



الإمارات العربية المتحدة
وزارة التربية والتعليم

نحن
الإمارات
WE THE UAE
2031

2025-2026

التربية الأخلاقية



الصفحة
50

التَّزْبِيَةُ الْأَخْلَاقِيَّةُ

كتاب الطالب
الصف الخامس

المجلد الثالث

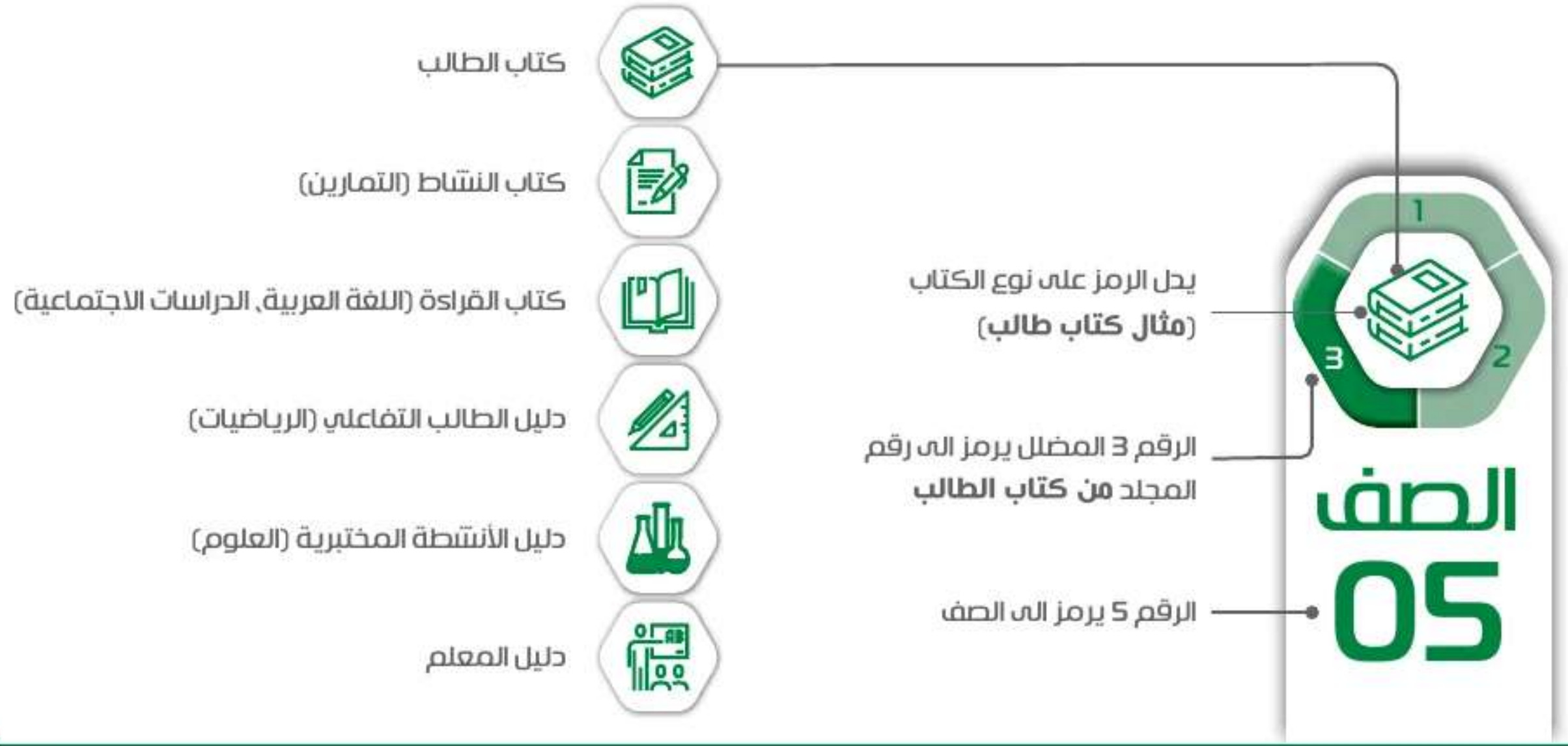


الطبعة الثامنة

1446-1447 هـ / 2025-2026 م

دلائل رموز الغلاف

لون الحلقة الثانية



مركز اتصال وزارة التربية والتعليم

اقتراح - استفسار - شكوى



80051115



www.moe.gov.ae



Info@moe.gov.ae



أَهَمِّيَّةُ تَوَافُرِ ثَلَاثَةِ أَشْيَاءٍ أَسَاسِيَّةٍ لِمُتَنَافُسِيَّةِ الدُّوَلِ
وَأَسْبَقِيَّتِهَا، وَهِيَ: أَوَّلًا: الْحَجْمُ، وَثَانِيًا: سِلَاحُ الْعِلْمِ،
وَالِاسْتِثْمَارُ فِيهِ بِكُلِّ الْإِمْكَانَاتِ، وَثَالِثًا: الْقِيَادَةُ الْوَاعِيَّةُ
الَّتِي لَدَيْهَا رُؤْيَا وَاضِحَةٌ، وَخَرِيْطَةُ طَرِيقٍ مُّحَدَّدَةٌ.

صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان

التربية الأخلاقية

تطوير الأفراد نحو المواطنة العالمية بتشجيعهم على المشاركة وتنويرهم وتمكينهم

”إن أفضل استثمار للمال هو استثماره في خلق أجيال من المتعلمين والمثقفين...“
”يا شباب دولة الإمارات وشباباتها، المستقبل لكم، وأنتم من سيحدد معالمه.“

الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان - رحمه الله -

”الأخلاق صمام أمان الأمم وروح القانون وأساس التقدم، ودونها لا أمن ولا استقرار
ولا استدامة“

الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان - رحمه الله -

”يواجه أبنائنا تحديات كبيرة، ومن مسؤوليتنا إعدادهم لمواجهةها وحمايتهم. لا
ينبغي أن نبقي في موقع المتفرج، بل علينا أن نسابق الضوء، وليس الريح فقط،
لضمان أن نزود أجيالنا المستقبلية بالمقومات اللازمة لتحقيق المزيد من الإنجازات
والتقدم.“

صاحب السموّ الشيخ محمد بن زايد آل نهيان - حفظه الله -

”المستقبل ينتمي إلى من يمكنه تصوره وتصميمه وتحقيقه. إنه ليس شيئاً تنتظره،
بل تخلقه.“

صاحب السموّ الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم - رعاه الله -

التربية الأخلاقية

يهدف برنامج التربية الأخلاقية إلى ترسيخ القيم الأخلاقية المشتركة عالميًا في نفوس الطلبة، ممّا يمكّنهم من التفاعل والتواصل مع فئات ثقافية واجتماعية مختلفة وأفراد ذوي أفكار ووجهات نظر مختلفة ومتباينة. هذه القيم ترمي أيضًا إلى تمكينهم من أن يصبحوا مواطنين محليين وعالميين فاعلين ومسؤولين، وهي تتيح لهم اكتساب خصال التفاهم المتبادل واحترام الاختلاف والتعاطف التي تؤدي إلى إثراء المجتمع في تماسكه وازدهاره. من خلال الحوار والتفاعل، تُتاح الفرص أمام الطلبة لاستكشاف مختلف وجهات النظر العالمية، ومناقشة افتراضات الغير ومواقفه، واكتساب المعارف والمهارات والسلوكيات اللازمة لممارسة التفكير الأخلاقي والتفكير الناقد واتخاذ قرارات أخلاقية مستنيرة والتصرف انطلاقًا منها لما فيه مصلحة المجتمع.



القيم التي يرسخها برنامج التربية الأخلاقية

محاور التعلم الرئيسية

يشمل برنامج التربية الأخلاقية أربعة محاور تعلم رئيسية (انظر أدناه). وقد تم بناء كل محور حول سلسلة مننواتج التعلم.

التربية الأخلاقية

الدراسات الثقافية (CUS)

التركيز على تعزيز التراث الإماراتي المحلي وأهمية الحفاظ على الثقافة.

الدراسات المدنية (CIS)

التركيز على التاريخ الإماراتي والتجارة والسفر والحوكمة في الإمارات فضلاً عن مبدأ المواطنة العالمية.

الفرد والمجتمع (IC)

تنمية التفكير الأخلاقي لدى الأفراد كأعضاء فاعلين في أسرهم ومحيطهم الاجتماعي والمجتمع الأوسع.

الشخصية والأخلاق (CM)

تدريس القيم الأخلاقية العالمية، مثل الإنصاف والاهتمام والصدق والمرونة والتسامح والاحترام.

الإلهام



تعد شجرة الغاف جزء أساسي وملهم من النظام البيئي لمنطقتنا

توفر شجرة الغاف بيئة آمنة للعديد من الحيوانات وهي مصدر لموارد قيمة للنباتات والبشر. كما وأنها مهمة للغاية لدرجة أنه في حال اختفائها قد تنقرض جميع الأحياء الأخرى التي تعيش في نظامها البيئي. اعتمد جناح الاستدامة في إكسبو 2020 على هذه الفكرة ليركز على ترابط صحة البشرية مع كوكب الأرض.

المحتويات



يتم تعريف المحتوى على تطبيق التعلم الذكي

الوحدة 1

التعاطف الفكري والشعوري



1 الإحسان والعطف والكرم

2 مسألة أخلاقية

3 احترام وجهات النظر

4 أنواع التعاطف

5 كيف نتعاطف مع الآخرين؟

الوحدة 2

تحملُ مسؤوليّة الذاتِ والآخرينَ



1 ماذا نعني بالمسؤولية؟

2 أتحملُ مسؤوليّة ذاتيَ لمصلحتي

3 ألتزمُ بمساعدة الآخرينَ

4 كيف نستطيعُ مساعدة الآخرينَ؟

5 بيئي مسؤوليتي

الوحدة 3

الاستقرارُ الأسريُّ في دولةِ الإماراتِ العربيةِ المتحدةِ



1 المواطنُ القبليُّ الأولي

2 التعلمُ منَ الماضي

3 مجتمعاتٌ وظروفٌ متنوعة

4 قبيلتي، عائلي

5 التغيرُ والاستمراريةُ - الغوصُ على اللؤلؤ

الوحدة 4

الشخصية الأخلاقية، والأخلاق الحميدة



1 مآ أخلاقيآآ الخصال الحميدة؟

2 الصبر

3 العفو

4 ما الصفآآ التي تجعلنا نعتبر الإنسان صالحآ؟

5 التغير والتطور الشخصي

الوحدة 5

الأخلاق في مجال الرياضة والترفيه



1. قيم أولمبية: التميز 3

2. قيم أولمبية: الاحترام 9

3. قيم أولمبية: الصداقة 15

4. قيم أولمبية: اللعب النزيه 21

5. قيم أولمبية: الحق في التسلية 27

الأخلاق فعلاً



الأخلاق في مجال الرياضة والترفيه

الدرس 1	قيم أولمبية: التميز
الدرس 2	قيم أولمبية: الاحترام
الدرس 3	قيم أولمبية: الصداقة
الدرس 4	قيم أولمبية: اللعب النزيه
الدرس 5	قيم أولمبية: الحق في التسلية



ما القيم الأساسية للألعاب الأولمبية وهل يمكن تطبيقها في حياتنا اليومية؟

A hand holding a lit torch against a blue sky background. The torch is silver and has a flame. The hand is holding the handle of the torch.

كيف يمكننا تطبيق القيم الأولمبية في حياتنا الخاصة؟
كيف يمكننا الاستفادة من وقت الفراغ على نحو أفضل؟
ما القضايا الأخلاقية الأساسية في مجال الرياضة؟

الدرس 1

قيِّم أولمبية: التَّميِّز

نواتجُ التعلم

- يحلّل ويقيّم استخدام القيم الأولمبية كمصدر إلهام وأداة تحفيز للتنمية الذاتية.

المفردات

التميّز

الدافع

1 أنظُر إلى صورة العَلَم. هل تعرفُ ما الذي يمثِّله؟ ناقِش ذلك مع زميلِكَ وشارك أفكاركَ مع طلاب الصفِّ.



أكتب الآن ما تعرفُهُ عن العَلَم.

.....

.....

.....

.....

اقرأ قصة دورة الألعاب الأولمبية عن الاحترام، ثم أجب عن الأسئلة التالية.

لا تقتصر دورة الألعاب الأولمبية على كونها أهم الأحداث الرياضية في العالم وأكبرها، بل هي احتفال بالروح الإنسانية.

بدأت دورة الألعاب الأولمبية الحديثة عام 1896 في اليونان، لكنها تستند إلى تقليد بدأ منذ أكثر من 2,700 عام في اليونان القديمة.

تنافس في الدورة الأولى للألعاب الأولمبية الحديثة رياضيون من 13 دولة في تسع رياضات مختلفة، وفي دورتها الأخيرة تنافس أكثر من 10,000 رياضي من حوالي 200 دولة مختلفة في حوالي 30 رياضة مختلفة، بما في ذلك الرماية وألعاب القوى وكرة السلة والملاكمة وركوب الدراجات وكرة القدم والجُمباز والملاحة الشراعية والسباحة والتنس والمصارعة. تُقام الألعاب الأولمبية كل أربع سنوات في مدن مختلفة في جميع أنحاء العالم.

كما أن هناك أيضاً دورة الألعاب الأولمبية الشتوية التي بدأت عام 1924، وتشمل التزلج على الجليد والتزحلق بالواج ثلجية وهوكي الجليد، وتُعقد هي الأخرى كل أربع سنوات في أماكن مختلفة من العالم.

أثناء كل دورة من دورات الألعاب الأولمبية يَنبهز الملايين من الناس في جميع أنحاء العالم بالإعجاز الرياضي المعروض على الشاشة، إلا أن الأولمبياد لا تقتصر فقط على من يركض أسرع أو يقفز أعلى. ففي الواقع، تهدف الألعاب الأولمبية إلى خلق عالم أفضل يسوده السلام من خلال مشاركة الشباب في الرياضة بروح تقودها قيم الصداقة والتضامن والتنافس الشريف. وتكمن القيمة المهمة الأخرى في أن المشاركة أهم بكثير من الفوز.



أسئلة للحوار:

- أ. مَا المقصودُ بأنَّ الألعابِ الأولمبيةَ احتفالٌ بالروحِ الإنسانية؟
- ب. هَلْ تَعْرِفُ شيئاً عن الألعابِ الأولمبيةِ القديمة؟ مَا أوجهُ الاختلافِ بينها وبين الألعابِ الحديثة؟
- ج. هَلْ تَوَافِقُ عَلَى أنَّ المشاركةَ في الأولمبيادِ أهمُّ بكثيرٍ من الفوزِ فيها؟

لنُفَكِّرْ مَعًا:

- هَلْ يُمَكِّنُ للألعابِ الأولمبيةِ المساعدةَ حقًا في خَلْقِ عَالَمٍ أَفْضَلَ يسوده السلام؟

ماذا تعني كلمة "تميّز" بالنسبة إليك؟ أكتب فكرة واحدة على "بطاقة التميز" ومرّزها إلى الشخص التالي في مجموعتك.



"التميّز أسلوبٌ وعادةٌ، ورحلةٌ مليئةٌ بالتعلم والمثابرة والصبر، وللمتعة التميز مذاقٌ خاصٌ لا يعرفه إلا مَنْ جَرَّبَهُ."
صاحبُ السموِّ الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم - رعاه الله -



اقرأ هذا النصّ عن بحار الأولمبياد الكنديّ لورانس ليميوكس الذي تخلّى عن فرصته للفوز بميداليةٍ أثناء سباق السفن الشراعية الفرديّ في دورة الألعاب الأولمبية التي عُقدت عام 1988 في سيول، كوريا الجنوبية.

لورانس ليميوكس

كان يحتلّ لورانس ليميوكس المركز الثاني - وكانت لا تزال لديه فرصة للفوز بميدالية ذهبية - في مسابقة السفن الشراعية في دورة الألعاب الأولمبية لعام 1988. ولكن واجهته مشكلةٌ فيما بعد.

تسببت الرياح العاتية وتلاطم الأمواج في وقوع مشاكل لعدة سفن. حيث انقلبت إحدى السفن في سباق آخر. وتشبّت أحد أفراد طاقمها بالسفينة وكان على أعتاب فقدان الأمل، بينما كانت الأمواج تجرف الآخر بعيداً. فترك ليميوكس السباق لإنقاذيهما.

صرّح ليميوكس قائلاً "كنتُ سأفوز بميدالية ذهبية. لكنني سأفعل الشيء نفسه إذا تكررت الظروف".

على الرغم من أنّه لم يفز بالميدالية، فإنّه حصل على جائزة مرموقة أكثر قيمةً: وسام بيز دي كوبرتان، الذي يُمنح للرياضيين الذين يجسّدون المعنى الحقيقي للروح الرياضية.

لن يُنسى قرارُ ليميوكس بالتضحية بمجده الشخصي لإنقاذ منافسيه.

لنُفكر معًا:

- كيف جسدت أفعال ليميوكس "المعنى الحقيقي للروح الرياضية"؟

5

كيف أظهر لورانس ليميوكس قيمة التميز الأولمبي؟

دوّن أفكارك أدناه:

.....

.....

.....

.....

.....

ما الطريقة التي يمكنك إظهار قيمة التميز الأولمبي من خلالها؟

دوّن أفكارك أدناه:

.....

.....

.....

.....

.....



الدرس 2

قيم أولمبية:
الاحترام

نواتج التعلم

- يحلّ ويقيّم استخدام القيم الأولمبية كمصدر إلهام وأداة تحفيز للتنمية الذاتية.
- يتحاور بكل ثقة بشأن بعض القضايا الأخلاقية ذات الصلة بالرياضة، وبخاصة أسباب اللعب المخالف للقوانين وما إذا كان يجب التسامح أو الصفح في هذه الحالات.

المفردات

مُنَافِس

احترام

قيم

فكّر في موقفٍ أبديت فيه الاحترام لشخصٍ آخر أو لذاتك.

1



يُعَدُّ احترامُ الرياضيين والمنافسين سمةً مُهمّةً في أيِّ مجالٍ رياضيٍّ. اكتشف كيف تعلّم أحد الرياضيين هذا الأمرَ من خلال كرة السلة. اقرأ الخلاصة ثمّ أجب عن الأسئلة التي تليها بالتعاون مع زميلك.

اسمي أويش وأعيش في باكستان. لم تتح لي الحياة فرصًا كثيرةً للإختلاط بأشخاصٍ يختلفون عني، لكن حين اشتركت في الألعاب الأولمبية لذوي الإحتياجات الخاصة (أصحاب الهمم)، تغير الوضع كثيرًا، إذ أن إنضمامي إلى البرنامج التدريبي لكرة السلة، علمني أن أكون متحمسًا و مفعمًا بالنشاط أمام الإختلاف لا خائفًا أو قلقًا.

كنت أذهب إلى مجمع الألعاب الرياضية مرتين في الأسبوع، أستقل الحافلة وحدي، أصل إلى هناك في تمام التاسعة صباحًا وألعب كرة السلة مع إثنين أو ثلاثة من الرياضيين ذوي الإعاقات الذهنية. هناك قابلت عبد الله ، أحد هؤلاء الرياضيين . قضينا الكثير من الأوقات المرحّة معًا، وخلال فترة قصيرة تكونت بيننا رابطة قوية. كنا نبحث عن بعضنا كل صباح لنتدرب سوياً، فيما نلعب كرة السلة او نركض حول المكان.

و على الرغم من اختلاف عبد الله والآخرين في المعسكر عني، إلا أن ذلك لم يزعجني يومًا. بل لفتتني الحماسة التي يتمتع بها عبد الله وحرصه الدائم على تعلم أشياء جديدة في كرة السلة.

سرعان ما انتقلت هذه الحماسة إليّ أيضًا. وأردت مشاركة هذه التجربة مع آخرين في مجتمعي . فقررت المساعدة في زيادة الإندماج فيه بحيث يشعر الآخرون بالحماسة التي شعرت بها تجاه عبد الله ، فكانت كرة السلة مكانًا مثاليًا لبدء خطوتي الأولى.



ناقش مع زميلك ما يلي:

- أ. كيف ساعدت الألعاب الأولمبية الخاصة أويس في تعلّم الاحترام؟
- ب. ما كان تأثير احترام أويس في عبدالله؟
- ج. كيف يمكنك إظهار الاحترام عند المشاركة في الألعاب الرياضية؟

يُعَدُّ اللَّعْبُ النَّزِيهُ جُزْءًا مَهْمًا مِنْ أَيِّ لَعِبَةٍ رِيَاضِيَّةٍ. فَمُعَامَلَةُ الْآخَرِينَ بِنِزَاهَةٍ تَعْنِي مُعَامَلَتَهُمْ بِاحْتِرَامٍ.

تَأْمَلِ الصُّوْرَ. كَيْفَ يُظْهَرُ الرِّيَاضِيُّونَ احْتِرَامَهُمْ لِمُنَافِسِيهِمْ؟



إَعْلَمْ

إنَّ أَوَّلَ دَوْرَةٍ لِلأَلْعَابِ الأولمبيَّةِ عَلَى الإِطْلَاقِ أُقِيمَتْ فِي اليُونَانِ القَدِيمَةِ عَامَ 776 قَبْلَ المِيلَادِ، وَتَضَمَّنَتْ الأَلْعَابَ الرِّكْضَ وَالْوَثْبَ العَالِي وَالمَلَاكِمَةَ وَالفِرْسِيَّةَ!

اقرأ النص ثم أكمل التمرين.



إنضممت مؤخرًا إلى مدرستك، مجموعة من الطلبة القادمين من دولة أخرى. ورغم أن زيههم ومظهرهم يختلفان عن زيك ومظهرك أنت وأصدقائك وأنهم لا يتحدثون لغتك بطلاقة، إلا أن سمات الود والأدب تبدو عليهم.

لقد بذل معلمك جهدًا كبيرًا لدمجهم في الفصل، وثمة تفاعل جيد بينهم وبين بقية الطلبة وجو من الإلفة والود فالجميع يعمل بشكل جيد أثناء المشروعات الجماعية والمناقشات التي تدور خلال الدرس.

إلا أن الطلبة الجدد لا يزالون يشعرون بالخجل وعدم الثقة في بعض الأحيان.

لذا تستطيع أن ترى أهمية أن يساعد المعلم الطلبة الجدد على الاستقرار. فخلال أوقات الراحة، عندما يُسمح للطلبة باللعب بحرية، لا يختلط هؤلاء بالآخرين. غالبًا ما يقفون جانبًا أيديهم في جيوبهم، تراهم ينظرون إليك وإلى أصدقائك تلهون بألعابكم الإعتيادية دون أن يشاركوا أبدًا. قد تعتقد أنهم على الأرجح لا يعرفون قواعد اللعبة.

ناقش ضمن مجموعتك طرقًا يمكنك من خلالها إبداء الاحترام لهؤلاء الطلبة الجدد والاندماج معهم. شارك أفكارك مع طلاب الصف.

سيعطيك معلمك مجموعة مختارة من المجلات والصحف.



أ. ابحث على قصص وصور توضح قيمة "الاحترام".
ب. ألصق هذه المقتطفات على صحيفة لتصميم ملصق عن الاحترام.
ج. شارك الملصق مع طلاب الصف.

الدرس 3

قيّم أوليئة: الصداقة

نواتج التعلم

- يحلّل ويقيّم استخدام القيم الأولمبية كمصدر إلهام وأداة تحفيز للتنمية الذاتية.

المفردات

سمات الصداقة

الصداقة

لِنَفْكَزْ فِي الصداقة. لماذا تُعَدُّ الصداقة مهمةً بالنسبة إليك؟ متى كنتَ صديقًا جيدًا لشخصٍ ما؟



"قضاء يومٍ من دونِ صديقٍ يُشبهُ وعاءً لا توجدُ بداخله قطرةٌ عسلٍ واحدةٌ"

ويني ذا بوه.

اقرأ قصة الصداقة الأولمبية. ثم أجب عن السؤال التالي.

كان عداء المسافات الطويلة التشيكوسلوفاكي، إميل زاتوبك، والذي فاز بثلاث ميداليات ذهبية خلال دورة الألعاب الأولمبية المنعقدة في هلسنكي عام 1952، مشهوراً بدمائه أخلاقه وبتألقه الرياضي أيضاً، ومتميزاً أيضاً بصداقاته العديدة والجيدة مع منافسيه، ولاسيما مع منافسه العداء الفرنسي ألن ميمون.

كان زاتوبك يفوز كل مرة بالميدالية الذهبية، أما ألن ميمون فكان يفوز بالفضية.

قد يغار بعض الرياضيين من هذا المنافس، لكن ميمون لم يغر، بل إن الود والإخلاص قد تجلّيا في صداقتهما واضحين عبر معانقتهما بعضهما بعضاً بعد كل سباق.

لقد حدثت مفاجأة خلال دورة الألعاب الأولمبية عام 1956 في ملبورن عندما فاز ميمون على منافسه لأول مرة على الإطلاق. وكان إنجازاً استثنائياً غير عادي، لكن المشهد بعد ذلك كان أروع: لقد عانق زاتوبك صديقه المنتصر بكل فرحة وسعادة.

ولاحقاً عبّر زاتوبك عن مدى فخره بصديقه كما لو أنه هو نفسه الفائز، في حين صرّح ميمون أن تهنئة صديقه كانت بالنسبة إليه أفضل من الميدالية. كذلك قال زاتوبك ذات يوم: "إن تحقيق النصر أمر عظيم، لكن الصداقة أعظم".

ومن المؤكد هنا أنه كان يتحدث عن صداقته مع ميمون.

أ. ناقش مع زميلك المقصود بالمقولة التالية:

”عظيم هو الانتصار، لكنّ الصداقة أعظم.“



يُمْكِنُ أَنْ تَتَّخِذَ الصَّدَاقَةَ أَشْكَالًا عَدِيدَةً. فَكِّرْ فِي الصُّورِ أدناه. ثُمَّ نَاقِشْ سِمَاتِ الصَّدَاقَةِ الوَطِيدَةِ. مَا أَهَمُّ سِمَاتِهَا؟ رَتِّبْهَا فِي قَائِمَةٍ بِحَسَبِ أَهَمِّيَّتِهَا.



أهمُّ سِمَاتِ الصَّدَاقَةِ الوَطِيدَةِ:

1.
2.
3.
4.

الصَّدَاقَةُ تُلْهِمُ! أبداع الكثيرون أعمالاً فنيّةً وتمثيليةً وأدبيّةً عظيمةً عن موضوع الصَّدَاقَةِ.

فكّر في ميزات الصَّدَاقَةِ التي تطرّقتم إليها في النشاط السابق.

إختر، مع زملائك في المجموعة، واحدةً من هذه الميزات، وقوموا بتأليف مشهدٍ مسرحيٍّ يُظهر هذه الميزة في الممارسة العملية. ألّف مسرحية قصيرة من إبداعك.





"الصداقة مع الذات أمر مهم، فمن دونها لا يمكن للمرء أن يكون صداقة مع أي شخص آخر في العالم"
إليانور روزفلت



فكر

برأيك، ما المقصود بالصداقة مع الذات؟

برأيك، ما المقصود بهذه المقولة؟ دوّن رأيك في المساحة أدناه.

5

"الطريقة الوحيدة للحصول على صديق هي أن تكون صديقاً"
رالف والدو إمرسون



.....

.....

.....

.....

الدرس 4

قيم أولمبية: اللعبُ النزيه

نواتج التعلم

- يحلّ ويقيّم استخدام القيم الأولمبية كمصدر إلهام وأداة تحفيز للتنمية الذاتية.
- يتحاور بكل ثقة بشأن بعض القضايا الأخلاقية ذات الصلة بالرياضة، وبخاصة أسباب اللعب المخالف للقوانين وما إذا كان يجب التسامح أو الصفح في هذه الحالات.

المفردات

اللعِبُ النزيهُ

منافِسةٌ

تواضعُ

تُبَلُّ

1 على الرغم من أن المنافسة في الرياضة أمرٌ صحيٌّ، فإن ممارسة اللعبِ النزيه من الأمور المهمة كذلك.
اللعِبُ النزيهُ يعني

اقرأ الموقفين أدناه ثم فكّر في الأسئلة التالية.

سيناريو 2

ركّع لاعب كرة القدم على ركبتيه خائب الأمل بعدما أطلق الحكم صافرته معلناً عن نهاية المباراة وهزيمة فريقه.



- أ. كيف يَكونُ شعورُ الأشخاص عند الخسارة؟
ب. كيف يتصرفون للتعبير عن مشاعرهم؟
ج. هل يمارس الرياضيون النزهاء الغش؟

سيناريو 1

كسّر مارك مضرب الجولف من شدة الغضب ورفض تهنئة منافسه بعد خسارته.



- أ. هل يُعدّ مارك رياضياً جيداً وهل تصرف كلاعبٍ نزيه؟
ب. ماذا ينبغي أن تتحلّى بأخلاقٍ رياضيةٍ نزيهة؟

اقرأ قصة لاعب الجودو الإماراتي الشاب المُلهِم باللعب النزيه حول الاحترام. ثم أجب عن الأسئلة التالية.

عندما يُسأل لاعب الجودو الإماراتي حَمِيدُ الدَّرْعِي عن قدوته الرياضية، فإنه لا يترددُ أبداً بأن يذكر، وعلى الفور، لاعب الجودو المصري محمد علي رشوان الفائز بالميدالية الفضية خلال دورة الألعاب الأولمبية في العام 1984 في لوس أنجلوس.

يروى الدَّرْعِي مسترجعاً أيضاً تنازل رشوان عن الفوز بالميدالية الذهبية عندما رفض استهداف السّاق اليمنى المصابة لمنافسه. رغم أن المواجهة انتهت بفوز منافسه بالميدالية الذهبية، فقد تمّ منح رشوان الجائزة الدولية للعب النزيه كمكافأة على "رُوحه الرياضية الرائعة".

إذاً، ونتيجةً لالتزام رشوان باللعب النزيه، والروح الرياضية، أصبح مصدر إلهام للدَّرْعِي طوال مسيرته الرياضية. لم لا وهو رجل آمن باللعب النظيف، وإن كان تصرفه قد أدّى إلى خسارته الميدالية الذهبية الأولمبية! وأضاف الدَّرْعِي موضحاً "منذ ذلك الحين، أصبح قدوتي والنموذج الذي أحتذي به".

لقد شارك الدَّرْعِي بالفعل في إحدى دورات الألعاب الأولمبية - حيث خاض الجولة الثانية من دورة الألعاب الأولمبية 2012 في لندن - وهو حالياً يستعدُّ لدورة الألعاب الأولمبية 2020 في طوكيو.

ثم ختم الدَّرْعِي قائلاً: "أنا أطمح، إن شاء الله، إلى المشاركة خلال دورة الألعاب الأولمبية في طوكيو في العام 2020".

نعم، وبفضل تفانيه من أجل التميز والتزامه باللعب النزيه، سيمثلُ حميدُ الدَّرْعِي بلاءً شكَّ بلده بفخر واعتزاز.



أسئلة للحوار:

- أ. لماذا أصبح لاعبُ الجودو المصريُّ محمد علي رشوان قُدوةً لحميد الدَّرْعِي؟
- ب. هل يُعدُّ اللعبُ النظيفُ أكثرَ أهميةً من الفوز؟
- ج. هل تعتقدُ أنَّ منَحَ الجوائزِ عن اللعبِ النزيه أمرًا صائبًا؟

لنُفكر معًا:

- برأيك، ماذا فعلَ محمد علي رشوان أثناء دورة الألعاب الأولمبية في العام 1984؟ هل كنت ستقومُ بالشيء نفسه؟

على الرغم من أننا جميعًا نرغب في مشاهدة اللعب النزيه، فإنه لا يحدث دائمًا

وتتبنّى رياضاتٌ مختلفةٌ قواعدَ تضمّن أن يتصرّف الرياضيّون بأسلوبٍ احترافيٍّ. فمثلًا إلى جانب القواعد الفعلية الخاصة بها، تتبنّى لعبة الكريكت قسمًا منفصلاً ضمّن قوانينها يُسمّى "روح الكريكت" وهو خاصّ بتعزيز اللعب النزيه والاحترام والتحكيم في النفس وروح الفريق والاستمتاع وغير ذلك من القيم المهمة.

روح الكريكت

- تتضمّن بعض قواعد "روح الكريكت" ما يلي:
- أظهر الإحترام الدائم لزملائك في الفريق، وكذلك لمنافسيك والحكام، وللقيّم التقليدية للكريكت.
- تجنّب إظهار التكبر عند الفوز أو الغضب الشديد عند الخسارة.
- عند ما يكون فريقك هو "المضيف" تأكّد دائمًا من أن تضمن لكلّ من منافسيك والحكام في آن معاً الشعور بأنه محطّ ترحيب.
- ألّزم بالإنضباط الذاتي سواء أكان أثناء اللعب أو بعده.
- إحرض دائمًا على أناقة مظهرك - إذ يجب أن تكون الملابس والأدوات نظيفة ومرتبّة ولاتئة المظهر دائمًا.
- إمّنح التقدير لمن يمدّون إليك يد المساعدة والدعم، من بينهم موظفو التغذية وموظفو الملعب ومسؤولو النادي.
- تجنّب الوصول متأخرًا عن موعد المباريات أو الحصص التدريبية.
- عند انتهاء المباراة، صافح المنافسين وتوجّه بالشكر إلى الحكّام.

ناقش مع مجموعتك ما يلي:

- هل يحتاج الرياضيون إلى الكثير من القواعد حتى يلتزموا باللعب النزيه؟



لَدَيْكَ الآنَ فِرْصَةُ لِإِظْهَارِ اللَّعْبِ النَّزِيهِ فِي دَوْرٍ مَا. مِثْلُ الدَّوْرِ فِي المَوْقِفِ المَخْصَصِ لَكَ مَعَ مَجْمُوعَتِكَ:

- تُمَارِسُ إِحْدَى المَجْمُوعَتَيْنِ اللَّعْبِ النَّزِيهِ.
- تُمَارِسُ المَجْمُوعَةَ الأُخْرَى اللَّعْبِ غَيْرِ النَّزِيهِ.



فَكِّرْ فِي هَذِهِ المَقُولَةِ:

"لَيْسَ المَهْمُ مَا إِذَا كُنْتَ سَتَفُوزُ أَمْ سَتَخْشَرُ، بَلِ المَهْمُ هُوَ كَيْفِيَّةُ اللَّعْبِ"

جِرَانْتِلَانْدُ رَايْس، كَاتِبُ رِيَاضِيٍّ، 1908



مَاذَا تَعْنِي هَذِهِ المَقُولَةُ بِالنِّسْبَةِ إِلَيْكَ؟ دَوِّنْ أَفْكَارَكَ أَدْنَاهُ:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

الدرس 5

قيم أولمبية: الحق في التسلية

نواتج التعلم

- يتخذ قرارات مدروسة بشأن كيفية استغلال وقت الفراغ بشكلٍ مثمرٍ، وطرق الانخراط في المجتمع المحلي.

المفردات

التسلية

الترفيه

الحضر

التواصل الاجتماعي

1 ما المقصود بالتسلية؟ انظر إلى الصور أدناه. هل تُعدُّ جميعًا أمثلةً على أشخاص في وقت التسلية؟



كيف يُمكنك تعريف التسلية؟ اكتب التعريف في المكان المخصص أدناه.

.....

.....

.....

اقرأ النصّ تاريخُ الترفيه في دولة الإمارات العربية المتحدة حول عصرِ التسلية والترفيه في دولة الإمارات العربية المتحدة. ثمّ أجب عن الأسئلة.

في أواخرِ ستينيات القرن الماضي، تبنّت دولة الإمارات العربية المتحدة مفهوم الترفيه. فتغيّرت الحياة فيها بشكلٍ جذري.

فقبلَ هذا التاريخ لم يكن الأشخاص يملكون الوقت أو المال من أجل الترفيه. وكان تأمينُ الغذاء والمأوى يمثلان النشاط الوحيدَ لأكثر العائلات. لكن لم يبق الأمر على هذه الحال.

فمع تحوّل البلدات والقرى إلى مدنٍ كبرى، توسّعت توقعاتُ الأشخاص. فما كان من حكام دولة الإمارات العربية المتحدة إلا أن أدركوا أهمية ذلك وقدّروه. فالشيخ زايد بن سلطان آل نهيان - رحمه الله - أول رئيسٍ لدولة الإمارات العربية المتحدة، آمن بحماسٍ بوجوب إقامة مجمعاتٍ سكنيةٍ تتيح الراحة وسهولة العيش لقاطنيها فزرعت الأشجار وأقيمت الحدائق في مدينتي أبوظبي والعين لتخفيف ضغوط الحياة اليومية.

كما افتتح نادي ليجرلاند في دبي وهو من أوائل مرافق الترفيه في دولة الإمارات العربية المتحدة تلاءم النادي السياحي حيث توافرت ألعاب التزلج وسباق الكارتينج وألعاب الكمبيوتر الأحدث في ذلك الزمن. في هذه الفترة أصبحت المطاعم والمقاهي مراكزًا للتواصل الاجتماعي.

لكن ثمة وجهات للترفيه يستطيع روادها التمتع بها من دون كلفةٍ مادية، فالكورنيش هو واحدٌ من أقدم المشاريع التي تمّ إنشاؤها في المدينة الجديدة في أبوظبي، يطل على البحر و يتيح للمتزهين الاستمتاع بنسائمه الباردة. إنّ دولة الإمارات العربية المتحدة لا تتوقف عن الحركة حتّى في وقت الاسترخاء.



أسئلة للحوار:

1. بما أن الناس في دولة الإمارات العربية المتحدة يكثرون في العمل، أصبح وقت الفراغ أكثر أهمية لهم في العقود الأخيرة. ما الذي سبب هذا التغير في رأيك؟
2. كيف تبنّت دولة الإمارات العربية المتحدة مفهوم الترفيه في أواخر ستينيات القرن الماضي؟
3. في رأيك، لماذا توسّعت توقعات الأشخاص؟

لنفكّر معًا:

هل التسلية مهمة بالنسبة إلى الأفراد في دولة الإمارات العربية المتحدة؟ وهل هي مهمة بالنسبة إلى الجاليات الوافدة في دولة الإمارات العربية المتحدة؟

3 على الرغم من أهمية التعلم والعمل الجاد، فإنه من المهم كذلك تخصيص وقت للاستراحة والاسترخاء وتسلية أنفسنا. هذا هو وقت فراغنا.



ناقش مع مجموعتك ما يلي:

- ما الذي تقوم به في وقت فراغك؟
- ما سبب أهمية ذلك بالنسبة إليك؟
- ما الدور الذي ينبغي أن تلعبه ممارسة التمارين الرياضية في وقت فراغك؟



توماس هوبر

"المرح هو منبع الفلسفة"



4 صمّم مع مجموعتك لعبة جديدة في الملعب تشجّع الأولاد الذين في سنّك على الخروج للعب والاستفادة من وقت فراغهم بطريقة صحية وممتعة.

قدّم هذه اللعبة واعرضها واشرخها لبقية زملائك في الصف.

هَلْ جَمِيعُ أَوْقَاتِ الْفَرَاغِ مُتَسَاوِيَةٌ؟ لَدَيْنَا قَدْرٌ مُحدودٌ مِنْ وَقْتِ الْفَرَاغِ، وَبِالتَّالِي مَنْ الْمُهْمُّ أَنْ نَسْتَغْلِلَهُ بِحِكْمَةٍ.

تَحَاوِزْ مَعَ زَمِيلِكَ حَوْلَ أَنْشِطَةِ التَّسْلِيَةِ الَّتِي يَفْضَلُهَا؟ اكْتُبْهَا فِي الْمَكَانِ الْمَخْصَصِ أدْنَاهُ. ثُمَّ قَرِّزْ مَا إِذَا كَانَ كُلُّ مِنْهَا يُعَدُّ اسْتِغْلَالًا جَيِّدًا لِلْوَقْتِ.

اسْتِغْلَالٌ جَيِّدٌ لِلْوَقْتِ؟		النَّشَاطُ
لَا	نَعَمْ	

فَكِّرِ الْآنَ فِي أَنْشِطَةِ تَسْلِيَةٍ لَا تَقُومُ بِهَا، وَلَكِنَّكَ تَرْغَبُ فِي الْقِيَامِ بِهَا أَوْ تَظُنُّ أَنَّهُ يَنْبَغِي عَلَيْكَ الْقِيَامُ بِهَا. دَوِّنْهَا فِي الْمَكَانِ الْمَخْصَصِ.

أَنْشِطَةُ التَّسْلِيَةِ الَّتِي أَرْغَبُ فِي الْقِيَامِ بِهَا

الأخلاق فعلاً

"تكون معتدلين بأفعالنا المنصفة، ومعتدلين بأفعالنا المعتدلة، وشجعاناً بأعمالنا الشجاعة". (أرسطو)

مقدمة إلى "الأخلاق فعلاً"

والآن، بعد الانتهاء من وحدات الصف 5 في برنامج التربية الأخلاقية، ماذا بعد؟ في هذه الوحدة ستشارك مع زملائك في الصف، بصورة جماعية، في مشروع عملي بهدف تعزيز مهاراتك المكتسبة في هذا المجال. إنَّ هدف منهج التربية الأخلاقية إدراك الطلبة لفكرة أنَّ قيمهم كبشر هي المسؤولة عن تصرفاتهم. يمكن اعتبار المشروع العملي هذا نقطة التلاقي التي يجتمع فيها الجانبان النظري والعملي.

إنَّ جيل الشباب ليس مجموعة "مواطنين مع وقف التنفيذ" (البروفيسور أودري أوسلر). للمرة الأولى، ستتاح لك الفرصة لاختبار فهمك لمعنى المواطنة بشكل ناقد والتأمل في مجموعة معقدة ومهمة من القضايا الأخلاقية. بعد الانخراط في بعض وحدات منهج التربية الأخلاقية، يُؤمِّل أن تشعر بأنك قادر على القيام بمبادرة سعيًا لتحسين المجتمع. من هذا المنطلق، فإنَّ التصرف بمسؤولية يعتمد على مدى استفادتك من الدروس التي تعلمتها.

إنَّ نطاق عمل المشروع الوارد في كل صفٍّ قد يشمل مساعي خيرية فردية وممارسة مهارة القيام بخيارات ذات بعد أخلاقي



متعلقة بالاستهلاك، بالإضافة إلى أعمال جماعية ذات تأثير فعلي على المجتمع كحملات التوعية. يوفر لك هذا المشروع العملي الدعم والفرصة للبدء في محاولة اتخاذ القرارات والتأثير على مستويات عديدة مختلفة. إنّ "النداء للعمل" الملازم لهذا المشروع هو مكوّن أساسي في منهج التربية الأخلاقية، يهدف إلى إتاحة الفرصة لك لتطبيق القيم التي تعرّفت إليها حتى الآن في سياق واقعي.

من الضروري تمضية بعض الوقت للتفكير في المشروع والتخطيط له قبل اتخاذ قرار بشأن مشروع الإجراء الذي ترغب في البدء به.



الإجراء

بمجرد تحديد مشروعك، ينبغي إجراء عصف ذهني للأسئلة التالية مع زملائك

ما الهدف المحدد من الحملة؟

كيف ستدرجها في جدول أعمال أصحاب القرار المعنيين؟

كيف يمكنك تشجيع باقي الطلبة في مدرستك على المشاركة؟

كيف ستشجع الجمهور على إحداث تغيير نحو الأفضل؟

أي نوع من خطط المتابعة سيساعد في تحقيق أقصى قدر ممكن من التغيير؟

أفكار لخطة المشروع

1. كتاب ثنائي اللغة:

كطالب في الصف الخامس، يمكنك تصميم كتاب مصوّر ثنائي اللغة حول موضوع متعلّق بمنهج التربية الأخلاقية. ويمكنك القيام بذلك بالتعاون مع جميع زملائك في الصف. قد يتعيّن عليك استخدام بعض مهاراتك اللغوية والفنية والابداعية. لاحقاً، يمكنك زيارة طلبة الصفوف الأصغر سناً خلال وقت القراءة لمشاركتهم عملك الإبداعي. بالنسبة إليك، يشكّل هذا النشاط فرصة مهمة لمشاركة ثقافات جديدة، وتعلّم مصطلحات جديدة أو التحقق من فهمك لبعض العبارات مقابل لغة تعرفها.

2. مرافقة:

شارك مع زملائك في نظام مرافقة. بمساعدة معلّمك يمكنك وباقي طلبة الصف الخامس أن تعدّوا نظاماً إرشادياً أو نظام مرافقة لطلبة من صفوف أصغر بهدف خلق روابط بينكم وتعزيزها وتطبيق بعض القيم التي تعلّمتوها خلال العام الدراسي.

3. نادي السينما المنعقد بعد المدرسة أو وقت الغداء:

قم بإنشاء نادٍ للسينما تقوم وزملائك فيه بالتصويت على الأفلام التي ترغبون في مشاهدتها. حاولوا اختيار أفلام تعالج مواضيع تطرّقتم إليها في دروس التربية الأخلاقية، بتوجيه من معلّمكم.

أثناء انخراطك في أعمال المشروع، من المستحسن أن تطلع والديك على التقدم الذي أحرزته! ستخطط للعرض مع بقية طلبة الصف. في ما يلي بعض الأفكار حول تنظيم عرض الحدث لهم:

1. التصميم:

- اختر حيزاً ومكاناً للعرض بمساعدة زملائك والمعلم. (الصف أو قاعة المدرسة)
- فكر في كيفية تصميم الحيز
- يمكنك رفع الأعلام التي تمثل جميع البلدان التي ينتمي إليها زملاء صفك.
- يمكنك تصميم "جدار أسماء" حيث يكتب الجميع أسماءهم

2. العرض:

- تأكد من أن كل ما تعلمته من المشروع العملي ممثل بصورة مرئية
- قم بتضمين الملصقات أو الرسوم البيانية الأخرى الخاصة بالعمل الذي قمت به.
- قم بإعداد عرض شرائح ذاتي التشغيل لصور تم التقاطها كجزء من المشروع العملي الخاص بك.

3. التفاعل:

- إعداد استبيانات
- حضر لأولياء الأمور اختبارات على سبيل التجربة.
- عبارات افتتاحية للنقاشات لبدء الحوار

4. التفكير:

- حدّد الطريقة الأفضل التي يمكنك من خلالها التعبير عن المعرفة الجديدة والمهارات التي اكتسبتها بنتيجة هذا المشروع.

أفكار أخرى لمشاركة مشروعك العملي

يمكنك أن تقرر مشاركة ما تعلمته خلال مشروع "الأخلاق فعلاً" بطرق بديلة لحدث العرض على أولياء الأمور. في ما يلي بعض الاقتراحات الأخرى:

- شارك أنشطة مشروعك الرئيسة من خلال مدونة المدرسة أو صحيفتها
- استخلص التأثير المترتب على مشروعك في ملصق أو بيان معلومات
- شارك في حدث شراكة مع مدرسة محلية قامت هي الأخرى بتنفيذ مشروع "الأخلاق فعلاً".
- شارك في يوميات تأملية أو سجل تعلم.
- استخدم إحدى وسائل التواصل الاجتماعي لمشاركة بعض التفاصيل عن مشروعك العملي، على سبيل المثال من خلال حساب صفّي على تويتر Twitter أو مقابلات صوتيّة مسجلة.

مقولة

" لا يكفي أن تشعر بالتعاطف. يجب أن تُظهره "

تينزن غياتسو، الدالاي لاما

دليل أولياء الأمور

الصف الخامس

الوحدة 5 الأخلاق في مجال الرياضة والترفيه

الوحدة 6 الأخلاق فعلاً

رسالة إلى أولياء الأمور

أعزّاءنا أولياء الأمور،

أهلاً وسهلاً بكم في سنة دراسية جديدة نأمل أن تكون مثمرة ومفيدة. لقد قررنا تدريس مادة التربية الأخلاقية بهدف تسهيل تنمية شخصية الطلبة لدينا. ونهدف في هذه المادة إلى تعريفهم بمجموعة من القيم الفردية والاجتماعية التي نأمل أن يتحلّوا بها. وهذا سيساعدهم على لعب دور فاعل في المجتمع وخلق مستقبل باهر على الصعيدين الشخصي والاجتماعي.

لذا نرجو منكم المساهمة معنا في تحقيق هذه الغاية من خلال التحدّث إلى أبنائكم ومناقشة موضوعات ودروس هذا الفصل معهم.

تجدون في بداية كل وحدة ملخصاً بمضمونها ونواتج التعلم المرجوة منها. نرجو منكم قراءة الملخص ونواتج التعلم والعمل مع أبنائكم على إكمال نشاط واحد أو أكثر من الأنشطة الموجودة في القائمة المقترحة في هذه الوحدة، مما يضمن التفاعل بين الطلبة وأفراد أسرهم.

الوحدة 5

الأخلاق في مجال الرياضة والترفيه

هدف الوحدة

تهدف هذه الوحدة إلى التعريف بمفهوم الأخلاق في مجالي الرياضة والترفيه. سيتعرف الطلبة إلى القيم والمبادئ الأولمبية، والتي تتضمن التميز والاحترام والصداقة. وسيتعلمون كذلك كيفية قضاء وقت الفراغ واستثماره لصالح مجتمعهم المحلي.

تتناول هذه الوحدة القيم الرياضية التي تسعى اللجنة الأولمبية الدولية واللجنة الأولمبية الوطنية في دولة الإمارات العربية المتحدة إلى غرسها في المجتمع.



ما القيم الأساسية للألعاب الأولمبية وهل يمكن تطبيقها في حياتنا اليومية؟

أسئلة الاستكشاف

- كيف يمكننا تطبيق القيم الأولمبية في حياتنا؟
- كيف يمكننا الاستفادة من وقت الفراغ على نحو أفضل؟
- ما القضايا الأخلاقية الأساسية في مجال الرياضة؟

نواتج التعلم

- يحلّل ويقيم استخدام القيم الأولمبية كمصدر إلهام وأداة تحفيز للتنمية الذاتية.
- يتخذ قرارات مدروسة بشأن كيفية استغلال وقت الفراغ بشكل مثمر، وطرق الانخراط في المجتمع المحلي.
- يتحاور بكل ثقة بشأن بعض القضايا الأخلاقية ذات الصلة بالرياضة، وبخاصة أسباب اللعب المخالف للقوانين وما إذا كان يجب العفو أو الصفح في هذه الحالات.

النشاط 1:

- المواد اللازمة: أشرطة ملونة، كرتون، غراء، ورق ألومنيوم فضي اللون، ومقص.
- تجتمع الأسرة حول الطاولة لصنع ميداليات متبعة التعليمات التالية:
- استخدم غطاء وعاء مستدير الشكل لرسم دائرة على الكرتون تمثل الميدالية الأولمبية ثم قم بقصها.
- ضع الغراء على الدائرة وغلّفها بورق ألومنيوم فضي اللون.
- قص الأشرطة التي ستقوم بتعليق الميداليات فيها وقم بلصقها على الجانب الخلفي للميدالية.
- يوكل إلى كل فرد من أفراد الأسرة مهمة، على سبيل المثال تلميع زوج من الأحذية، الوقوف على يديه، إلقاء قصيدة، إلخ... يجب أن تكون المهام صعبة نسبيًا لكن ممكنة.
- عندما ينجح كل فرد في إنجاز المهمة الموكلة إليه، يحصل على ميدالية.
- يلتقط الطالب صورة لأفراد أسرته وهم يضعون ميدالياتهم، ويحضرها إلى المدرسة لعرضها على زملائه.



النشاط 2:

- تحويل غرفة الجلوس إلى قرية أولمبية.
- قص شريطاً طويلاً وعلقه على الحائط بشكل أفقي.
- يقوم أفراد الأسرة بقص مثلثات صغيرة وطويها في الوسط ، ويقومون برسم علم لكل من البلدان المشاركة في الألعاب الأولمبية على أحد جوانب المثلث.
- تعلق الأعلام على الشريط.
- يلتقط الطالب صورة للزينة بعد اتمامها بهدف عرضها على زملائه في الصف.

النشاط 3:

- اختر رياضة أولمبية لتقوم الأسرة بإجراء بحث عنها. اذهبوا معاً إلى المكتبة لإجراء بحث عنها عبر الإنترنت.
- ابحثوا عن معلومات حول تاريخ الرياضة وطريقة ممارستها.
- يكتب الطالب قائمة بالقواعد الأساسية لهذه اللعبة.
- اذهبوا معاً كأسرة، إذا أمكن، لمشاهدة كيفية لعب هذه الرياضة أو للمشاركة فيها.

المصطلحات

أخلاق: مبادئ الصواب والخطأ التي تحكم سلوك المرء.

أخلاقيات: هي المبادئ الاجتماعية أو السلوكيات المتوقعة.

أسف: الشعور بخيبة الأمل والحزن عندما يفشل المرء في القيام بشيء ما.

أعتذر: أعبر عن أسفي عن أفعالي أو كلماتي وعن الأذى الذي سببته للآخرين.

إحسان: القيام بأعمال الخير والرحمة تجاه جميع المحتاجين إليها من دون تمييز.

احترام: إقرار أو اعتراف بأن شيئاً ما أو شخصاً ما مهم أو له قيمة.

اعتذار: تعبير عن الأسف عن أفعالك أو كلماتك وعن الأذى الذي سببته للآخرين.

اقتصاد: نظام الإنتاج والاستهلاك القائم في بلد أو منطقة ما.

التاريخ الشفهي: التاريخ غير المدوّن الذي انتقل من جيل إلى جيل شفهيًا، ويشمل القصص والحكايات التي يرويها الناس حول أحداث الماضي.

العصر الحديدي: مرحلة من مراحل الحضارة الإنسانية تميزت بصهر الحديد واستخدامه في تصنيع الأشياء والأدوات. بدأت هذه المرحلة قبل أكثر من 3000 سنة في غرب آسيا ومصر.

المهارات الذهنية: أفكارك.

تاريخ شفهي: التاريخ غير المدوّن الذي انتقل من جيل إلى جيل شفهيًا، ويشمل القصص التي يرويها الناس حول أحداث الماضي.

تأكيد: عبارة تؤكد دعم فكرة أو شخص.

تحمل المسؤولية: إقرار الفرد بما يصدر عنه من أفعال واستعداداته لتحمل نتائج هذه الأفعال. فتحمل المسؤولية هو قدرة الفرد على أن يلزم نفسه أولاً بالتزامات ما، والوفاء بها بعد ذلك طواعيةً وبجهوده الشخصية.

تخلي عن المسؤولية: تهرب من الواجبات وإلقاء اللوم على الآخرين.

ترفيه: الشعور الإيجابي الناتج عن مشاهدة شيء ما أو المشاركة في القيام بنشاط ما.

تضاريس طبيعية: الأشكال التي يتخذها سطح الأرض نتيجة الأحداث الطبيعية.

تطور: التغيير والتطور، خاصة القائم على التجربة أو على اكتساب معرفة جديدة.

تعاطف: القدرة على الشعور بمشاعر الآخرين وتفهم معاناتهم بأن يضع المرء نفسه مكانهم للحظات ثم الاستجابة لهذا الشعور بطريقة مناسبة للتخفيف من تلك المعاناة عبر القيام بما يستطيعه ضمن إمكانياته.

تعاطف تراحمي: أن نمّد يد المساعدة والعون لمن هم بحاجة إليها.

تعاطف انفعالي: أن نشعر بمشاعر الآخرين.

تعاطف إدراكي: أن نعرف ما يفكر فيه الآخر وما يحتاج إليه.

تعددية ثقافية: وجود أشخاص من جنسيات وثقافات مختلفة في مجتمع ما.

تغيير: القدرة على التطور وأن تصبح شخصاً جديداً.

تقليدي: انتقال المعتقدات الثقافية والعادات من الآباء إلى الأبناء على مرّ السنين.

تلوث بيئي: وجود مكوّنات غير صحيّة من حيث النوعيّة أو الكميّة في البيئة المحيطة من هواء وتربة ومياه.

تلوث سمعيّ: الأصوات غير المألوفة والتي تتعدّى حدّ الصوت المسموح به للحفاظ على صحّة الأذنين.

تميّز: معايير أو جودة عالية للغاية.

تواصل اجتماعي: قضاء الوقت مع الآخرين بطريقة ودودة.

تواضع: معاملة الآخرين من دون تعاليّ أو تكبرّ.

حضر: صفة مرتبطة بالمدن وليس بالمناطق الريفية.

خصال حميدة: سلوكيات تدلّ على السموّ الأخلاقي للشخص.

دافع: الحماسة أو الرغبة الشديدة في القيام بشيء ما.

دعم المحتاجين: مشاركة الآخرين في تحمل أعباء مشاكل نفسيّة، أو عاطفيّة، أو اقتصاديّة، أو أسريّة أو اجتماعيّة يعانون منها، وإعانتهم في محنتهم.

رعاية المسنين: الاهتمام بكبار السنّ.

زخارف: الفكرة الرئيسة والمتكررة في أيّ عمل فني.

سمات الصداقة: الصفات والقيم (مثل الولاء والدعم والمصداقية وإظهار الاحترام والثقة) التي تقوم عليها الصداقة.

شجرة العائلة: مخطط على شكل شجرة يمثل العلاقات بين أفراد العائلة.

شخصية: شخصية المرء بما في ذلك سلوكه وأفكاره وأفعاله.

شخصي: متعلق بك كفرد.

صبر: القدرة على التمسك بموقف أو مهمة صعبة أو مزعجة لفترة طويلة.

صداقة: علاقة تقارب وألفة ومحبة بين الناس.

صمود: ثبات؛ قدرة على التأقلم مع التغييرات السلبيّة للوصول إلى وضع أفضل.

طاقة غير متجددة: الموارد الطبيعية التي لا يمكن استرجاعها بعد استخدامها.

عصر حديدي: مرحلة من مراحل الحضارة الإنسانية تميزت بصهر الحديد واستخدامه في تصنيع الأشياء والأدوات. بدأت هذه المرحلة قبل أكثر من 3000 سنة في غرب آسيا ومصر.

عطف: الاستعداد لمساعدة الآخرين والتخفيف من معاناتهم وإشعارهم بالوقوف إلى جانبهم.

عفو: القدرة على تخطي الشعور بالأذى أو الغضب الذي تشعر به تجاه شخص آخر.

علم الأنساب: العلم الذي يدرس العائلات والقبائل.

قبيلة: مجموعة من الأفراد تعيش على بقعة محددة من الأرض، تربط بينهم روابط مشتركة.

قرية: موقع صغير المساحة يعيش فيه مئات من الناس ويحتوي عادة على عدة محلات ومدارس.

قطعة أثرية: قطعة من صنع الإنسان تكون عادة ذات أهمية ثقافية أو تاريخية.

قيم: معتقدات أو مبادئ.

كرم: جود وعطاء ودعم مادّي ومعنوي من دون مقابل.

لعب نزيه: التصرف أو معاملة الآخرين بطريقة صادقة وعادلة.

مثابرة: مواظبة ومداومة على القيام بالعمل وبذل الجهد بطريقة مستمرة حتى تحقيق الهدف.

مجاملة: الثناء على شخص ما لكونه صالحاً أو لقيامه بعمل جيد.

مجتمع حضري: مجموعة من الناس، يتجاوز عددهم عادةً الـ 2,500 نسمة، تعيش في مدينة أو بلدة كبيرة.

مجتمع ريفي: منطقة تكثّر فيها الأراضي الزراعية ويقل عدد المباني والمكاتب والأفراد.

مرونة: ثبات، قدرة على التأقلم مع التغييرات السلبيّة للوصول إلى وضع أفضل.

مسألة أخلاقيّة: موقف إشكالي حياتي يتطلّب تحليل مواقف الأطراف للوصول إلى فهم وجهات النظر المختلفة للحكم بعدل.

مسؤوليّة: القيام بالواجبات والمشاركة والتعاون وتقديم المساعدة إلى الآخرين في الأسرة والمدرسة والمجتمع. كما أنّها تحمّل نتيجة الأخطاء، أي الاعتراف بالخطأ والاعتذار والتراجع عنه والعمل على إيجاد الحلول للمشكلات الناتجة عنه.

مسؤوليّة أسريّة: القيام بالواجبات في ومشاركة الأعباء، وحماية حقوق أفراد الأسرة.

مسؤوليّة بيئية: هي جزء من المسؤولية المجتمعيّة يحافظ فيها المواطن على بيئته نظيفة من جميع أشكال التلوّث ويساهم في حل المشكلات البيئية والحد منها.

مسؤوليّة ذاتيّة: وضع أهداف للنجاح وتحقيق الذات في الحياة الشخصية والتعليميّة والمهنيّة، والاعتراف بالأخطاء والعمل على إصلاحها.

مسؤولية مجتمعية: حماية المواطنين وتأمين حقوقهم وصون الوطن. على سبيل المثال، المسؤولية البيئية تكمن في حماية البيئة وتأمين العيش في بيئة نظيفة؛ والمسؤولية الثقافية تكمن في دعم الوطن وتعزيز الانتماء إليه.

معايير أخلاقية: اعتماد قيم مثل الإنصاف والعدل والتعاطف واحترام الآخر وكذلك احترام القانون لإبداء الرأي واتخاذ موقف في المسائل الأخلاقية.

منافس: فرد أو فريق ينافس فردًا أو فريقًا آخر في مسابقة.

منافسة: حدث أو مسابقة يحاول خلالها شخصان أو أكثر أو عدة فرق تحقيق الفوز.

مهارات حسية: مشاعرك وعواطفك.

مهارات ذهنية: أفكارك.

مهارات عملية: أفعالك وسلوكياتك.