

- قررت وزارة التعليم تدريس
- هذا الكتاب وطبعه على نفقتها

# المهارات الحياتية والأسرية

حلول  
الجلول اون لاين  
hulul.online

للصف الثاني الابتدائي  
الفصل الدراسي الثالث

قام بالتأليف والمراجعة  
فريق من المتخصصين

ح) وزارة التعليم ، ١٤٤٣ هـ

فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر السعودية -  
وزارة التعليم  
المهارات الحياتية والأسرية - الصف الثاني الابتدائي - الفصل الدراسي  
الثالث / وزارة التعليم - الرياض، ١٤٤٣ هـ  
٧٤ ص ، ٢١ × ٥ سم  
ردمك : ٦-٠٣٩-٥١١-٦٠٣-٩٧٨  
١ - التعليم - مناهج - السعودية ٢ - التعليم الابتدائي - السعودية  
أ- العنوان  
ديوي ٨٢ ، ٣٧٢ ١٤٤٣ / ٢٧٩٥

رقم الإيداع: ١٤٤٣ / ٢٧٩٥

ردمك : ٦-٠٣٩-٥١١-٦٠٣-٩٧٨

حقوق الطبع والنشر محفوظة لوزارة التعليم

www.moe.gov.sa

مواد إثرائية وداعمة على "منصة عين"



IEN.EDU.SA

تواصل بمقترحاتك لتطوير الكتاب المدرسي



FB.T4EDU.COM



وزارة التعليم

Ministry of Education

2021 - 1443



# المقدمة

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

يسرنا أن نقدم كتاب الطالب للصف الثاني الابتدائي من سلسلة مقرر المهارات الحياتية والأسرية، انسجاماً مع الأهداف الإستراتيجية لوزارة التعليم وبما يساهم في تحقيق رؤية المملكة العربية السعودية ٢٠٣٠ التي تنص على ” إكساب الطالب المعارف والسلوكيات الحميدة ليكون ذا شخصية مستقلة تتصف بروح المبادرة والمثابرة والقيادة“.

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

وتتيح أنشطة التعلم المتضمنة في هذا الكتاب الفرصة للتعلم كي يُفكر 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، يتصرف التصرف السليم في المواقف والمناسبات المختلفة، ويكتسب العادات الصحية 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، حرصت وزارة التعليم على أن تؤدي المناهج التعليمية دورها في ذلك، ومن هنا 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 -عز وجل- أن يجعل هذا العمل خالصاً لوجهه تعالى، والله من وراء القصد.



نود أن ننبه إلى أن بعض الأسئلة والأنشطة ليس لها إجابة واحدة محددة، حيث إن فيها مساحة لإبداء الرأي ووجهات النظر، بهدف تنمية مهارات التعلم والتفكير ودعم الثقة بالنفس لدى المتعلم.

رؤية المملكة ٢٠٣٠



أنشطة فردية أو جماعية ذات علاقة بمحتوى الدرس، تنفذ داخل الصف أو خارجه.



التفكير الناقد.



التفكير الإبداعي وحل المشكلات.



التواصل.



التعاون والمشاركة المجتمعية.



أسرتي العزيزة.



معلومات إثرائية.



أناشيد يسيرة تقدم للمتعلم لتأكيد مفاهيم الدرس وإضفاء روح المرح، ولا يطلب منه حفظها، بل تردد مع المعلم فقط.



إرشادات عامة.



مقياس يحدد مدى استيعاب الدرس وفهمه.



هيا نتعلم لغة الإشارة.



## الفهرس

عدد الحصص المقررة في منهج المهارات الحياتية والأسرية للصف الثاني الابتدائي، الفصل الدراسي الثالث، حصة واحدة في الأسبوع.

الأسابيع	الصفحة	الموضوع	الوحدة
٣ أسابيع	١١	السلامة داخل المدرسة	صحتي وسلامتي
أسبوعان أسبوعان	٢٩ ٣٧	مصرفي الشخصي كيف أتصرف إذا بقي معي نقود؟	شخصيتي
أسبوع أسبوعان	٥١ ٦١	الماء الحليب	غذائي
أسبوع	٧١	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 المتعلم، فيها رسالة تخصكم، ونشاط يمكنكم 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
٢٦	هَيَّا نَتَعَلَّم لُغَةَ الإِشَارَةِ .	الوَحْدَةُ الأُولَى صِحَّتِي وَسَلَامَتِي
٣٠	تَهَيَّئَةُ الدَّرْسِ : أُسْرَتِي العَزِيزَةُ .	الوَحْدَةُ الثَّانِيَّةُ شَخْصِيَّتِي
٣١	نَشَاطُ (أُسْرِي) .	
٣٤	نَشَاطُ (خِتَامِي) .	
٤٧	هَيَّا نَتَعَلَّم لُغَةَ الإِشَارَةِ .	
٦١	تَهَيَّئَةُ الدَّرْسِ : أُسْرَتِي العَزِيزَةُ .	الوَحْدَةُ الثَّالِثَةُ غِذَائِي
٦٤	نَشَاطُ (أُسْرِي) .	
٦٦	نَشَاطُ (خِتَامِي) .	
٧٠	هَيَّا نَتَعَلَّم لُغَةَ الإِشَارَةِ .	





الوَحْدَةُ الْأُولَى

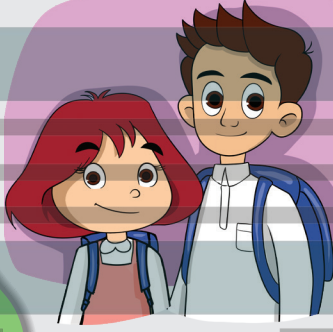
صَحَّتِي وَسَلَامَتِي

السَّلَامَةُ دَاخِلَ الْمَدْرَسَةِ.

حلول  
الجلول اون لاين  
hulul.online

## صِحَّتِي وَسَلَامَتِي

السَّلَامَةُ دَاخِلَ الْمَدْرَسَةِ



الأهداف  
الجلول اون لاين  
hulul.online  
يُتَوَقَّعُ مِنَ الْمُتَعَلِّمِ فِي نِهَائِهِ الْوَحْدَةِ:

- ◆ أَنْ يُطَبِّقَ قَوَاعِدَ السَّلَامَةِ دَاخِلَ الْفَصْلِ.
- ◆ أَنْ يَتَّبِعَ إِرْشَادَاتِ السَّلَامَةِ فِي الْمَمَرَاتِ وَالسَّلَالِمِ.
- ◆ أَنْ يَتَحَلَّى بِالْآدَابِ الصَّحِيَّةِ أَثْنَاءَ اسْتِخْدَامِ دَوَرَاتِ الْمِيَاهِ.
- ◆ أَنْ يَلْتَزِمَ بِأَسَالِيبِ السَّلَامَةِ دَاخِلَ الْمَرَافِقِ الْمَدْرَسِيَّةِ.
- ◆ أَنْ يَتَجَنَّبَ كُلَّ مَا يُعَرِّضُهُ لِلْخَطَرِ أَثْنَاءَ تَوَاجُدِهِ فِي الْفِنَاءِ الْخَارِجِيِّ.



## السَّلَامَةُ دَاخِلَ الْمَدْرَسَةِ

كَيْفَ تُحَافِظُ عَلَي صِحَّتِكَ وَسَلَامَتِكَ فِي الْمَدْرَسَةِ؟

المفاهيم الرئيسة:  
السَّلَامَةُ.  
المَرَافِقُ.  
الفناء.

بالمحافظة على النظافة الشخصية - لا أَدْفَعُ أَصْدِقَائِي  
- أَلْزِمُ جَانِبَ الدَّرَجِ عِنْدَ الصُّعُودِ وَالهَبُوطِ

الْمَدْرَسَةُ مِنَ الْأَمَاكِنِ الَّتِي أَرْتَادُهَا بِشَكْلِ يَوْمِي مَعَ زُمَلَائِي وَيَجِبُ عَلَيَّ  
الْمُحَافَظَةَ عَلَي نَفْسِي وَحِمَايَتِهَا مِنَ الْمَخَاطِرِ الَّتِي قَدْ تُؤْذِنِي أَوْ تُؤْذِي  
أَصْدِقَائِي أَثْنَاءَ وُجُودِنَا فِي الْمَدْرَسَةِ.



# ◆ عِنْدَمَا نُهْمِلُ إِرْشَادَاتِ السَّلَامَةِ فِي الْمَدْرَسَةِ قَدْ نَتَعَرَّضُ لِبَعْضِ الْمَخَاطِرِ وَالْإِصَابَاتِ مِنْهَا:



## أولاً: السّلامةُ داخلَ الفصلِ

### التّصرّفُ السّليمُ

١. الجُلُوسُ على الكُرسيِّ باستِقامة.
٢. عَدَمُ وَضْعِ الحَقِيئَةِ على الكُرسيِّ خَلْفَ الظَّهْرِ.
٣. عَدَمُ العَبَثِ بِمَنافذِ الكَهْرَبَاءِ والأجْهَزةِ الكَهْرَبائيَّةِ.
٤. عَدَمُ التَّسَلُّقِ على النَّافِذةِ أو الخُرُوجِ بِكاملِ الجِسمِ مِنْهَا.

### النتيجة

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

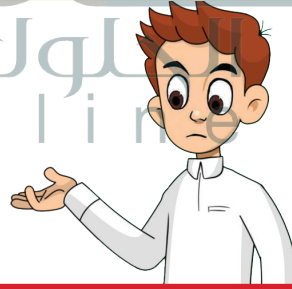


## التَّصَرُّفُ الخَاطِئُ

١. التَّدَافُعُ مَعَ الآخَرِينَ أَوْ التَّزَاحُمُ عِنْدَ الدُّخُولِ أَوْ الخُرُوجِ مِنَ الفِصْلِ .
٢. إِعَاقَةُ أَوْ عَرَقَلَةُ الآخَرِينَ أَثْنَاءَ دُخُولِ الفِصْلِ أَوْ الخُرُوجِ مِنْهُ .
٣. قَذْفُ بَعْضِ الأَدَوَاتِ المَدْرَسِيَّةِ كَأَقْلَامِ الرِّصَاصِ أَوْ الكُتُبِ أَوْ مَشَابِكِ الوَرَقِ أَوْ أَيِّ مَوَادِّ صَلْبَةٍ عَلَيَّ الآخَرِينَ .
٤. القِيَامُ بِأَعْمَالِ شَغَبٍ أَوْ عُنْفٍ تُجَاهَ الآخَرِينَ أَثْنَاءَ فِتْرَةِ الاسْتِرَاحَةِ .

## النَّتِيجَةُ

١. اتَّسَبَّبَ فِي أذِيَةِ نَفْسِي أَوْ إِيْذَاءِ جُزْءٍ مِنْ جَسَدِي .
٢. اتَّسَبَّبْتُ فِي إِيْذَاءِ الآخَرِينَ .





هل شاهدت تصرفاتٍ أُخرى تحدثُ  
داخلَ الفصلِ، اذكرها وما رأيك فيها؟



## إرشادات عامة

- ◆ من الضروري أن تحفظ وتحمي نفسك من أي سلوكٍ يعرضك للخطر.
- ◆ التزام الآداب الحسنة مع الآخرين يجعلك شخصيةً محبوبَةً من الجميع.
- ◆ إيذاء الآخرين ليس من قيم ومبادئ المسلمين.

• أُوَقِّعُ النَّيْجَةَ الْمُتَرْتِّبَةَ عَلَى التَّصَرُّفِ الْخَاطِئِ فِي الْأَشْكَالِ الْآتِيَةِ:



التكهرب



المقصف  
الوقوع نتيجة  
التدافع



الضرر بالآخرين



الإصابة بجرح أو  
بأذى



## ثانياً: السّلامةُ في الممرّاتِ والسّالِمِ

- السّيرُ بهُدوءٍ في الممرّاتِ وِعدَمُ الرّكُضِ حتّى لا تتعرّضُ لِخطرِ السُّقُوطِ.
- عَدَمُ التّدافِعِ عَلى السّالِمِ أثناء الصُّعودِ أو النُّزولِ.
- التّزامُ الجِهَةِ اليُمْنى مِنَ السّلمِ أثناء الصُّعودِ والجِهَةِ اليُسرى أثناء النُّزولِ.
- عَدَمُ قَطْعِ درَجَتَيْنِ أو أكثرَ أثناءِ اسْتِخدامِ السّالِمِ.
- تَجَنُّبُ رَمِي المُخَلَّفَاتِ أو النِّفَايَاتِ أو سَكْبِ المَشْرُوبَاتِ عَلى السّالِمِ، حتّى لا تُسبِّبُ انزِلاقَ الآخَرينَ أو تَعَثُّرَهُمِ.
- عَدَمُ تَسَلُّقِ الحَاجِزِ بَينَ الأدْوارِ أو التّزحُّقِ عَليه، لِتلافي السُّقُوطِ.
- تَجَنُّبُ الانحِناءِ إلى الأسفلِ مِنْ أَعلى الحَاجِزِ لِتفادي خَطَرِ السُّقُوطِ.

## ثالثًا: السَّلامَةُ فِي دَوَراتِ المِياهِ.

### التَّصَرُّفُ السَّليمُ

١. التَّزِمُ بِقَواعِدِ اسْتِخدامِ دَوَراتِ المِياهِ.
٢. أمْشي بِهَدوءٍ عِنْدَ الدُّخُولِ أَوْ الخُرُوجِ مِنْ دَوَرةِ المِياهِ.
٣. أتأكَّدُ مِنْ سَلامَةِ البَابِ قَبْلَ إِغلاقِهِ.
٤. أتفقَّدُ المَرَحاضَ قَبْلَ اسْتِخدامِهِ لِلهِفاظِ عَلى صِحَّتِي.
٥. أغسِلُ يَدَيَّ بِالماءِ وَالصَّابونِ بَعْدَ الانْتِهاءِ مِنْ اسْتِخدامِ دَوَرةِ المِياهِ.

### النَّتِيجَةُ

أَحافِظُ عَلى صِحَّتِي وَسَلامَتِي مِنْ  
الأَمراضِ.

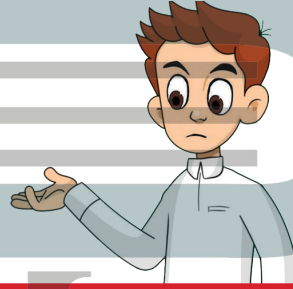


## التصرف الخاطئ

١. الرّكضُ أو القفزُ في دُورَةِ المِياهِ.
٢. العَبثُ بِالمِياهِ أو سَكْبُها على الأَرْضِيةِ.
٣. لَمَسُ مَنافذِ الكَهْرَباءِ واليَدانِ مُبلّلتانِ بالماءِ.

## النتيجة

١. أتعرضُ لخطرِ الانزلاقِ.
٢. أتسببُ في هدرِ الماءِ وإيذاءِ الآخرينِ.
٣. أعرضُ نفسي والآخرينَ لمخاطرِ الكهْرَباءِ.



تَجَنَّبُ الذَّهَابَ إِلَى دُورَةِ المِياهِ مُنفردًا عِنْدَمَا تُكونُ بِحَالَةٍ غَيْرِ جَيِّدَةٍ،  
أَوْ عِنْدَ الشُّعُورِ بالدُّوَارِ أَوْ فِي حَالَاتِ ارْتِفَاعِ وَانْخِفاضِ السُّكْرِ.



## إرشادات عامة

- ◆ احترم الآخرين أثناء السير في الممرات والسلالم ولا تسب 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.

حلول  
الجلول اون لاين  
hulul.online



هيا  
نمرح

تحدّث عن خطر تعرّضت له أثناء وجودك في المدرسة. وكيف  
تصرّفت؟

نتيجة التدافع بين الأصدقاء على الدرج كدت أن أقع ونتيجة لذلك  
أصبحت أصعد على الدرج ملتزماً الجانب

حلول  
الجلول اون لاين  
hulul.online

## رَابِعًا: السَّلَامَةُ فِي المَلَاعِبِ

X لَا أَفْعُلُ	✓ أَفْعُلُ
<ul style="list-style-type: none"> <li>• لَا تَلْعَبُ بِأَدَوَاتٍ أَوْ أَلْعَابٍ مُخَصَّصَةٍ لِآخَرِينَ أَكْبَرَ سِنًا.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• اتَّبِعْ إِرْشَادَاتِ الأُسْتَاذِ المَسْئُولِ فِي المَلْعَبِ.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• لَا تَرْكُضْ فِي المَلْعَبِ وَأَنْتِ تَحْمِلُ زُجَاجَةً مَاءٍ أَوْ عَصِيرٍ.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• اَلْتَزِمِ بِتَعْلِيمَاتِ مُعَلِّمِ التَّرْبِيَةِ البَدَنِيَّةِ.</li> <li>• اَحْتَرَمْ قَوَاعِدَ كُلِّ لُعْبَةٍ رِيَاضِيَّةٍ</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• لَا تَلْعَبُ تَحْتَ أَشْعَةِ الشَّمْسِ المُبَاشِرَةِ حَتَّى لَا تَتَعَرَّضَ لِضَرْبَاتِ الشَّمْسِ أَوْ فُقْدَانِ السَّوَائِلِ.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ارْتَدِ المَلَابِسَ وَالأَحْذِيَةَ الرِّيَاضِيَّةَ المُمَخَّصَةَ مَعَ المُعَدَّاتِ الوَاقِيَةِ المُنَاسِبَةِ.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• لَا تَرْمِ الأَدَوَاتِ الرِّيَاضِيَّةَ بِاتِّجَاهِ الأَخْرِينِ.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• حَافِظْ عَلَى هُدُوءِ الأَعْصَابِ أَثْنَاءَ اللُّعْبِ.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• لَا تُضْرِبِ الأَخْرِينِ (حَتَّى عَلَى سَبِيلِ المُزَاحِ) أَثْنَاءَ مُمَارَسَةِ الرِّيَاضَةِ.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• حَافِظْ عَلَى أَدَوَاتِ الأَلْعَابِ الرِّيَاضِيَّةِ؛ فَهِيَ لَكَ وَلِغَيْرِكَ.</li> </ul>





## نشاط ٢

أخبر المعلم فوراً

مَاذَا أَفْعَلُ إِذَا أُصِيبَ أَحَدُ زُمَلَائِي أثنَاءَ مُمَارَسَةِ الرِّيَاضَةِ بِالْمَلْعَبِ الْمَدْرَسِيِّ؟

### خامساً: السّلامةُ في الفِئاءِ الخارِجي

أخْتارُ الشّكْلَ الْمُنَاسِبَ لِلْفِرَاقَاتِ فِي التّصَرُّفَاتِ الْآتِيَةِ:



• عَدَمُ رَمِي الْقَمَامَةِ ..... عَلَى الْأَرْضِ.



• عَدَمُ التَّرَاحُمِ أَوْ التَّدَافِعِ عِنْدَ الدُّخُولِ وَالخُرُوجِ مِنْ  
الْمَدْرَسَةِ .....



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



• عَدَمُ ..... أَسْوَارِ الْمَدْرَسَةِ.



• الْإِبْتِعَادُ عَنِ ..... وَعَدَمُ فَتْحِ غُرْفِ الْكَهْرَبَاءِ.



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



الْوُقُوفُ بِانْتِظَامٍ عِنْدَ الشَّرَاءِ مِنَ الْمَقْصَفِ  
الْمُدْرَسِيِّ سُلُوكٌ حَضَارِيٌّ وَيَجَنَّبُكَ وَالْآخَرِينَ  
التَّعَرُّضَ لِلْإِصَابَاتِ.



## إرشادات عامة

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



هيا  
نمرح

● أتحدّثُ أَمَامَ زُمَلَائِي عَن مَآ يَأْتِي :

١. لِمَاذَا يُمنَعُ حَمْلُ زُجَاجَاتِ المَاءِ أَوْ العَصِيرِ عِنْدَ الرِّكْضِ فِي

المَلْعَبِ أَوْ الفَنَاءِ الخَارِجِيّ؟ **تجنباً لحدوث الجروح إذا حصل ووقعت أو انكسرت**

٢. أهُمِّيَّةُ وُجُودِ مَخَارِجِ الطَّوَارِيءِ فِي المَدْرَسَةِ.

**وجودها ضروري في حال حدوث أي أمر طارئ من حريق أو غيرها  
ليتمكن الطلاب والمعلمين من المدرسة**



## وَحْدَةٌ صَحَّتِي وَسَلَامَتِي

أَتَعَلَّمُ لُغَةَ الإِشَارَةِ بِشَغَفٍ؛ حَتَّى أَتَوَاصَلَ مَعَ زُمَلَائِي / زَمِيلَاتِي مِنَ الصَّمِّ،  
وَأَنَا قَادِرٌ - بِتَوْفِيقِ اللَّهِ - عَلَى إِتْقَانِهَا بِكِفَاءَةٍ عَالِيَةٍ.



## الوَحْدَةُ الثَّانِيَّةُ

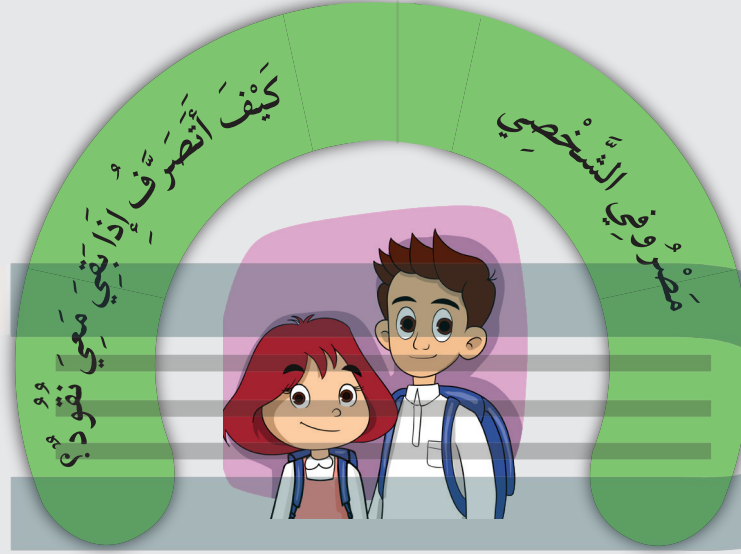
# شخصيتي

مَـضْرُوفِي الشَّخْصِي

كَيْفَ أَتَصَرَّفُ إِذَا بَقِيَ مَعِي نُقُودٌ؟

الجلول اون لاين  
hulul.online

## شخصيتي



### الأهداف

يُتَوَقَّعُ مِنَ الْمُتَعَلِّمِ فِي نَهَايَةِ الْوَحْدَةِ:

- ◆ أَنْ يُحَدِّدَ مَصَادِرَ الْمَضْرُوفِ الشَّخْصِي.
- ◆ أَنْ يُمَيِّزَ بَيْنَ الْحَاجَاتِ وَالرَّغَبَاتِ.
- ◆ أَنْ يُقْتَرِحَ طَرِيقَةً مُثَلًى فِي إِتْفَاقِ مَضْرُوفِهِ الشَّخْصِي.
- ◆ أَنْ يَتَصَرَّفَ بِحِكْمَةٍ فِيمَا بَقِيَ لَدَيْهِ مِنْ نَقُودٍ.
- ◆ أَنْ يُوَضِّحَ مَفْهُومَ الْإِسْتِمَارِ وَأَهْمِيَّتِهِ فِي زِيَادَةِ الْإِيرَادَاتِ.

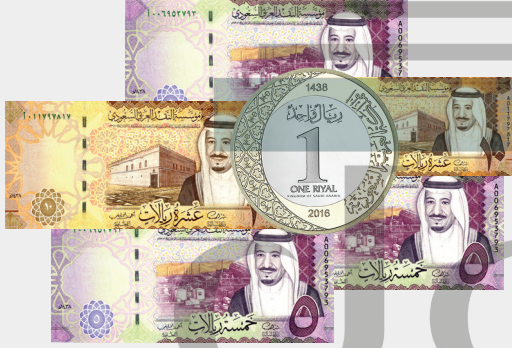




## مَصْرُوفِي الشَّخْصِي

صِفْ مَا تَشَاهِدُهُ فِي الشَّكْلِ الْآتِي:

المفاهيم الرئيسة:  
المَصْرُوفُ.  
الإدخار.



عَدَدُ العُمْلَةِ مِنْ فِئَةِ الرِّيَالِ **واحدة** ،  
وَفِئَةِ الخَمْسَةِ . **٣ ورقات** ،..... وَفِئَةِ  
العَشْرَةِ ... **ورقتين** .....

## أرسم دائرة حول المصدر الذي أحصل منه على النقود

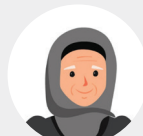


هل هناك مصادر أخرى أحصل منها على النقود؟ متروك لل طالبة  
أتحدث مع زملائي ومعلمي عنها.

## أسرتي العزيزة



أبدأ اليوم دراسة درس جديد أتعلّم فيه عن مصروف الشخص وهذا نشاط  
سنسعد بتنفيذه معاً. مع وافر الحب. ابنكم / ابنتكم  
نشاط أسرتي استهلاكي منزلي:  
عزيزي الأب / عزيزتي الأم: ساعداً أبناءكم في تلوين الإبرادات باللون الأصفر  
والمصروفات باللون الأحمر.





خالد: تَذَوِّقْ يَا فَوَّازَ هَذِهِ الشُّكُولَاتَةَ اشْتَرَيْتُهَا مِنْ الْمَقْصَفِ قَبْلَ قَلِيلٍ.

فَوَّاز: وَهَلْ أَفْطَرْتَ يَا خَالِدَ؟

خالد: لَا؛ فَمَضَرُوهُ فِي 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

أَلْوَنُ دَوَائِرِ الْحَاجَاتِ بِاللَّوْنِ الْأَخْضَرِ وَدَوَائِرِ  
الرَّغَبَاتِ بِاللَّوْنِ الْأَزْرَقِ:



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





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

مَصْرُوفَاتُ رَيْمًا

مَصْرُوفَاتُ لَيَانُ

رَقَائِقُ البَطَاطَا المَقْلِيَّة		شَطِيرَةٌ جَبْن	
مَشْرُوبٌ غَازِيٌّ		عَلْبَةٌ حَلِيب	
شَطِيرَةٌ جَبْن		فُولٌ سُوْدَانِيٌّ	
		ادِّخَار	

المَجْمُوعُ ٥ رِيَالَات

المَجْمُوعُ ٥ رِيَالَات

برأيك أيهما نجحت في الإنفاق الصحيح ولماذا؟ ليان لأنها اختارت المأكولات الصحية

◆ الادِّخَارُ يَعْنِي أَنْ تَحْتَفِظَ بِجُزْءٍ مِنْ دَخْلِكَ جَانِبًا، وَهُوَ مُهِمٌّ جَدًّا لَيْسَهْلَ عَلَيْنَا الكَثِيرُ فِي المُسْتَقْبَلِ.

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

◆ إلام تُرْسِدُكَ الآيَةُ السَّابِقَةُ؟

التبذير هو إنفاق المال بغير وجد حق وفي معصية الله  
عز وجل وأن من فعل ذلك فهو أخ للشيطان أي متبع له



## نشاط

إذا ادّخرت كلَّ يوم ريالاً من مَصْرُوفِكَ المَدْرَسِيِّ،  
فَكَمْ رِيالاً تَدَّخِرُ فِي أُسْبُوعٍ؟



هـ ريالات

رؤية  
2030  
المملكة 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، والادخار، 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.
- ◆ وزّع ثمن ما تريد شراءه على المبلغ الذي توفره يومياً؛ لتعرف عدد الأيام التي تحتاجها للحصول على مبلغ الشراء.



عَزِيزِي الْأَبُ / عَزِيزَتِي الْأُمُّ: تَعَاوَنَا مَعَ أَبْنَائِكُمَا فِي عَمَلِ حَصَّالَةِ نَقُودِ  
مِنْ عُلْبَةٍ مُسْتَهْلَكَةٍ فِي الْمَنْزِلِ، لِعَرْضِهَا فِي الْحِصَّةِ الْقَادِمَةِ عَلَى الْمُعَلِّمِ  
وَالزُّمْلَاءِ.

## إرشادات عامة

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



هيا  
نمرح

١ أصل التصرف الحسن والتصرف المذموم بما يناسبه من الكلمات  
والعبارات الآتية:

١ أ شراء الهدايا البسيطة.

١ ب شراء القصص المفيدة.

١ ج الادخار.

٢ د الإسراف.

٢ ه الإكثار من الشراء.

١ و التصدق.

٢ ز ارتياد المطاعم باستمرار.


التصرف الحسن

التصرف المذموم

## ٢ أَدِّدُ الْإِحْتِيَاجَاتِ الْأَسَاسِيَّةَ فِي الْمَصْرُوفَاتِ الْآتِيَةِ:

أ شِرَاءُ  .

ب شِرَاءُ  مِنْ مَقْصَفِ الْمَدْرَسَةِ

ج شِرَاءُ  جَدِيدَةً.

د شِرَاءُ  جَدِيدَةً.

## ٢ أَكْتُبْ مَا أَنْوِي شِرَاءَهُ (مُرْتَبًّا حَسَبِ الْأَوْلَوِيَّةِ)، ثُمَّ أَدِّدْ إِذَا كَانَ إِحْتِيَاجًا أَوْ رَغْبَةً.

رَغْبَاتِي

١. ....
٢. ....
٣. ....
٤. ....

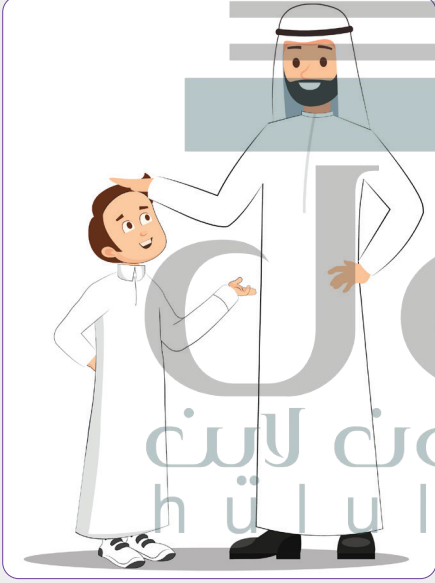
إِحْتِيَاجَاتِي

١. ....
٢. ....
٣. ....
٤. ....



## 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؟

## كَيْفَ أَتَصَرَّفُ بِمَا بَقِيَ مَعِي مِنْ نِقُودٍ؟

### التَّصَرُّفُ السَّلِيمُ

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

### النتيجة

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



### ◆ ما الفَضِيلَةُ الَّتِي يَدْعُو إِلَيْهَا الْحَدِيثُ؟ الإنفاق

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»<sup>(١)</sup>.



## التَّصَرُّفُ الْخَاطِئُ

١. أَشْتَرِي الْأَشْيَاءَ غَيْرَ الضَّرُورِيَّةِ، وَالْبَاهِظَةَ الثَّمَنِ.
٢. أَشْتَرِي الْكَثِيرَ مِنَ الْحَلْوَى.
٣. أَجْمَعُ الْمَالَ وَأَحْرِمُ نَفْسِي مِنَ الضَّرُورِيَّاتِ.

## النَّتِيْجَةُ

١. الْاِتِّصَافُ بِالْاِسْرَافِ وَالتَّبْدِيرِ أَوْ الْبُخْلِ وَالتَّقْتِيرِ.
٢. الْحَاجَةُ إِلَى الْاِقْتِرَاضِ مِنَ الْآخَرِينَ.
٣. الْحَرْمَانُ وَعَدَمُ الْاِسْتِمْتَاعِ بِالْمَالِ.





نشاط

ابحث عن الكلمات المتشابهة داخل المربع واشطبها  
لتبقى صفة ينبغي أن نتصف بها:

صدق وفاء

إحسان بر

وفاء إيثار

صدق توفير

إحسان بر

إيثار



الصفة هي:

توفير







## نشاط

ماذا يحدث لو لم يدخر الشخص بعض المال من دخله؟



سوف يضطر عند حاجته إلى المال أن يقترض من الآخرين.....

◆ اختار 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. ✓



الاستدانة هي أن يعطيك  
أحدكم مقداراً من المال  
لتستخدمه في شيء مهم  
وتلتزم بإعادته له خلال  
مدة محددة.

هُوَ صَرْفُ النُّقُودِ بِطَرِيقَةٍ مُعَيَّنَةٍ  
تُمْكِّنُكَ مِنْ اكْتِسَابِ نَقُودٍ إِضَافِيَّةٍ.

الاستثمار



برنامج (ريالي) للوعي  
المالي هو أحد الأنشطة  
غير الصفية التي تهدف  
إلى غرس ثقافة الادخار  
والاستثمار لدى الطلاب  
وتزويدهم بالمعرفة التي  
تمكّنهم في المستقبل من  
اتخاذ قرارات مالية سليمة.

ريالي  
للوعي المالي



نشاط

أعلنت المدرسة عن تنظيم فعالية  
(المستثمر الصغير) بحيث يستطيع

طلاب المدرسة بيع ما يرغبون بيعه على  
أصدقائهم.

فكر فيما ستقوم ببيعه خلال هذه الفعالية،  
وكيف ستوفر النقود اللازمة لإعداد ما ترغب  
بيعه؟



## إرشادات عامة

- ◆ الصَّدَقَةُ تَزِيدُ الْمَالَ وَلَا تَنْقُصُهُ.
- ◆ الْبُخْلُ صِفَةٌ ذَمِيمَةٌ يَنْبَغِي تَجَنُّبُهَا.
- ◆ يُمَكِّنُ تَقْسِيمَ مَضْرُوفِكَ لِصَرْفِهِ عَلَى ثَلَاثَةِ أُمُورٍ: الْاِحْتِيَاجَاتُ الْأَسَاسِيَّةَ وَالصَّدَقَةَ وَالِاسْتِشْهَارَ.
- ◆ بَدَلًا مِنْ زِيَادَةِ مَضْرُوفَاتِكَ فَكِّرْ كَيْفَ تَزِيدُ مِنْ إِيرَادَاتِكَ.

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

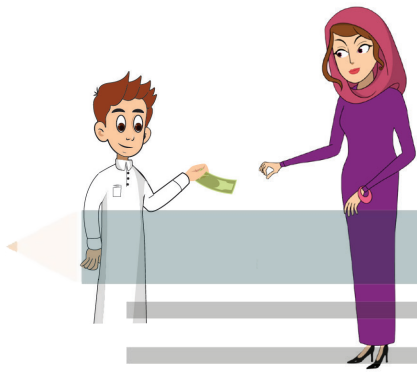


حلول  
الجلول اون لاين  
hulul.online



سألت زملائي هذا السؤال: (كيف تصرف المال الباقي لديك؟)  
فكانت إجابتهم كالآتي:

٢



أحفظه عند أمي



أشترى الوجبات السريعة يوميًا

أحرص على التصدق بمبلغ بسيط



أضعه في الحصالة



## ٣ أصل الكلمة المناسبة بالتعريف الصحيح لها:

٢ الإسرافُ

١ أَنْ يُعْطِيكَ أَحَدُهُمْ مَقْدَارَ مَنْ الْمَالِ  
لِتَسْتُخْدِمَهُ فِي شَيْءٍ مُهِمٍّ وَتَلْتَزِمُ بِإِعَادَتِهِ لَهُ  
خِلَالَ مَدَّةٍ مُحَدَّدَةٍ.

١ الاستدانةُ

٢ الْمَبَالِغَةُ فِي صَرْفِ الْمَالِ عَلَى الرَّغَبَاتِ حَتَّى  
لَوْ لَمْ نَكُنْ بِحَاجَةٍ إِلَيْهَا

٣ الاستثمارُ

٣ صَرْفُ النُّقُودِ بِطَرِيقَةٍ مُعَيَّنَةٍ تُمْكِّنُكَ مِنْ  
اِكْتِسَابِ نُقُودٍ إِضَافِيَّةٍ



## وَخَدَةُ شَخْصِيَّتِي



أَتَعَلَّمُ لُغَةَ الْإِشَارَةِ بِشَغْفٍ؛ حَتَّى أَتَوَاصَلَ مَعَ زُمَلَائِي / زَمِيلَاتِي مِنَ الصَّمِّ،  
وَأَنَا قَادِرٌ - بِتَوْفِيقِ اللَّهِ - عَلَى إِتْقَانِهَا بِكِفَاءَةٍ عَالِيَةٍ.



## أدُون مَلْحُوظَاتِي



حلول  
الجلول اون لاين  
hulul.online

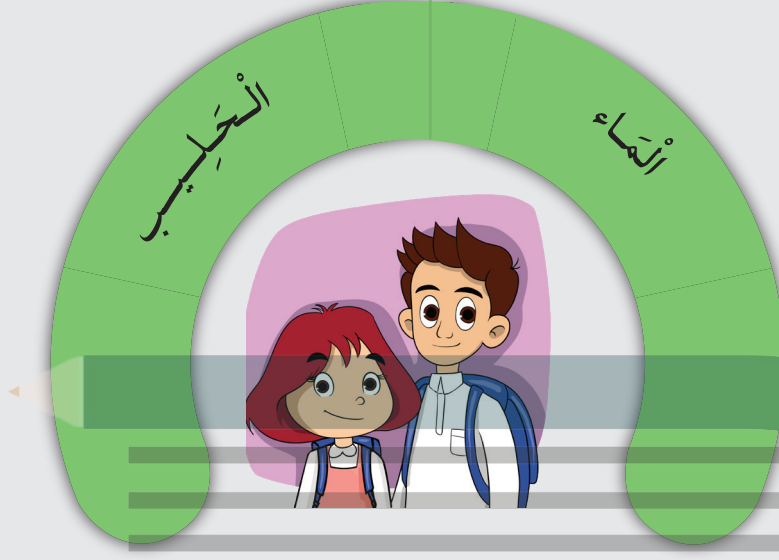


## الوَحْدَةُ الثَّلَاثَةُ

# غِذَائِي



## غِذَائِي



### الأهداف

يَتَوَقَّعُ مِنَ الْمُتَعَلِّمِ فِي نَهَايَةِ الْوَحْدَةِ:

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





# الماء

المفاهيم الرئيسية:

- الماء.
- مصدر.

من أين نحصل على الماء؟

الأمطار - الأنهار - الآبار - البحار

نحصل على الماء من مصادر متعددة مثل:



الأنهار



الأمطار



البحار



الآبار

مصادر الماء



نشاط

مَاذَا يَحْدُثُ لَوْ انْقَطَعَ الْمَاءُ؟

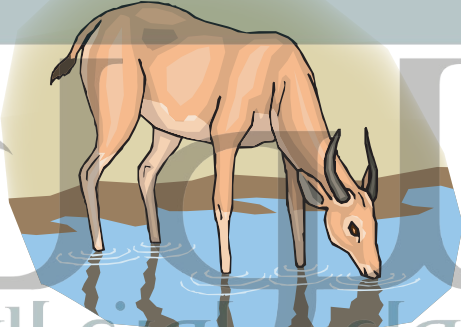


سوف تموت جميع المخلوقات الحية

الماء مهم:



للنبات



للحيوان



للإنسان

أنا أردد وأحفظ:

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

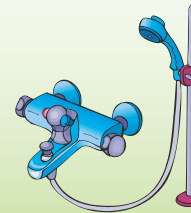
أَسْتَحْدِمُ الْمَاءَ فِي:



# حلول

## نشاط ٢

### أَحِيطُ بِدَائِرَةِ مَصَادِرِ الْمَاءِ النَّقِيِّ:



أَحْتَاجُ إِلَى = ٦ أَكْوَابٍ مِنَ الْمَاءِ يَوْمِيًّا

◆ يَحْتَوِي كُلُّ شَرَابٍ أَوْ طَعَامٍ عَلَى الْمَاءِ، أُعْطِيَ أَمثلةً عَلَى ذَلِكَ.

يَحْمِي الْجِسْمَ مِنَ الْجَفَافِ

يُحَسِّنُ صِحَّةَ الْفَمِ  
وَيَحْمِي مِنَ تَشَقُّقِ الشِّفَاةِ

يُقَلِّلُ مِنْ حِدَّةِ الْإِصَابَةِ  
بِالْإِمْسَاكِ

فَوَائِدُ  
شُرْبِ الْمَاءِ



يُبْقِي الدِّمَاجَ هَادِئًا وَفِي  
حَالَةٍ عَمَلٍ جَيِّدَةٍ

يُسْرِعُ عَمَلِيَّةَ هَضْمِ  
الطَّعَامِ

يُحَافِظُ عَلَى دَرَجَةِ حَرَارَةِ الْجِسْمِ

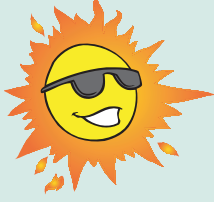
hulul.online



الْعَطَشُ هُوَ الْوَسِيلَةُ الَّتِي يُخْبِرُنَا بِهَا الْجِسْمُ بِحَاجَتِهِ لِلْمَاءِ



## التَّفْكِيرُ النَّاقِدُ



لِمَ نُكْثِرُ مِنْ شُرْبِ الْمَاءِ فِي فَصْلِ الصَّيْفِ؟

لأن الجو الحار يفقد أجسامنا الكثير من الماء فنحتاج لتعويضه



### نَشَاط

اكتبُ عِبَارَةً مِنْ إِنْشَائِي حَوْلَ أَهْمِيَّةِ الْمَاءِ، ثُمَّ  
اسْتَمِعْ لِعِبَارَاتِ زَمَلَائِي.

الجلول اون لاين  
hulul online

الماء سر الحياة فحافظ عليها

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

## ◆ أَلْتَجَنَّبُ الْعَادَاتِ السَّيِّئَةَ أَثْنَاءَ الشُّرْبِ.



## ◆ أَلْحَافِظُ عَلَى الْمَاءِ وَلَا أُسْرِفُ فِيهِ.

### نَشَاطٌ ٤

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

hulul.online

.....

.....

.....



حَفْظُ الْمَوَارِدِ الطَّبِيعِيَّةِ لِلْمِيَاهِ وَاجِبٌ وَطَنِيٌّ وَإِنْسَانِيٌّ .  
وَلِتَحْقِيقِ الرَّؤْيَةِ الْوَطَنِيَّةِ ٢٠٣٠ تَمَّ إِطْلَاقُ الْبَرْنَامِجِ الْوَطَنِيِّ  
لِتَرْشِيدِ اسْتِهْلَاكِ الْمِيَاهِ فِي الْمَمْلَكَةِ الْعَرَبِيَّةِ السُّعُودِيَّةِ  
(قَطْرَةٌ).

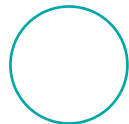


## إِرْشَادَاتٌ عَامَّةٌ

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

## فيما نمرح

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

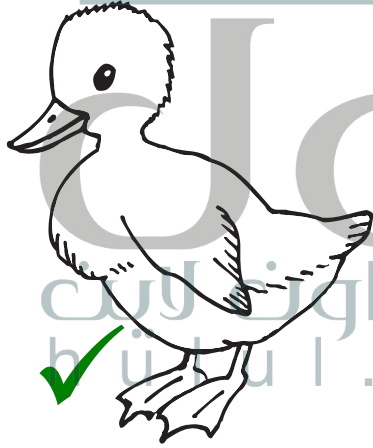
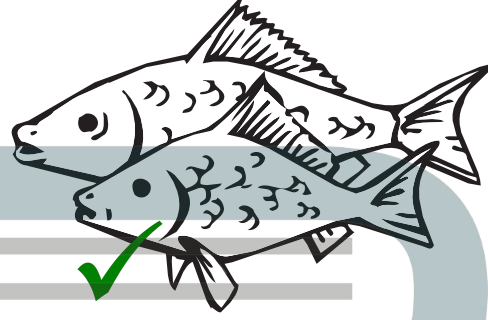


٦ أَرْسُمْ عَلامَةَ (✓) تَحْتَ التَّصَرُّفِ الصَّحِيحِ، وَعَلامَةَ (✗) تَحْتَ  
التَّصَرُّفِ الخَطَأِ فِي الصُّورِ الآتِيَةِ:



## أَلَوْنُ الْأَشْيَاءِ الَّتِي تَحْتَاجُ إِلَى الْمَاءِ:

٣





# الحليب

من أين نحصل على الحليب؟

المفاهيم الرئيسية:

- الحليب الطازج.
- الحليب المعلب.

مصادر حيوانية: البقرة - الماعز

مصادر نباتية: اللوز - جوز الهند

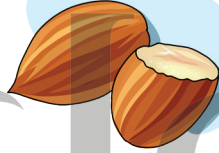
## مصادر الحليب

نباتي

حيواني



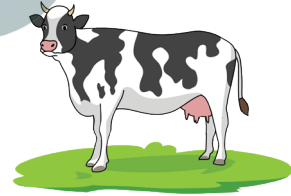
جوز الهند



اللوز



الماعز



البقرة

## أسرتي العزيزة



أبدأ اليوم دراسة درس جديد أتعلّم فيه عن الحليب وفوائده وهذا نشاط سنسعدُ بتنفيذه معاً. مع وإفر الحب. إبتكم / إبتكم نشاط أسرتي استهلالي منزلي: عزيزي الأب / عزيزتي الأم: ساعدا أبناءكم في التعرف على مصادر أخرى للحليب.



سائل



المجفف

◆ مِنْ أَنْوَاعِ الْحَلِيبِ:

## ١ نَشَاط

بِالتَّعَاوُنِ مَعَ زَمِيلِي أُحَدِّدُ الْفَرْقَ بَيْنَ الْحَلِيبِ الطَّازِجِ

وَالْحَلِيبِ الْمُعَلَّبِ. الحليب الطازج صحياً أفضل من الحليب المعلب

الْحَلِيبُ الْمُعَلَّبُ

.....  
.....  
.....

الْحَلِيبُ الطَّازِجُ

.....  
.....  
.....



جبنة



زبدة



زبادي

◆ مُنْتَجَاتُ الْحَلِيبِ كَثِيرَةٌ مِنْهَا:

## ٢ نَشَاط

أَذْكَرُ مُنْتَجَاتٍ أُخْرَى لِلْحَلِيبِ.

الجبنة بأنواعها - القشطة - اللبن الرائب - الزبدة

◆ أحتَاجُ إلى = 4 أكوابٍ من الحليبِ يوميًا.  
◆ يَدْخُلُ الحليبُ في إغدادِ بعضِ أصنافِ الطَّعامِ، مثلِ:



٣

نشاط

أذكرُ بعضَ الأصنافِ التي يَدْخُلُ الحليبُ في إغدادِها.

كوكتيل وعصائر - آيس كريم - بسكويت - كعك

أشربُ الحليبَ يوميًا لأنه يساعِدني على:

تقوية الأسنان

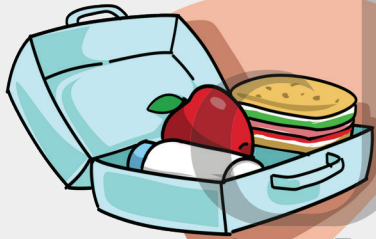
النمو

بناء العظام





عَزِيزِي الْأَبَّ / عَزِيزَتِي الْأُمَّ: نَاقِشَا أَوْلَادَكُمَا فِي السُّلُوكِ الصَّحِيحِ وَالْخَطَأِ  
فِي الرُّسُومَاتِ الْآتِيَةِ:

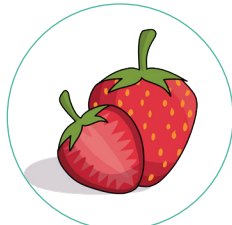


الجلول اون لاين  
hulul.online

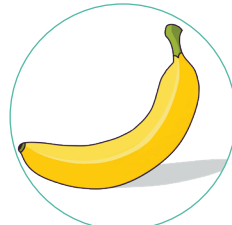
◆ يُمَكِّنُ إِضَافَةَ نَكَهَاتٍ لِلْحَلِيبِ، مِثْلُ:



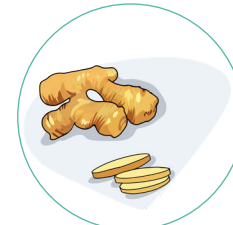
الشوكولاتة



الفراولة



الموز



الزنجبيل



العسل

## نشاط ٤

لِمَ تُضَافُ نَكَهَاتٌ مُخْتَلِفَةٌ لِلْحَلِيبِ؟ لجعل طعمه أفضل



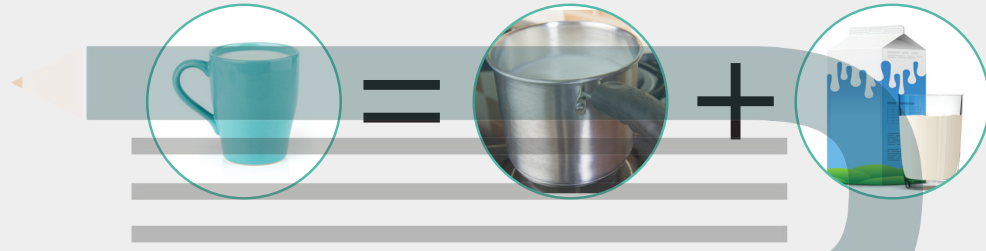
### أَسْتَمِعُ وَأُنشِدُ\*

فَوَائِدُ الْحَلِيبِ يَعْرِفُهَا اللَّيْبُ  
يُنْصَحُنَا بِشْرَبِهِ 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



عَزِيزِي الأب / عَزِيزَتِي الأم: سَاعِدَا أَبْنَاءَكُمَا فِي إِعْدَادِ أَحَدِ أَصْنَافِ  
الْحَلِيبِ الْآتِيَةِ:

● شَرَابَ الْحَلِيبِ:



● الْحَلِيبَ مَعَ الْعَسَلِ:



● الْحَلِيبَ مَعَ رَقَائِقِ الدُّرَّةِ:



أقوم نفسي:

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

أشرب الحليب كل صباح.

أضيف السكر بكثرة إلى الحليب.

أتناول الحليب في المدرسة.

أذكر اسم الله قبل الشرب.

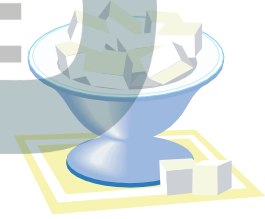
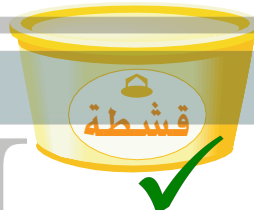
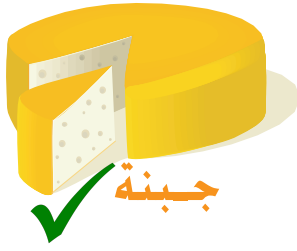


إرشادات عامة

- ◆ الحليب ضروري لنمو العظام والأسنان وسلامتها.
- ◆ زيادة السكر في الحليب تؤدي أسنانك..
- ◆ خذ من الحليب قدر حاجتك، واحفظ الباقي في الثلاجة.

فِيَّا  
نَمْرَح

أَرْسُمْ ١ حَوْلَ مُنْتَجَاتِ الْحَلِيبِ:



حلول  
الجلول اون لاين  
hulul.online



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 الزبدة.

الكلمة: الحليب



## وَحْدَةُ غِذَائِي

أَتَعَلَّمُ لُغَةَ الْإِشَارَةِ بِشَغْفٍ؛ حَتَّى أَتَوَاصَلَ مَعَ زُمَلَائِي / زَمِيلَاتِي مِنَ الصَّمِّ،  
وَأَنَا قَادِرٌ - بِتَوْفِيقِ اللَّهِ - عَلَى إِتْقَانِهَا بِكِفَاءَةٍ عَالِيَةٍ.





تمارينُ عامة

حلول  
الجلول اون لاين  
hulul.online



١. أختار الأفضل من وجهة نظري:

١. عند خروجي من الفصل:

أنتظر دوري  
وأخرج بهدوء



أسابق زملائي  
للخروج أولاً



٢. عند صعود السلم يتم التزام:

الجهة اليسرى



الجهة اليمنى



٣. إذا بقي معي نقود:

أشتري  
بها الحلوى



أضعها في  
الحصالة



٢ أَدِّدُ الْاِحْتِیَاجَاتِ وَالرَّغَبَاتِ بِالنَّسْبَةِ إِلَيَّ وَأَضَعُهَا فِي الْجَدْوَلِ الْآتِي:  
لُعْبَةُ فِيدِيُو - فَطُورِ الْمَدْرَسَةِ - حَلْوَى بَعْدَ الْمَدْرَسَةِ - جِهَازٌ لَوْحِي -  
حِذَاءٌ رِيَاضِي:

الرَّغَبَاتِ	الْاِحْتِیَاجَاتِ
..... لُعْبَةُ فِيدِيُو .....	..... فَطُورِ الْمَدْرَسَةِ .....
..... حَلْوَى بَعْدَ الْمَدْرَسَةِ .....	..... حِذَاءٌ رِيَاضِي .....
..... جِهَازٌ لَوْحِي .....	.....
.....	.....

حلول  
الجلول اون لاين  
hulul.online



### ٣ أكمِلُ الفَرَاقَاتِ الآتِيَةَ:

١. مِنْ مَصَادِرِ الْمَاءِ الْآبَارُ وَالْأَنْهَارُ وَ...**الأمطار**.....

٢. مِنْ أَنْوَاعِ الْحَلِيبِ ...**اللبائل**..... وَالْمُجَفَّفُ.

٣. شَرِبُ الْحَلِيبِ يَوْمِيًّا يُسَاعِدُ عَلَى ...**النمو**.....

  
حلول  
الجلول اون لاين  
hulul.online

