أوراق عمل الأندلس تحضيرية لاختبار منتصف الفصل غير مجابة

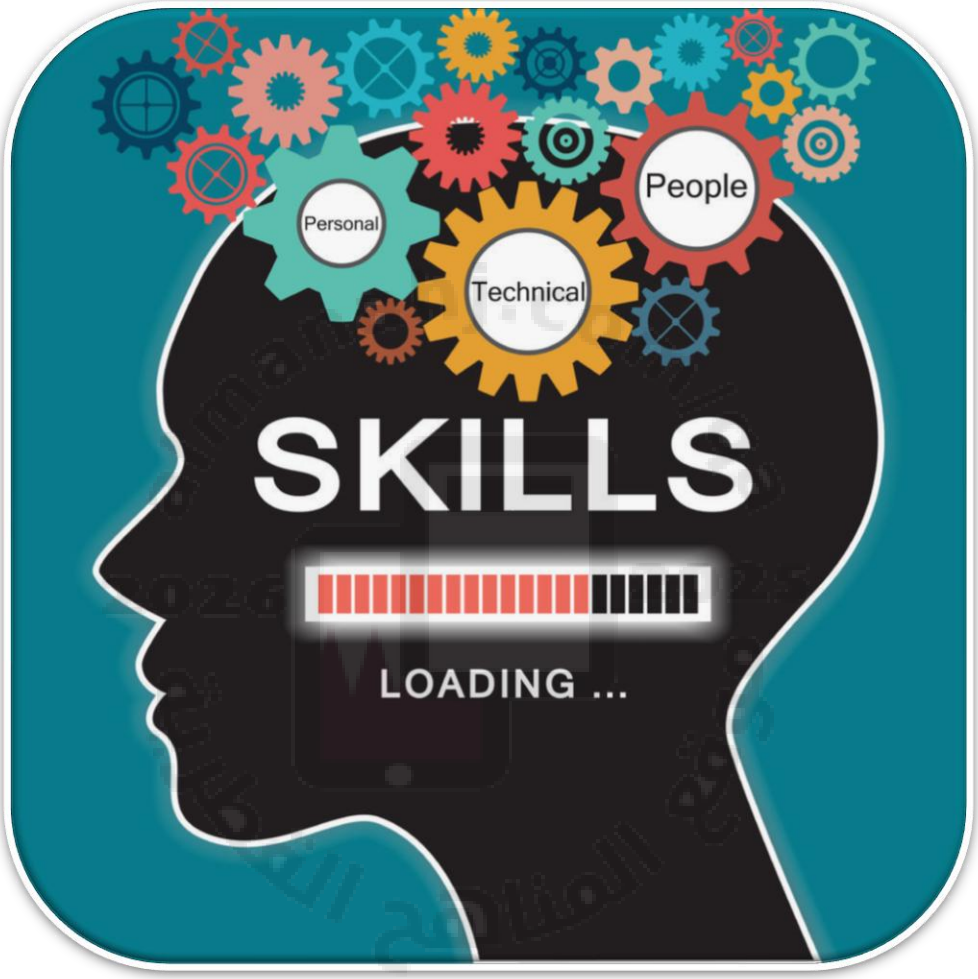
تم تحميل هذا الملف من موقع المناهج القطرية	
موقع المناهج ⇦ المناهج القطرية ⇦ المستوى العاشر ⇦ مهارات حياتية ⇦ الفصل الأول ⇦ ملفات متنوعة ⇦ الملف	
تاريخ إضافة الملف على موقع المناهج: 13-10-2025 08:14:50	
المزيد من مادة مهارات حياتية:	ملفات ا كتب للمعلم ا كتب للطالب ا اختبارات الكترونية ا اختبارات ا حلول ا عروض بوربوينت ا أوراق عمل منهج انجليزي ا ملخصات وتقارير ا مذكرات وبنوك ا الامتحان النهائي ا للمدرس
	إعداد: مدرسة الأندلس

التواصل الاجتماعي بحسب المستوى العاشر					
صفحة المناهج القطرية على فيسبوك					
المواد على تلغرام	التربية الاسلامية	اللغة العربية	اللغة الانجليزية	الرياضيات	

المزيد من الملفات بحسب المستوى العاشر والمادة مهارات حياتية في الفصل الأول	
1	تحميل كتاب الطالب قسم الثقافة المالية
2	تحميل كتاب الطالب قسم التنمية الذاتية

مدرسة الأندلس الخاصة للبنات

العام الأكاديمي 2026/2025



أوراق عمل إثرائية كتاب التنمية الذاتية

الوحدة (الأولى – الثانية)

مهارات حياتية

الصف (العاشر)

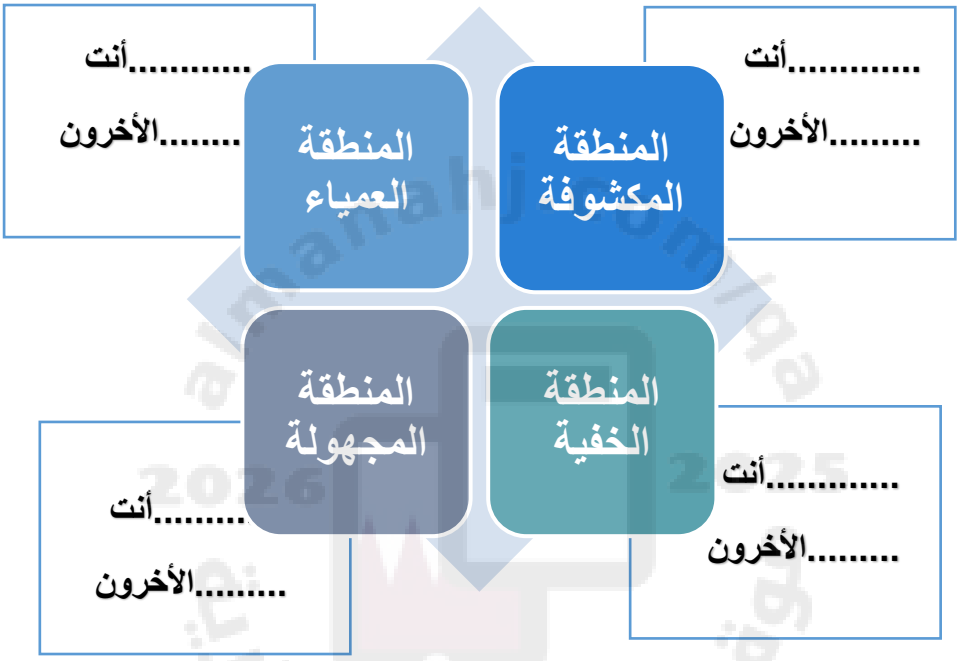
اسم الطالبة/.....

الصف والشعبة /.....

أنت كتووووو ثقي بنفسك

أولاً: أكمل الرسومات التوضيحية التالية:

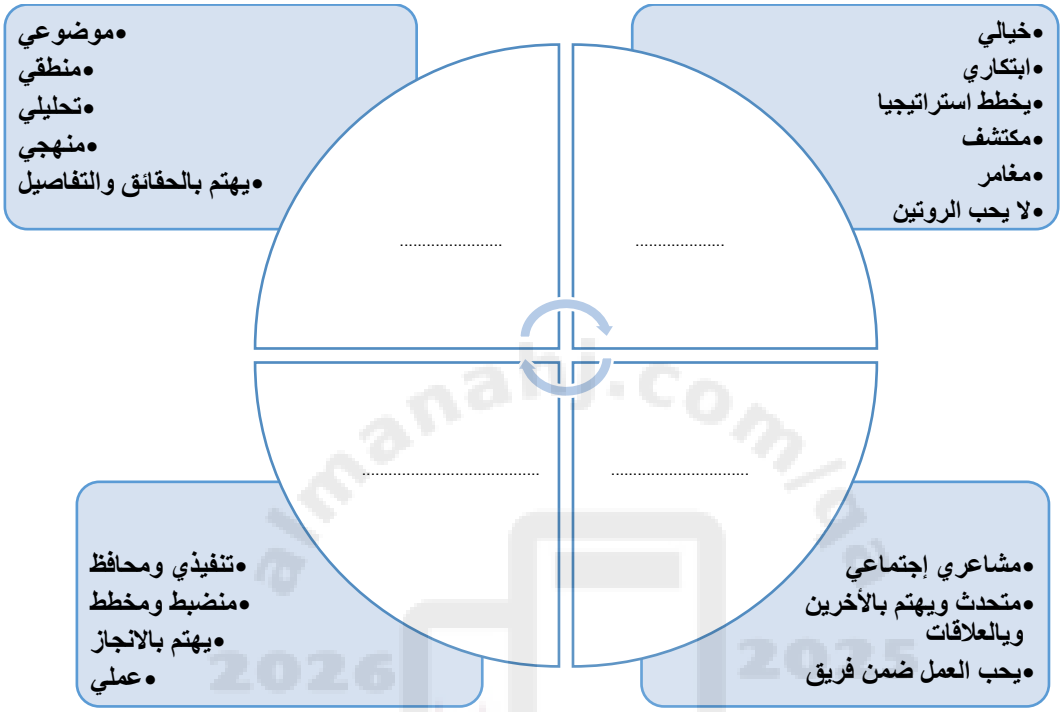
1-تتكون نافذة (جوهاري) من أربعة مناطق فرعية بناء على مدى معرفة الإنسان بنفسه ومدى معرفة الأخرون به حدد المعلومات المطلوبة بكل منطقة :



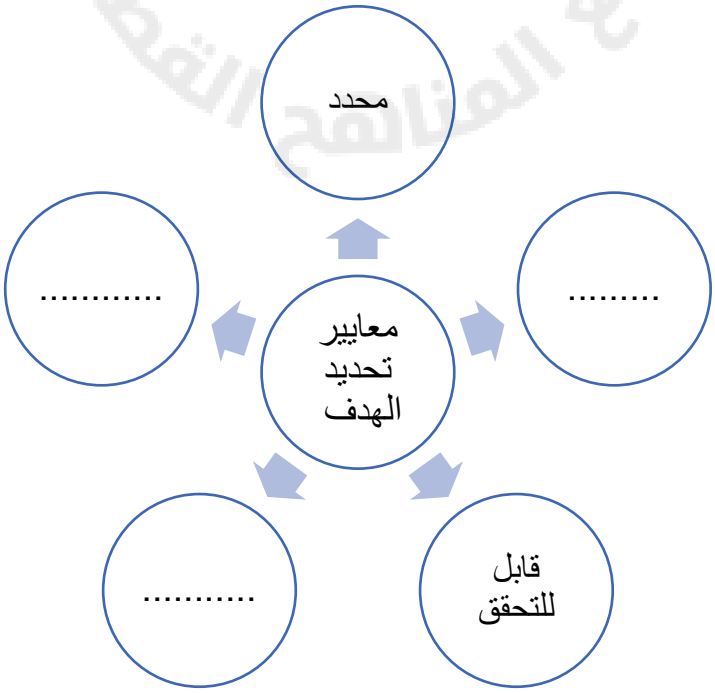
2 – وضح نوع الذات في كل حالة من الحالات التالية :

الذات	• تمثل إدراك المرأ لنفسه على حقيقتها
الذات	• تمثل التصورات التي يدركها الأخرون عن الفرد والتي تظهر من خلال تفاعله معهم
الذات.....	• تمثل الحالة التي يرغب أن يكون عليها الفرد في المستقبل

3- حدد الأنماط من خلال بوصلة هيرمان :



4- أكمل معايير تحديد الهدف الذكي :



ثانياً: اختر الإجابة الصحيحة :

1	المنطقة العمياء في نافذة جوهاري توضح :
A	معلومات تعرفها أنت عن نفسك ويعرفها الأخرون
B	معلومات لا تعرفها عن نفسك ويعرفها الأخرون
C	معلومات تعرفها أنت عن نفسك ولا يعرفها الأخرون
D	معلومات لا تعرفها أنت عن نفسك ولا يعرفها الأخرون

2	الذات الإجتماعية تمثل :
A	إدارك الفرد لنفسه على حقيقتها وواقعها
B	معلومات تعرفها أنت عن نفسك ولا يعرفها الأخرون
C	الحالة التي يرغب أن يكون عليها الفرد في المستقبل
D	التصورات النتي يدركها الأخرون عن الفرد والتي تظهر من خلال تفاعله معهم

3	يلومني زملائي على اندفاعي وعصبيتي وأنا لا أشعر بذلك مطلقا ..في أي منطقة من مناطق نافذة جوهاري تضع هذة المعلومة ؟
A	المنطقة المكشوفة
B	المنطقة العمياء
C	المنطقة المخفية
D	المنطقة المجهولة

4	المنطقة المخفية في نافذة جوهاري توضح :
A	معلومات لا تعرفها عن نفسك ويعرفها الأخرون
B	معلومات تعرفها أنت عن نفسك ويعرفها الأخرون
C	معلومات تعرفها أنت عن نفسك ولا يعرفها الأخرون
D	معلومات لا تعرفها أنت عن نفسك ولا يعرفها الأخرون

5	من سمات أصحاب التفكير التنفيدي :
A	التركيز على إيجاد الحقائق
B	يفضلـون الجدل والنقـاش
C	يعتمدون علـى المشاعـر والإحسـاس
D	يفضلون الروتين والتقيد بالقوانين وإنجاز الأعمال

6	من سمات أصحاب التفكير الموضوعي التحليلي :
A	يفكر بعمق
B	يهتم بالحقائق والتفاصيل
C	يستعمل المنطق والتحليل
D	جميع ما سبق

\

7	الشخص المنضبط الذي ينفذ الأعمال الروتينية ويعالج قضاياه بشكل عملي يكون من نمط التفكير لديه :
A	المشاعري
B	التنفيذي
C	الإبداعي
D	الموضوعي

8	الشخص الذي يهتم بالعلاقات ويحب المناخ الذي تسوده المحبة يكون نمط تفكيره :
A	تنفيذي
B	إبداعي
C	موضوعي
D	عاطفي / مشاعري

9	من سمات أصحاب التفكير الإبداعي :
A	الإبتكار
B	الخيـال
C	الإستكشاف والمغامرة
D	جميع ما سبق

10	الشخص الذي لديه القدرة على استخدام الكلمات والألفاظ والمعاني في مهارات التحدث والكتابة يتمتع بدرجة عالية بالذكاء :
A	البصري
B	الإجتماعي
C	اللفظي اللغوي
D	المنطقي الحسابي

11	الشخص الذي يتمتع بدرجة عالية من الذكاء البصري هو :
A	الشخص الذب لديه قدرة عالية على التعبير
B	أنسب شخص لمهنة التدريس والمحاماة
C	الشخص المحب للطبيعة والكائنات الحية
D	الشخص الذي لديه القدرة على فهم الصور والخرائط والجداول والرسوم

12	يعبر مفهوم الرؤية عن :
A	الأهداف قريبة المدى
B	ما يراه النائم في منامه
C	ما تراه العين بوضوح
D	الحلم الأكبر الذي ترغب في تحقيقة على المدى البعيد

13	الهدف الذي تنطبق عليه شروط الهدف الذكي هو :
A	أن أطور مهاراتي
B	أن أتعلم قيادة السيارات
C	أن أكون ذكية ونشيطة
D	أن أقرأ كتاب الرحيق المختوم قبل نهاية الشهر القادم

14	سأمارس الرياضة لأخفف من وزني .. هذا الهدف غير ذكي لأنه :
A	هدف بعيد المدى
B	هدف غير طموح
C	غير واقعي ولا يمكن تحقيقه
D	هدف غير قابل للقياس وغير محدد بزمن

15	من معايير تحديد الهدف الذكي أن يكون :
A	محدد بزمن
B	قابل للقياس
C	واقعي وقابل للتحقق
D	جميـــع ما سبـــق

ثالثا : اذكر نوع الذكاء المرتبط بالمهارات التالية :

الذكاء	المهارات
.....	الإستماع للأخرين وتفهم مشاعرهم – العمل ضمن مجموعات
.....	تذكر النغمات والألحان – الغناء
.....	أداء التمارين الرياضية بإتقان –تقليد الحركات
.....	فهم الصور والخرائط – حل الألغاز المرئية
.....	التحدث – الكتابة – قص الحكايات – الشرح
.....	ملاحظة الحيونات – الإهتمام بالظواهر الطبيعية

رابعاً : اذكر نوع الذكاء المناسب للوظائف المذكورة :

الذكاء	الوظائف
.....	العلاقات العامة – ريادة الأعمال – السياسة
.....	الطب النفسي – الإرشاد الديني والنفسي
.....	تدريس اللغات – الصحافة والمحاماة
.....	الفن المعماري والتصميم الداخلي
.....	تدريس الرياضيات – برمجة الكمبيوتر
.....	تدريس التربية الرياضية – العلاج الطبيعي

خامساً : عرف المفاهيم الآتية

1- التفكير ....
2- الرؤية ....
3- الهدف ....

سادساً : أجب على الأسئلة التالية :

1	قسّم هيرمان التفكير إلى أربعة أنماط ، اذكرها
	-1 ..... -2 ..... -3 ..... -4 .....
2	عدد المهارات التي يتميز بها صاحب الذكاء الحركي .
	-1 ..... -2 .....
3	ما هي المهارات التي يتميز بها صاحب الذكاء اللفظي اللغوي ؟
	-1 ..... -2 .....
4	اذكر المهارات التي يتميز بها صاحب الذكاء الإجتماعي .
	-1 ..... -2 .....