

تم تحميل الملف
من موقع حلول



حلول
الحلول اون لاين

hulul.online

حلول الكتب - اختبارات الكترونية • مراجعات وتدريبات
والمزيد من الملفات التعليمية للمناهج السعودية



تنظیم الوقت



المفاهيم الرئيسة:
- الوقت.
- وقت الفراغ.



جربي أن تقضي أياماً دون أن تنظمي وقتك فيها. ماذا سيحدث؟ وبماذا ستشعرين؟

ستتراكم عليّ الأعمال ولن أستطيع أداء كل واجباتي
وسأشعر بالضيق وعدم الراحة



الوقت:

عُرف الوقت بأنه: (مقدار من الزمان قُدّر لأمر ما، سواء كان قصيراً أو طويلاً^(١)).

أهمية الوقت:

للوقت أهمية كبرى، فهو هبة من الله جل وعلا، عظّمه حين أقسم به في كتابه الكريم في قوله تعالى: ﴿وَالْعَصْرِ ﴿١﴾ إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ ﴿٢﴾﴾ [العصر: ١-٢].

عن عبد الله بن عباس رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: **اغتبتهم خمساً قبل خمس: شبابك قبل هرمك، وصحتك قبل سقمك، وغناك قبل فقرك، وفراغك قبل شغلك، وحياتك قبل موتك** [صحیح الترغيب: ٣٣٥٥].



٣ - ذهابه
وعدم
عودته.

٢ - سرعة
انقضائه.

١ - ارتفاع
قيّمته.

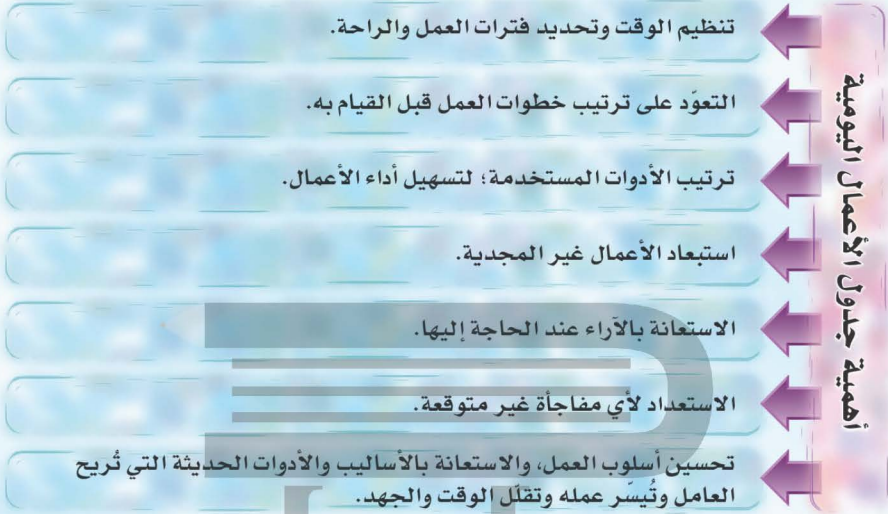


**خصائص
الوقت:**

(١) المعجم الوسيط، د/ إبراهيم أنيس وآخرون. الجزء الثاني- الطبعة الثانية، دار إحياء التراث العربي ص (١٠٤٨).



بعد دراستنا لخصائص الوقت أصبح لزاماً علينا تنسيق جدولِ لأعمالنا اليومية، لما له من أهمية في استثمار الوقت.



أن تنظيم جدول الأعمال خطوة إيجابية نحو حياة منظمّة مستقرّة حافلة بالإنجازات ياذن الله.

تذكيري



hulul.online



قارني بين

المال

الوقت

إن استغلالهما في أمر مفيد يعود على صاحبهما بالنفع

- يذهب ولا يعود.

- ذو قيمة عالية.

يمكن حفظه واستعارته
واستثماره

- الجميع يسعى إليه.

عن إضاعتهما خسارة
كبيرة

الوقت لا يمكن حفظه
ولا استعارته



بعد دراستك لأهمية الوقت خططي لبرنامجك اليومي مراعية أولوية الأعمال لديك:

المهام اليومية المنضدة	الوقت
أستيقظ وأصلي الفجر وأقرأ آيات من القرآن	
أستعد للذهاب للمدرسة وفي الإجازة أساعد أمي في تحضير الفطور	
أنصت إلى معلمتي في الفترة الدراسية الأولى وفي الإجازة أساعد أمي في ترتيب المنزل وتحضير الطعام	
أنصت إلى معلمتي في الفترة الدراسية الثانية وفي الإجازة أهتم بإخوتي وأجهز المائدة	
أرتاح في فترة القيلولة	
أداء واجباتي المدرسية وفي الإجازة أجلس مع أسرتي لنشاهد التلفاز	
أقرأ بعض القصص الممتعة أو أمارس هوايتي المفضلة	
أنام	

من أسباب إضاعة الوقت تأجيل القيام بالأعمال، والمجاملة على حساب الوقت، والقيام بالأعمال غير المفيدة: مثل الاتصالات الهاتفية الطويلة وقضاء أوقات طويلة على التلفاز.



تذكيري

أنك بتنظيمك ليومك ستجدين الوقت الكافي لممارسة هوايتك المفضلة.





ما وقت الفراغ؟

هو الوقت الذي يتحرّر فيه الفرد من مسؤوليات العمل وضروريات الحياة اليومية، فتكون له حرية قضائه كما يريد ويرغب في حدود دينه السمح العظيم. وفيه يتعرّف الشخص على قدراته وميوله، ويخلو بنفسه ويُعبّر عمّا بداخله من خلال الأنشطة المتنوعة التي يمارسها، والتي تُتيح له فرصة التعلّم والتربية.

تذكركم

أن النشاط وسيلة لتنمية الفرد عقلياً وجسمياً واجتماعياً ونفسياً، والشخص الفعّال هو الذي يحصل على النتائج المطلوبة في الوقت المتاح له.



بالتعاون مع زميلاتك وضحى كيف تستفيدين من أوقات الفراغ خلال اليوم الدراسي.

أنظم وقتي وأستفيد منه فيما ينفعني مثل: حفظ آيات من القرآن، ممارسة هوايتي المفضلة، المساعدة في أعمال المنزل



الفضائيات والإنترنت:



من أكثر ما يضيع الوقت الفضائيات والإنترنت وقد انتشرت انتشاراً كبيراً، فدخلت المنازل وكثُر مستخدميها، وقد اختلف حولها الناس، ما بين مؤيد ومعارض؛ وذلك لتعدد إيجابياتها وسلبياتها.

إيجابيات الفضائيات والإنترنت

وسيلة من وسائل
الاتصال السريعة

وسيلة من وسائل الدلالة
على الخير

رفع المستوى الثقافي من
خلال البرامج الثقافية
والمواقع العلمية

وسيلة مساعدة لطلبة العلم
والباحثين

الاستفادة في مجال التجارة المحلية
والعالمية، وشراء البضائع، والتعامل
مع أسواق الأسهم

الفضائيات والإنترنت نعمة من نعم الله على خلقه، فيجب أن نحسن استثمارها بما ينفع البشرية، وأن نحذر من سلبياتها التي قد نتعرض لها إن أخطأنا في استخدامها.

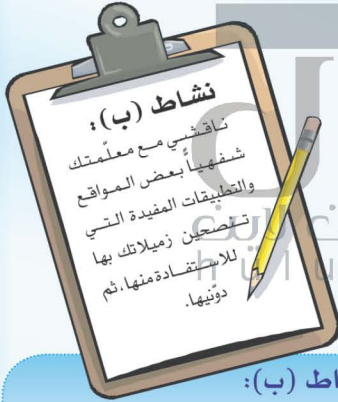


ما سلبات الفضائيات والانترنت من وجهة نظرك؟

- ١- الانشغال عن الواجبات وخاصة الصلوات
- ٢- إدخال عادات الغرب إلى بيوت المسلمين
- ٣- بضعف الترابط الأسري؛ لانشغال الابناء بهذه التقنية.
- ٤- التعود على المنكرات واختلاط الجنسين
- ٥- نشر العنف والسلوك العدواني
- ٦- يتدنى مستوى الطلاب التعليمي؛ لأنه يشغل عن التحصيل والمذاكرة.

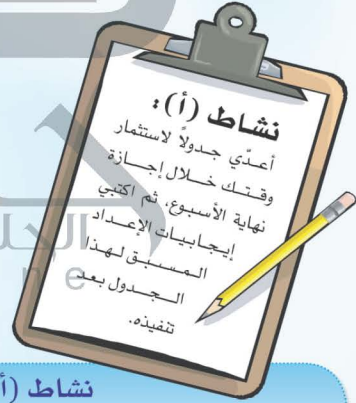


من خلال إيجابيات الفضائيات وسلباتها السابقة، توصلي إلى حقيقة أحدثتها هذه التقنية في المجتمع.



نشاط (ب):

موقع عالم حواء - موقع سيدتي



نشاط (أ):

الجمعة: الزيارات العائلية
السبت: مراجعة الدروس
إيجابيات الإعداد: يساعد الفرد
على الالتزام بمواعيده

