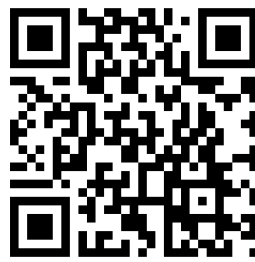


## شكراً لتحميلك هذا الملف من موقع المناهج العمانية



## ملخص شامل للوحدة الأولى بطريقة سؤال وجواب

[موقع المناهج](#) ⇨ [المناهج العمانية](#) ⇨ [الصف الخامس](#) ⇨ [مهارات حياتية](#) ⇨ [الفصل الأول](#) ⇨ [الملف](#)

تاريخ نشر الملف على موقع المناهج: 17:49:42 2023-12-06 | اسم المدرس: خالد الحضرمي

## التواصل الاجتماعي بحسب الصف الخامس



## روابط مواد الصف الخامس على تلغرام

[الرياضيات](#)

[اللغة الانجليزية](#)

[اللغة العربية](#)

[التربية الاسلامية](#)

## المزيد من الملفات بحسب الصف الخامس والمادة مهارات حياتية في الفصل الأول

[اختبار تحريري نموذج حديث](#)

1

[كتاب الطالب 2023-2024](#)

2

[ملخص كامل لكتاب الطالب](#)

3

[أوراق عمل الفصل الأول](#)

4

[شرح درس تحمل المسؤولية](#)

5

## ملخص الوحدة الأولى لكتاب المهارات الحياتية للصف الخامس الأساسي

مجالات الحياة اليومية	أمثلة على الأنشطة اليومية لكل مجال
المجال الدراسي	الذهاب والعودة من المدرسة – حل الواجبات المنزلية – المذاكرة
المجال الاجتماعي	زيارة صديق مريض – القيام بعمل تطوعي – المشاركة في المناسبات الاجتماعية
المجال الأسري	تناول الوجبات مع الأسرة – المساعدة في إعداد الطعام – تنظيف صالة الجلوس
المجال ديني	أداء الصلاة – قراءة القرآن
الشخصي	المحافظة على النظافة الشخصية – تناول الوجبات اليومية – ترتيب السرير - اللعب بلعبة إلكترونية

### س- أهمية التنوع في الأنشطة اليومية:

القدرة على التنظيم – تحقيق الأهداف – النجاح في الحياة

### س- ما المقصود بترتيب أولويات الأنشطة اليومية ؟

يقصد بها كتابة الأنشطة اليومية ثم ترتيبها حسب أهميتها .

### س- ما أهمية ترتيب الأنشطة اليومية حسب أولويتها ؟

تجنب تراكم الأنشطة – التخلص من عادة التأجيل – انجاز الأنشطة بشكل أكثر دقة وفعالية – النجاح في الحياة

### س- ما المقصود بالمعوقات ؟

هي التحديات التي تمنع أو تؤخر الفرد عن تنفيذ الأنشطة اليومية بالصورة المخطط لها .

نوع المعوقات	التعريف	أمثلة على المعوقات
المعوقات الداخلية	هي جميع المعوقات الشخصية المرتبطة بالفرد نفسه	التسويق والتأجيل والملل والكسل وملازمة الأصدقاء
المعوقات الخارجية	هي جميع المعوقات المحيطة بالفرد التي ليس له دخل فيها	الزيارات المفاجئة والمرض والطقس والازدحام وانتظار الدور

### س- ما المقصود بالمذاكرة؟

نشاط عقلي يتميز بالتنظيم والتخطيط يمارسه الطالب لاستذكار الدروس .

### س- ما المقصود بجدول المذاكرة الأسبوعي ؟

هو جدول يوضح أوقات المذاكرة المخصصة لكل مادة دراسية خلال أيام الأسبوع.

### س- ما أهمية جدول المذاكرة ؟

القضاء على عادة تأجيل الأعمال – تحديد الأهداف وتحقيقها – تنظيم الوقت والاستفادة منه بشكل جيد.

### س- ما هي مواصفات مكان المذاكرة الجيد ؟

الهدوء – الإضاءة المناسبة – الحرارة المعتدلة – التهوية المناسبة – النظافة والترتيب والنظام.

### س- علل : من مواصفات مكان المذاكرة أن يكون هادئ.

لأن الضجيج والازعاج يشتت الانتباه والتركيز

س- علل : من مواصفات مكان المذاكرة أن يكون ذات اضاءة مناسبة.

للحفاظ على العينين من التعب والاجهاد

س- علل : من مواصفات مكان المذاكرة أن يكون التهوية مناسبة.

حتى ينشط الجسم ويزيد الاستيعاب

س- ما المقصود بالواقعية ؟

أن يكون جدول المذاكرة قبل للتطبيق.

س- ما المقصود بالمرونة ؟

أن يكون جدول المذاكرة قابل للتعديل والتغيير في حالة الطوارئ .

س- عدد خطوات المذاكرة بالترتيب ؟

1- القراءة

2- التلخيص

3- الحفظ

4- المراجعة

س- القراءة تنقسم إلى :

1- القراءة المسحية : القراءة الصامتة لموضوع معين بهدف تكوين فكرة عامة دون الدخول في التفاصيل .

2- القراءة بهم والتركيز : تكون قراءة الموضوع قراءة تفصيلية دقيقة لتحليل المادة .

س- ما المقصود بالتلخيص ؟

إعادة كتابة الطالب المعلومات المهمة بطريقة مختصرة ومنظمة.

س- ما أهمية التلخيص ؟

- تسهيل فهم المعلومات.

- زيادة القدرة على حفظ المعلومات .

- زيادة القدرة على استرجاع المعلومات.

س- عدد طرق التلخيص .

- تحويل المعلومات إلى جدول.

- تحويل المعلومات إلى خارطة ذهنية.

- تحويل الموضوع إلى أفكار رئيسية وأخرى فرعية.

- تحويل المعلومات إلى شكل بياني.

س- ما هي طرق الحفظ ؟

- التكرار : إعادة الموضوع المراد حفظه أكثر عن مرة .

- التقسيم : تجزئة المعلومة الطويلة المراد حفظها حتى يسهل حفظها وتذكرها.

- ربط الكلمات : ربط المفاهيم في الدرس بشيء مألوف لدى الطالب .

- تكوين صورة ذهنية: رسم تصور عقلي للمعلومات والأشكال وربطها بالأشكال المألوفة لدى الطالب .

س- تنقسم المراجعة إلى:

1- المراجعة الأولية: مراجعة ما تم تحصيله من الوحدة الدراسية بطريقة جزئية وذلك بمراجعة كل

درس على حدة وبشكل يومي.

2- المراجعة النهائية: مراجعة ما تم تحصيله من الوحدة الدراسية بطريقة كلية وذلك بمراجعة كل درس

الوحدة التي روجعت خلال الأسبوع.

إعداد الأستاذ: خالد الحضرمي