع تقويمها من أن لأخر للتأكد من مناسبتها واكتشاف طرق جديدة لتحسينها.

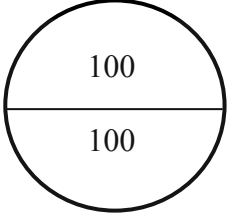
ج- الدوافع العاطفية التي تدفع المستهلك إلى الشراء .

1- الخوف، الصحة، التوفير والادخار.

2- التقليد، الجمال، المنفعة، التباهي والتفاخر.

3- حب التملك، حب العائلة، الاطمئنان والراحة والرفاهية.

انتهت الإجابة



مملكة البحرين

وزارة التربية والتعليم

إدارة الامتحانات / قسم الامتحانات المركزية

إجابة امتحان نهاية الفصل الدراسي الأول للتعليم الثانوي للعام الدراسي 2017/2018 م

المسار : توحيد المسارات ( المكفوفين )

اسم المقرر : التربية الأسرية

الزمن : ساعة ونصف

رمز المقرر : أسر 101

10

درجتين لكل نقطة

أجب عن جميع الأسئلة التالية :

السؤال الأول :

ضع دائرة حول رمز الإجابة الصحيحة للعبارات التالية:

1. القرار الذي يمكن تغييره كلياً أو تغيير جزء منه أو عدم الأخذ به يعرف ب :

أ. قرار استرشادي.

ب. قرار شرطي.

ج. قرار نهائي.

د. قرار معلق.

2. من شروط نجاح التخطيط :

أ. الصراحة والوضوح.

ب. التوافق مع الأخلاق الحميدة.

ج. التنشيط والمبادأة.

د. مرونة الخطأ.

3. شراء السيارة بعد دراسة وبحث دقيق يعتبر دافع شراء :

أ. عاطفي.

ب. عقلي.

ج. تعامل.

د. سلعة.

4. قيادة المجموعة بتوجيهها نحو الأهداف وتوضيح المستقبل هي :

أ. القيادة بالخدمة.

ب. القيادة بالقصة.

ج. القيادة بالرؤية.

د. القيادة بالأخلاق.

5. تزويد المستهلك بالحقائق التي تساعد على الشراء والاستهلاك السليم يعتبر من :

- أ. حق الاختيار.  
ب. حق التعويض.  
ج. حق المعرفة.  
د. حق الأمان.

16

درجتين لكل نقطة

السؤال الثاني :

8

أ\_ اكتب المصطلح أو التعريف المناسب لكل مما يأتي:

المصطلح	التعريف
الأزمة	حدوث خلاف بسيط أو خلاف حاد لم يحل يؤدي إلى توتر واتخاذ قرار ثم مشكلة لم تحل.
العملية الإدارية	هي استغلال واستخدام الموارد المتوفرة للفرد والجماعة استخداماً يكفل بلوغ وتحقيق الأهداف.
وقت الخمول	وقت نحن فيه في أقل حالات تركيزنا وحضورنا الذهني.
العادات الغذائية	مظهر من مظاهر السلوك المتكرر في إعداد واختيار وتناول الطعام وهي تعتمد على مزيج من العوامل النفسية والاجتماعية والاقتصادية وتختلف من مجتمع لآخر.

8

ب- أكمل الجدول باختيار نوع القرار المناسب للعبارة التالية :

( مصيرية - سهلة - صعبة - معتادة )

الرقم	العبارات	نوع القرار
1	ماذا ألبس؟ ماذا أشرب؟	معتادة
2	هل ننفق النقود أو نوفرها؟	سهلة
3	أين سأكمل دراستي؟ ماذا سأدرس في الجامعة؟	مصيرية
4	ماذا سأفعل في الإجازة؟ هل أجدد اشتراكي في النادي؟	صعبة



السؤال الثالث :

درجتين لكل نقطة

10

اختر رقم الإجابة الصحيحة المناسبة من العمود ( ب ) و اكتبه امام العمود ( أ ) :

الرقم الدال على الإجابة	( أ )	الرقم ( ب )
4	الاعتبارات التي تدفع المستهلك للشراء من متجر معين لشهرته أو جودة الخدمات التي يقدمها للمستهلك.	1
1	الاختيار والانتقاء بين مجموعة أنواع من نفس السلعة.	2
2	هو إخبار المستهلك بالمعلومات التي تيسر له الحصول على السلعة بأقل جهد ممكن.	3
3	تقدر الاحتياجات اليومية من المواد الكربوهيدراتية في الهرم الغذائي.	4
6	خطة تتميز بالسرعة في الأداء.	5
		6
		7
		8

السؤال الرابع :

8

درجتين لكل نقطة

علل بذكر سبب واحد لكل مما يأتي :

1- إصابة بعض الأشخاص بمرض النحافة.

زيادة نشاط الغدة الدرقية، الإصابة بمرض القلب والكلية والسرطان، فقدان الشهية لأسباب معينة، عدم أخذ قسط وافر من الراحة والنوم، مرض السكري، التمرين الرياضي الشاق وعدم كفاية التغذية.

2- يعتبر نظام القيم حاجز و مانع.

لأنها تقف جداراً منيعاً وسداً وحاجزاً ضد مالا يجب ومالا يجوز القيام به من سلوكيات وتصرفات فتقف دون ارتكاب المعاصي.

3- ضرورة وجود قائد في المجموعة.

الربط بين عناصر عملية القيادة، تقليص الجوانب السلبية قدر الإمكان، تدريب الأفراد ورعايتهم، مواكبة التغيرات المحيطة وتوظيفها لخدمة المجموعة، تسهيل تحقيق الأهداف المرسومة للمجموعة، توضيح كافة المفاهيم والاستراتيجيات والسياسات، السيطرة على المشكلات والخلافات وحلها، دعم القوى الإيجابية داخل المجموعة، تكوين النموذج القدوة، الترجيح بين الآراء في حالات توازي الآراء.

4- العوامل الذاتية هي الأكثر تأثيراً في الشخصية.

لأنها أكثر استجابة لجهود الإنسان في تطويرها وتعديلها والرقى بها.

**السؤال الخامس :**

**أكمل الجدول التالي :**

درجتين لكل نقطة

28

علاج مرض ارتفاع ضغط الدم	علاج مرض فقر الدم
1- تقليل الوزن، ممارسة الرياضة، الابتعاد عن التوترات، الإقلال من شرب الشاي والقهوة.	1- تناول أغذية غنية بالحديد كاللحوم والكبد والفواكه والخضراوات، تجنب نقع اللحم.
2- الامتناع عن التدخين والكحول، الاعتدال في تناول الملح، الإقلال من الدهون، الإكثار من تناول الأطعمة الغنية بالبوتاسيوم.	2- تنوع الوجبات ومراعاة القوام والألوان، شرب الشاي والقهوة بعد 3 ساعات من تناول الطعام ، الاستفادة من ماء السلق.
سلبيات الإعلان	إيجابيات الإعلان
1- تؤثر في أنماط الاستهلاك بطريقة سلبية، خداع المستهلك، المبالغة في خصائص السلعة.	1- تزويد المستهلك بالمعلومات والبيانات، تعريف المستهلك بالمحلات التي تباع السلعة فيوفر الوقت والجهد، يرشد المستهلك إلى المحلات التي تباع السلع المنخفضة.
2- يركز على الدوافع والمؤثرات العاطفية ولا يخاطب العقل والمنطق، يخلق رغبات غير حقيقية.	2- يؤدي إلى تنافس المنتجين لتقديم أحسن السلع والخدمات مما يؤدي إلى تخفيض الأسعار، يعطي أفكار جديدة لاستخدام سلع قديمة.
ترشيد الاستهلاك في مجال إدارة المنزل	ترشيد الاستهلاك في مجال الملابس والمنسوجات
1- الغرض من السلعة من حيث الحجم والشكل وقوة الاحتمال كالأثاث المناسب لغرفة طفل واختلافه مع غرفة فتاة شابة، اختيار أنواع من ماركات موثوق بها لضمان عملها واستخدامها لفترة من الزمن.	1- الجودة عند شراء القطع الملبسية أو المنسوجات المنزلية حيث الجودة والمتانة تعطي هذه القطع عمراً أطول، الابتعاد قدر الإمكان عن التقليلات لأنها سريعة الزوال، اختيار الألوان المحببة والمناسبة للقطع الملبسية القديمة.
2- اختيار السلع بما يفيد راحة أفراد الأسرة وتلبية احتياجاتهم لعلاقة ذلك بحياتهم وصحتهم، استخدام الموارد وحفظها بأسلوب صحيح وأن تفهم طبيعة السلع يطال عمرها.	2- اختيار المقاس المناسب خاصة في القطع الملبسية الجاهزة، عدم تخزين الملابس أو الشراء بكميات كبيرة لتغير حجم الإنسان من فترة إلى أخرى.

الرسالة الفعالة	القناة الفعالة
هي الفكرة التي يسعى المرسل إلى إيصالها للمستقبل وهي تنقل الصور الذهنية من المرسل إلى المستقبل.	هي كافة الوسائل والأساليب والطرق والأدوات التي يستخدمها المرسل لإيصال رسالته للمستقبل.

## السؤال السادس :

28

درجتين لكل نقطة

أكتب في كل مما يأتي :

- 1- من واجبات القائد.
  - توضيح الإنجازات، تحفيز الفريق، إضاءة الطريق، تطويل النفس، التغريد مع السرب، تحمل الضغوطات.
  - تقديم الاحترام، صنع القادة، توحيد الجهود، الاستعداد الدائم، مواصلة العمل، مواجهة التحديات.
- 2 - الأركان الأساسية التي تساعد في ضبط الوقت.
  - اعرف مهماتك، اعرف وقتك.
  - تنظيم الركنين السابقين.
- 3- من سلوكيات طلاب المدارس الخاطئة في التغذية.
  - عدم شرب الحليب، عدم تناول وجبة الإفطار، عدم تناول الخضار والفواكه والبقوليات، الإكثار من المشروبات الغازية والسكرية، زيادة تناول الحلويات والسكريات والوجبات السريعة.
  - الاعتماد على نوع واحد من الغذاء وعدم تنويع الأغذية، زيادة تناول الأطعمة والوجبات الجاهزة.
- 4- من العوامل الاجتماعية المؤثرة في العادات الغذائية.
  - المعتقدات الدينية، المستوى التعليمي.
  - الموقع الجغرافي، الاعتقادات الغذائية.
- 5- من خطوات بناء المفهوم الايجابي للذات.
  - تعرف على نفسك وأحبها، أظهر للآخرين ما هو عندك، ثبت لوحة أو زاوية التميز والإنجازات.
  - عبر عن رأيك بصراحة، حقق إنجازات ولو بسيطة، أرسل إلى نفسك رسائل إيجابية، برمج الذات بتمزيق الرسائل السلبية، قدر نفسك بشكل أكبر فأنت أكبر مما تتوقع، أقم اتصالاً مع كل ما يدعم ذاتك.

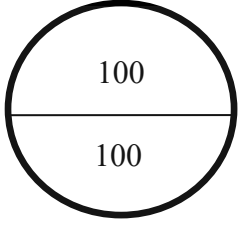
6- الدور التي تقوم فيه الأسرة لتخفيف حدة الأزمات.

- تصحيح المعلومات غير الكافية أو التي تنقصها الدقة وسوء الفهم، مساعدتهم على الشعور بالأمن والأمان.
- الاستماع للأبناء لمعرفة طبيعة الدعم الذي يحتاجونه، مشاركتهم مشاعرهم وإتاحة المجال للتعبير عن أنفسهم

7- قنوات الدعاية والإعلان.

- المجالات، النشرات، الصحف العالمية، والصحف المحلية، التلفاز، الإذاعة، والأنترنت، السينما.
- الملصقات، اللوحات الإعلانية، السيارات المتحركة.

انتهت الإجابة



مملكة البحرين  
وزارة التربية والتعليم  
إدارة الامتحانات / قسم الامتحانات

الإجابة النموذجية لامتحان نهاية الفصل الدراسي الأول للتعليم الثانوي للعام الدراسي 2018/2017 م

المسار: توحيد المسارات

اسم المقرر : التربية الأسرية

الزمن : ساعة ونصف

رمز المقرر : أسر 101

20

درجتين لكل نقطة

أجب عن جميع الأسئلة التالية :

### السؤال الأول :

ضع علامة ( √ ) أمام العبارة الصحيحة وعلامة ( X ) أمام العبارة الخاطئة .

1. ( √ ) تحليل المشكلة وتفكيكها إلى أجزاء من خطوات الأسلوب العلمي في حل المشكلة.
2. ( × ) شراء كمية كبيرة من الملابس وتخزينها لحين الحاجة يعتبر من ترشيد الاستهلاك.
3. ( √ ) يمكن الحكم على نجاح العملية الاتصالية إذا كان هناك هدف وراء الاتصال.
4. ( × ) إذا أردنا أن ننظم وقتنا فإننا نبحث عن الوقت الذي نكون فيه في أقل حالات تركيزنا وحضورنا الذهني.
5. ( √ ) القيادة بالخدمة هي قيادة المجموعة بتقديم الخدمات.
6. ( × ) يقصد بالعوامل الاقتصادية المؤثرة في العادات الغذائية الموقع الجغرافي والمستوى التعليمي.
7. ( × ) التنظيم في العملية الإدارية هي مرحلة تتحول فيها القرارات إلى اعمال وتتحول فيها الخطة إلى نتائج.
8. ( √ ) من سلبيات الإعلان إنه يركز في الدوافع والمؤثرات العاطفية ولا يخاطب العقل والمنطق.
9. ( √ ) تتوقف احتياجات جسم الإنسان من السعرات الحرارية على وزن الجسم ومقدار نشاطه اليومي.
10. ( √ ) إشعال حماسك باستمرار بقصص الناجحين كيف كانوا وكيف صاروا والاقتداء بهم من أفضل الطرق للنجاح.



السؤال الثاني :

أ- قارن من حيث التعريف في الجدول التالي:

درجة لكل نقطة

8

16

الإعلان التعليمي	الإعلان التنافسي
وهو الذي يتعلق بتسويق السلع الجديدة التي لم يسبق لها وجود في السوق أو السلع القديمة المعروفة التي ظهرت من قبل ولها استعمالات لم تكن معروفة لدى المستهلكين.	أن يكون الإعلان عن سلع أو خدمات متنافسة بمعنى أن تكون متكافئة في النوع والخصائص وظروف الاستعمال.
المرسل الفعال في عملية الاتصال	المستقبل الفعال في عملية الاتصال
هو الشخص الذي توجد عنده الفكرة الرئيسة التي يعقد اتصالاً لإيصالها إلى الطرف الآخر.	هو الشخص الذي يتلقى رسالة من الطرف الأول ويقوم بدوره بالتفاعل مع الاتصال إيجاباً أو سلباً.
فقدان الشهية العصابي	النهام العصابي
أن الشخص يحس بأن وزنه يزيد عن الوزن المثالي فيحاول أن يتحكم في الغذاء المتناول ويستمر على هذا الحال حتى يصل إلى الدرجة التي يرفض فيها الأكل رفضاً تاماً، فيحدث نقص شديد في الوزن تصاحبه حالة من الإحباط والكآبة.	حالة يصاب بها الشخص وهي الأقبال الشديد على الطعام ثم يليه فقدان الشهية وإضراب عن الطعام لإنقاص الوزن مع تكرار هذه الحالة، ويلجأ للقيء عمداً واعتماد حمية قاسية لإنقاص الوزن، مما يؤثر تأثيراً سيئاً في الجسم.
سلوك استهلاكي إتلافي	سلوك استهلاكي بهدف التقليد
هو أسوأ أنواع السلوك، لأنه يدمر اقتصاديات الأسرة والدولة مثل استهلاك الماء والكهرباء بأسلوب سيء.	أي أن الإنسان في غير حاجة ضرورية إلى هذه السلعة وإنما حباً في التقليد لأشخاص آخرين، وهو سلوك هدام تقع فيه الأسرة بسوء تخطيطها لدخلها.

ب -

اكتب المصطلح أو التعريف المناسب لكل مما يأتي:

درجة لكل مصطلح / ودرجتين للتعريف

8

المصطلح	التعريف
التقويم	هي عملية استعادة كل الخطوات السابقة لمعرفة عناصر النجاح أو أسباب الفشل وما إذ كان النجاح أو الفشل راجعاً إلى أسلوب التنفيذ أو إلى عوامل خارجية.
العادات الغذائية	مظهر من مظاهر السلوك المتكرر في إعداد واختيار وتناول الطعام وهي تعتمد على مزيج من العوامل النفسية والاجتماعية والاقتصادية وتختلف من مجتمع لآخر.

المصطلح	التعريف
القيادة بالقصص	قيادة المجموعة بالقصص بدلاً من الأوامر وإثارة دافعية أفرادها بمن سبقهم ونجاحاتهم وإنجازاتهم برغم أحوالهم.
اتخاذ القرار	العملية التي يتم من خلالها الالتزام باتخاذ قرار ما، هو أكثر من مجرد اختيار ما تفعله.
السمنة	هي زيادة وزن الجسم عن الوزن المثالي بأكثر من 20%.

30

10

درجتين لكل نقطة

**السؤال الثالث :**

أ- ماذا يحدث إذا ؟

1- نشأ خلاف حاد ولم يحل في الأسرة.

توتر - اتخاذ قرار - مشكلة - أزمة

2- وضعت خطة ذهنية بهدف النجاح والتخرج بمعدل مرتفع.

احتمال النسيان لبعض مراحل الخطة - احتمال الفوضى في التنفيذ - عدم توفر مرجع يعتمد عليه في مراقبة التنفيذ - الحد من القدرة على تحسين الأسلوب الإداري.

3- أتيح للمستهلك حق الاختيار بين العديد من البدائل من السلع والخدمات.

سيحصل على سلع وخدمات بأسعار تنافسية مع ضمان الجودة، لا يجبر البائع المستهلك على شراء سلعة معينة، يختار المستهلك ما يريد وفقاً للجودة أو السعر أو الضمان.

4- تعرضت لموقف يتطلب منك صنع قرار بالطريقة الجماعية.

تنوع الأفكار وتلاحقها، تعدد مصادر المعلومات، أقل تحيزاً حيث تنتقي الدواعي الشخصية، فرصة للتواصل

والتدريب الجماعي، ما ضل من استشار ولا خاب من استخار، صناعة أفضل الحلول، مشاركة عدة مستويات إدارية.

5- أهملت عدد الحصص الموصي بها في الهرم الغذائي عند تناول الوجبات.

لن يحصل الجسم على احتياجاته الغذائية مما يضر بالجسم والصحة، مما ينتج عنه سمنة مفرطة أو نحافة شديدة.

10

درجتين لكل نقطة

ب- امامك مفاهيم متعددة للذات، اختار المفهوم السليم المناسب للعبارات التالية:

1. أنفي طويل وبشع. ( مفهوم سلبي للذات - مفهوم إيجابي للذات )
2. أنا قادر على تحمل المسؤولية وتقبل الاحباط. ( تقدير مرتفع للذات - تقدير متدني للذات )
3. اشعر بالتعاسة والفشل. ( الإلغاء - الاكتساب )
4. دائماً أركز على الإيجابيات وأشعر بالسعادة والنجاح. ( الإلغاء - الاكتساب )
5. رسمت لنفسك صورة ذهنية بأنك سريع الحفظ وقادر على التذكر فإنك كونت مفهوماً ذاتياً..... عن كفاءتك. ( سلبياً - إيجابياً )

10

درجتين لكل نقطة

ج- وضح بمثال المقصود بكل مما يأتي:

1. القرار الشرطي.
- كأن يشترط الصيام في حالة أصبح الجو لطيفاً ومعتدلاً فمتى ما أصبح الجو معتدلاً نفذ القرار.
2. القرار التجريبي.
- كتجربة نوع من المنتجات قبل شرائها، أو وضع صديق تحت الاختبار ثم النظر إن كان يستحق صداقتك أم لا.
3. القرار المرحلي.
- كأن تنوي شراء سيارة صغيرة مستعملة ثم تتوظف ثم توفر مبلغاً لشراء سيارة جديدة.
4. القيم موجهاً.
- إن كانت قيم الشخص تميل إلى حماية الطبيعة فإنه لن ينفق ويشترى بالمال ما يضر بالبيئة أو يتبرع لصالح مشروع مضر بالبيئة.
5. القيم مؤثراً.
- إن كانت قيم الشخص الدينية تدعوه لفضائل الأعمال فأنها ستوجهه إلى التبرع بالمال إلى مجموعة من المصارف الطبية للمال ككفالة طالب علم، إعالة أسرة فقيرة، رعاية يتيم.

**السؤال الرابع:**

أجب عما يأتي :

34

درجتين لكل نقطة

1- يجب أن تحتوي مائدة الطلاب أيام الامتحانات على:

- وجبات خفيفة، متنوعة، كاملة القيمة الغذائية.
- مواد غذائية بسيطة يسهل هضمها وامتصاصها وسرعة إيصالها إلى الجهاز العصبي والعضلات المتوترة.
- التوازن في جميع الأطعمة وزيادة كميتها نظراً لسرعة احتراقها أثناء المذاكرة.

2 - لصوص الوقت:

- المقاطعات والزيارات المفاجئة، المعلومات الكثيرة والقليلة، الاجتماعات واللقاءات غير الفعالة، عدم القدرة على قول لا، الأهداف والأولويات الغير محددة، السرحان والأصغاء الغير جيد، التسوق الغير ضروري.
  - المكالمات الهاتفية غير المنتجة، الإدمان على ألعاب الأنترنت وألعاب الكمبيوتر، الغفوة والنوم الغير منضبط، قراءة الجرائد والمجلات بإفراط، مشاهدة برامج التلفزيون دون اختيار، الثرثرة والنميمة.
  - الكسل والتسويف والتأجيل، عدم تخطيط الوقت، أكل الوجبات بين الوجبات، الازدحام المروري الخانق.
- 3- من أهمية القيادة في المجموعة:

- الربط بين عناصر عملية القيادة، تقليص الجوانب السلبية قدر الإمكان، تدريب الأفراد ورعايتهم، مواكبة التغيرات المحيطة وتوظيفها لخدمة المجموعة، تسهيل تحقيق الأهداف المرسومة للمجموعة.
  - توضيح كافة المفاهيم والاستراتيجيات والسياسات، السيطرة على المشكلات والخلافات وحلها.
  - دعم القوى الإيجابية داخل المجموعة، تكوين النموذج القدوة، الترويج بين الآراء في حالات توازي الآراء.
- 4- شروط نجاح التخطيط في العملية الإدارية:

- العناية بالمهم قبل الأهم، تنظيم خطوات العمل وتنسيقها بما يتناسب مع ظروف الأسرة.
  - أن تكون الخطة مرنة، أن توضع في حدود موارد الأسرة البشرية والغير بشرية.
  - أن تلتزم الخطة وقتاً محدداً، أن تتبع طرق تبسيط الأعمال عند التنفيذ، أن تكون مراحل الخطة مترابطة.
- 5- واجبات المستهلك:

- التعرف بدقة على ما يشتريه من سلع وخدمات ويتحقق من صحة ما يرد إليه من بيانات، التمسك بحقوقه في الأسعار وفي مستوى ما يحصل عليه من خدمات وألا يتنازل عن هذه الحقوق تحت أي ظرف.
- التعاون مع الجهات المعنية في تنفيذ القرارات المرتبطة بترشيد الاستهلاك ويقدم أيضاً مقترحاته.

6- أسباب النحافة:

- زيادة نشاط الغدة الدرقية، الإصابة بمرض القلب والكلية والسرطان، فقدان الشهية لأسباب معينة.
- عدم أخذ قسط وافر من الراحة والنوم، مرض السكري.
- التمرين الرياضي الشاق وعدم كفاية التغذية.

انتهت الإجابة

## نموذج الإجابة

مملكة البحرين  
وزارة التربية والتعليم

إدارة الامتحانات / قسم الامتحانات

100

100

## امتحان الدور الثاني للتعليم الثانوي للعام الدراسي 2016/2017 م

المسار : توحيد المسارات والديني

الزمن : ساعة ونصف

اسم المقرر : التربية الأسرية

رمز المقرر : أسر 101

20

درجتين لكل نقطة

أجب عن جميع الأسئلة التالية :

السؤال الأول :

ضع علامة ( √ ) أمام العبارة الصحيحة وعلامة ( X ) أمام العبارة الخاطئة.

1. ( √ ) تساهم التربية مساهمة فعالة في تخطيط شخصية الفرد وتشكيلها وصنعها، وتحديد صيغتها.
2. ( √ ) ضبط الوقت واستغلاله جيداً يؤدي بك إلى التميز.
3. ( X ) الاتصال مهارات موروثة وليست مكتسبة.
4. ( √ ) يستطيع القائد التغيير نحو الأفضل عندما يطبق ما لديه من أفكار وأساليب عمل جديدة.
5. ( √ ) تحديد المشكلة من جميع أبعادها وعناصرها هو أول خطوة من خطوات الأسلوب العلمي في حل الأزمة.
6. ( X ) المدة الزمنية للخطة الطويلة المدى تحدد من يوم إلى سنة.
7. ( X ) من إجابيات الإعلان إنه يخلق رغبات غير حقيقية لدى المستهلك.
8. ( X ) 1 جرام من الدهون يعطي 12 سعة حرارية.
9. ( √ ) من الأساليب التي يتبعها مصممو الإعلانات للتأثير في المستهلك استخدام ظاهرة التقادم.
10. ( X ) التقليل من تناول الألياف يقي من مرض السكر والسمنة.



السؤال الثاني :

8

درجتين لكل نقطة

اكتب المصطلح أو التعريف المناسب لكل مما يأتي

المصطلح	التعريف
اتخاذ القرار	العملية التي يتم من خلالها الالتزام باتخاذ قرار ما، هو أكثر من مجرد اختيار ما تفعله وهي نقطة اللا عودة عن القرار الذي سيتم اتخاذه.
العادات الغذائية	عبارة عن مظهر من مظاهر السلوك المتكرر في إعداد واختيار وتناول الطعام وهي تعتمد على مزيج من العوامل النفسية والاجتماعية والاقتصادية وتختلف من مجتمع لآخر.
الشخصية	يشمل جميع جوانب الشخصية ظاهرها وباطنها، والمحصلة النهائية لسلوك الشخص بكل أبعاده الوراثية والبيئية.
التقويم في العملية الإدارية	هو معرفة مدى النجاح أو الفشل في تحقيق الهدف أو معرفة نواحي الضعف والقوة فيما تم من أعمال.

22

السؤال الثالث :

أ- علل بذكر سبب واحد لكل مما يأتي :

10

درجتين لكل نقطة

- 1- يتأثر أفراد الأسرة وخاصة الأبناء بالأوضاع الناجمة عن الظروف الصعبة.  
- قلة خبرتهم المعرفية والحياتية، محدودية آليات التكيف التي يمتلكونها.
- 2- تسمية الإعلان التذكيري بهذا الاسم .  
- لأنه يتعلق بسلع وخدمات أو أفكار أو منشآت معروفة بطبيعتها ومعروفة خصائصها للمستهلك بقصد تذكيره بها والتغلب على عادة النسيان لديه.
- 3- المصدر الأول للكوليسترول هو جسم الإنسان.  
- لأن كبد الإنسان تصنع 70% من الكوليسترول.
- 4- تساوي كمية الطاقة الداخلة إلى الجسم بكمية الطاقة الخارجة أو المستهلكة.  
- لحفظ الجسم في حدود الوزن المثالي.

- لوضوح الرؤية وتحديد الأهداف، لاستخدام أمثل للموارد والإمكانات، لتحقيق التكامل والتنسيق بين بنود الخطة، لتحديد الأولويات بما يتفق مع الاحتياجات، للسيطرة على مشكلات التنفيذ.

12

درجتين لكل نقطة

ب- قارن بحسب ما هو مطلوب في الجدول :

ترشيد المستهلك	ترشيد الاستهلاك
هو تربية الأفراد وتوعيتهم بحقوقهم وواجباتهم في عمليتي الإنتاج والاستهلاك.	هو حسن استخدام الموارد المتاحة للفرد واستغلالها وعدم الإسراف في استخدامها وتقليل المفقود منها بقدر الإمكان.
نظام القيم محفزاً	نظام القيم موجهاً
تقوم القيم الشخصية لدى الفرد بدور مهم جداً في إشعال شعلة الحماسة داخله وإيقادها فتلهب النشاط وترفع الهمة وتحفز الشخص وتمده بالقدرة على العمل المستمر حتى يرتقي ويحقق ما يريده من نتائج وإنجازات، وبمعنى آخر توصف القيم بالوقود الذي يمد الشخص بالطاقة والقوة اللازمة للاستمرار والعمل كالرياضي الذي يستمر في الركض ويشد من عزم نفسه حتى يصل إلى خط النهاية لما لتجاوز هذا الخط من قيمة داخلية تدفعه للاستمرار.	إن القيم تعطيك مجموعة من الخيارات حول المكان الذي ستقضي فيه وقتك، وتوضح لك أفضل الطرق، لتستغل طاقاتك وترشدك إلى الأماكن المناسبة لكي تتفق أموالك بقيم الشخص هنا تمده بمجموعة من الخيارات بالدرجة الأولى وعلى سبيل المثال إن كانت قيم الشخص تميل لحماية الطبيعة والاعتناء بها فإنه عندما يفكر في التبرع أو إنفاق المال فإنه بالتأكيد لن يشتري ما يضر بالبيئة أو سيتبرع لمشروع مضر بالبيئة وتوصف القيم لدى الفرد بأنها البوصلة مع الخريطة التي تحدد له الطريق التي يسلكها وتحدد له توجهه إلى الخيارات المتوفرة للوصول إلى ما يريد.
الطريقة الدكتاتورية في اتخاذ القرار	الطريقة الشورية في اتخاذ القرار
حيث يملئ أحد المتنفذين في المجموعة القرار على الآخرين سواء بالإجبار أو التخويف أو حتى بشراء أصواتهم.	حيث يتم عرض القرار للتصويت وينقسم أفراد المجموعة بين مؤيد ومعارض وكل له أدلته ورأيه ثم يتم إقرار القرار بحسب قانون المجموعة.



24

السؤال الرابع :

أكمل التالي :

أ-

8

درجتين لكل نقطة

امراض ناتجة عن الزيادة  
في التغذية

## ضغط الدم

## التعريف:

حين تكون القوة الدافعة للدم أثناء دورانه أكبر بكثير من القوة في الحالة العادية، ويؤدي إلى وضع جهاز الدوران كله بما في ذلك القلب والأوعية الدموية تحت وطأة تعب شديد.

## من أعراضه:

صداع في الصباح الباكر، الدوار، الرعاف، التلون في الوجنتين، خفقان القلب، الضجيج في الأذنين.

## السكر

## التعريف:

نقص في إنتاج هرمون الأنسولين الذي تفرزه غدة البنكرياس في الدم أو نقص في مفعوله.

## من أعراضه:

شدة العطش مع كثرة التبول، شعور بالتعب والأعياء، تناقص الوزن، الإحساس بالجوع، وجود التهابات مجاري البول والالتهابات الجلدية، ضعف البصر والخدران في الأطراف.

8

درجتين لكل نقطة

ب-

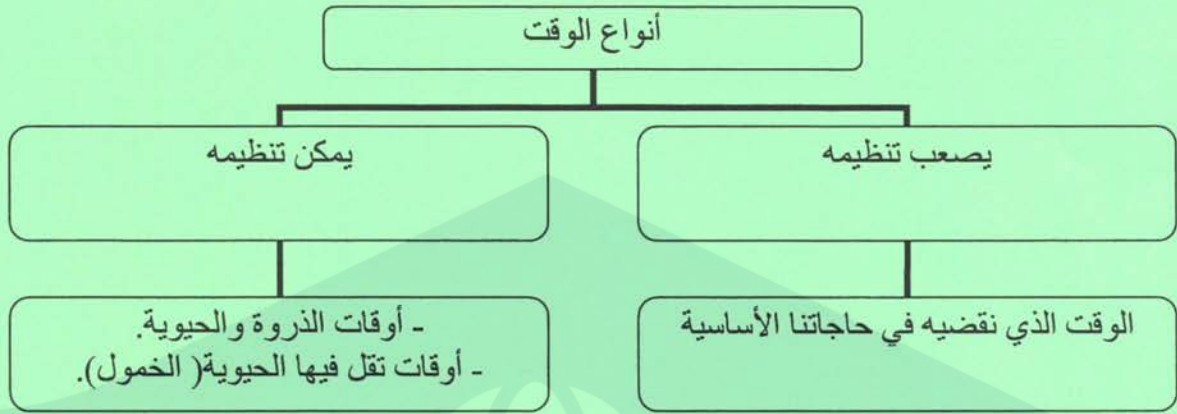
زيادة نشاط الغدة الدرقية،  
مرض السكري

فقدان الشهية لأسباب،  
عدم أخذ قسط كافي من  
النوم والراحة

## أسباب النحافة

التمرين الرياضي الشاق مع  
عدم كفاية التغذية

الإصابة ببعض الأمراض  
مثل القلب السرطان  
والكلية.



## السؤال الخامس:

أكتب في كل مما يأتي

26

درجتين لكل نقطة

أ- من حقوق المستهلك.

1- حق الأمان، المعرفة، الاختيار.

2- حق الاستماع لآرائه، التنقيف، التعويض.

3- حق اشباع حاجاته الأساسية، الحياة في بيئة سليمة.

ب- من عناصر عملية الاتصال.

1- مرسل فعال، مستقبل فعال، رسالة فعالة.

2- تشفير فعال، فك فعال للتشفير، قناة فعالة.

3- القضاء على التشويش، إطار فعال، استجابة فعالة.

ج- من عناصر القيادة.

1- وجود الأفراد وفي الغالب يكون عددهم ثلاثة فما فوق، الاتفاق على رؤية أو هدف للمجموعة تسعى إليه.

2- وجود قائد من المجموعة ذو تأثير وفكر إداري وقرار صائب وله تأثير إيجابي في سلوك المجموعة.

3- وجود النظام أو المجموعة أو الجماعة التي تجمع العمل بإطار مؤسسي.



## د- من السلوكيات الخاطئة الشائعة بين طلبة المدارس في التغذية.

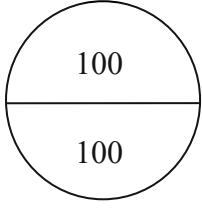
1- عدم شرب الحليب، عدم تناول الخضار والفواكه والبقوليات، عدم تناول وجبة الفطور، زيادة تناول الحلويات والسكريات والوجبات السريعة، الإكثار من المشروبات الغازية والسكرية، الاعتماد على نوع واحد من الغذاء وعدم تنويع الأغذية .

2- زيادة تناول الأطعمة والوجبات الجاهزة بما تحتويه من دهون وملح يسببان أمراض القلب والبدانة.

## هـ- من خطوات بناء المفهوم الإيجابي للذات وتطورها.

- 1- تعرف على نفسك وأحبها، أظهر للآخرين ما هو عندك، ثبت لوحة أو زاوية التميز والإنجازات.
- 2- عبر عن رأيك بصراحة، حقق إنجازات ولو بسيطة، أرسل لنفسك رسائل إيجابية، برمج الذات بتمزيق الرسائل السلبية، قدر نفسك بشكل أكبر فأنت أكثر مما تتوقع، أقم اتصال مع كل ما يدعم ذاتك.

انتهت الإجابة



مملكة البحرين  
وزارة التربية والتعليم  
إدارة الامتحانات / قسم الامتحانات

نموذج الإجابة

امتحان نهاية الفصل الدراسي الثاني للتعليم الثانوي للعام الدراسي 2016/2017م

المسار : توحيد المسارات والديني  
الزمن : ساعة ونصف

اسم المقرر : التربية الأسرية  
رمز المقرر : أسر 101

درجتين لكل نقطة 20

أجب عن جميع الأسئلة التالية:  
السؤال الأول:

ضع علامة ( √ ) أمام العبارة الصحيحة وعلامة ( X ) أمام العبارة الخاطئة.

1. ( √ ) تقوم عملية تكوين المفهوم الإيجابي للذات على نقطتين أساسيتين هما الإلغاء والاكتساب.

2. ( √ ) يعتبر تنظيم وضبط الوقت تنظيم للحياة.

3. ( X ) إعطاء أفكار جديدة باستخدام السلع القديمة من سلبيات الإعلان.

4. ( X ) الخطة المكتوبة يتم فيها تصور مراحل التنفيذ.

5. ( √ ) الأشخاص الأقوياء لا يجدون صعوبة في اتخاذ القرارات المصيرية.

6. ( X ) تناول الرطب مع الغذاء من العادات السيئة التي يجب الابتعاد عنها.

7. ( √ ) وجود هدف عند الاتصال بالآخرين هو الأساس الذي نحكم من خلاله على نجاح العملية

الاتصالية أو فشلها.

8. ( X ) من سلوكيات طلاب المدارس الخاطئة تناول الخضار والفواكه.

9. ( √ ) الطريقة الوحيدة التي يمكن من خلالها التأكد من ارتفاع ضغط الدم هي قياسه بالجهاز الخاص

بذلك.

10. ( X ) توصف القيم الشخصية للفرد بالوقود الذي يمد الشخص بالطاقة والقوة بنظام القيم موجهاً.



**السؤال الثاني:**

20

10

درجتين لكل نقطة

أ- رتب بالأرقام خطوات إدارة الأزمة بإتباع خطوات الأسلوب العلمي في حل المشكلات.

5	نفذ الحل المختار.
3	ضع الحلول الممكنة والبدائل المتنوعة.
2	تحليل المشكلة وتقكيها إلى أجزاء.
1	تحديد المشكلة من جميع ابعادها وعناصرها.
4	دراسة الحلول والبدائل.

10

درجتين لكل نقطة

ب- ماذا يحدث لو:

1- زادت كمية الطعام ( الطاقة ) عن حاجة الجسم.

- يتم تخزين الزيادة في صورة شحوم (دهون) فيزيد الوزن.

2- كانت قيم الشخص تميل إلى حماية البيئة والطبيعة والاعتناء بها.

- فإنه عندما يفكر في التبرع أو أنفاق المال فإنه يالتأكد لن يشتري مايضر بالبيئة أو سيتبرع لمشروع مضر بالبيئة.

3- توليت القيادة وحفزت الفريق.

- عبارات التشجيع والتحفيز تبعث طاقة أكبر للعمل والإنجاز.

4- اتخذت قرار لإرضاء الآخرين على حساب نفسك.

- فمصيرك فيما بعد الشعور بالضيق لأنك قصرت في حقوقك.

5- امتنعت عن تناول أطعمة غنية بالحديد.

-الإصابة بمرض فقر الدم الحديدي.

16

**السؤال الثالث:**

أ- تمثل الصور التالية أعراض لمرض السكر، أكتب أسفل الصورة العرض التي تمثله الصورة.

4

درجة لكل نقطة



الإحساس بالجوع

ضعف البصر والخدران  
في الأطراف.

تناقص الوزن

شدة العطش مع كثرة  
التبول

12

درجتين لكل نقطة

ب- قارن بحسب ما هو مطلوب في الجدول:

الأهداف القصيرة المدى	الأهداف الطويلة المدى
هي التي يرجى تحقيقها خلال فترة قصيرة، تبدأ من اليوم الواحد حتى السنة وتتسم عادة بالوضوح والدقة.	هي التي يرجى تحقيقها في المستقبل البعيد، تبدأ من سنة تقريباً حتى عدة سنوات وهذه تكون قليلة التفاصيل وهي عبارة عن خطوط عريضة للظروف والاحتمالات المستقبلية.
ترشيد المستهلك	ترشيد الاستهلاك
هو تربية الأفراد وتوعيتهم بحقوقهم وواجباتهم في عمليتي الإنتاج والاستهلاك.	هو حسن استخدام الموارد المتاحة للفرد واستغلالها وعدم الإسراف في استخدامها وتقليل المفقود منها بقدر الإمكان.
زيادة الوزن	البدانة
الوزن يأخذ في الاعتبار الكتلة العضلية والعظمية.	هي إفراط في النسيج الشحمي.

السؤال الرابع:

أكمل بحسب ما هو مطلوب:

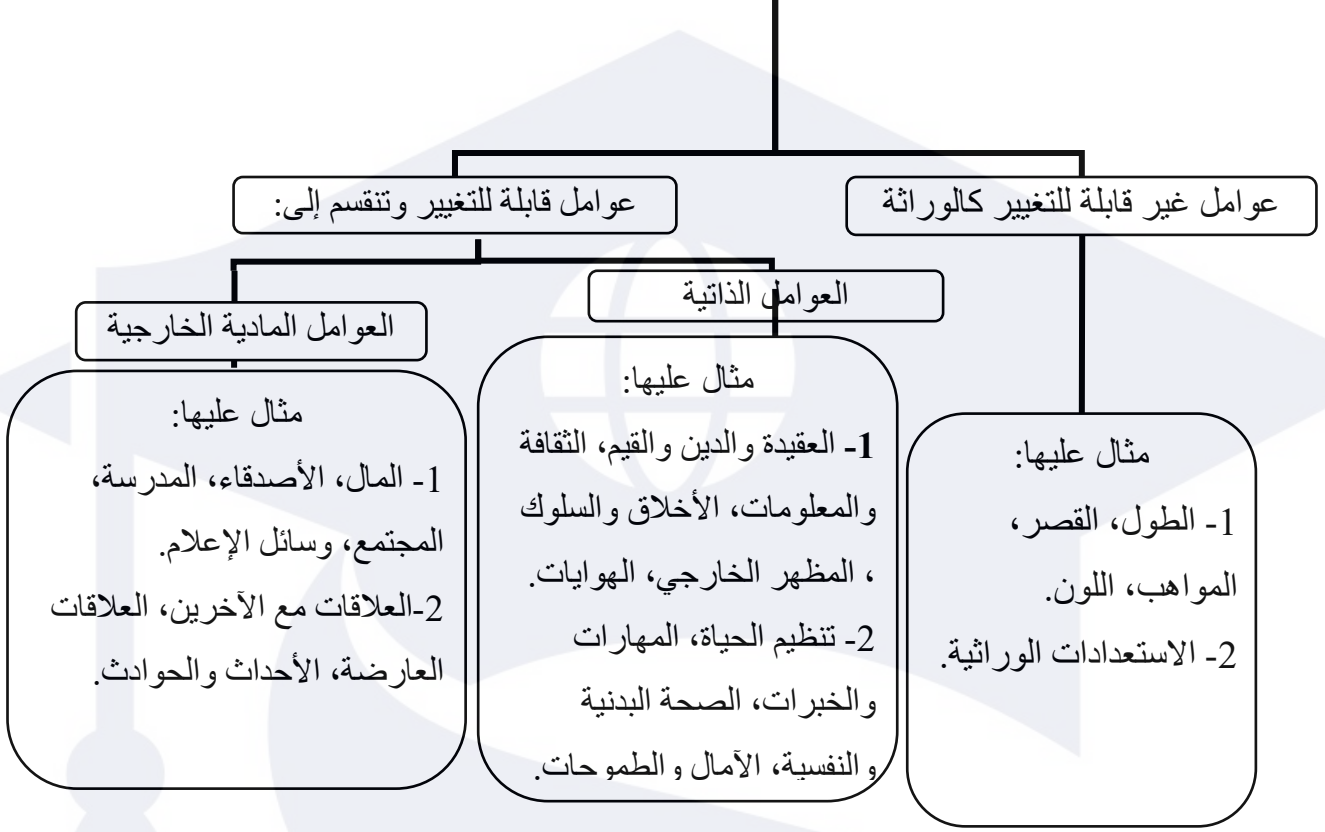
أ-

درجة لكل نقطة

20

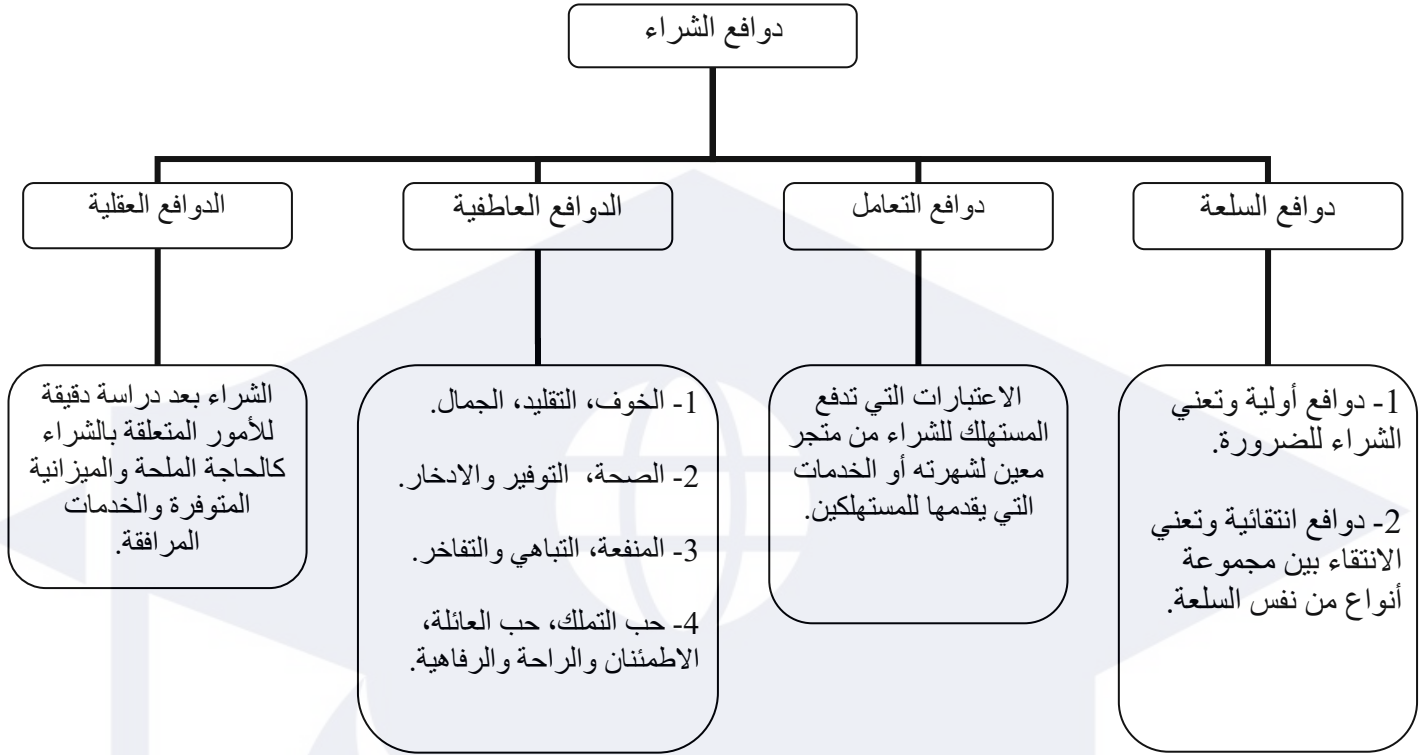
10

العوامل البشرية المؤثرة في تكوين الشخصية



10

درجة لكل نقطة



24

درجتين لكل نقطة

**السؤال الخامس:**

**اكتب في كل مما يأتي:**

أ- فوائد تنظيم الوقت.

1- قضاء وقت أكبر في التطوير الذاتي، إنجاز أهدافك وأحلامك الشخصية، الشعور بالتحسن بشكل عام في

حياتك، قضاء وقت أكبر مع العائلة أو في الترفيه والاستجمام، تحقيق نتائج أفضل وزيادة الإنتاجية والنوعية.

2- زيادة سرعة إنجاز المهمات، التخفيف من الضغوط سواء منها الدراسية أو غيرها.

3- تقليل الأخطاء الممكن ارتكابها، زيادة أوقات الراحة لوضوح المهمات وأوقاتها، تحسين نوعية الحياة غير

العملية.

## ب- أهمية القيادة.

- 1- الربط بين عناصر عملية القيادة بكفاءة عالية، توضيح كافة المفاهيم والاستراتيجيات والسياسات.
- 2- دعم القوى الإيجابية داخل المجموعة، تقليص الجوانب السلبية قدر الإمكان، السيطرة على المشكلات والخلافات وحلها، الترجيح بين الآراء في حالات توازي الآراء، تدريب الأفراد ورعايتهم باعتبارهم أهم مورد للمجموعة، مواكبة المتغيرات المحيطة وتوظيفها لخدمة المجموعة.

- 3- تكوين النموذج القدوة للأفراد، تسهيل تحقيق الأهداف المرسومة للمجموعة.
- ج- عناصر التشويش التي تعيق عملية الاتصال وتضعفها وتقلل من فاعليتها.

- 1- الأصوات العالية ، المقاطعات الخارجية.
- 2- الأفرط في التصنع، الخلافات السابقة بين الأطراف.
- 3- ضعف المهارات الاتصالية (التحدث-القراءة-الكتابة-الإنصات-سرعة البديهة)، العبارات السلبية.
- د- أنواع الإعلانات مع إعطاء مثال عليها.

- 1- الإعلان التعليمي مثال عليه ( إعلان عن جهاز كهربائي جديد يبين مواصفاته ومزاياه ويشرح طريقة استخدامه)، الإعلان الإرشادي والإخباري مثال عليه ( إعلان شركة سياحية عن رحلاتها مع توضيح جميع المعلومات للمستهلك مثل مكان الرحلة وموعدها ومدتها ووسيلة التنقل ومواصفاتها ثم السعر ).
- 2- الإعلان الإعلامي مثال عليه ( إعلان لشركة اتصالات يعمل على ذكر مزاياها وعروضها وتقديم بيانات خاصة بها )، الإعلان التذكيري مثال عليه ( الإعلان عن صابون قديم ومعروف فيكون الغرض من الإعلان هو تذكير المستهلك بهذا المنتج ).
- 3- الإعلان التنافسي مثال عليه ( الإعلان عن معجون أسنان، وبما أن هناك أنواع عديدة من هذا المنتج في الأسواق، يقوم مصمم الإعلان باستخدام أفكار مبتكرة ومزايا جديدة حتى يمكنه التغلب على منافسيه).

انتهت الإجابة

نماذج إجابة امتحان نهاية الفصل الدراسي الأول للتعليم الثانوي للعام الدراسي 2017/2016 م

المسار : توحيد المسارات (المكفوفين)  
الزمن : ساعة ونصف

اسم المقرر : التربية الأسرية  
رمز المقرر : أسر 101

20 درجة درجتين لكل نقطة

أجب عن جميع الأسئلة التالية :

السؤال الأول :

ضع علامة ( √ ) أمام العبارة الصحيحة وعلامة ( X ) أمام العبارة الخاطئة .

1. ( √ ) الوقت الذي يصعب تنظيمه هو الوقت الذي نقضيه في حاجتنا الأساسية.
2. ( √ ) يؤثر الجوع في قدرات الطالب وحماسه للتعليم وقدرته على التركيز.
3. ( X ) موافقة الآخرين والإذعان لطلباتهم ورغباتهم من سلوكيات الأفراد الذين لديهم تقدير مرتفع للذات.
4. ( √ ) تعتمد العلاقة بين الغذاء وصحة الجسم على أمرين هما كمية الطعام ونوعيته.
5. ( X ) القيادة بالقصص هي قيادة المجموعة بتقديم الخدمات وتحقيقها.
6. ( √ ) فرض القرار على المجموعة بالإجبار أو شراء الأصوات طريقة ديكتاتورية في اتخاذ القرار.
7. ( X ) القيم موجهاً هو التفات الشخص لسيارة معينة كلما شاهدها ويرغب في شرائها .
8. ( X ) " أجد صعوبة في التحكم في نفسي" رسالة إيجابية تعزز وتدعم الذات على النمو والتطور.
9. ( √ ) تناول وجبة الفطور والتنويع في العناصر الغذائية من العادات الغذائية المفيدة للصحة.
10. ( X ) من عيوب الخطة المكتوبة احتمال الفوضى في التنفيذ.

السؤال الثاني :

12 درجة درجتين لكل نقطة

صنف العبارات التالية إلى إيجابيات الإعلان وسلبيات الإعلان وضعها في مكانها المناسب.

- 1- يعرف المستهلك على المحلات التي تباع فيها السلع وهذا يوفر له الوقت والجهد.
- 2- يرشد المستهلك إلى المحلات التي تباع السلع المخفضة.
- 3- الإعلان يخلق رغبات غير حقيقية لدى المستهلك.
- 4- الإعلان يركز في الدوافع والمؤثرات العاطفية ولا يخاطب العقل أو المنطق.
- 5- يعطي الإعلان أفكاراً جديدة لاستخدام سلع قديمة معروفة.
- 6- الإعلان يعتمد على خصائص مبالغ فيها للسلعة وقد يتضمن معلومات كاذبة ومضللة.



أسر 101 المسار: توحيد المسارات (المكفوفين) صفحة ( 2 )	لاحظ أن إجابة الامتحان في 5 صفحات
إيجابيات الإعلان	سلبيات الإعلان
يعرف المستهلك على المحلات التي تباع فيها السلع وهذا يوفر له الوقت والجهد.	الإعلان يخلق رغبات غير حقيقية لدى المستهلك.
يرشد المستهلك إلى المحلات التي تبيع السلع المخفضة.	الإعلان يركز في الدوافع والمؤثرات العاطفية ولا يخاطب العقل أو المنطق.
يعطي الإعلان أفكاراً جديدة لاستخدام سلع قديمة معروفة.	الإعلان يعتمد على خصائص مبالغ فيها للسلعة وقد يتضمن معلومات كاذبة ومضللة.

### السؤال الثالث

من خلال دراستك لمهارة اتخاذ القرار قارن بين كلاً مما يأتي:

8 درجات درجتين لكل نقطة

الطريقة الفردية في اتخاذ القرار	الطريقة الجماعية في اتخاذ القرار
يقوم بها الفرد لوحده معتمداً على نفسه في جمع المعلومات وإيجاد البدائل وترتيبها لصنع القرار.	يتم تكليف مجموعات بجمع المعلومات وإيجاد الحلول والبدائل وترتيبها بشكل جماعي ورفع تصور عن القرار.
القرار النهائي	القرار التجريبي
هو الذي لا يمكن تغييره بناتاً كبيع وشراء.	لا يكون نهائياً حتى تظهر النتائج الأولية والمعايير المحددة والتي أن كانت مرضية أصبح القرار قيد الدراسة والاعتماد من قبل الهيئة العليا.

### السؤال الرابع :

22 درجة درجتين لكل نقطة

أ- أختَر المصطلح المناسب من البدائل الآتية ثم ضعه أمام العبارة المناسبة في الجدول

البدائل ( وقت الذروة، دوافع الشراء، نحافة الأصحاء، الاكتساب، سوء التغذية، النحافة المرضية، وقت الخمول، العادات الغذائية، الإلغاء، فن الشراء)

المصطلح	التعريف
فن الشراء	هو حسن الشراء لتحقيق أكبر درجات المنفعة في حدود الموارد المتاحة.
وقت الخمول	وقت نحن في أقل حالات تركيزنا وحضورنا الذهني.
سوء التغذية	حالة مرضية ناتجة عن نقص أو زيادة نسبية أو مطلقة في واحد أو أكثر من العناصر الغذائية.
نحافة الأصحاء	هي نحافة لا تتعارض مع قيام الجسم بوظيفته على الوجه الأكمل.
الاكتساب	يتم بتلميع صور ذهنية مرغوب فيها وإبرازها ثم إحلالها وغرسها.

ب- ضع العلاج المناسب من العبارات التالية أمام ما يناسبه في الجدول التالي أدناه:

- الاعتدال في تناول الملح والتقليل من الأطعمة المملحة.
- أخذ قسط وافر من النوم.
- تناول الفواكه والكثير من الخضراوات الطازجة.
- الإقلال من الدهون المشبعة والكوليسترول.
- تناول مزيد من الألياف لأنها قليلة السعرات الحرارية.
- التقليل من الأطعمة التي تسد الشهية.

المرض	العلاج
ارتفاع ضغط الدم	1- الاعتدال في تناول الملح والتقليل من الأطعمة المملحة.

2- الإقلال من الدهون المشبعة والكوليسترول.

1- تناول مزيد من الألياف لأنها قليلة السعرات الحرارية.

2- تناول الفواكه والكثير من الخضراوات الطازجة.

1- التقليل من الأطعمة التي تسد الشهية.

2- أخذ قسط وافر من النوم.

مرض السكر

النحافة

**السؤال الخامس :**

10 درجات درجتين لكل نقطة

اختر الإجابة الصحيحة لكل عبارة من العبارات التالية وضع عليها إشارة:

1- للمستهلك الحق في تزويده بالحقائق التي تساعد على الشراء والاستهلاك السليم.

أ- حق المعرفة.

ب- حق الاختيار.

ت- حق التنقيف.

2- قيادة المجموعة بتوجيهها نحو الأهداف وتوضيح المستقبل هي:

أ- القيادة بالخدمة.

ب- القيادة بالرؤية.

ت- القيادة بالأخلاق.

3- القرارات التي تخص المستقبل البعيد هي قرارات:

أ- معتادة.

ب- صعبة.

ت- مصيرية.

4- مرض من أمراض سوء التغذية ينتج من عدم تناول أطعمة غنية بعنصر الحديد:

أ- فقر الدم (الأنيميا).

ب- النحافة.

ت- السكر.

5- شراء الإنسان سيارة بعد دراسة وبحث دقيق يعتبر دافع شراء:

أ- عاطفي.

ب- تعامل.

ت- عقلي.

28 درجة درجتين لكل نقطة

**السؤال السادس :**

اكتب في كل مما يأتي:

أ- الأركان الأساسية التي تساعد في ضبط الوقت:

1- أعرف مهماتك.

**ب- أهمية التقويم في العملية الإدارية:**

- 1- تحديد أهداف جديدة ومحاولة تلافي الأخطاء.
- 2- يفيد في استغلال خطة ثبت نجاحها لاستخدامها مستقبلاً.
- 3- تحويل بعض الأعمال إلى روتين متكرر.

**ج- العوامل التي تؤثر في مستوى الاستهلاك:**

- 1- الجنس، السن، الحالة الصحية.
- 2- المستوى التعليمي، المستوى المعيشي.
- 3- حجم أفراد الأسرة.

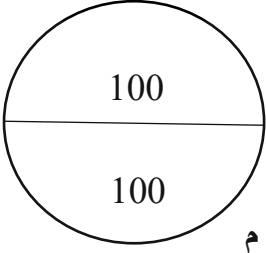
**د- عناصر عملية الاتصال:**

- 1- مرسل فعال، مستقبل فعال، رسالة فعالة، تشفير فعال.
- 2- فك فعال للتشفير، قناة فعالة، القضاء على التشويش.
- 3- إطار فعال، استجابة فعالة.

**هـ- يتأثر أفراد الأسرة بمختلف الفئات العمرية بالأوضاع الناجمة عن الظروف الصعبة وخاصة الأبناء ويرجع ذلك إلى :**

- 1- قلة خبرتهم المعرفية والحياتية.
- 2- محدودية آليات التكيف التي يمتلكونها.

انتهت الإجابة



مملكة البحرين  
وزارة التربية والتعليم

إدارة الامتحانات / قسم الامتحانات

نموذج الإجابة

امتحان نهاية الفصل الدراسي الأول للتعليم الثانوي للعام الدراسي 2016/2017 م

المسار : توحيد المسارات والديني

الزمن : ساعة ونصف

اسم المقرر : التربية الأسرية

رمز المقرر : أسر 101

20 درجة درجتين لكل نقطة

أجب عن جميع الأسئلة التالية :

السؤال الأول :

ضع علامة ( √ ) أمام العبارة الصحيحة وعلامة ( X ) أمام العبارة الخاطئة .

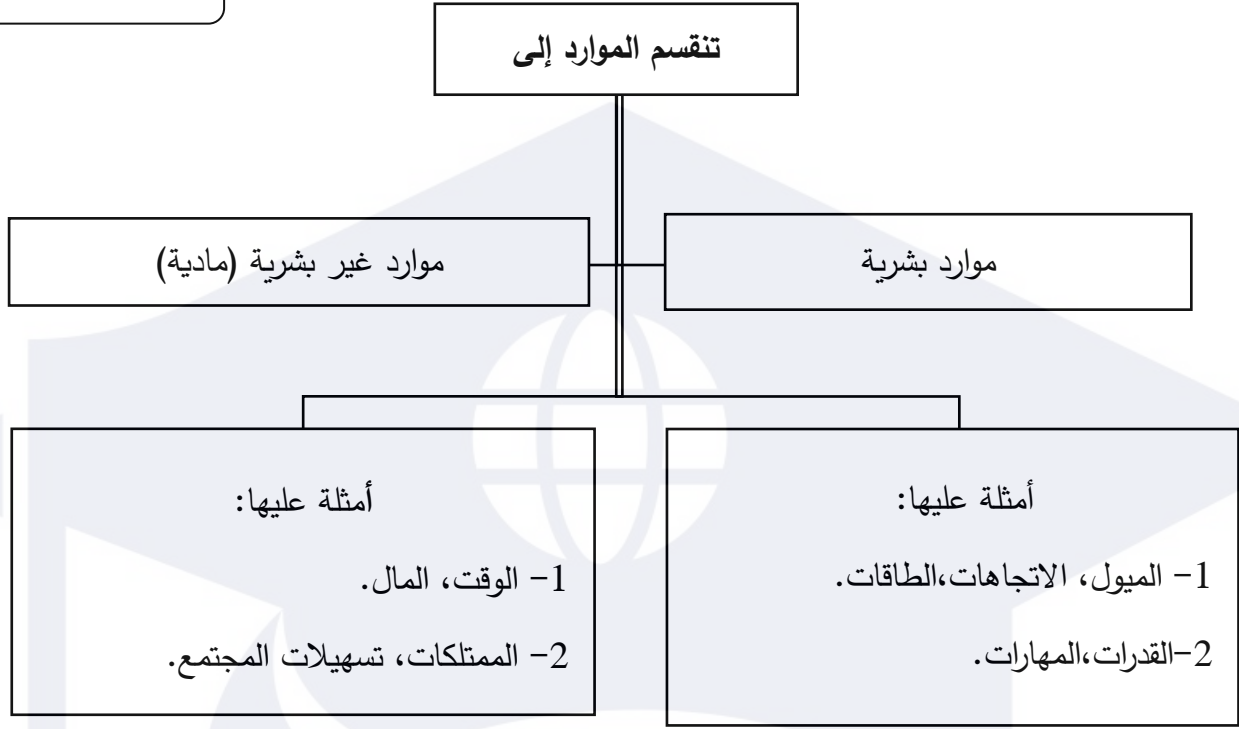
1. ( √ ) تناول وجبة الفطور والتنوع في العناصر الغذائية من العادات الغذائية المفيدة للصحة.
2. ( √ ) تقدير النفس بشكل أكبر يساعد في تكوين المفهوم الإيجابي للذات .
3. ( × ) البيئة والمناخ من العوامل المادية الخارجية الغير قابلة للتغير.
4. ( √ ) حفظ الوقت والاعتناء به والاستفادة منه ، من الطرق التربوية التي تساهم في تطور الشخصية .
5. ( × ) مشاهدة التلفاز للتسلية من الأعمال المهمة والغير عاجلة.
6. ( √ ) يعتبر الهدف من الاتصال هو الأساس الذي نحكم من خلاله على نجاح العملية الاتصالية أو فشلها.
7. ( √ ) تحمل الضغوط تعني ثقة القائد بقدرات فريق العمل.
8. ( × ) مرحلة اللاقرار هي العملية التي يتم بموجبها البحث عن أنسب الحلول للمشكلة عن طريق المفاضلة.
9. ( × ) التقييم بالمقارنة أحد أنواع التقييم التفصيلي .
10. ( × ) ترشيد المستهلك هو الانتفاع بالموارد المتاحة إلى أقصى حد ممكن.

**السؤال الثاني :**

30 درجة

أ- أكمل التالي :-

6 درجات درجة لكل نقطة



ب- هناك أمور مشتركة للوقاية من السمنة والسكر وارتفاع الكوليسترول من الناحية الغذائية، اكتب كيفية الوقاية ؟

8 درجات درجتين لكل نقطة

تناول بعض الفواكه والكثير  
من الخضراوات الطازجة.

تناول الأطعمة القليلة  
السكر، تناول الطعام في  
الطبق الخاص.

**كيفية الوقاية من  
السمنة والسكر  
والكوليسترول**

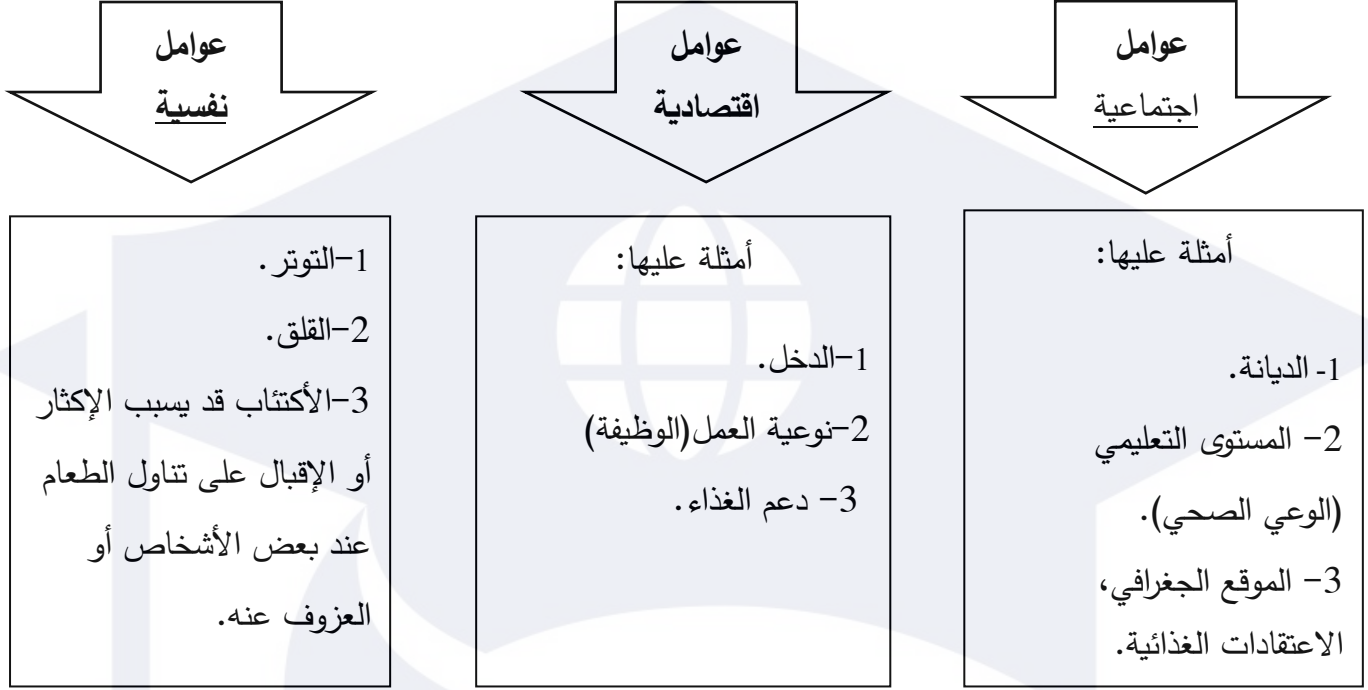
ممارسة التمارين الرياضية  
المناسبة وخصوصاً  
المشي، تناول المزيد من  
الألياف لأنها قليلة  
السعرات.

تقلل الأطعمة ذات السعرات  
الحرارية العالية ، استبدال  
الدهون الحيوانية بالزيوت  
النباتية في الوجبات.

ج- أكمل بحسب ما هو مطلوب:

العوامل المؤثرة في العادات الغذائية

16 درجة درجتين لكل نقطة



12 درجة ثلاث درجات لكل نقطة

السؤال الثالث:

علل بذكر سبب واحد لكل مما يأتي :

- 1- لا يستلزم علاج نحافة الأصحاء الإرادية أو الوراثية.
- 2- لأنها لا تتعارض مع قيام الجسم بوظيفته على الوجه الأكمل.
- 3- بعض المرضى معرضين أكثر من غيرهم للإصابة بفقر الدم الحديدي.
- 4- نتيجة فقد الشهية أو مضاعفات المرض، أو تعارض بعض الأغذية مع العلاجات.
- 5- الهدف الاقتصادي من الترشيد الغذائي.
- 6- المساعدة على حسن استخدام المواد الغذائية وعدم الاسراف في استهلاكها ، إلى جانب استخدام المواد البديلة وبالتالي توفير جزء من دخل الأسرة.



4- تعتبر منظومة القيم سلاح ذو حدين .

لأنها تعتمد على كيفية استخدامها وإدراكها وفهمها والاطار الذي توضع فيه هو الذي يحكم عليها ويعطيها الصورة الإيجابية أو السلبية.

#### السؤال الرابع :

8 درجات درجتين لكل نقطة

اختر من العمود ( أ ) ما يناسبه من العمود ( ب ) :

الرقم	( أ )	الرقم الدال على الإجابة	( ب )
	الإعلان التعليمي	3	هو اخبار المستهلك بالمعلومات التي تيسر له الحصول على الشيء المعلن عنه بأقل جهد ممكن وفي أقصر وقت وبأقل التكاليف وفي إرشاد الجمهور إلى كيفية إشباع حاجاته.
	الإعلان التنافسي	4	هو يتعلق بسلع أو خدمات أو أفكار أو منشآت معروفة بطبيعتها ومعروفة خصائصها للمستهلك بقصد تذكيره بها والتغلب على عادة النسيان لديه.
	الإعلان الإخباري الإرشادي	2	هو الإعلان عن سلع أو خدمات متنافسة بمعنى أن تكون متكافئة في النوع والخصائص وظروف الاستعمال وما إلى ذلك ويعتمد نجاح هذا النوع على ما ينفقه المعلنون من أموال على نشره وعلى الأفكار الجديدة والمبتكرة في الرسائل الإعلانية المنشورة أو المذاعة والتي تلقى قبولاً من الجمهور.
	الإعلان التذكيري	1	هو الذي يتعلق بتسويق السلع الجديدة التي لم يسبق لها وجود في السوق أو السلع القديمة المعروفة التي ظهرت من قبل ولها استعمالات لم تكن معروفة لدى المستهلكين.

### السؤال الخامس :

أكتب في كل مما يأتي :

أ- تتمثل أهمية التخطيط في:

1- وضوح الرؤية وتحديد الأهداف.

2- استخدام أمثل للموارد والإمكانيات، لتحقيق التكامل والتنسيق بين بنود الخطة.

3- تحديد الأولويات بما يتفق مع الاحتياجات، للسيطرة على مشكلات التنفيذ.

ب - سلوك المستهلك الرشيد عند الشراء:

1- يتفهم سياسة وفلسفة عرض السلع والخدمات، فمكان وطريقة عرض السلعة يؤثر تأثيراً على أسعارها، يستعين بنصائح البائع الكفاء.

2- يتجنب الشراء العاطفي، يساوم للحصول على سعر منخفض إن أمكن ذلك.

3- يقرأ الملصقات المرفقة ويستفيد من التعليمات، يدرس السوق قبل عملية الشراء، يشتري بالجملة كلما أمكن، يشتري حسب حاجته.

ج- أنواع الأزمات:

1- أزمة دراسية، أزمة عائلية.

2- أزمة مرضية، بيئية.

3 - أزمة اقتصادية، أزمة سياسية.

د- دور التغذية في التحصيل الدراسي:

1- تعزيز قدرات الطلاب على التعلم، خفض معدلات التسرب من المدرسة.

2- زيادة فاعلية الطلاب وحماسهم ومشاركتهم.

3- تحسين فوري في السلوك والأداء الدراسي.

هـ - من لصوص الوقت:

1- المقاطعات والزيارات المفاجئة، المكالمات الهاتفية غير المنتجة، الاجتماعات واللقاءات غير الفعالة.

2- الكسل والتسويف والتأجيل بأعذار واهية، المعلومات الكثيرة أو القليلة، الإدمان على الأنترنت وألعاب الكمبيوتر، الأهداف والأولويات غير المحددة، عدم القدرة على قول لا، عدم تخطيط الوقت، الثثرة والنميمة.

3 - السرحان والأصغاء غير الجيد، مشاهدة برامج التلفزيون دون اختيار، قراءة الجرائد والمجلات بإفراط، التسوق الغير ضروري، الغفوة والنوم غير المنضبط، الازدحام المروري الخانق، أكل الوجبات بين الوجبات.

انتهت الإجابة

30 درجة درجتين لكل نقطة