

- قررت وزارة التعليم تدريس
- هذا الكتاب وطبعه على نفقتها



المملكة العربية السعودية

المهارات الحياتية والأسرية

الصف الثاني الابتدائي

الجزء الثاني من المقرر

قام بالتأليف والمراجعة

فريق من المتخصصين

يوزع مجاناً للإبلاغ

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

طبعة ١٤٤٧ - ٢٠٢٥

ح) المركز الوطني للمناهج، ١٤٤٧ هـ

المركز الوطني للمناهج

المهارات الحياتية والأسرية: الصف الثاني الابتدائي: الجزء الثاني من المقرر:
المركز الوطني للمناهج. - الرياض، ١٤٤٧ هـ.
٨٢ ص؛ ٢٥,٥ x ٢١ سم

رقم الإيداع: ١٣٣٧ / ١٤٤٧

ردمك: ٠ - ١٦٨ - ٥١٤ - ٦٠٣ - ٩٧٨

حقوق الطبع والنشر محفوظة لوزارة التعليم

www.moe.gov.sa

مواد إثنائية وداعمة على "منصة عين الإثنائية"



ien.edu.sa

أعزاءنا المعلمين والمعلمات، والطلاب والطالبات، وأولياء الأمور، وكل مهتم بالتربية والتعليم،
يسعدنا تواصلكم؛ لتطوير الكتاب المدرسي، ومقترحاتكم محل اهتمامنا.



fb.ien.edu.sa



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



المقدمة

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين وبعد ..

يسرنا أن نقدّم كتاب الطالب للصف الثاني الابتدائي من سلسلة مقرر المهارات الحياتية والأسرية، انسجاماً مع الأهداف الإستراتيجية لوزارة التعليم وبما يسهم في تحقيق رؤية المملكة العربية السعودية ٢٠٢٠ التي تنص على ”إكساب الطالب المعارف والسلوكيات الحميدة؛ ليكون ذا شخصية مستقلة تتّصف بروح المبادرة والمثابرة والقيادة“.

وقد حرصنا في تأليفه على تنوع أساليب عرضه باستخدام مصادر التعلّم المختلفة من رسوم وصور وأنشطة؛ لإثارة التفكير، وإكساب الطالب مهارات القرن الحادي والعشرين في إطار أهداف الوحدات الدراسية.

وتتيح أنشطة التعلّم المتضمنة في هذا الكتاب الفرصة للمتعلم كي يفكر ويُحاور ويُعبّر عن رأيه؛ ليكتسب المهارات والكفايات القابلة للتطبيق في حياته اليومية.

لقد حاولنا أن يشمل هذا الكتاب المجالات الأساسية لمقرر المهارات الحياتية والأسرية؛ ليكون عوناً للطالب على أن يصبح ذا شخصية متزنة، واثقاً بنفسه، محباً لوطنه، يتصرّف التصرف السليم في المواقف والمناسبات المختلفة، ويكتسب العادات الصحيّة السليمة في غذائه ومسكنه وبيئته، ويستثمر أوقات فراغه فيما يعود عليه بالنفع والفائدة، بحيث يصبح فرداً فعالاً في بناء أسرته ومجتمعه.

كما أنه من منطلق اهتمام المملكة العربية السعودية بالأفراد ذوي الإعاقة، والتزامها باستيفاء كافة الحقوق الممكنة؛ لدعمهم ودمجهم في المجتمع، أدرجت مفردات بلغة الإشارة في هذا المقرر؛ لتزويد الطلاب السامعين بحصيلة مناسبة من المفردات الإشارية التي يؤمل أن يكون لها أثرها في كسر حاجز اللغة وتيسير عملية الاندماج، وخلق نوع من التواصل بين الطلاب السامعين والطلاب الصم.

نسأل الله - عزّ وجلّ- أن يجعل هذا العمل خالصاً لوجهه تعالى، والله من وراء القصد.



مفاتيح الكتاب

نُودُ أَنْ نُنَبِّهَ إِلَى أَنَّ بَعْضَ الْأَسْئَلَةِ وَالْأَنْشِطَةِ لَيْسَ لَهَا إِجَابَةٌ وَاحِدَةٌ مُحَدَّدَةٌ، حَيْثُ إِنَّ فِيهَا مَسَاحَةً لِإِبْدَاءِ الرَّأْيِ وَوَجْهَاتِ النَّظَرِ، بِهَدَفِ تَنْمِيَةِ مَهَارَاتِ التَّعْلَمِ وَالتَّفْكِيرِ وَدَعْمِ الثِّقَةِ بِالنَّفْسِ لَدَى الْمُتَعَلِّمِ.

رُؤْيَا السُّعُودِيَّة ٢٠٣٠.



أَنْشِطَةٌ فَرْدِيَّةٌ أَوْ جَمَاعِيَّةٌ ذَاتُ عِلَاقَةٍ بِمُحْتَوَى الدَّرْسِ، تُنْفَّذُ دَاخِلَ الصَّفِّ أَوْ خَارِجَهُ.



التَّفْكِيرُ النَّاقدُ.



التَّفْكِيرُ الإِبْدَاعِي وَحَلُّ الْمَشْكَلاتِ.



التَّوَاصُلُ.



التَّعَاوُنُ وَالْمُشَارَكَةُ الْمُجْتَمَعِيَّةُ.



أُسْرَتِي الْعَزِيْزَةُ.



مَعْلُومَاتٌ إِثْرَانِيَّةٌ.



أَنَاشِيدٌ يَسِيرَةٌ تُقَدِّمُ لِلْمُتَعَلِّمِ لِتَأْكِيدِ مَفَاهِيمِ الدَّرْسِ وَإِضْفَاءِ رُوحِ الْمَرِحِ، وَلَا يُطَلَّبُ مِنْهُ حِفْظُهَا، بَلْ تَرَدُّدُ مَعَ الْمُعَلِّمِ فَقَطْ.



إِرْشَادَاتٌ عَامَّةٌ.



مِقْيَاسٌ يُحَدِّدُ مَدَى اسْتِيْعَابِ الدَّرْسِ وَفَهْمِهِ.



هِيَا نَتَعَلَّمُ لُغَةَ الْإِشَارَةِ.



الفهرس

الصفحة

الموضوع

الوحدة

٧	دليل الأسرة	
١١	السلامة أثناء ركوب السيارة	صحتي وسلامتي
١٨	السلامة داخل المدرسة	
٣٧	مصرفي الشخصي	شخصيتي
٤٥	كيف أتصرف إذا بقي معي نقود؟	
٥٩	الماء	غذائي
٦٩	الحليب	
٧٩	تمارين عامة	





دليل الأسرة

أولياء الأمور الكرام:

أهلاً وسهلاً بكم، نأمل أن يكون هذا العام الدراسي مثمراً ومفيداً، لكم ولأبنائكم الأعزاء. نهدف في تعليم مقرر المهارات الحياتية والأسرية إلى إكساب أبنائنا المفاهيم العلمية، والمهارات العملية المتنوعة، والقيم النبيلة، التي يحتاجونها في حياتهم اليومية، لذا نأمل منكم مشاركة أبنائكم في تحقيق هذا الهدف.

وستجدون في بعض صفحات هذا الكتاب أيقونة خاصة بكم بوصفكم أسرة الطالب، فيها رسالة تخصكم، ونشاط يمكن لكم أن تشاركوا أبناءكم في تنفيذه.

كما ضمن ملحق في نهاية كل وحدة بمفردات مترجمة بلغة الإشارة نهدف من خلالها تزويد الطلاب بحصيلة مناسبة من المفردات الإشارية؛ لإيجاد نوع من التواصل بين أفراد المجتمع السامعين والصم.

فهرسُ تضمين أنشطة خاصة بإشراك الأسرة في هذا الكتاب :

رقم الصفحة	نوع النشاط	الوحدة
١٢	تَهْيئةُ الدَّرْسِ : أُسْرَتِي العَزِيْزةُ .	الوحدة الأولى صِحَّتِي وَسَلامَتِي
١٣	نَشاطُ (أَسْرِي) .	
١٥	نَشاطُ (خَتَامِي) .	
٣٣	هَيَّا نَتَعَلَّمُ لُغَةَ الإِشارةُ .	الوَحْدَةُ الثَّانِيَّةُ شَخْصِيَّتِي
٣٨	تَهْيئةُ الدَّرْسِ : أُسْرَتِي العَزِيْزةُ .	
٣٩	نَشاطُ (أَسْرِي) .	
٤٢	نَشاطُ (خَتَامِي) .	الوَحْدَةُ الثَّالِثَةُ غِذائِي
٥٥	هَيَّا نَتَعَلَّمُ لُغَةَ الإِشارةُ .	
٦٩	تَهْيئةُ الدَّرْسِ : أُسْرَتِي العَزِيْزةُ .	
٧٢	نَشاطُ (أَسْرِي) .	الوَحْدَةُ الثَّالِثَةُ غِذائِي
٧٤	نَشاطُ (خَتَامِي) .	
٧٨	هَيَّا نَتَعَلَّمُ لُغَةَ الإِشارةُ .	





الوَحْدَةُ الْأُولَى

صِحَّتِي وَسَلَامَتِي

- ◀ السَّلَامَةُ أَثْنَاءِ رُكُوبِ السَّيَّارَةِ
- ◀ السَّلَامَةُ دَاخِلَ الْمَدْرَسَةِ.

صِحَّتِي وَسَلَامَتِي



الأَهْدَافُ

يُتَوَقَّعُ مِنَ الطَّالِبِ فِي نَهَايَةِ الْوَحْدَةِ:

- ◆ أَنْ يُطَبِّقَ قَوَاعِدَ السَّلَامَةِ أَثْنَاءَ رُكُوبِ السَّيَّارَةِ.
- ◆ أَنْ يُطَبِّقَ قَوَاعِدَ السَّلَامَةِ دَاخِلَ الْفَصْلِ.
- ◆ أَنْ يَتَّبِعَ إِرْشَادَاتِ السَّلَامَةِ فِي الْمَمَرَّاتِ وَالسَّلَالِمِ.
- ◆ أَنْ يَتَحَلَّى بِالْأَدَابِ الصَّحِيَّةِ أَثْنَاءَ اسْتِخْدَامِ دَوَّارَاتِ الْمِيَاهِ.
- ◆ أَنْ يَلْتَزِمَ بِأَسَالِيبِ السَّلَامَةِ دَاخِلَ الْمَرَافِقِ الْمَدْرَسِيَّةِ.
- ◆ أَنْ يَتَجَنَّبَ كُلَّ مَا يُعَرِّضُهُ لِلْخَطَرِ أَثْنَاءَ تَوَاجُدِهِ فِي الْفِنَاءِ الْخَارِجِيِّ.





www.iien.edu.sa

الوَحدة الأولى

صِحَّتِي وَسَلامَتِي

السَّلامةُ أَثناءِ رُحُوبِ السَّيارةِ

لَوْنٌ وَسِيلةُ المُواصلاتِ الَّتِي تَسْتَخِدمُها
فِي الوُصُولِ إِلى المَدْرَسَةِ.

المُضاهيمُ الرَّئيسيةُ:

• السَّيارةُ.

• حِزامُ الأمانِ.

متروك للطالب / ة



أَكْتُبِ اسْمَ وَسِيلةِ المُواصلاتِ المُسْتَخِدمةِ

متروك للطالب / ة

أُسْرَتِي الْعَزِيزَةُ



أُسْرَتِي الْعَزِيزَةُ: أبدأُ الْيَوْمَ دِرَاسَةَ دَرَسٍ جَدِيدٍ أَتَعَلَّمُ فِيهِ
(إِرْشَادَاتُ السَّلَامَةِ أَثْنَاءِ رُكُوبِ السَّيَّارَةِ) وَهَذَا نَشَاطٌ نَسْعُدُ بِتَنْفِيزِهِ مَعًا.
مَعَ وَاوْفِرِ الْحُبِّ / اِبْنُكُمْ / اِبْنَتُكُمْ.



نشاط

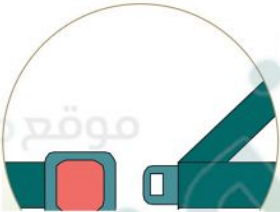
عَزِيزِي الْآبَ / عَزِيزَتِي الْآمَ: تَأَكَّدَا مِنْ رَبِطِ آبْنَائِكُمَا حِزَامَ
الْأَمَانِ أَثْنَاءِ رُكُوبِ السَّيَّارَةِ.

مَبَادِيُ السَّلَامَةِ أَثْنَاءِ رُكُوبِ السَّيَّارَةِ

أَرْبِطُ حِزَامَ الْأَمَانِ وَأَذْكَرُ وَالِدِي وَإِخْوَتِي بِرَبِطِهِ



نشاط



مَاذَا يَحْدُثُ لَوْ لَمْ يَرْبِطِ رَاكِبُ

السَّيَّارَةِ حِزَامَ الْأَمَانِ؟ يَحْدُثُ أَذَى فِي الرَّاكِبِ وَقَدْ يُوْدِي إِلَى الْوَفَاةِ.



مِنَ النَّتَائِجِ الْمُتَرْتِبَةِ عَلَى رَبِطِ حِزَامِ الْأَمَانِ لِلرَّاكِبِ مَا يَأْتِي:

١. يُثَبِّتُ الرَّاكِبَ فِي الْمَقْعَدِ.
٢. يَمْنَعُ خُرُوجَ الرَّاكِبِ مِنَ السَّيَّارَةِ فِي حَالِ الاضْطِدَامِ.
٣. يَمْنَعُ اضْطِدَامَ بَعْضِ الرُّكَّابِ بِبَعْضِ دَاخِلِ السَّيَّارَةِ.

نشاط ٢

هل يوجد حزام أمان في وسيلة نقلٍ أُخرى؟ ماذا تُسمَّى؟

نعم ، يوجد حزام الأمان في وسائل النقل
العامة مثل القطار - الطائرة - السفن.

أسرتي العزيزة

عزيزي الأب/ عزيزتي الأم: ساعداً أبناءكم
على كتابة عبارة تحث على ربط حزام الأمان.

لسلامتك اربط حزام الأمان

أصدر خادم الحرمين
الشريفين، الملك سلمان
ابن عبدالعزيز، أمراً سامياً
بالسماع للمرأة بالقيادة بدءاً من
١٠/١٠/١٤٣٩هـ.



للمحافظة على سلامتنا

لا أركب السيارة ولا أنزل منها حتى أتأكد من وقوفها تماماً. لماذا؟

بعد الركوب أقفل الباب بمفتاح الأمان.

لا أعبت أو أتحرك كثيراً في السيارة.



ممكن ان يقع احد افراد
الأسرة خارج المركبة

ما أخطار فتح الباب في أثناء سير السيارة؟

لا أخرج رأسي أو أجزاء من جسمي من نافذة السيارة.

نشاط ٣



لَمْ يَجِبْ اسْتِخْدَامُ الْبَابِ
الْقَرِيبِ مِنَ الرَّصِيفِ عِنْدَ
رُكُوبِ السَّيَّارَةِ، وَالنُّزُولِ مِنْهَا؟

حتى لا أصطدم بالسيارات المارة واحافظ على سلامتي

نشاط ٤



ناقش مُعَلِّمَكَ وَمَجْمُوعَتِكَ حَوْلَ
طَرَائِقِ اسْتِثْمَارِكَ لَوْقَتِكَ أَثْنَاءَ
جُلُوسِكَ فِي السَّيَّارَةِ مُدَّةً طَوِيلَةً.

الاستماع او قراءة القرآن الكريم
قراءة القصص
الاستماع للكتب الصوتية

أُسرتي العَزيزة



عزيزي الأب / عزيزتي الأم: ناقِشْنا أبنَاءَ كُما في أهمية الالتزام
بِمبادئ السلامة أثناء ركوبِ السيارة.



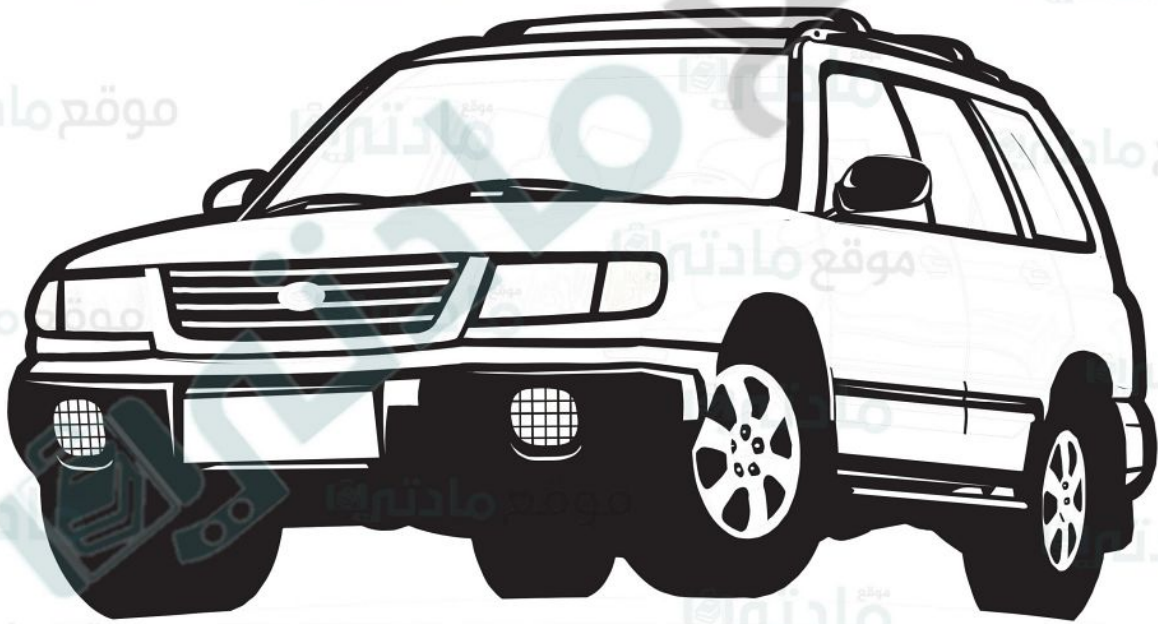
إرشادات عامة

- ◆ تَجَنَّبِ التَّحَدُّثَ مَعَ السَّائِقِ إِلَّا لِلضَّرُورَةِ.
- ◆ التَّزِمِ بِأَدَابِ الرُّكُوبِ؛ لِحِمَايَتِكَ مِنْ حَوَادِثِ الطَّرِيقِ.
- ◆ اسْتَخْذِمِ حِزَامَ الأَمَانِ فَإِنَّهُ وَقَايَةٌ - بِإِذْنِ اللّهِ - مِنْ أخطارِ الحَوَادِثِ.
- ◆ تَجَنَّبِ الرُّكُوبَ مَعَ سَائِقٍ غَرِيبٍ بِمُفْرَدِكَ.

هيا نمرح

ألون السيارة بلون سيارة عائلتي، وأكتب رقم لوحها وحروفها:

متروك للطالب / ة



أشطبُ الكلمات الآتية أفقيًّا أو عموديًّا، وأكملُ الفراغَ بالحُرُوفِ الباقيةِ للحصولِ على الجُملةِ المطلوبةِ:

سيارة	مر	شارع	إشارة	قف
حزام	أمان	مرور	طريق	دورية
س	ش	ا	ر	ع
ي	ن	ا	ش	ر
ا	ح	ي	ا	م
ر	ز	م	س	ق
ة	ا	ر	م	ر
ا	م	ط	ر	ي
ة	م	ق	م	ة

في الـ **ت أ ن ي ا** **س ل ا م** **ة**

ما رأيك في هذه الصورة؟ هلا كتبت اقتراحًا؛ للتخلص من الأوساخ

في السيارة بطريقة سليمة.



هذا تصرف خاطئ ، وللتخلص من الأوساخ نضعها في أكياس ثم نلقيها في سلة المهملات.



السَّلَامَةُ دَاخِلَ الْمَدْرَسَةِ

كَيْفَ تُحَافِظُ عَلَي صِحَّتِكَ وَسَلَامَتِكَ فِي الْمَدْرَسَةِ؟

المفاهيم الرئيسة :

- السَّلَامَةُ.
- المرافق.
- الفناء.

أن اتبع شروط السلامة الصحية وابتعد عن البيئة المحيطة من الطلبة عن طريق العدوى أو بسبب الإهمال في النظافة الشخصية أو العامة.

المَدْرَسَةُ مِنَ الْأَمَاكِنِ الَّتِي أَرْتَادُهَا بِشَكْلِ يَوْمِي مَعَ الطُّلَّابِ ، وَيَجِبُ عَلَي الْمُحَافَظَةُ عَلَي نَفْسِي وَحِمَايَتِهَا مِنَ الْأَخْطَارِ الَّتِي قَدْ تُؤْذِنِي ، أَوْ تُؤْذِي أَصْدِقَائِي أَثْنَاءَ وُجُودِنَا فِي الْمَدْرَسَةِ.



عندما نُهملُ إرشاداتِ السَّلامَةِ فِي المَدْرَسَةِ قَدْ نَتَعَرَّضُ لِبَعْضِ الأَخْطَارِ وَالإِصَابَاتِ مِنْهَا:

انتقال العدوى بين الطلبة يؤدي إلى انتشار الأمراض لا قدر الله.

وجود مياه على الأرضية يؤدي إلى خطر الانزلاق أو الاصطدام.



القيام بأعمال الشغب أو عنف تجاه الآخرين تؤدي تدهور نفسية الطلبة وأذيتهم.

الإصابات داخل المدرسة



اللعب حول سياج المدرسة قد يسبب الحوادث والإصابات.



التدافع على السلالم مع الآخرين أو تزامهم يؤدي إلى السقوط وإصابة بالكسور لا قدر الله.



ترك أي من الأدوات الحادة سواء على الكراسي أو الادراج تكون مصدرا للخطر بجرح أي من الطلبة لا قدر الله.



العبث بمنافذ الكهرباء يؤدي إلى التماس كهربائي لا قدر الله.



إهمال شروط الأمن والسلامة في المعامل تسبب في أصابه حروق أو أستنشاق مواد خطيرة.

أَوَّلًا: السَّلَامَةُ دَاخِلَ الْفَضْلِ

التَّصَرُّفُ السَّلِيمُ

١. الْجُلُوسُ عَلَى الْكُرْسِيِّ بِاسْتِقَامَةٍ.
٢. عَدَمُ وَضْعِ الْحَقِيْبَةِ عَلَى الْكُرْسِيِّ خَلْفَ الظَّهْرِ.
٣. عَدَمُ الْعَبَثِ بِمَنَافِذِ الْكَهْرَبَاءِ وَالْأَجْهَزةِ الْكَهْرَبَائِيَّةِ.
٤. عَدَمُ التَّسَلُّقِ عَلَى النَّافِذَةِ أَوْ الْخُرُوجِ بِكَامِلِ الْجِسْمِ مِنْهَا.

النتيجة

١. أَحَافِظُ عَلَى نَفْسِي وَظَهْرِي.
٢. لَا أَتَسَبَّبُ فِي إِيْذَاءِ نَفْسِي وَالْآخَرِينَ.



التَّصَرُّفُ الخاطِئُ

١. التَّدَاوُعُ مَعَ الآخِرِينَ أَوْ التَّرَاحُمُ عِنْدَ الدُّخُولِ أَوْ الخُرُوجِ مِنَ الفَصْلِ.
٢. إِعَاقَةُ أَوْ عَرَقَلَةُ الآخِرِينَ أَثْنَاءَ دُخُولِ الفَصْلِ أَوْ الخُرُوجِ مِنْهُ.
٣. قَذْفُ بَعْضِ الأَدَوَاتِ المَدْرَسِيَّةِ كَأَقْلَامِ الرِّصَاصِ أَوْ الكُتُبِ أَوْ مَشَابِكِ الوَرَقِ أَوْ أَيِّ مَوَادٍ صَلْبَةٍ عَلَيَّ الآخِرِينَ.
٤. القِيَامُ بِأَعْمَالِ شَغَبٍ أَوْ عُنْفٍ تُجَاهَ الآخِرِينَ أَثْنَاءَ فِتْرَةِ الاستِرَاحَةِ.

النتيجة

١. أَتَسَبَّبُ فِي أَدِيَّةِ نَفْسِي أَوْ إِيْذَاءِ جُزْءٍ مِنْ جَسَدِي .
٢. أَتَسَبَّبُ فِي إِيْذَاءِ الآخِرِينَ .





هَلْ شَاهَدْتَ تَصَرُّفَاتٍ أُخْرَى تَحْدُثُ
دَاخِلَ الْفَصْلِ، اذْكُرْهَا وَمَا رَأَيْكَ فِيهَا؟



نعم ، الوقوف على الكراسي أو الطاولات رأيت أنه تصرف خاطئ لأنه يعرض الشخص إلى السقوط والإصابة بالأذى.



إرشادات عامة

◆ مِنَ الضَّرُورِيِّ أَنْ تَحْفَظَ وَتَحْمِي نَفْسَكَ مِنْ أَيِّ سُلُوكٍ يُعَرِّضُكَ لِلْخَطَرِ.

◆ التَّزَامِ الْأَدَابِ الْحَسَنَةِ مَعَ الْآخَرِينَ يَجْعَلُكَ شَخْصِيَّةً مَحْبُوبَةً مِنَ الْجَمِيعِ.

◆ إِيْذَاءُ الْآخَرِينَ لَيْسَ مِنْ قِيَمٍ وَمَبَادِي الْمُسْلِمِينَ.



هيا نمرح

الوحدة الأولى

صحتي وسلامتي

أَتَوَقَّعُ النَّيْجَةَ الْمُتَرْتِبَةَ عَلَى التَّصَرُّفِ الْخَاطِئِ فِي الْأَشْكَالِ الْآتِيَةِ:



تؤدي الى الصعق الكهربائي أو التماس



التزامم والسقوط وانتقال الامراض



التعرض للإصابة بسبب
التدخل بين المتشاجرين



التعرض لضربات الشمس وفقد السوائل

تقوم المسؤولية المجتمعية على تعاون الأفراد والتزامهم
بالسلوك الصحيح من أجل جودة حياة كافة فئات المجتمع
في الحاضر والمستقبل.

ثَانِيًا: السَّلَامَةُ فِي المَمَرَاتِ وَالسَّلَامِ

● السَّيْرُ بِهَدْوٍ فِي المَمَرَاتِ وَعَدَمُ الرِّكْضِ حَتَّى لَا تَتَعَرَّضَ لِخَطَرِ السَّقُوطِ.

● عَدَمُ التَّدْفِيعِ عَلَى السَّلَامِ أَثْنَاءِ الصُّعُودِ أَوْ النُّزُولِ.

● اِلْتِزَامُ الجِهَةِ اليُمْنَى مِنَ السَّلَامِ أَثْنَاءِ الصُّعُودِ، وَالجِهَةِ اليُسْرَى أَثْنَاءِ النُّزُولِ.

● عَدَمُ قَطْعِ دَرَجَتَيْنِ أَوْ أَكْثَرَ أَثْنَاءِ اسْتِخْدَامِ السَّلَامِ.

● تَجَنُّبُ رَمْيِ المُخَلَّفَاتِ أَوْ النِّفَايَاتِ أَوْ سَكْبِ المَشْرُوبَاتِ عَلَى السَّلَامِ، حَتَّى لَا تُسَبِّبَ انْزِلَاقَ الآخَرِينَ أَوْ تَعَثُّرَهُمْ.

● عَدَمُ تَسَلُّقِ الحَاجِزِ بَيْنَ الأَدْوَارِ أَوْ التَّرْحُلِقِ عَلَيْهِ، لِتَلَاوِي السَّقُوطِ.

● تَجَنُّبُ الإِنْحِنَاءِ إِلَى الأَسْفَلِ مِنْ أَعْلَى الحَاجِزِ لِتَفَادِي خَطَرَ السَّقُوطِ.

ثالثاً: السَّلامَةُ فِي دَوَرَاتِ المِياهِ.

التَّصْرُفُ السَّليمُ

١. ألتزم بقواعد استخدام دَوَرَاتِ المِياهِ.
٢. أمشي بهدوءٍ عند الدُّخولِ أو الخُروجِ مِنْ دَوَرَةِ المِياهِ.
٣. أتأكد من سَلامَةِ البابِ قَبْلَ إِغلاقِهِ.
٤. أتفقّد المَرِحاضَ قَبْلَ اسْتِخدامِهِ لِلحِفاظِ عَلى صِحَّتِي.
٥. أغسل يَدَيَّ بالماءِ والصَّابونِ، بَعْدَ الاِنتِهاءِ مِنْ اسْتِخدامِ دَوَرَةِ المِياهِ.

النَّتِيجَةُ

أحافظُ عَلى صِحَّتِي وسَلامَتِي مِنْ
الأَمراضِ.



التَّصَرُّفُ الخاطِئُ

١. الرِّكْضُ أَوْ القَفْزُ فِي دَوْرَةِ المِيَاهِ.
٢. العَبَثُ بِالمِيَاهِ أَوْ سَكْبُهَا عَلَى الأَرْضِيَّةِ.
٣. لَمْسُ مَنافِذِ الكَهْرَبَاءِ وَاليَدَانِ مُبَلَّلَتَانِ بِالمَاءِ.



النتيجة

١. أتعرضُ لِخَطَرِ الانزِلاقِ.
٢. أَسبَبُ فِي هَدْرِ المَاءِ وَإِذَاءِ الأَخرينِ.
٣. أَعْرِضُ نَفْسِي وَالأَخرينَ لِأَخْطَارِ الكَهْرَبَاءِ.



تَجَنَّبِ الذَّهَابَ إِلَى دَوْرَةِ المِيَاهِ مُنْفَرِدًا عِنْدَمَا تَكُونُ بِحَالَةٍ غَيْرِ جَيِّدَةٍ، أَوْ عِنْدَ الشُّعُورِ بِالدُّوَارِ أَوْ فِي حَالَاتِ ارْتِفَاعِ وَانخِفاضِ السُّكْرِ.



إرشادات عامة

- ◆ احترم الآخرين أثناء السير في الممرات والسلالم ولا تسئ لهم.
- ◆ احرص على نظافة دورات المياه بعد استعمالها؛ لأنها وضعت لك ولغيرك.
- ◆ تجنب الحديث بصوت مرتفع عند السير في الممرات حتى لا تصبح مصدر إزعاج للآخرين.

هيا نمرح

تَحَدَّثُ عَنْ خَطَرٍ تَعَرَّضْتَ لَهُ أَثْنَاءَ وُجُودِكَ فِي الْمَدْرَسَةِ. وَكَيْفَ تَصَرَّفْتَ؟

يقوم الطالب /ة بالتحدث عن خطر تعرض له ...
اثناء تواجده في المدرسة.

.....

.....

.....

رَابِعًا: السَّلَامَةُ فِي المَلَاعِبِ

✗ لَا أَفْعَلُ

✓ أَفْعَلُ

- لَا تَلْعَبُ بِأَدَوَاتٍ أَوْ أَلْعَابٍ مُخَصَّصَةً لِأَخْرَيْنِ أَكْبَرَ سِنًا.
- لَا تَرْكُضُ فِي المَلْعَبِ وَأَنْتِ تَحْمِلُ زُجَاجَةَ مَاءٍ أَوْ عَصِيرٍ.
- لَا تَلْعَبُ تَحْتَ أَشْعَةِ الشَّمْسِ المُبَاشِرَةِ حَتَّى لَا تَتَعَرَّضَ لِضَرْبَاتِ الشَّمْسِ أَوْ فُقْدَانِ السَّوَائِلِ.
- لَا تَرْمِ الأَدَوَاتِ الرِّيَاضِيَّةَ بِاتِّجَاهِ الأَخْرَيْنِ.
- لَا تَضْرِبُ الأَخْرَيْنِ (حَتَّى عَلَى سَبِيلِ المُزَاحِ) أَثْنَاءَ مُمَارَسَةِ الرِّيَاضَةِ.

- اتَّبِعِ إرْشَادَاتِ الأُسْتَاذِ المَسْئُولِ فِي المَلْعَبِ.
- التَّزَمِ بِتَعْلِيمَاتِ مُعَلِّمِ التَّرْيِيبَةِ البَدَنِيَّةِ.
- احْتَرِمِ قَوَاعِدَ كُلِّ لُغْبَةٍ رِيَاضِيَّةٍ
- ارْتَدِ المَلَابِسَ وَالأَحْذِيَةَ الرِّيَاضِيَّةَ المُنْخَصَّصَةَ مَعَ المُعَدَّاتِ الوَاقِيَةِ المُنَاسِبَةِ.
- حَافِظْ عَلَى هُدُوءِ الأَعْصَابِ أَثْنَاءَ اللُّعْبِ.
- حَافِظْ عَلَى أَدَوَاتِ الأَلْعَابِ الرِّيَاضِيَّةِ؛ فَهِيَ لَكَ وَلِغَيْرِكَ.

نشاط ٢

مَاذَا أَفْعَلُ إِذَا أُصِيبَ أَحَدُ الطُّلَابِ أَثْنَاءَ مُمَارَسَةِ الرِّيَاضَةِ بِالْمَلْعَبِ الْمَدْرَسِيِّ؟

أخبر المدرب بذلك

خامسًا: السَّلَامَةُ فِي الْفِنَاءِ الْخَارِجِيِّ

أخْتَارُ الشَّكْلَ الْمُنَاسِبَ لِلْفِرَاعَاتِ فِي التَّصَرُّفَاتِ الْآتِيَةِ:

• عَدَمُ رَمِي **النفايات** عَلَى الْأَرْضِ.

• عَدَمُ التَّزَاحُمِ أَوْ التَّدَاوُعِ عِنْدَ الدُّخُولِ وَالخُرُوجِ مِنْ
..... **المدرسة**

• الْجُلُوسُ قَدْرَ الْإِمْكَانِ فِي **الظل** بِالسَّاحَةِ الْخَارِجِيَّةِ.

• عَدَمُ **تسلق** أَسْوَارِ الْمَدْرَسَةِ.

• الْإِبْتِعَادُ عَنِ **أماكن الخطر** وَعَدَمُ فَتْحِ غُرْفِ الْكَهْرَبَاءِ.

• الْبُعْدُ عَنِ **مياه** الْأَمْطَارِ فِي فَصْلِ الشِّتَاءِ.





الْوُقُوفُ بِانْتِظَامٍ عِنْدَ الشَّرَاءِ مِنَ الْمَقْصَفِ
الْمَدْرَسِيِّ سُلُوكٌ حَضَارِيٌّ، وَيَجْنِبُكَ وَالْآخَرِينَ
التَّعَرُّضَ لِلْإِصَابَاتِ.



إرشادات عامة

- ◆ تَجَنَّبِ اللَّعِبَ عِنْدَ مَصَادِرِ الْخَطَرِ أَوْ الْعَبَثِ بِهَا.
- ◆ عَدَمُ الْخُرُوجِ مِنَ الْمَدْرَسَةِ إِلَّا بَعْدَ النِّدَاءِ مِنْ حَارِسِ الْأَمْنِ
بِوُضُوحٍ وَسَيْلَةٍ النَّقْلِ.
- ◆ حَافِظْ عَلَى مُمْتَلَكَاتِ الْوَطَنِ، لِيَبْقَى مَنَارَةٌ حَضَارِيَّةً جَمِيلَةً.

هيا نمرح

● أتحَدِّثُ أَمَامَ الطُّلَّابِ عَنَ مَا يَأْتِي:

١. لِمَاذَا يُمْنَعُ حَمْلُ زُجَاجَاتِ الْمَاءِ أَوْ الْعَصِيرِ، عِنْدَ الرَّكُضِ فِي الْمَلْعَبِ أَوْ الْفِنَاءِ الْخَارِجِيِّ؟

حتى لا تنسكب وتعرضك للانزلاق و السقوط.

٢. أَهَمِّيَّةٌ وَجُودِ مَخَارِجِ الطَّوَارِئِ فِي الْمَدْرَسَةِ.

في حالة حدوث الحرائق أو التلوث لا قدر الله.

وَحْدَةُ صِحَّتِي وَسَلَامَتِي



أَتَعَلَّمُ لُغَةَ الإِشَارَةِ بِشَغْفٍ؛ حَتَّى أَتَوَاصَلَ مَعَ الآخَرِينَ مِنَ الصُّمِّ، وَأَنَا قَادِرٌ - بِتَوْفِيقِ اللَّهِ - عَلَى إِتْقَانِهَا بِكِفَاءَةٍ عَالِيَةٍ.





المصدر: الجمعية السعودية للإعاقة السمعية (٢٠١٨). قاموس لغة الإشارة السعودية، ط ١.



الوَحْدَةُ الثَّانِيَةُ

تَشْخِصِيَّتِي

◀ مَضْرُوفِي الشَّخْصِي

◀ كَيْفَ أَتَصَرَّفُ إِذَا بَقِيَ مَعِي نَقُودٌ؟



١١٧



شَخِصِيَّتِي



الأَهْدَافُ

يُتَوَقَّعُ مِنَ الطَّالِبِ فِي نَهَايَةِ الْوَحْدَةِ:

- ◆ أَنْ يُحَدِّدَ مَصَادِرَ الْمَصْرُوفِ الشَّخْصِيِّ.
- ◆ أَنْ يُمَيِّزَ بَيْنَ الْحَاجَاتِ وَالرَّغَبَاتِ.
- ◆ أَنْ يُقْتَرِحَ طَرِيقَةً مُثَلًى فِي انْفَاقِ مَصْرُوفِهِ الشَّخْصِيِّ.
- ◆ أَنْ يَتَصَرَّفَ بِحِكْمَةٍ فِيمَا بَقِيَ لَدَيْهِ مِنْ نَقُودٍ.
- ◆ أَنْ يُوضِّحَ مَفْهُومَ الْإِسْتِثْمَارِ وَأَهْمِيَّتِهِ فِي زِيَادَةِ الْإِيرَادَاتِ.

رابط الدرس الرقمي



www.ien.edu.sa

مَصْرُوفِي الشَّخْصِي

صِفْ مَا تَشَاهِدُهُ فِي الشَّكْلِ الْآتِي:

أشاهد العملة السعودية من فئات مختلفة

المفاهيم الرئيسة:

- المَصْرُوفُ.
- الأَدْخَارُ.



عَدَدُ العُمْلَةِ مِنْ فِئَةِ الرِّيَالِ .. **واحدة** . ،

وَفِئَةُ الخَمْسَةِ ... **٣** . **ورقات** ... ، وَفِئَةُ

العَشْرَةِ **ورقتين**

نشاط

متروك للطالب / ة

أرسم دائرة حول المصدر الذي أحصل منه على النقود



هل هناك مصادر أخرى أحصل منها على النقود؟

أتحدث مع زملائي ومعلمي عنها. من أهلي وأقاربي في الأعياد والمناسبات.

أسرتي العزيزة



أبدأ اليوم دراسة درس جديد أتعلّم فيه عن مَصْرُوفِي الشَّخْصِي وَهَذَا نَشَاطٌ
 سَنَسَعِدُ بِتَنْفِيذِهِ مَعًا. مَعَ وَافِرِ الْحُبِّ. ابْنُكُمْ / ابْنَتُكُمْ
 نَشَاطٌ أُسْرِيٌّ اسْتِهْلَالِيٌّ مَنْزِلِيٌّ:
 عَزِيزِي الْأَبُ / عَزِيزَتِي الْأُمُّ: سَاعِدَا أَبْنَاءَكُمْ فِي تَلْوِينِ الْإِيرَادَاتِ بِاللَّوْنِ الْأَصْفَرِ
 وَالْمَصْرُوفَاتِ بِاللَّوْنِ الْأَحْمَرِ.



أُسْرَتِي الْعَزِيزَةُ



خالد: تَذَوَّقْ يَا فَوَّازَ هَذِهِ الشُّكُولَاتَةَ اشْتَرَيْتُهَا مِنْ الْمَقْصَفِ قَبْلَ قَلِيلٍ.
فَوَّاز: وَهَلْ أَفْطَرْتَ يَا خَالِدَ؟

خالد: لَا؛ فَمَصَّرُوْنِي أَنْتَهَى فِي شِرَاءِ الشُّكُولَاتَةِ وَالْحَلْوَى.

فَوَّاز: أَلَا تَعْلَمُ يَا خَالِدُ أَنَّ شِرَاءَ فَطُورٍ صَحِّيٍّ كَشَطِيرَةِ الْجُبْنِ أَوْ حَلِيبٍ أَوْلَى مِنْ شِرَاءِ الْحَلْوَى وَالشُّكُولَاتَةِ وَأَعْظَمُ فَائِدَةً لِأَجْسَامِنَا.



عَدَمُ أَخْذِ النُّقُودِ مِنْ
شَخْصٍ غَرِيبٍ

أَلَوْنُ دَوَائِرِ الْحَاجَاتِ بِاللَّوْنِ الْأَخْضَرِ وَدَوَائِرِ الرَّغَبَاتِ بِاللَّوْنِ الْأَزْرَقِ:



عَلَيْنَا أَنْ نَفْرُقَ بَيْنَ
الْإِحْتِيَاجَاتِ وَالرَّغَبَاتِ
فَالْحَاجَةُ هِيَ الشَّيْءُ
الَّذِي نَحْتَاجُ إِلَيْهِ فِعْلًا،
أَمَّا الرَّغْبَةُ فَهِيَ شَيْءٌ
نَرْتَبُّ فِيهِ لَكِنَّا لَا
نَحْتَاجُهُ.



نشاط ٢

حَصَلَتْ لَيَانُ عَلَيَّ وَرَيْمًا عَلَيَّ مَصْرُوفًا
يَوْمِيًّا، وَكَانَتْ أَوْجُهُ الصَّرْفِ لِكُلِّ مِنْهُمَا كَالآتِي:

مَصْرُوفَاتُ رَيْمًا

رَفَائِقُ البَطَاطَا المَقْلِيَّةِ



مَشْرُوبُ غَازِي



شَطِيرَةٌ جُبْنٍ



المَجْمُوعُ ٥ رِيَالَاتٍ

مَصْرُوفَاتُ لَيَانُ

شَطِيرَةٌ جُبْنٍ



عَلْبَةٌ حَلِيبٍ



فُولٌ سُوْدَانِيٌّ



ادِّخَارٌ



المَجْمُوعُ ٥ رِيَالَاتٍ

برأيك أيهما نجحت في الإنفاق الصحيح، ولماذا؟

مصرفات ليان لأنها اعتمدت على غذاء صحي وادخرت ما بقي معها من النقود.

◆ الادِّخَارُ يَعْنِي أَنْ تَحْتَفِظَ بِجُزْءٍ مِنْ دَخْلِكَ جَانِبًا، وَهُوَ مُهِمٌّ جِدًّا لَيْسَهْلَ عَلَيْنَا الْكَثِيرُ فِي الْمُسْتَقْبَلِ.

قَالَ تَعَالَى: ﴿إِنَّ الْمُبْدِرِينَ كَانُوا إِخْوَانَ الشَّيْطَانِ﴾ (١)

◆ إلام تُرشدُك الآيةُ السَّابِقَةُ؟

الإسراف والتبذير يبعد المرء عن طريق الإيمان ويؤدي به إلى طريق الضلال.





إِذَا ادَّخَرْتَ كُلَّ يَوْمٍ رِيالاً مِنْ مَصْرُوفِكَ الْمَدْرَسِيِّ،
فَكَمْ رِيالاً تَدَّخِرُ فِي أُسْبُوعٍ؟



خمسة ريالات في الأسبوع.

رؤية
2030
الجمهورية العربية السعودية
KINGDOM OF SAUDI ARABIA

اهتمت رؤية المملكة ٢٠٣٠ بالثقافة المالية لأفراد المجتمع حيث نص الهدف الإستراتيجي للرؤية على تعزيز التخطيط المالي وتمكينه (التقاعد، والإدخار، وما إلى ذلك).

إذا أردت شراء شيء أعجبك فاتبع ما يأتي:

- ◆ اسأل عن ثمنه في أكثر من محل.
- ◆ راجع نفسك في المبلغ الذي يمكن الشراء به.
- ◆ وزع ثمن ما تريد شراءه على المبلغ الذي توفره يومياً؛ لتعرف عدد الأيام التي تحتاجها للحصول على مبلغ الشراء.

أُسْرَتِي الْعَزِيزَةُ



عَزِيزِي الْأَبُّ / عَزِيزَتِي الْأُمُّ: تَعَاوَنَا مَعَ أَبْنَائِكُمَا فِي عَمَلِ حَصَّالَةِ نُقُودٍ
مِنْ عُلْبَةٍ مُسْتَهْلَكَةٍ فِي الْمَنْزِلِ، لِعَرْضِهَا فِي الْحِصَّةِ الْقَادِمَةِ عَلَى الْمُعَلِّمِ
وَالزُّمَلَاءِ.



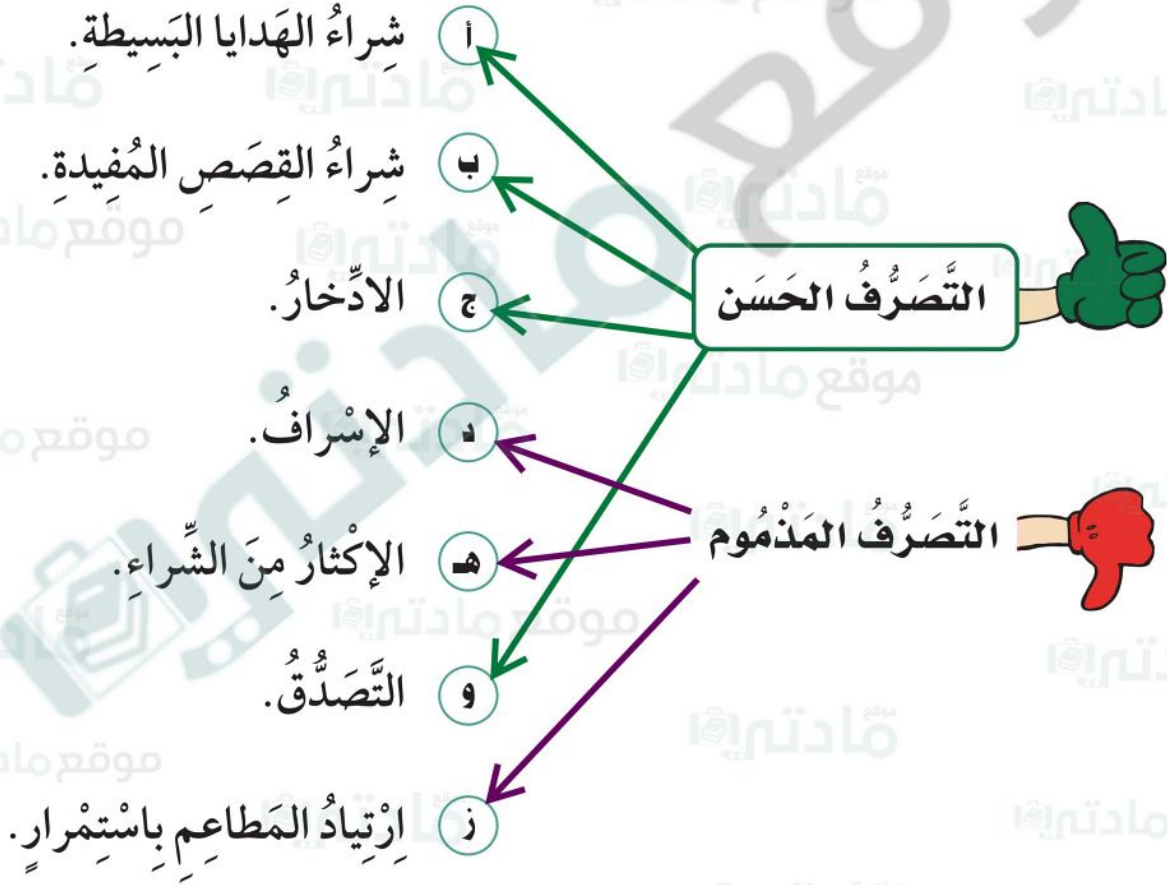
إرشادات عامة

- ◆ الْمَالُ نِعْمَةٌ فَاشْكُرِ اللَّهَ سُبْحَانَهُ عَلَيْهَا.
- ◆ هُنَاكَ فَرْقٌ بَيْنَ الْكِرَامِ وَالْإِسْرَافِ، وَبَيْنَ الْبُخْلِ وَحُسْنِ التَّدْبِيرِ.
- ◆ مِنَ الْحِكْمَةِ حُسْنُ التَّصَرُّفِ فِي الْمَالِ.
- ◆ جُزْءٌ مِنَ الْعَيْشِ بِكَرَامَةٍ أَنْ تَصْرِفَ الْمَالَ بِحُدُودِ إِمْكَانِيَّاتِكَ.



هيا نمرح

١ أصل التَّصَرُّفِ الحَسَنَ، وَالتَّصَرُّفِ المَذْمُومَ بما يناسبه مِنَ الكَلِمَاتِ
وَالعِبَارَاتِ الآتِيَةِ:





كَيْفَ أَتَصَرَّفُ إِذَا بَقِيَ مَعِيَ نَقُودٌ؟

المفاهيم الرئيسة:

- الإسراف.
- الاستثمار.



أَعْطَى أَحْمَدُ ابْنَهُ بَاسِلَ مَصْرُوفَهُ
الْيَوْمِيِّ وَبَقِيَ مَعَهُ مَبْلَغٌ مِنَ النُّقُودِ ..
اقْتَرَحَ عَلَى بَاسِلَ كَيْفَ يَتَصَرَّفُ فِيمَا
بَقِيَ مَعَهُ مِنْ نَقُودٍ؟

يدخر هذا المبلغ في حسالته واستخدامه
في وقت لاحق وشراء بعض الحاجات.

كَيْفَ أَتَصَرَّفُ بِمَا بَقِيَ مَعِيَ مِنْ نُقُودٍ؟

التَّصَرُّفُ السَّلِيمُ

١. أَدَّخِرُ جُزْءًا مِنْهُ فِي الْحَصَالَةِ.
٢. أَتَصَدَّقُ بِجُزْءٍ مِنْهُ.
٣. أَشْتَرِي الْأَشْيَاءَ الضَّرُورِيَّةَ فَقَطْ.
٤. أُقْرِضُ مَنْ يَحْتَاجُ مِنَ الْأَهْلِ وَالْأَقْرَابِ وَالْأَصْدِقَاءِ.

النتيجة

١. تَعْوِيدُ النَّفْسِ عَلَى التَّوْفِيرِ وَالْإِدْخَارِ.
٢. عَدَمُ الْحَاجَةِ لِلْآخَرِينَ.
٣. تَوْفِيرٌ مَبْلَغٍ مِنَ الْمَالِ لِلِاسْتِفَادَةِ مِنْهُ عِنْدَ الْحَاجَةِ.



◆ ما الفضيلة التي يدعو إليها الحديث؟ الإنفاق في سبيل الله تعالى

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «مَا مِنْ يَوْمٍ يُصْبِحُ الْعِبَادُ فِيهِ، إِلَّا مَلَكَانِ يَنْزِلَانِ، فَيَقُولُ أَحَدُهُمَا: اللَّهُمَّ أَعْطِ مُنْفِقًا خَلْفًا، وَيَقُولُ الْآخَرُ: اللَّهُمَّ أَعْطِ مُمْسِكًا تَلْفًا»^(١).



التصرف الخاطئ

١. اشتري الأشياء غير الضرورية، والباهظة الثمن.
٢. اشتري الكثير من الحلوى.
٣. أجمع المال وأحرم نفسي من الضروريات.

النتيجة

١. الاتصاف بالإسراف والتبذير أو البخل والتقتير.
٢. الحاجة إلى الاقتراض من الآخرين.
٣. الحرمان وعدم الاستمتاع بالمال.





أَبْحَثُ عَنِ الْكَلِمَاتِ الْمُتَشَابِهَةِ دَاخِلِ الْمُرَبَّعِ وَأَشْطِبْهَا
لِتَبْقَى صِفَةً يَنْبَغِي أَنْ نَتَّصِفَ بِهَا:

وفاء	صدق
بِر	إحسان
إيثار	وفاء
توفير	صدق
بِر	إحسان
إيثار	



الصِّفَةُ هِيَ:

توفير


نشاط ٢

ماذا يحدث لو لم يدخر الشخص بعض المال من دخله؟





قد يضطر هذا الشخص للاقتراض من أشخاص آخرين ويقع بالديون.

◆ أختار الأمثلة الصحيحة التي تدل على الاستثمار:

أ. يشتري فواز  بعد خروجه من المدرسة.

ب. تشتري نورة  جديدة.

ج. يبيع أحمد  القديمة بسعر أقل مما اشتراها به.

د. تشتري لينة فاكهة  بخمسة ريالات، وتصنع بها المثلجات

وتبيعها بثمانية ريالات.

هُوَ صَرْفُ النُّقُودِ بِطَرِيقَةٍ مُعَيَّنَةٍ
تُمْكِّنُكَ مِنْ اِكْتِسَابِ نَقُودٍ اِضَافِيَّةٍ.

الاستثمار



الاسْتِدَانَةُ هِيَ أَنْ يُعْطِيَكَ
أَحَدُهُمْ مَقْدَارًا مِنَ الْمَالِ
لِتَسْتَخْدِمَهُ فِي شَيْءٍ مُهِمٍ
وَتَلْتَزِمُ بِإِعَادَتِهِ لَهُ خِلَالَ
مُدَّةٍ مُحَدَّدَةٍ.



بَرْنَامَجُ (رِيَالِي) لِلوَعْيِ
المَالِي هُوَ أَحَدُ الأَنْشِطَةِ
غَيْرِ الصَّفِيَّةِ الَّتِي تَهْدِفُ
إِلَى غَرْسِ ثِقَافَةِ الادِّخَارِ
وَالاسْتِثْمَارِ لَدَى الطُّلَابِ،
وَتَزْوِيْدُهُمْ بِالمَعْرِفَةِ الَّتِي
تُمْكِّنُهُمْ فِي المُسْتَقْبَلِ مِنْ
اتِّخَاذِ قَرَارَاتٍ مَالِيَّةٍ سَلِيْمَةٍ.

ريالي
للوعي المالي



نشاط

أَعْلَنْتِ المَدْرَسَةُ عَنْ تَنْظِيمِ فَعَالِيَّةٍ
(المُسْتِثْمِرُ الصَّغِيرُ) بِحَيْثُ يَسْتَطِيعُ

طُلَابُ المَدْرَسَةِ بَيْعَ مَا يَرْغَبُونَ بَيْعَهُ عَلَى
أَصْدِقَائِهِمْ.

فَكَّرْ فِيمَا سَتَقُومُ بِبَيْعِهِ خِلَالَ هَذِهِ الفَعَالِيَّةِ، وَكَيْفَ
سَتُوفِّرُ النُّقُودَ اللَّازِمَةَ؛ لِإِعْدَادِ مَا تَرْغَبُ بَيْعَهُ؟

أوفر من مصروفي وأشتري فراولة
بخمسة ريالات وأصنع منه مربى
وأبيعه بعشرة ريالات



إرشادات عامة

- ◆ الصَّدَقَةُ تَزِيدُ الْمَالَ وَلَا تَنْقُصُهُ.
- ◆ الْبُخْلُ صِفَةُ ذَمِيمَةٍ يَنْبَغِي تَجَنُّبُهَا.
- ◆ يُمَكِّنُ تَقْسِيمُ مَضْرُوفِكَ لَصَرْفِهِ عَلَى ثَلَاثَةِ أُمُورٍ: الْإِحْتِيَاجَاتُ الْأَسَاسِيَّةَ وَالصَّدَقَةَ وَالِاسْتِثَارَ.
- ◆ بَدَلًا مِنْ زِيَادَةِ مَضْرُوفَاتِكَ، فَكِّرْ كَيْفَ تَزِيدُ مِنْ إِيرَادَاتِكَ.

هيا نمرح

أرسم علامة ✓ تحت التصرف الذي أقوم به إذا بقي معي نقود:



سَأَلْتُ الطُّلَّابَ هَذَا السُّؤَالَ: (كَيْفَ تَصْرِفُ الْمَالَ الْبَاقِيَ لَدَيْكَ؟)
فَكَانَتْ إِجَابَتُهُمْ كَالآتِي:



أَحْفَظُهُ عِنْدَ أُمِّي



أَشْتَرِي الْوَجَبَاتِ السَّرِيعَةَ يَوْمِيًّا

أَحْرِصُ عَلَى التَّصَدُّقِ بِمَبْلَغٍ بَسِيطٍ



أَضَعُهُ فِي الْحَصَّالَةِ



٣ أصل الكلمة المناسبة بالتعريف الصحيح لها:

الإسراف

أَنْ يُعْطِيكَ أَحَدُهُمْ مَقْدَارًا مِنَ الْمَالِ لَتَسْتُخْدِمَهُ فِي شَيْءٍ مُهِمٍّ، وَتَلْتَزِمُ بِإِعَادَتِهِ لَهُ خَلَالَ مُدَّةٍ مُحَدَّدَةٍ.

الاستدانة

الْمَبَالِغَةُ فِي صَرْفِ الْمَالِ عَلَى الرِّغْبَاتِ حَتَّى لَوْ لَمْ نَكُنْ بِحَاجَةٍ إِلَيْهَا

الاستثمار

صَرْفُ النُّقُودِ بِطَرِيقَةٍ مُعَيَّنَةٍ تُمْكِّنُكَ مِنْ اِكْتِسَابِ نَقُودٍ إِضَافِيَّةٍ

وَحْدَةُ شَخْصِيَّتِي



أَتَعَلَّمُ لُغَةَ الْإِشَارَةِ بِشَغْفٍ؛ حَتَّى أَتَوَاصَلَ مَعَ الْآخَرِينَ مِنَ الصُّمِّ، وَأَنَا قَادِرٌ - بِتَوْفِيقِ اللَّهِ - عَلَى إِتْقَانِهَا بِكِفَاءَةٍ عَالِيَةٍ.



Cheep

رخيص



Shopping

يتسوق



Expensive

غالي

أدُون مَلْحُوظَاتِي



الوَحْدَةُ الثَّلَاثَةُ

غِذَائِي

◀ الْمَاءُ

◀ الْحَلِيبُ



غذائي



الأهداف

يُتَوَقَّعُ مِنَ الطَّالِبِ فِي نِهَآيَةِ الْوَحْدَةِ:

- ◆ أَنْ يُعَدِّدَ بَعْضَ مَصَادِرِ الْمَاءِ.
- ◆ أَنْ يُوضِّحَ أَهْمِيَّةَ الْمَاءِ فِي حَيَاتِنَا.
- ◆ أَنْ يُقَارِنَ بَيْنَ أَنْوَاعِ الْحَلِيبِ وَفَقًّا لِمَصْدَرِهِ.

رابطه الدرس الرقمي



www.iem.edu.sa

الماء

مِنْ أَيْنَ نَحْصُلُ عَلَى الْمَاءِ؟

المفاهيم الرئيسة:

- الماء.
- مصدر.

نَحْصُلُ عَلَى الْمَاءِ مِنْ مَصَادِرٍ مُتَعَدِّدَةٍ مِثْلَ:



الأنهار



الأمطار



البحار



الآبار

مَصَادِرُ الْمَاءِ



مَآذَا يَحْدُثُ لَوْ انْقَطَعَ الْمَاءُ؟



ستموت كل الكائنات الحية: الانسان والحيوان والنبات.

الماء مهم:



لِلنَّبَات



لِلْحَيَوَانَ



لِلْإِنْسَانَ

أَنَا أَرَدُّدُ وَأَحْفَظُ:

قَالَ تَعَالَى: ﴿وَجَعَلْنَا مِنَ الْمَاءِ كُلَّ شَيْءٍ حَيٍّ﴾ (١).



أَسْتَحْدِمُ الْمَاءَ فِي:



غسل الفواكه والخضروات



غسل اليدين



الاستحمام



سقي الأزهار والنباتات



تنظيف الأسنان



أَحِيطُ بِدَائِرَةِ مَصَادِرِ الْمَاءِ النَّقِيِّ:



أَحْتَاجُ إِلَى = ٦ أَكْوَابٍ مِنَ الْمَاءِ يَوْمِيًّا.



يحتوي كلُّ شرابٍ أو طعامٍ على الماءِ، أعطي أمثلةً على ذلك.

الفواكه والخضروات، الشاي والنفاغ، الحساء والشوربة

يحمي الجسم من الجفاف

يُحسِّنُ صِحَّةَ الفمِ
ويحمي من تشقق الشِّفَاةِ

يُقلِّلُ من حِدَّةِ الإِصَابَةِ
بالإمساكِ

فَوَائِدُ
شُرْبِ الْمَاءِ



يُبقي الدِّمَاعَ هَادِئًا وَفِي
حَالَةِ عَمَلٍ جَيِّدَةٍ

يُسْرِعُ عَمَلِيَّةَ هَضْمِ
الطَّعَامِ

يُحافظُ على دَرَجَةِ حَرَارَةِ الجِسمِ



العَطشُ هُوَ الوَسِيلَةُ الَّتِي يُخْبِرُنَا بِهَا الجِسمُ بِحَاجَتِهِ لِلْمَاءِ

التَّفْكِيرُ النَّاقِدُ



لِمَ نَكْثِرُ مِنْ شُرْبِ الْمَاءِ فِي فَصْلِ الصَّيْفِ؟

لتعويض الماء الذي يفقده الجسم بسبب ارتفاع حرارة الجو فنحمي أنفسنا من الجفاف.



نَشَاطٌ

اكتبُ عِبَارَةً مِنْ إِنْشَائِي حَوْلَ أَهْمِيَّةِ الْمَاءِ، ثُمَّ
أَسْتَمِعُ لِعِبَارَاتِ طُلَّابِ صَفِّي.

..... الماء أساس الحياة لا أسرف في استخدام الماء

نَهَانَا الرَّسُولُ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عَنِ الشُّرْبِ مِنْ فَمِ الْإِنَاءِ. ◆

موقع مادتي ◆ أَلْتَجَنَّبُ الْعَادَاتِ السَّيِّئَةَ أَثْنَاءَ الشُّرْبِ.



الشرب من فم الاناء



الشرب باليد اليسرى



اهدار الماء

◆ أَلْحَافِظُ عَلَى الْمَاءِ وَلَا أُسْرِفُ فِيهِ.



يَسْتُخْدِمُ الْكَثِيرُونَ قَوَارِيرَ الْمَاءِ لِلشُّرْبِ، وَلَكِنَّ بَعْضًا مِنْهُمْ لَا يَكْمِلُونَ شُرْبَهَا، بِمَ تَنْصَحُهُمْ، وَمَاذَا تَفْعَلُ بِالْمَاءِ الْمُتَبَقِّي؟

لا يشربوا الماء المتبقي من القارورة بما فيها خطورة على الصحة.

أما بالنسبة الماء المتبقي يستعملونها لسقي النباتات. أو قارورة بالقرب من مغسلة المطبخ في الوعاء الخاص بالصابون حتى لا نضطر لسكب المزيد من الماء من الصنبور ولدينا ماء.



حِفْظُ الْمَوَارِدِ الطَّبِيعِيَّةِ لِلْمِيَاهِ وَاجِبٌ وَطَنِيٌّ وَإِنْسَانِيٌّ.
وَلِتَحْقِيقِ الرَّؤْيَا الْوَطَنِيَّةِ ٢٠٣٠ تَمَّ إِطْلَاقُ الْبَرْنَامِجِ الْوَطَنِيِّ
لِكِفَاةٍ وَتَرْشِيدِ الْمِيَاهِ فِي الْمَمْلَكَةِ الْعَرَبِيَّةِ السُّعُودِيَّةِ (قَطْرَةَ).



إِرْشَادَاتٌ عَامَّةٌ

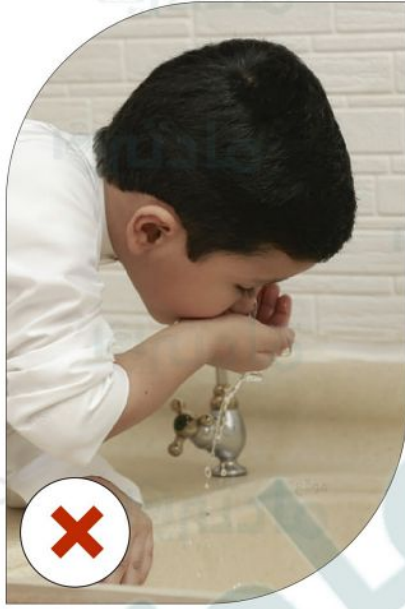
- ◆ حَافِظٌ عَلَى الْمَاءِ تَحْقِيقًا لِرُؤْيَا بِلَادِنَا ٢٠٣٠.
- ◆ قُلْ (بِسْمِ اللَّهِ) قَبْلَ الشُّرْبِ وَ(الْحَمْدُ لِلَّهِ) بَعْدَهُ.
- ◆ تَجَنَّبِ الشُّرْبَ أَثْنَاءَ تَنَاوُلِ الْوَجْبَةِ إِلَّا لِلضَّرُورَةِ.
- ◆ لَا تَتَنَفَّسْ فِي إِنَاءِ الشُّرْبِ؛ لِأَنَّهُ مِنَ الْعَادَاتِ السَّيِّئَةِ.
- ◆ تَجَنَّبِ الْإِسْرَافَ وَهَدْرَ الْمَاءِ؛ فَدِينُنَا يَنْهَانَا عَنْ ذَلِكَ.

هيا نمرح

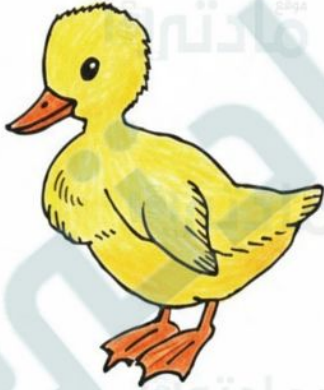
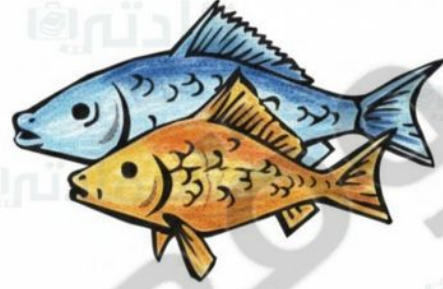
أرسم علامة (X) تحت الرسوم التي فيها هدر للماء:



٢ أَرَسُمُ عَلَامَةَ (✓) تَحْتَ التَّصَرُّفِ الصَّحِيحِ، وَعَلَامَةَ (✗) تَحْتَ التَّصَرُّفِ الخَطَأِ فِي الصُّورِ الآتِيَةِ:



موقع ٣
أَلْوَنُ الْأَشْيَاءِ الَّتِي تَحْتَاجُ إِلَى الْمَاءِ:



رابط الدرس الرقمي



www.ien.edu.sa

الْحَلِيب

مِنْ أَيْنَ نَحْصُلُ عَلَى الْحَلِيبِ؟

المفاهيم الرئيسة:

- الحليب الطازج.
- الحليب المُعلَّب.

مَصَادِرُ الْحَلِيبِ

نَبَاتِي



جَوْزُ الْهِنْدِ



اللَّوْزُ

حَيَوَانِي



الْمَاعِزُ



الْبَقْرَةُ

أُسْرَتِي الْعَزِيزَةُ



أَبْدَأُ الْيَوْمَ دِرَاسَةَ دَرَسٍ جَدِيدٍ أَتَعَلَّمُ فِيهِ عَنِ الْحَلِيبِ وَفَوَائِدِهِ وَهَذَا نَشَاطٌ سَنَسْعَدُ بِتَنْفِيذِهِ مَعًا. مَعَ وَافِرِ الْحُبِّ. اِبْنُكُمْ / اِبْنَتُكُمْ
نَشَاطٌ أُسْرِيٌّ اسْتِهْلَاقِيٌّ مَنْزِلِيٌّ:

عَزِيزِي الْأَبُ / عَزِيزَتِي الْأُمُّ: سَاعِدَا أَبْنَاءَكُمْ فِي التَّعَرُّفِ عَلَى مَصَادِرِ أُخْرَى
لِلْحَلِيبِ. **مصدر حيواني: الإبل، الجاموس**

مصدر نباتي: الأرز الشوفان



حليب سائل



حليب مجفف

من أنواع الحليب:



نشاط ١

بالتعاون مع أحد الطلاب أعدد الفرق بين الحليب الطازج والحليب المعلب.

الحليب المعلب
فترة صلاحيته
طويله لكنه اقل فائدة

الحليب الطازج
فترة صلاحيته
قصيرة اكثر فائدة



جبنة



زبدة



زبادي

منتجات الحليب كثيرة منها:



نشاط ٢

أذكر منتجات أخرى للحليب.

القشطة - اللبن - اللبنة

أحتاج إلى 4 أكواب من الحليب يوميًا.
يَدْخُلُ الحليبُ فِي إِعْدَادِ بَعْضِ أَصْنَافِ الطَّعَامِ، مِثْلُ:



الكِيكُ



حليب بالفواكه



الآيس كريم

3

نشاط

أذكرُ بَعْضَ الْأَصْنَافِ الَّتِي يَدْخُلُ الحليبُ فِي إِعْدَادِهَا.

الدونات

الحلويات

البشاميل

البسكويت

أشربُ الحليبَ يَوْمِيًّا لِأَنَّهُ يُسَاعِدُنِي عَلَى:

تقوية الأسنان

النمو

بناء العظام



أُسْرَتِي الْعَزِيْزَة



عَزِيْزِي الْاَبَ / عَزِيْزَتِي الْاُمَّ: نَاقِشَا اَبْنَاءَ كَمَا فِي السُّلُوْكِ الصَّحِيْحِ وَالْخَطَا فِي الرُّسُوْمَاتِ الْاَتِيَّةِ:

سلوك صحيح لأن
شرب الحليب يفيد
أجسامنا



سلوك خاطئ لأن
المشروبات الغازية
تضر بصحتنا



سلوك صحيح
لأن الغذاء
الصحي يفيد
أجسامنا



سلوك خاطئ لأن
الغذاء غير الصحي
يضر بصحتنا



يُمْكِنُ إِضَافَةُ نَكَهَاتٍ لِلْحَلِيْبِ، مِثْلَ:



الشُّوْكَلاَتَة



الْفَرَاوَلَة



الْمَوْز



الزَّنْجَبِيْل



الْعَسَل

نشاط ٤

لِمَ تُضَافُ نَكَهَاتٌ مُخْتَلِفَةٌ لِلْحَلِيبِ؟

لتزيد رغبتنا في شرب الحليب.

أَسْتَمِعُ وَأُنْشِدُ*



فَوَائِدُ الْحَلِيبِ يَعْرِفُهَا اللَّيْبُ
يُنْصَحُنَا بِشُرْبِهِ صَدِيقُنَا الطَّبِيبُ
أَحَبُّ أَنْ أَطْلُبَهُ دَوْمًا وَأَنْ أَشْرَبَهُ
وَكُلُّ مَنْ جَرَّبَهُ أَحَبَّهُ الْحَلِيبُ
يَبْنِي لَنَا الْأَجْسَامَ وَيَطْرُدُ الْأَسْقَامَ
وَهُوَ الْغِذَاءُ التَّامُ وَسِرُّهُ عَجِيبُ
صُبْحًا عَلَى مَائِدَتِي يَزِيدُ مِنْ شَهِيَّتِي
يَحْفَظْهَا لِي صِحَّتِي شَرَابِي الْحَبِيبُ

للاستاذ: صالح الشهري.

أُسْرَتِي الْعَزِيْزَةُ



عَزِيْزِي الْاَبَ / عَزِيْزَتِي الْاُمُّ: سَاعِدَا اَبْنَاءَكُمْ فِي اِعْدَادِ اَحَدِ اَصْنَافِ الْحَلِيْبِ الْاَتِيَّةِ:

● شَرَابَ الْحَلِيْبِ:



● الْحَلِيْبَ مَعَ الْعَسَلِ:



● الْحَلِيْبَ مَعَ رَقَاتِي الدُّرَّةِ:



أَقُومُ نَفْسِي:

لا	نعم	
<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	أَشْرَبُ الْحَلِيبَ كُلَّ صَبَاحٍ.
<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	أُضِيفُ السُّكَّرَ بِكَثْرَةٍ إِلَى الْحَلِيبِ.
<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	أَتَنَاوَلُ الْحَلِيبَ فِي الْمَدْرَسَةِ.
<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	أَذْكُرُ اسْمَ اللَّهِ قَبْلَ الشُّرْبِ.

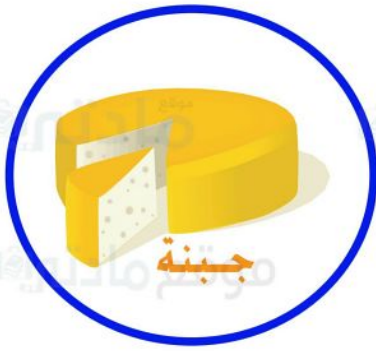


إِرْشَادَاتٌ عَامَّةٌ

- ◆ الْحَلِيبُ ضَرْوْرِيٌّ لِنُمُوِّ الْعِظَامِ وَالْأَسْنَانِ وَسَلَامَتِهَا.
- ◆ زِيَادَةُ السُّكَّرِ فِي الْحَلِيبِ تُؤْذِي أَسْنَانَكَ.
- ◆ خُذْ مِنْ الْحَلِيبِ قَدْرَ حَاجَتِكَ، وَاحْفَظِ الْبَاقِيَّ فِي الثَّلَاجَةِ.

هيا نمزج

أرسم حول مُنتجات الحليب:



٢ أبحثُ عن الكلمة المطلوبة من خلال إيجاد الحروف الآتية:

ا

الحرف الأول من الرُّوب.

ل

الحرف الثاني من العنب.

ح

الحرف السادس من التفاح.

ل

الحرف الثاني من الجبن.

ي

الحرف الخامس من البطيخ.

ب

الحرف الرابع من الزُبدة.

الكلمة: الحليب

وَحْدَةُ غِذَائِي



أَتَعَلَّمُ لُغَةَ الإِشَارَةِ بِشَغَفٍ؛ حَتَّى أَتَوَاصَلَ مَعَ الآخَرِينَ مِنَ الصُّمِّ، وَأَنَا قَادِرٌ - بِتَوْفِيقِ اللَّهِ - عَلَى إِتْقَانِهَا بِكِفَاءَةٍ عَالِيَةٍ.



تمارين عامة



تمارين عامة

١. أختار الأفضل من وجهة نظري:

١. عند ركوب السيارة:

أخرج رأسي
من النافذة

أربط حزام
الأمان

٢. عند خروجي من الفصل:

أنتظر دوري
وأخرج بهدوء

أسابق الطلاب
للخروج أولاً

٣. عند صعود السلم يتم التزم:

الجهة اليسرى

الجهة اليمنى



٤. إذا بقيَ معي نقودٌ:

أشترى
بها الحلوى

أضعها في
الحصالة



٢. أحددُ الاحتياجاتِ والرغباتِ بالنسبةِ إليّ وأضعها في الجدولِ الآتي:

لعبة فيديو - فطور المدرسة - حلوى بعد المدرسة - جهاز لوحي - حذاء رياضي:

الاحتياجات	الرغبات
فطور المدرسة..	لعبة فيديو.....
حذاء رياضي.....	حلوى بعد المدرسة
.....	جهاز لوحي.....
.....
.....

تمارين عامة

٢ أكمل الفراغات الآتية:

١. عند رُكوبي في السيّارة أقولُ .. (سبحان الذي سخر لنا هذا ..

وما كنا له مقرنين ، وإنا إلى ربنا لمنقلبون) ..

وقبل الدعاء نكبر ثلاث مرات .

٢. أستخدمُ البابَ القريبَ من الرصيف . عند رُكوبِ السيّارة والنزولِ منها .

٣. من مصادرِ الماءِ الآبارُ والأنهارُ و الأمطار

٤. من أنواعِ الحليبِ السائل والمُجفّف .

٥. شُرِبَ الحليبِ يومياً يُساعدُ على بناء العظام والنمو وتقوية الأسنان