

10

## اختبار قصير في مادة المهارات الحياتية للصف السابع الأساسي

3

السؤال الأول: أكمل العبارات التالية بما يناسبها :-

(1) فوائد التخطيط اليومي للوقت عديدة منها .....

(2) ترتيب الفرد لأفكاره والأعمال التي يود ممارستها حسب الأهمية يطلق عليه .....

(3) العوامل التي تعيق الفرد عن استثمار وقته في أنشطة مفيدة يقصد به .....

السؤال الثاني: (1) أذكر اثنين لكل من :

4

عوامل هدر الوقت الشخصية	عوامل هدر الوقت الخارجية (الخارجة عن إرادة الإنسان)
(1) .....	(1) .....
.....	.....
(2) .....	(2) .....
.....	.....

3

(2) قم بصياغة أهداف خاصة بك حسب الجدول التالي :

هدف بعيد المدى	هدف متوسط المدى	هدف قصير المدى

(انتهت الأسئلة)