

## أخطط لوقتي

## تمهيد:

الوقت رأس مال الإنسان الحقيقي الذي به يحيا ويعمل بنشاط متجدد وعزيمة ماضية، لأنه أساس الحياة وعليه تقوم الحضارة.

١- أتعرفُ معنى الوقت وتخطيطه وبيان أهميته.

الوقت: الظرف الزمني الذي يؤدي فيه الإنسان نشاطه الذي يستفيد منه في حياته الدنيوية والأخروية.

تخطيط الوقت: استثمار وتنظيم الوقت المتاح لإنجاز الأعمال المطلوبة لهدف محدد.



## أهمية الوقت:

أَقْسَمَ اللهُ ﷻ بِالْوَقْتِ تَأْكِيدًا لِأَهْمِيَّتِهِ وَتَعْظِيمًا لِشَأْنِهِ .

قال تعالى: ﴿ وَالْفَجْرِ ۝۱ وَلَيَالٍ عَشْرٍ ۝۲ ﴾<sup>(١)</sup>، وقال تعالى: ﴿ وَاللَّيْلِ إِذَا يَغْشَىٰ ۝۱ وَالنَّهَارِ إِذَا تَجَلَّىٰ ۝۲ ﴾<sup>(٢)</sup>، وقال تعالى: ﴿ وَالضُّحَىٰ ۝۱ وَاللَّيْلِ إِذَا سَجَىٰ ۝۲ ﴾<sup>(٣)</sup>، وقال تعالى: ﴿ وَالْعَصْرِ ۝۱

إِنَّ الْإِنْسَانَ لِفِي حُسْرٍ ۝۲ ﴾<sup>(٤)</sup>.

ومعلوم أن الله ﷻ حينما يقسم بهذه المخلوقات فإنه يلفت نظر البشر إلى قيمة الوقت وأهميته، وأن الإنسان سيُسأل عنه، وجاءت السنة النبوية فوضحت ذلك.

قال ﷺ: « لا تزولُ قدما عبدٍ يومَ القيامةِ حتى يُسألَ عن عُمرِهِ فيما أفناه، وعن علمِهِ فيمَ فعلَ، وعن مالِهِ من أين اكتسبه وفيما أنفقهُ، وعن جسمِهِ فيمَ أبلاه »<sup>(٥)</sup>.

كما أن العبادات في الإسلام ارتبطت بالوقت ارتباطًا واضحًا، فهناك مواقيت خاصة لكل من الصلاة والزكاة والصوم والحج، لدرجة أن بعض السلف رضي الله عنهم أحرص ما يكونون على أوقاتهم؛ لأنهم أعرف الناس بقيمتها.

قال ابن مسعود رضي الله عنه: « ما ندمت على شيء ندمي على يوم غربت شمسه، نقص فيه أجلي ولم يزد علمي »<sup>(٦)</sup>.

قال ابن عقيل النحوي رحمته الله: « إني لا يحلُّ لي أن أضيع ساعةً من عمري، حتى إذا تعطل لساني عن مذاكرة ومناظرة، وبصري عن مطالعة، أعملت فكري في حالة راحتي، وأنا مستطرح »<sup>(٧)</sup>.  
قال يحيى بن محمد رحمته الله: « والوقت أنفس ما عنيت بحفظه، وأراه أسهل ما عليك يضيع ».

(١) سورة الفجر: ١-٢

(٢) سورة الليل: ١-٢

(٣) سورة الضحى: ١-٢

(٤) سورة العصر: ١-٢

(٥) سنن الترمذي كتاب: الذبائح أبواب: صفة القيامة والرقائق والورع عن رسول الله ﷺ باب: في القيامة وصححه الألباني (٢٤١٧).

(٦) الوقت في حياة المسلم باب: الفراغ ج ٣ ص ١٥

(٧) ذيل طبقات الحنابلة باب: علي بن عقيل بن محمد بن عقيل بن أحمد البغدادي ج ١ ص ٥٨

## ٢- أَوْضِّحْ خِصَائِصَ الْوَقْتِ.

الوقت أغلى النعم التي منحها الله للإنسان، وهو المسافة التي تبدأ بمولدك وتنتهي بمماتك، فاحرص عليه لأنه يمرُّ مرَّ السحاب، وكل لحظة تمرُّ منه لا يمكن شراؤها أو استعادتها لأن الوقت هو الحياة؛ لذلك حرص السلف الصالح على الاستفادة من أوقاتهم. يقول الحسن البصري رحمته الله: « أدركت أقوامًا كانوا على أوقاتهم أشدَّ منكم حرصًا على دراهمكم ودنانيركم »<sup>(١)</sup>.



مهارة الاستنتاج

نشاط ١ أقرأ العبارة السابقة وأسْتَنْج منها خصائص الوقت:

لا يمكن شراؤه

لحمر سريعاً

أغلى النعم

لهم الحياة

لا يعود

## ٣- أُبَيِّنْ أسباب التخطيط لوقتي.

١- تحقيق الأهداف.

٢- الاستفادة من حياتي.

٣- توفير الوقت وإنجاز العمل.

٤- القضاء على الفراغ.

٥- تنمية ذاتي وتطويرها.



(١) المفصل في أحكام الهجرة باب: فمن أي المراتب أنت؟ ج ٥ ص ٢٧٥.



مهارة التعبير  
واصدار الحكم

أكتب تعليقًا على الصورتين موضِّحًا علاقة التخطيط  
للوقت بالتحصيل الدراسي.

نشاط ٢



التعليق على الصورة الأولى:

التنظيم والترتيب يعينان على التركيز في المذاكرة

العلاقة: كلما كان الشخص قادرًا على تنظيم وقته ومهامه كانت فرصه لتحقيق  
الأهداف أكثر نجاحًا



التعليق على الصورة الثانية:

الفوضى والعشوائية من أسباب ضعف التركيز

العلاقة: الفوضى وضعف للوقت وتفق إنجاز الأعمال وبالتالي عدم تحقيق الأهداف



## ٤- أُعدّد خطوات تخطيط الوقت.

- ١- تحديد الأهداف.
- ٢- تسجيل كل الأعمال المراد القيام بها.
- ٣- تدوين عدد الساعات والدقائق التي أحتاجها لهذا العمل.
- ٤- إعداد موازنة يبين فيها الوقت المتوفر والأعمال المطلوبة.
- ٥- حجز وقت للطوارئ.

مهارة التخطيط  
وترتيب الأولويات

## نشاط ٣ أكتب الأشياء التي أودُّ أن أقوم بها غدًا.



\* أُحدّد أهميتها حسب الأولويات:

١- إدارة الواجبات

٢- تحضير الدروس

٣- إعداد مشروعي

٤- زيارة أقرائي

٥- الاتصال بصديقتي الفائزة

## ٥- أَتَجَنَّبُ مُضَيِّعَاتِ الْوَقْتِ.

مضيعات الوقت هي تلك الأشياء التي يترتب عليها ضياع الوقت دون إنجاز الأعمال المطلوبة بكفاءة، وبالتالي عدم تحقيق الأهداف ومنها:



الفوضى



سوء التنظيم



التسويف والتأجيل



عدم وضوح الهدف



مهارة المناقشة والتحليل

أ- أتناقشُ مع مجموعتي في تحليل هذا الموقف، ثم نضعُ العلاج المناسب.

نشاط ٤

تحليل الموقف:

- ١- عدم إنهاء الواجبات في الوقت المحدد.
- ٢- البدء بالذاكرة بطريقة عشوائية.

العلاج:

- ١- ترتيب الأعمال المطلوبة حسب الأولوية.
- ٢- وضع خطة واضحة لذاكرة الحوار.

جلس حمد في غرفته للمذاكرة ووضعت جميع الكتب الدراسية أمامه، ثم بدأ يقرأ حسب ما يخطر بباله، وعندما جاء وقت النوم لاحظ أن الواجبات المطلوبة منه لم يتم حلها.



مهارة التوسع والإضافة

ب - أكتب خمسًا من مُضَيِّعات الوقت، وأحدِّد  
الأسلوب الأمثل لعلاجها.

نشاط ٤

العلاج	المضيعات
١- تحديد الأهداف	١- عدم وضوح الهدف
٢- الالتزام بخطة زمنية محددة	٢- التسويف والتأجيل
٣- ترتيب الأولويات	٣- سوء التنظيم
٤- ترتيب الملان والأحداث المطلوبة	٤- الفوضى
٥- تسجيل كافة الأعمال المطلوبة	٥- عدم تحديد الأهداف المطلوبة

school-kw.com



مهارة تحليل النتائج

أعلن قسم التربية الإسلامية عن مسابقة في السيرة  
النبوية للصفين (١/٧ و ٤/٧) من خلال كتاب  
« الرحيق المختوم » واشترط أن يكون لكل صف فريق  
مكوّن من خمسة أفراد وأن تكون الإجابة بمشاركتهم  
جميعًا وحدد موعدًا للاختبار.

نشاط ٥

مشرف صف ٤ / ٧ قام بالآتي :	مشرف صف ١ / ٧ قام بالآتي :
أوصى جميع أفراد الصف بقراءة الكتاب على أن يتم اختيار الأفراد يوم المسابقة.	١- اختار العدد المطلوب. ٢- وزّع فصول الكتاب على الأفراد بالتساوي. ٣- حدّد موعدًا « أسبوعين » للقراءة. ٤- حدّد موعدًا : « أسبوع » للمراجعة. ٥- حدّد « يومًا » : للاختبار داخل المدرسة.



حَضَرَ الجميع للمسابقة وبعد الاختبار كانت النتيجة كالتالي:



صف (١ / ٧) حصل على ٩٨% ، بينما حصل صف (٤ / ٧) على ٦٠%

برأيك ما الأسباب التي أدت إلى هذه النتيجة؟

١- تحديد الهدف والعدد المطلوب

٢- توزيع المهام والأعمال على أفراد الفريق بالتساوي

٣- وضع خطة زمنية واضحة والالتزام بها

٤- التأكد من سير الأعمال بالاتجاه المطلوب

٥- إجراء اختبار تجريبي قبل المسابقة



## ٦- أهتمُّ بالتخطيط في حياتي اليومية.

نموذج لمخطط يومي			
مع (الأشخاص المصاحبين)	ما (نوع العمل أو النشاط)	الوقت	
		من	إلى
-	الاستيقاظ صباحًا	٥:٣٠	
-	غسل اليدين والوجه وتفريش الأسنان	٥:٤٥	٥:٣٠
الوالدين، الأخوة، أو في المسجد	الصلاة (تعديل حسب مواقيت الصلاة) صلاة الفجر	٥:٤٥	٦:٠٠
بمفرد	ممارسة الرياضة (تمارينات لعضلات الجسم)	٦:٠٠	٦:١٥
-	ارتداء ملابس المدرسة	٦:١٥	٦:٣٠
الوالدين والأخوة	فطور	٦:٣٠	٦:٤٥
الوالد والأخوة حسب المواعيد	الذهاب للمدرسة (يعدل حسب)	٦:٤٥	٧:٠٠
-	الدوام المدرسي (الدوام الرسمي)	٧:٠٠	١:٢٠
-	العودة من المدرسة	١:٢٠	١:٣٠
بمفرد	الاعتسال وتبديل الملابس	١:٣٠	١:٤٥
مسجد المدرسة - بالبيت	صلاة الظهر	١:٤٥	٢:٠٠
الأسرة	الغداء	٢:٠٠	٢:٣٠
-	قسط من الراحة	٢:٣٠	٣:٠٠
المسجد - الأسرة	صلاة العصر	٣:٠٠	٣:١٥
بمفرد	قراءة الصحف اليومية	٣:١٥	٣:٣٠
بمفرد أو مع الأسرة أو الأصدقاء	ممارسة بعض الهوايات (سماع أناشيد - مشاهدة تلفزيون - سماع الإذاعة - ممارسة الرياضة.... الخ)	٣:٣٠	٤:٣٠
بمفرد	أداء الواجبات المدرسية	٤:٣٠	٥:٣٠
المسجد / الأسرة	صلاة المغرب	٥:٣٠	٥:٤٥
بمفرد	قراءة المصحف	٥:٤٥	٦:٠٠
بمفرد	دراسة المواد	٦:٠٠	٨:٠٠
بمفرد أو مع الأسرة	ممارسة الرياضة	٨:٠٠	٨:٣٠
بمفرد	الاستحمام والعناية بالجسم	٨:٣٠	٨:٤٥
بالمسجد / الأسرة	صلاة العشاء	٨:٤٥	٩:٠٠
الأسرة	العشاء	٩:٠٠	٩:١٥
الأسرة	الاجتماع مع أفراد الأسرة (سمر - ممارسة أنشطة)	٩:١٥	٩:٤٥
بمفرد	الخلود إلى النوم	٩:٤٥	



مهارة التخطيط

نشاط ٦ من خلال النموذج السابق أصمّم جدولاً لمخطط يومي وأعرضه على معلّمي.

مع (الأشخاص المصاحبين)	ما (نوع العمل أو النشاط)	الوقت	
		من	إلى
أنا وأهلي	الاحتياط والوضوء وأداء صلاة الفجر	٥,١٥	٥,٣٥
مفرد	الرياضة وارتداء ملابس المدرسة	٥,٣٥	٦,١٥
أنا وأهلي	وجبة الفطور والذهاب للمدرسة	٦,١٥	٦,٤٥
مسجد الرحمة	الدوام المدرسي - أداء صلاة الظهر	٧	١,٣٠
مفرد	العودة من المدرسة والاعتساف وتغيير الملابس	١,٣٠	٢
أنا وأهلي	الغذاء وأخذ قسط من الراحة	٢	٢
في البيت	أداء صلاة العصر وأداء الواجبات	٢	٥
البيت	أداء صلاة المغرب والعشاء والاستحمام	٥	٧
الأهل وأهلي	التواصل مع أصدقاء عمّ قراءة ورد من القرآن والالتفات إلى النوم	٧	٩

مدرستي  
school-kw.com

مدرستي التعليمية

www.school-kw.com

## تَعَلَّمْتُ مَعَ إِخْوَانِي مِنَ الدَّرْسِ أَنَّ:

- ١- الوقت رأسمال الإنسان الحقيقي.
- ٢- التخطيط مهم لإنجاز الأعمال في موعدها.
- ٣- أَتَجَنَّبُ مُضَيِّعَاتِ الوقت بكل صورها.
- ٤- الوقت الذي يمضي لا يعود ثانية.
- ٥- السَّلَفَ الصَّالِحَ أَحْرَصُ النَّاسَ على اغتنام أوقاتهم.

٦- القيمة المستفادة: **مِفْطَ الوقتِ**

٧- المظاهر السلوكية:

أ - أدركت أهمية الوقتِ

ب - أتجنب مضيعات الوقتِ

ج - أهتم بالتخطيط من حياتي

# التقويم

السؤال الأول: أجب عن الأسئلة الآتية:

- أ - عرّف ما يلي: **الظرف الزمني الذي يؤدي فيه الإنسان نشاطه الذي يستفيد**  
\* الوقت: **منه معنى حياته الدنياوية والآخرة**  
\* تخطيط الوقت: **استثمار وتنظيم الوقت المطابح لإنجاز الأعمال المطلوبة لهرف مجرد**

- ب - دُلّ على أهمية الوقت من القرآن والسنة وأقوال السلف. **من القرآن: أقسم الله تعالى بالوقت شاكراً كيداً لأهيمته قال تعالى (والفجر والليل عسر) من السنة: قال صلى الله عليه وسلم لا تزول قدما عبد يوم القيامة حتى يعسأل عن عيمه فيما أفناه من أقوال السلف: قال ابن مسعود رضي الله عنه ما دممت كلني سعيي ندمي على يوم غزيت شمسها تقص فيه أجهلي ولم يزد حامي**  
السؤال الثاني: **علّل ما يأتي: أقسم الله عز وجل بالوقت. تأكيد لأهيمته وتَعْظيماً لسأنه**

- السؤال الثالث: **أكمل بالمناسب: الاستفادة من حياتي**  
أ - من أسباب التخطيط لوقتي تحقيق الأهداف **وتوفير الوقت والقضاء على تنميتي ذاتي والقراءة وتطويرها**  
ب - من مضيعات الوقت سوء التنظيم **وعدم وضوح الحرفي والتسويف والتأجيل والفضول**

السؤال الرابع: **رتّب العناصر الآتية حسب أهميتها:**

- تنفيذ المهام - جمع المهام المتشابهة في حزمة واحدة - تحديد الأولويات - تحديد الأهداف - تسجيل القائمة - تسجيل وقت البدء والانتهاء.

٦	٥	٤	٣	٢	١
تنفيذ المهام	تسجيل وقت البدء والانتهاء	تحديد الأولويات	جمع المهام المتشابهة في حزمة واحدة	تسجيل القائمة	تحديد الأهداف