

المهارات الحياتية والأسرية

حلول
الجلول اون لاين
hulul.online

للفصل الرابع الابتدائي
الفصل الدراسي الثالث

قام بالتأليف والمراجعة
فريق من المتخصصين

ح) وزارة التعليم، ١٤٤٣هـ

فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر
المهارات الحياتية و الأسرية للصف الرابع الابتدائي - الفصل الدراسي
الثالث / وزارة التعليم - الرياض، ١٤٤٣هـ.
٨٥ ص، ٢١ × ٥، ٥ سم
ردمك: ٦-٤٢-٥١١-٦٠٣-٩٧٨

١-المهارات الاجتماعية - كتب دراسية ٢-التعليم الابتدائي - السعودية
أ-العنوان

١٤٤٣/٢٧٩٨

ديوي ٣٧٢، ٨٢

رقم الإيداع: ١٤٤٣/٢٧٩٨

ردمك: ٦-٤٢-٥١١-٦٠٣-٩٧٨

حقوق الطبع والنشر محفوظة لوزارة التعليم

www.moe.gov.sa

مواد إثرائية وداعمة على "منصة عين"



IEN.EDU.SA

الجلول
hulul.online

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 ..
يسرُّنا أن نُقدِّم كتاب الطالب للصف الرابع الابتدائي من سلسلة مقرر المهارات الحياتية والأسرية، انسجاماً مع الأهداف الإستراتيجية لوزارة التعليم وبما يسهم في تحقيق رؤية المملكة العربية السعودية ٢٠٣٠ التي تنص على "إكساب الطالب المعارف والمهارات والسلوكيات الحميدة؛ ليكون ذا شخصية مستقلة تتصف بروح المبادرة والمثابرة والقيادة".
وقد حرصنا في تأليفه على تنوع أساليب عرضه باستخدام مصادر التعلُّم المختلفة من رسوم وصور وأنشطة لإثارة التفكير، وإكساب الطالب مهارات القرن الحادي والعشرين في إطار أهداف الوحدات الدراسية.

وتتيح أنشطة التعلُّم المتضمنة في هذا الكتاب الفرصة للطالب كي يُفكِّر ويُحاور ويُعبِّر 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.

مفاتيح الكتاب

نودُ أن ننبيهَ 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، تُنفذ داخل الصف أو خارجه.



التفكير الناقد.



التفكير الإبداعي وحل المشكلات.



التواصل.



التعاون والمشاركة المجتمعية.



أسرتي العزيزة.



معلومات إضافية.



معلومات إثرائية.



هيا نتعلم لغة الإشارة.



الفهرس

عدد الحصص المقررة في منهج المهارات الحياتية و الأسرية للصف
الرابع الابتدائي، الفصل الدراسي الثالث، حصة واحدة في الأسبوع.

رقم الصفحة	الأسابيع	الموضوع	الوحدة
١١	أسبوعان	الصَّيدِيَّةُ المنزليَّةُ	صِحَّتِي و سلامَتِي
١٨	أسبوعان	الغِصَصُ	
٢١	أسبوع	الرُّعافُ	
٣٥	أسبوعان	آدابُ التَّعامَلِ داخلَ المنزلِ	مَهاراتِي في الحَيَاةِ
٤٥	أسبوعان	تَرْشيدُ اسْتِهلاكِ المِائِ	
٥٤	أسبوعان	تَرْشيدُ اسْتِهلاكِ الكِهرباءِ	





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 يمكن لكم أن تشاركوا أبناءكم في تنفيذه.

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

فهرس تضمين أنشطة إشراك الأسرة في هذا الكتاب:

رقم الصفحة	نوع النشاط	الوحدة
١١	تهيئة الدرس: أسرتي العزيزة	الوحدة الثامنة / صحتي وسلامتي
١٥	نشاط أسري	
١٧	نشاط ختامي	
٣١	هيا نتعلم لغة الإشارة	الوحدة التاسعة / مهاراتي في الحياة
٧٠	هيا نتعلم لغة الإشارة	





الوحدة الثامنة

٨

صاحتي

الجلول أون لاين
hulul.online

وسلامي





صحتي وسلامتي

أهداف الوحدة

- يتوقع من المتعلم في نهاية الوحدة:
- أن يُعلِّلَ أهمية وجود الصَّيْدَلِيَّةِ الْمَنْزِلِيَّةِ.
 - أن يُطبِّقَ كَيْفِيَّةَ إِسْعَافِ الْمُصَابِ بِالْغَصَصِ عَمَلِيًّا.
 - أن يُقْتَرِحَ بَعْضَ الْأَسَالِيبِ الْوَقَائِيَّةِ الْفَعَّالَةِ لِتَجَنُّبِ حَدُوثِ الرُّعَافِ.

الصَّيدِيَّةُ الْمَنْزِلِيَّةُ

صحتي
وسلامتي

أُسْرَتِي الْعَزِيْزَةُ



أبدأ اليوم بدراسة درس جديد أتعرف فيه على أهمية
الصيدلية المنزلية ومحتوياتها . وهذا النشاط سنسعدُ
بتنفيذه معًا، مع وافر الحُبِّ : ابنُكم / ابنتُكم

النشاط :

ساعدنا أبناءكم كما في التعرف على محتويات الصيدلية
المنزلية.

المفاهيم الرئيسية

- الصَّيدِيَّةُ الْمَنْزِلِيَّةُ.
- الْحَالَةُ الطَّارِئَةُ.
- الْإِسْعَافُ الْأَوَّلِيُّ.

تعريفُ الصَّيدِيَّةِ:

صندوقٌ يَحْتَوِي عَلَى
الأدواتِ اللَّازِمةِ لإسعافِ
الحالاتِ الطَّارِئَةِ.



إنَّ لوجودِ الصَّيدِيَّةِ (صندوقِ الإسعافِ الأوَّلِيِّ) في البيتِ، والمدرسةِ،
والسيارةِ، والأماكنِ العامَّةِ أهميَّةٌ كبيرةٌ.



إذا أُصِبتَ بجرح؛ فهل تتركه دونَ تطهير؟ هل تتركُ الدَّمَّ يسيلُ منه حتى يتوقف؟ ألا يُمكنُ أن يتلوَّثَ الجرحُ فيسببَ لك الحمى والألم؟



الإمَّ احتاجُ لإيقافِ نزفِ الجرحِ؟

احتاجُ إلى مطهرٍ وقطنٍ ومعقمٍ ولاصقٍ طبي

■ فائدةُ الصَّيدِيَّةِ المَنْزِلِيَّةِ:



تساعدُ على القيامِ بالإسعافاتِ الأوَّلِيَّةِ للحالاتِ الطَّارئةِ

البسيطةِ، مثلُ: الجروحِ، الحروقِ، الاختناقِ

ولكنَّها في الحالاتِ الخطيرةِ لا تُغني عن الطَّبيبِ.

لا تنسَ إصاق الأرقام الهامّة على صندوقِ الصّيدليّة المنزليّة مثل: رقم الإسعاف، ورقم أقرب مُستشفى، ورقم وزارة الصّحة.



ما يجبُ مراعاته في الصّيدليّة المنزليّة :

- ١ أن تكون ذات حجم مناسب.
- ٢ ترتيب مكوناتها بحيث يمكن الوصول إليها مباشرة.
- ٣ إحكام إغلاقها مع مراعاة سهولة فتحها عند الحاجة.
- ٤ وضعها في مكان مناسب بعيداً عن الحرارة والرطوبة وعن متناول الأطفال.
- ٥ التخلّص من الموادّ والأدوية المنتهية الصّلاحيّة.

نشاط (١)



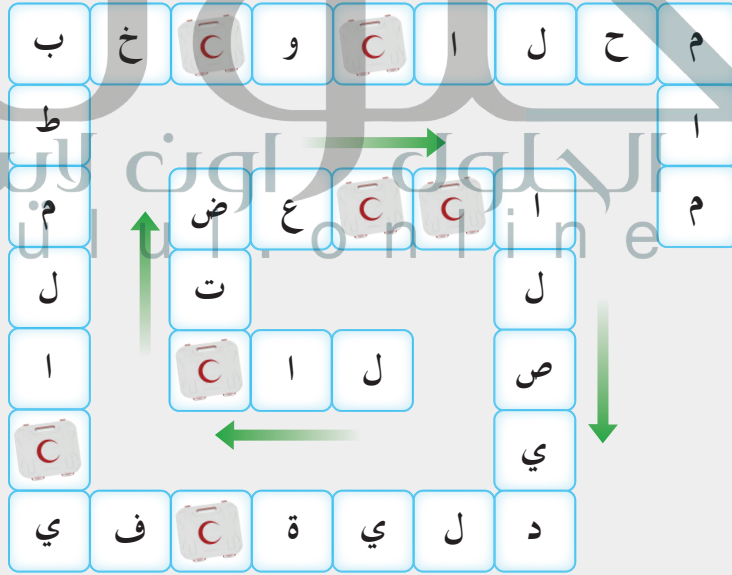
اقرأ حروف الرسالة في المربعات الآتية، ثم أكتبها متصلة
الحروف في الفراغ المخصص:

الرسالة:

لا تضعي الصيدلية في المطبخ والحمام

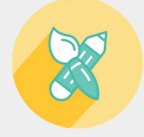
لماذا؟

لأن الحرارة أو الرطوبة تفسد مكوناتها



نشاط (٢)

اقترح نصائح فعّالة لتفادي الحالات الطارئة البسيطة في المنزل إذا لم تتوفر الصيدليّة المنزليّة.



تأمين وسائل السلامة في المنزل

.....

.....

.....

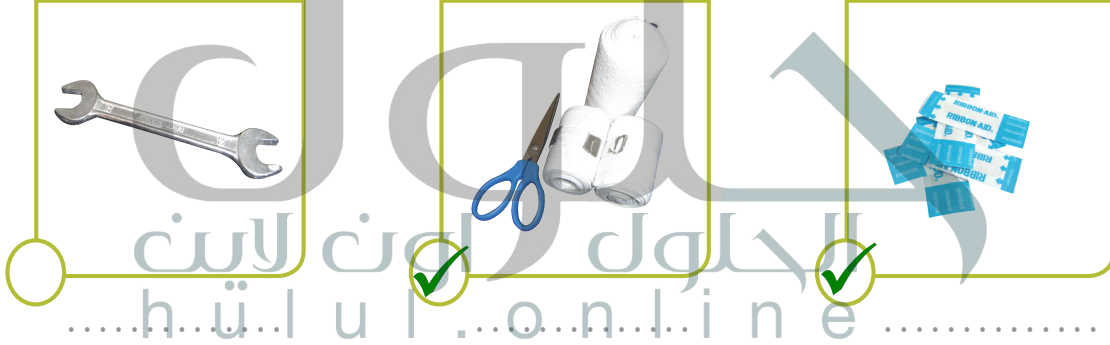
أسرتي العزيزة



فواز : ما هذا الصندوق يا نُورة.
نُورة : هَذَا صَنْدُوقُ الصَّيْدَلِيَّةِ الْمَنْزَلِيَّةِ.
فواز : مَنْ أَحْضَرَهُ؟
نُورة : أَحْضَرَهَا أَبِي لِإِسْعَافِ الْحَالَاتِ الْبَسِيطَةِ الْطَّارِئَةِ فِي الْمَنْزَلِ.
فواز : هَذَا رَائِعٌ يَا نُورَةَ! وَلنَشْكُرُ أَبِي عَلَيْهَا.

محتويات الصيدلية المنزلية:

لتتعرف على محتويات الصيدلية، ضع علامة (✓) تحت الأدوات الخاصة بها، واکتبها في الفراغ:



نشاط أسري ختامي



عزيزي الأب / عزيزتي الأم: ساعد أبناءكم في البحث في مصادر التعلم المختلفة عن محتويات أخرى للصيدلية المنزلية. مطهر ومعقم للجروح؛ حقن؛ قفازات بلاستيكية؛ أسبرين ومسكنات الألم؛ كريم مضاد حيوي

نشاط (٣)



بالتعاون مع زملائك في المجموعة، دوّن الفرق بين محتويات الصيدلية المنزلية وصندوق الإسعاف الخاص بالسيارة مستعيناً بالمنظم التخطيطي المصاحب للمقارنة.

صندوق إسعافات
السيارة

الصيدلية المنزلية

أوجه
الشبه

للحالات الأخطر

كحوادث السيارات

كلاهما للعلاج

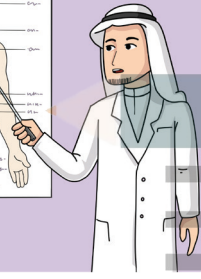
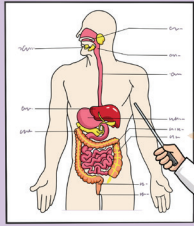
للحالات البسيطة

كالجروح والحروق

المفاهيم الرئيسية

الغَصَص

أولاً: أسباب الغَصَص



عدم مَضغ الطعام جيداً.

سُرعة البَلع.

وَضْع كمية كبيرة من الطعام في الفم وخاصةً

قطع اللحم.

وَضْع بعض الأدوات الصَّغيرة في الفم.

اللَّعب والجري أو التَّحدث والضحك في أثناء تناول الطعام.

• الغَصَص.

تعريف:

الغَصَص:

انسداد مجرى

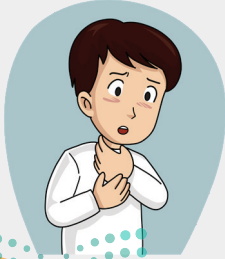
الهواء بجسم

غريب أو طعام.



الهلول اون لاين
hulul.online

نشاط (١)



صف حالة شخص أُصيبَ بالغَصَص.

يسعل بكثرة؛ يزرق وجهه؛ لا يستطيع التنفس لأن مجرى
الهواء مسدود



ثانياً: إسعاف المصاب:



١ اخفض رأس المصاب والنصف العلوي من جسمه نحو الأسفل.



٢ اضرب أعلى ظهر المصاب بين كتفيه ضربات متلاحقة غير مؤذية.



٣ اضغط يدك على بطنه وتابع الضربات والضغط حتى تتأكد من خروج المادة المسببة للغصص.

٤ انقل المصاب إلى المستشفى في حالة عدم الاستجابة.

الحلول اون لاين

 hulul.online

اتصل بـ ٩٩٧ عند الحاجة إلى ذلك



رؤية

 2030

 المملكة العربية السعودية

 KINGDOM OF SAUDI ARABIA

تسهيل الحصول على الخدمات الصحية.



توقّع ماذا يحدثُ لو تحدّثنا أثناء الأكلِ مستعينًا
بالمنظم الآتي:

ماذا يحدث

ما أتوقع

يسبب انسداد في مجرى التنفس

قد يتوقف الأكل في الحلق

أولاً: أسباب الرُعاف:



الصَّدمةُ التي يتعرَّضُ لها الأنفُ.

الحرُّ الشَّدِيدُ.

تنظيفُ الأنفِ بطريقةٍ خاطئةٍ.

ضعفُ الأوعيةِ الدَّمويَّةِ.

ارتفاعُ ضَغْطِ الدَّمِ.



المفاهيم الرئيسية

• الرُعاف.

تعريفه:

سيلانٌ دمويٌّ يحدثُ
عندما تتمزِّقُ الأوعيةُ
الدَّمويَّةُ في الأنفِ.

نشاط (١)

كيف تتصرف إذا تعرَّض أحد أفراد أسرتك لإصابة؟

أطلب مساعدة الكبار وأحاول المساعدة قدر استطاعتي
أتصل بالإسعاف عند الضرورة



ثانياً: إسعاف المصاب:



١ أجلس المصاب بالرُعافِ جُلوساً عَادِيّاً.



٢ أترك رأسه في وضع طبيعيٍّ مائلٍ إلى الأمام قليلاً واضغطُ على فتحتي الأنفِ مُدَّةَ خَمْسِ دَقَائِقٍ مع التَّنَفِّسِ عن طريقِ الفمِ.



٣ ضع كَمَادَاتِ المَاءِ البَارِدِ على الأنفِ إلى أن يتوقفَ النَّزِيفُ.

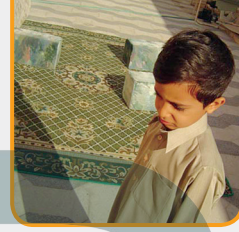


نشاط (٢)



وضّح السلوك الخاطيء في الصور الآتية:

الوقوف تحت الشمس لوقت طويل



إرجاع الرأس للخلف عند الرعاف



سد فتحتي الأنف



١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة، وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة، مع تصحيح الخطأ:

أ كتابة أسماء الأدوية وطريقة استعمالها على الزجاجات بخط واضح.

ب تنظيف الأنف بطريقة صحيحة يسبب الرعاف.

تنظيف الأنف بطريقة صحيحة لا يسبب الرعاف

ج ضرب المصاب بالغصص بين كتفيه ضربات قوية.

ضرب المصاب بالغصص بين كتفيه ضربات متلاحقة غير مؤذية

د إسعاف المصاب في الحالات الطارئة الخطيرة يُغني عن أخذه للطبيب.

إسعاف المصاب في الحالات الطارئة الخطيرة لا يغني عن أخذه للطبيب

ه ملاحظة تاريخ الصلاحية عند استعمال الدواء.

٢ ابحث عن النصف الآخر للأصقة الجروح بوصل كل جملة بما يناسبها:

- تعد الصيدلية المنزلية من
- الغصص هو انسداد مجرى الهواء
- من أسباب الرعاف
- ارتفاع ضغط الدم.
- ضروريات كل منزل.
- بجسم غريب أو قطعة طعام.

حلول
الجلول اون لاين
hulul.online

٣ ساعد فوازاً في ترتيب الخطوات وفق التسلسل الصحيح لإسعاف زميله الذي أُصيب فجأة بالرَّعاف:

- ٤ ■ ضَعُ كماداتِ الماءِ الباردِ على الأنفِ إلى أن يتوقَّفَ النزيفُ.
- ٢ ■ اتركْ رأسَه في وضعٍ طبيعيٍّ مائلاً إلى الأمام.
- ١ ■ دعهُ يجلسُ جُلوساً عَادِيًّا.
- ٣ ■ اضغَطْ فتحاتِ الأنفِ مدةَ خَمْسِ دقائق، ودعه يتنفسُ من الفم.

حلول
الجلول اون لاين
hulul.online




٤ تسابق مع زملائك في الصف لاختبار أفضل تعليق على هذه الصورة
واحرص أن تكون عبارتك هي أفضل تعليق:



لا تؤنوا الأطفال بترك الأدوية قريبة منهم

حلول
الجلول اون لاين
hulul.online

٥ ضع أسماء الصور في المربعات المجاورة لها، ثم اجمع حروف المربعات المظلة وأكمل بها الكلمات الناقصة في المثل المطلوب:

							
		ز	ب	خ			
			د	ي			
		س	أ	ر			
		ا					
		ع					
		ة					
	ن	و	م	ي	ل		
			ب	ل	ع	ث	
				ب			
				ه			
		ف	ت	ا			
		ل	م	ج			

الوقاية... خير... من
العلاج.....

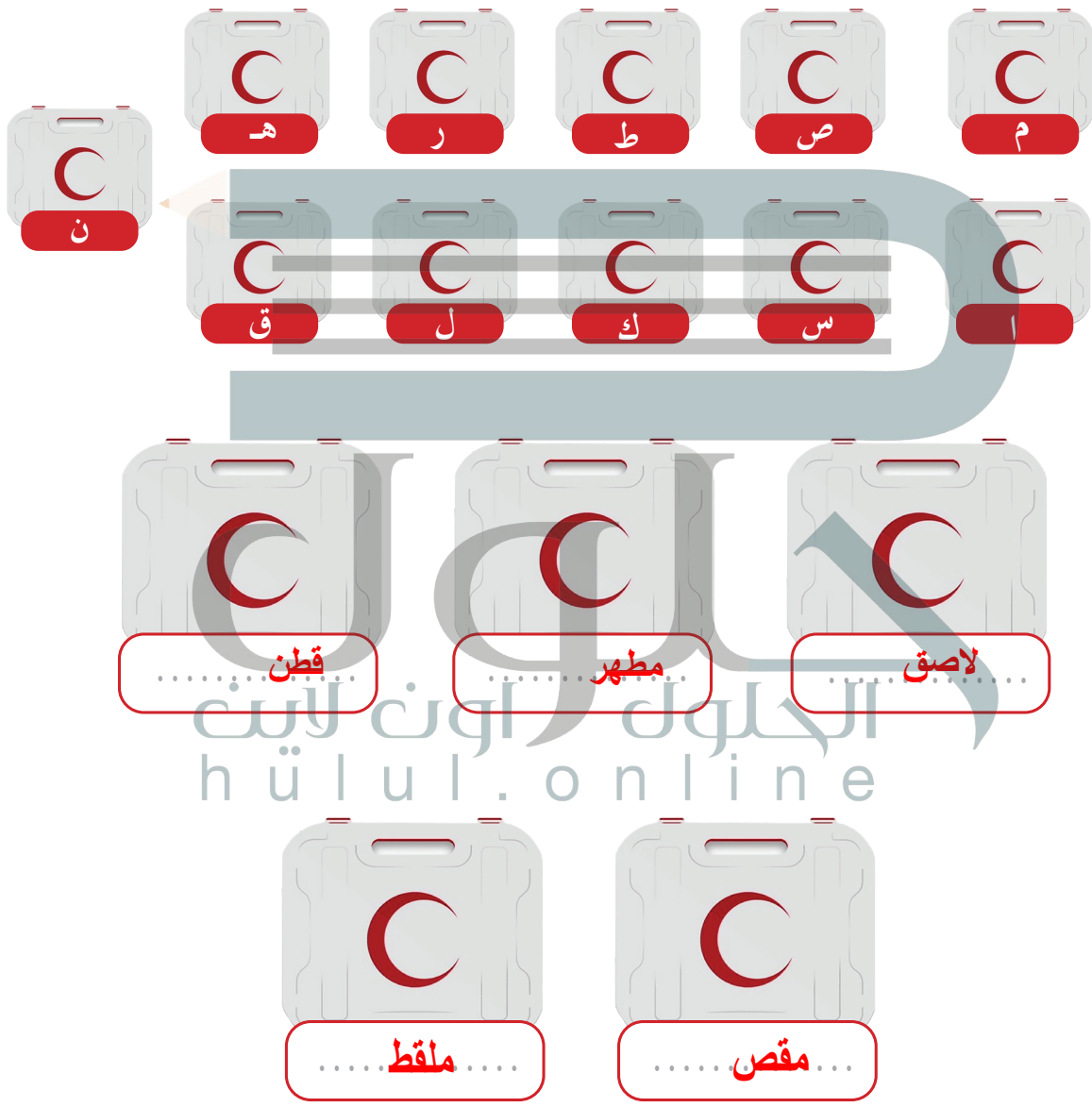
٦ ضَعِ الكَلِمَةَ المُنَاسِبَةَ فِي المَكَانِ المُنَاسِبِ :

رأس الدموية الأنف الرطوبة

العلوي أشعة الأسفل تتمزق

الرطوبة	أشعة	عن	بعيداً	المنزلية	توضع
الشمس و				الصيدلية	
الأنف	الدموية	الأوعية	تتمزق	عندما	يحصل
داخل				الرعاف	
من	العلوي	والتنصف	المصاب	رأس	لإسعاف
				اخفض	الغصة
				الأسفل	نحو
					جسمه

٧ كَوْن من الحروفِ الأتيةِ عددًا من محتويات الصَّيدليَّة، ويمكنُ استعمال
 الحرفِ عدَّة مرَّاتٍ :





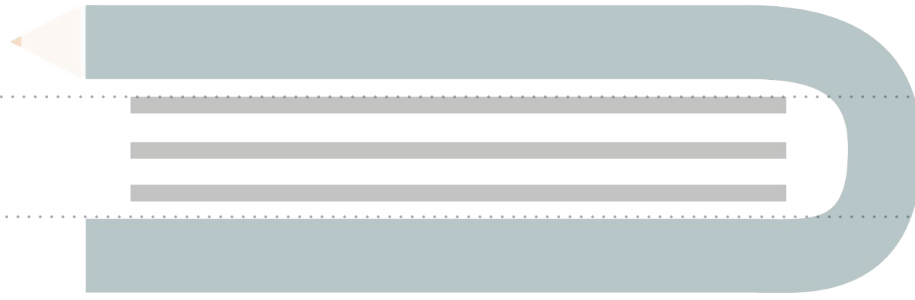

صحتي وسلامتي

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



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

أدُون مَلْحُوظَاتِي



حلول
الجلول اون لاين
hulul.online



الوحدة التاسعة

و

مهاراتي

الجلول اون لاين
hulul.online
في الحياة



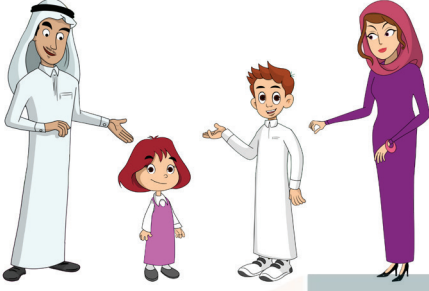
مهاراتي في الحياة

أهداف الوحدة

- يُتَوَقَّع من المُتَعَلِّم في نِهَايَةِ الوَحْدَةِ:
- أن يُحدِّد مفهوم برِّ الوالدين بصفة عامَّة.
 - أن يُقارن بين معاملة كلِّ من الإخوة والأقارب.
 - أن يكتب توجيهات إيجابية في كيفية التَّعامل مع الخدم.
 - أن يُعلل أهمية الترشيد في استهلاك المياه.
 - أن يَسْتنبط بعض الأسباب المؤدِّية إلى تسرُّب المياه في المنزل.
 - أن يُميِّز بين سلوكيات هدر الماء داخل المنزل وخارجه.
 - أن يشرح أهمية الكهرباء في حياتنا اليوميَّة.
 - أن يقترح طرائق فعَّالة لترشيد الكهرباء داخل المنزل.
 - أن يبتكر شعاراً يُسهِّم في ترشيد استهلاك الكهرباء بالمُجتمع.

آداب التَّعاملِ داخلَ المَنزِلِ

مهاراتي
في الحياة



أولاً: مُعاملةُ الوالدين

المفاهيم
الرئيسية

- برُّ الوالدين.
- صلَّةُ الرَّحمِ.



١ طاعتُهُما وتقبُّل
نُصِحِهِما.

إنَّ الأخلاقَ الكريمةَ هي
الَّتِي تُمكنُ الإنسانَ مِنَ
العيشِ في مُجتمعِهِ محبوباً
ومقبولاً، ولأجلِ الحُصولِ
على هذه الصِّفةِ لا بدَّ من
معرفةِ الآدابِ السُّلوكيَّةِ
الَّتِي يجبُ اتِّباعُها عندَ
التَّعاملِ مع الآخرين وهي
كالآتي:



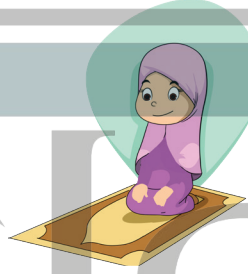
٢ عدمُ رفعِ الصَّوتِ عندَهُما
أو مُقاطعةُ حَدِيثِهِما.



٤ مُسَاعَدَتُهُمَا
عِنْدَ الْحَاجَةِ .



٣ السَّلَامُ عَلَيْهِمَا
صَبَاحًا وَمَسَاءً .



٦ الدُّعَاءُ لَهُمَا بِالْمَغْفِرَةِ
وَالرَّحْمَةِ .



٥ اِحْتِرَامِ النَّائِمِ .

الجلول اون لاين
hulul.online



في حال غياب والديك يقوم الجدُّ والجدَّة مقامَهُمَا في النَّصِحِ وَالْإِرشَادِ .





تأمل الآيتين الكريمتين الآتيتين، ثم أجب عن السؤال بعدها.
قال تعالى:

﴿وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا إِمَّا يَبُلُغَنَّ عِنْدَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَاهُمَا فَلَا تَقُلْ

لَهُمَا آفٍ وَلَا نَنْهَرُهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا ﴿٢٣﴾ وَأَخْفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُلْ رَبِّ أَرْحَمُهُمَا كَمَا رَبَّيْتَنِي صَغِيرًا ﴿٢٤﴾﴾^(١)

كيف يجب أن تعامل والديك؟

بالاحترام وطاعتها فيما أمر الله تعالى

صُورٌ مِنَ الْبِرِّ:

يُحْكِي أَنَّ إِحْدَى الْأَمْهَاتِ طَلَبَتْ مِنْ ابْنِهَا لَيْلًا أَنْ يَسْقِيَهَا مَاءً، فَقَامَ لِيُحْضِرَهُ وَعِنْدَمَا عَادَ وَجَدَهَا قَدْ نَامَتْ فَخَشِيَ أَنْ يَذْهَبَ فَتَسْتَيْقِظُ وَلَا تَجِدَهُ، وَكَرِهَ أَنْ يَوْقِظَهَا مِنْ نَوْمِهَا، وَظَلَّ قَائِمًا يَحْمِلُ الْمَاءَ حَتَّى الصَّبَاحِ.

اذكُرْ صُورًا أُخْرَى مِنَ الْبِرِّ بِالْوَالِدَيْنِ سَبِقَ أَنْ عَاشَتْهَا شَخْصِيًّا أَوْ سَمِعْتَ بِهَا؟

ثانياً: مُعاملةُ الإخوةِ الكبارِ والصغارِ

- محبتُّهم وحبُّ الخيرِ لهم .
- احترامُ الأخِ الكبيرِ وعدمُ رفعِ الصوتِ عليه .
- عدمُ زجرِ الصَّغيرِ أو إخافته .
- مُساعدةُ الصَّغيرِ والعطفِ عليه .

عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عُمَرَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ ، أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ : « لَيْسَ مِنَّا مَنْ لَمْ يَرْحَمْ صَغِيرَنَا وَيَعْرِفْ حَقَّ كَبِيرِنَا » (١) .

حلول
الجلول اون لاين
hulul.online

نشاط (٣)



أ. قارن بين حال أسرة كل أفرادها متحابون، وبين أسرة لا تظهر
المحبة بين أفرادها.

حالة الأسرة غير المتحابّة	حالة الأسرة المتحابّة
غير متعاونون	متعاونون في كل شيء
لا يخاف بعضهم على بعض	يخاف بعضهم على بعض
قراراتهم منفردة	يأخذون القرارات سوياً
لا يقدرّون ترابط الأسرة	يشعرون بقيمة ترابط الأسرة
لا يقفون معاً في الشدائد	يقفون معاً في الشدائد

ب. اذكر دليلاً من السنة على محبة المؤمن لأخيه المؤمن.

عن أنس بن مالك خادم رسول الله صلى الله عليه وسلم قال:
(لا يؤمن أحدكم حتى يحب لأخيه ما يحب لنفسه)



ثالثًا: مُعاملةُ الأَقاربِ

عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ رضي الله عنه، أَنَّ النَّبِيَّ صلى الله عليه وآله قَالَ: «مَنْ سَرَّهُ أَنْ يُعْظَمَ اللَّهُ رِزْقَهُ، وَأَنْ يَمُدَّ فِي أَجَلِهِ فَلْيَصِلْ رَحِمَهُ» (١).

مِنْ صُورِ حُسْنِ مُعَامَلَةِ الأَقاربِ:

- ١ معاملةُهم باحترامٍ وتقديرٍ .
- ٢ زيارتهم والسؤالُ عنهم .
- ٣ مدُّ يدِ العونِ لهم عندَ الحاجةِ .
- ٤ الاستماعُ لنصيحهم وإرشادهم مع شكرهم على اهتمامهم .

نشاط (٤)

أبدِ رأيك بالتعاون مع زملائك في المجموعة حول المواقف الآتية:

- ١ . قريبة تتحدث دائماً عن الآخرين وتُسيء إليهم .
- ٢ . قريب يُحسن التعامل مع الأَقارب .

رابعًا: معاملةُ الخدمِ

رَشَا طفلةٌ في العاشرة من عُمرها، طيبة القلب، ولكنها دائماً ترتكبُ أخطاءً كثيرةً، فتُغضبُ أُسرتها وصديقاتها، ما رأيكم لو نتعاونُ معاً ونساعدُ صديقتنا (رَشَا) بإرشادها إلى الأخطاء التي ارتكبتها؟ ونكسبُ بذلك أجرَ مساعدةِ الآخرين ونتعلمُ معاً كيف ننتبهُ إلى سلوكنا ونهذبهُ دائماً.

■ اكتشف أخطاء رشا في القصة الآتية:

استيقظت رشا وهي تصرخ... أمينة أمينة... أين أنت؟
ركضت الخادمة المسكينة أمينة نحو رشا بسرعة..

■ ماذا تريدان يا ابنتي؟

هيّا يا أمينة، اغسلي لباسي المدرسي بسرعة.

■ ماذا؟.. اغسل لباسك المدرسي الآن؟! ولم يبق سوى ساعة واحدة فقط على موعد ذهابك للمدرسة.

نعم - هيّا... لقد اتسخ بالأمس، ومن المستحيل أن أذهب به وهو هكذا، أوه...
لا بأس هيّا، لا تضيعي الوقت في الحديث!!

ومضت المسكينة أمينة مكرهة لتغسل لباس رشا فجراً في الجو البارد، ثم تسرع لتجففه ثم تكويه بسرعة لتذهب به رشا كما طلبت.

هذا موقف واحد مما تفعله رشا مع الخادمة.. ولو أنكم شاهدتموها حين تضيع شيئاً من أدواتها، ثم تظلم الخادمة باتهامها بأنها هي التي أضاعته، أو عندما تكسر الخادمة شيئاً دون قصد في غرفة رشا لتتفاجأ المسكينة بصراخ رشا وعويلها لرأيتم عجباً.

هيّا نصح رشا بأن تحسن معاملة الخادمة أمينة..

١. أن نتعامل برفق مع الخادمة

٢. أن لا نسق عليها في الطلب

٣. أن نمثل لمعاملة نبينا في معاملته لخدمه

عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ رضي الله عنه قَالَ: «خَدَمْتُ النَّبِيَّ صلى الله عليه وسلم عَشْرَ سِنِينَ، فَمَا قَالَ لِي أُفٌّ، وَلَا لِمَ صَنَعْتَ، وَلَا أَلَا صَنَعْتَ» (١).





هل أنت حسن التعامل مع الآخرين؟
ضع علامة (✓) داخل الدائرة للصور التي تعبر عن السلوك الذي تمارسه.



هل تسعى إلى إسعاد والديك
باستذكار دروسك والتفوق في
دراستك؟



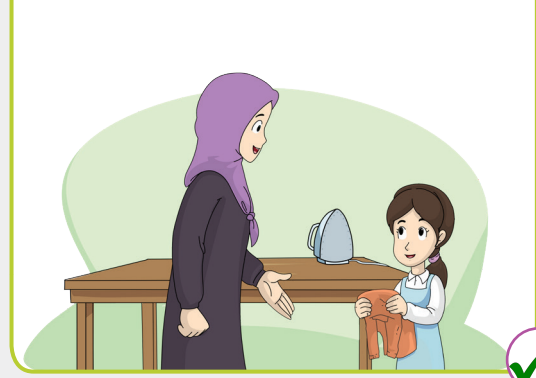
هل تساعد والدتك في إعداد المائدة
وتنظيفها بعد تناول الطعام؟



هل تعطف على أخيك الصغير؟



إذا مرض أحد أقاربك هل تزوره؟



إذا أردت مساعدة من الخادمة، فهل تطلبها بأدب؟ هل تحب للآخرين ما تحب لنفسك وتعاملهم كما تحب أن يُعاملوك؟

ظلل المربعات الآتية بعدد العلامات الصحيحة التي وضعتها:

□□□□□□

- إذا كانت النتيجة فأنت حسن التعامل مع الآخرين.
- وإذا كانت فأنت على قدر طيب من حسن التعامل ولكن عليك أن تسعى إلى الأفضل.
- أمّا إذا كانت فأنت بحاجة إلى مراجعة سلوكك والمُساعدة إلى تحسين مُعاملتك.



المفاهيم الرئيسية

- الترشيد.
- الهدر.

نشاط (١)



قارن بين الماء الصالح للشرب والماء غير الصالح للشرب، من حيث المصدر والفائدة.

الماء غير الصالح للشرب

الماء الصالح للشرب

الاختلاف	التشابه	الاختلاف
ماء غير نقي	يمكننا أن	ماء نقي صالح
غير صالح للشرب	نستخدمهما في	للشرب
	غير الشرب	
	كالتري	
	والوضوء	

قال تعالى: ﴿وَجَعَلْنَا مِنَ الْمَاءِ كُلَّ شَيْءٍ حَيٍّ أَفَلَا يُؤْمِنُونَ﴾ (١).

الماء هو أساس الحياة على كوكب الأرض، حيث تحتاج إليه جميع الكائنات الحية بلا استثناء، وبدونه لا توجد حياة للإنسان والحيوان والنبات.



يحتوي جسم الإنسان على حوالي ٧٠ ٪ من الماء، أي ما يعادل ثلثي جسم الإنسان.

تبدل حكومتنا الرشيدة الغالي والنفيس من أجل توفير المياه الصالحة للشرب، وأحد أهم أهدافها الإستراتيجية (ضمان استفادة مستدامة من الموارد المائية)، لذلك فإننا جميعاً مسؤولون عن ترشيد استهلاك الماء، امتثالاً لأمر الرسول ﷺ في حديث عبد الله بن عمرو رضي الله عنه قال: أن رسول الله صلى الله عليه وسلم مرَّ بسعد وهو يتوضأ، فقال: «ما هذا السرف»، فقال: أفي الوضوء إسراف، قال: «نعم، وإن كنت على

نهر جارٍ»^(١).

نشاط (٢)

صف، مستعيناً بمعلومات أحد كبار السن في أسرتك؛
جدك أو جدتك؛ كيف كان الناس يحصلون على الماء
قديمًا؟

ينتظرون نزول المطر ويحفرون الآبار والعيون

.....

.....



أولاً: طرائق ترشيد استهلاك الماء داخل المنزل

طرق الترشيد في غسيل الصحون

- 01 استخدام وعاء كبير
- 02 استخدام غسالات الصحون ذات التوفير العالي
- 03 استخدام أدوات الترشيد
- 04 استخدام طريقة الشطف
- 05 استخدمي نفس أدوات المطبخ بدلاً من استخدام أدوات جديدة كل مرة

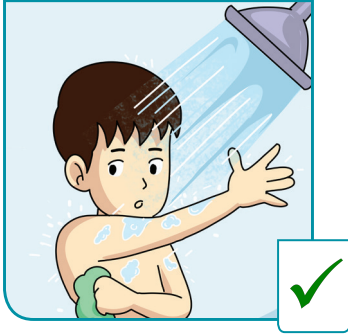
الحياة في كل قطر

Qatrah
nwc
@QatrahKSA

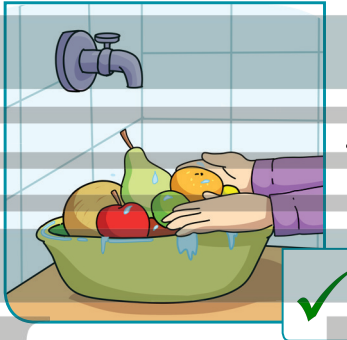
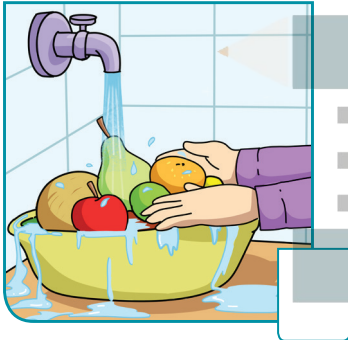


يهدف البرنامج الوطني لترشيد استهلاك المياه «قطرة» لزيادة وعي المجتمع في جميع أنحاء المملكة حول أهمية ترشيد استهلاك المياه، وتقديم الحلول الممكنة لتقليل الاستهلاك وخفض استهلاك الفرد من المياه إلى ٢٠٠ لتر يومياً بحلول عام ٢٠٣٠، وهو أمر حاسم لتحقيق الازدهار الاقتصادي للمملكة على المدى الطويل. وللمزيد من المعلومات حول برنامج قطرة يمكنك مشاهدة الأفلام الوثائقية على الرابط الآتي:

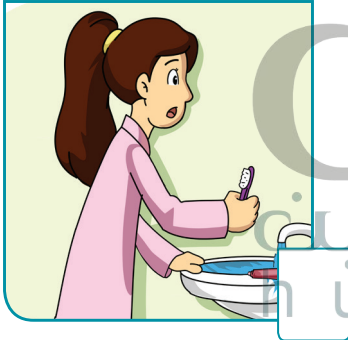
ضع علامة (✓) أسفل الصور التي تدل على ترشيد استهلاك الماء:



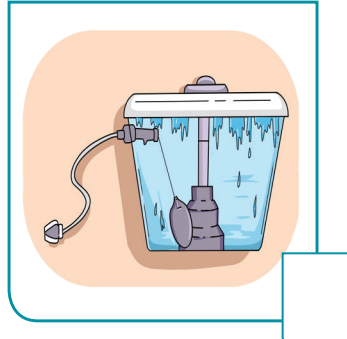
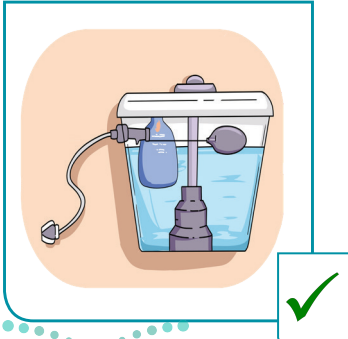
■ الاستحمام.



■ تنظيف الفواكه والخضروات.



■ تنظيف الأسنان.



■ صندوق الطرد.



من إسهامات وزارة البيئة والمياه والزراعة إعداد حملات الترشيد الوطنية بهدف رفع الوعي الاجتماعي حول أهمية المحافظة على المياه في ظل ما تعانيه المملكة من وقوعها في نطاق المناطق الجافة والشحيحة للمياه والأمطار، من خلال تنظيم معرض دائم للتوعية والترشيد ومعرض لمبيعات أدوات الترشيد، ومعرض متنقل للمشاركة في المناسبات الوطنية والإقليمية والعالمية .
وللحصول على المزيد من المعلومات حول هذه الجهود يمكنك الدخول على الموقع الرسمي للوزارة على الرابط الآتي:



نشاط (٣)



صل بين الأداة ومكان تركيبها في الجدول الآتي:

مكان تركيبها	الأداة
	
	
	

نحقق استدامة بيئية: «سنعمل على الاستثمار الأمثل لثروتنا المائية عبر الترشيد واستخدام المياه المعالجة والمتجددة» .
كُن عوناً لوطنك في تحقيق الرؤية بترشيد استهلاك الماء، واطلب من والديك تفقّد تمديدات الماء والخزان والمسارة بإصلاح التسربات المنزلية، ووجه النصيحة دائماً لمن غفل عن هذه الثروة العالية، وأخطأ في استعمالها.



مَاذَا سِيحْدُثُ إِنِ أَهْدَرْنَا الْمَاءَ يَوْمِيًّا؟

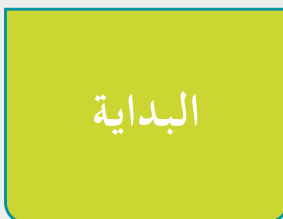
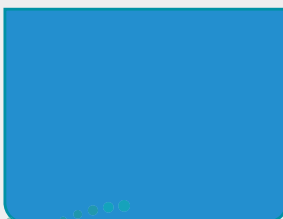
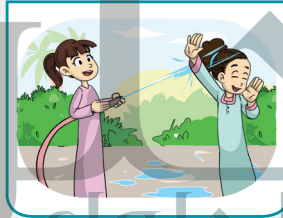
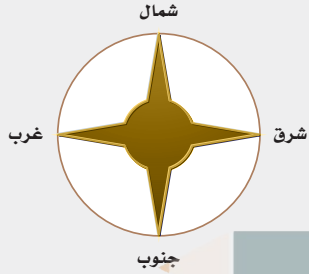
إِذَا أَرَدْتَ أَنْ تَعْرِفَ النَتِيْجَةَ فَتَابِعِ الْخَطَوَاتِ الْآتِيَةَ:

• اتَّجِهْ مُرْبَعِينَ شَرْقِيًّا - ثُمَّ مُرْبَعًا شَمَالِيًّا.

• ثُمَّ اتَّجِهْ ثَلَاثَةَ مَرَبَعَاتٍ غَرْبِيًّا - ثُمَّ مُرْبَعِينَ شَمَالِيًّا.

• ثُمَّ اتَّجِهْ مُرْبَعِينَ شَرْقِيًّا - ثُمَّ مُرْبَعًا جَنُوبِيًّا.

• ثُمَّ اتَّجِهْ مُرْبَعًا شَرْقِيًّا - ثُمَّ مُرْبَعًا شَمَالِيًّا.



ثانياً: طرائق ترشيد استهلاك الماء خارج المنزل

اقترح أكبر قدر ممكن من الحلول لمعالجة مشكلة الإسراف في الماء بالصُّور الآتية:



هل تعلم

أن رقم هاتف طوارئ المياه في المملكة هو (٩٣٩) وتُقدّم من خلاله مجموعة كبيرة من الخدمات الضرورية في مجال إصلاح الأعطال وغيرها الكثير من الخدمات الأخرى.

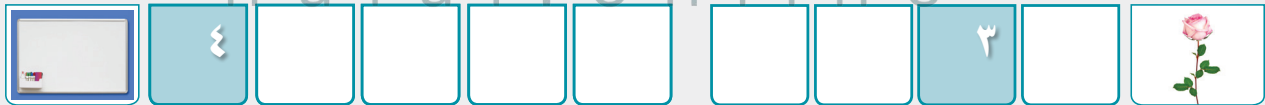
الحل	المشكلة
يوضع الماء في طبق كبير وعميق وتغسل السيارة على مرحلتين حتى لا تترك خرطوم الماء مفتوحاً لفترة طويلة وذلك يعد سبباً رئيسياً لإهدار الماء	
يوضع الماء في طبق كبير وعميق وينظف الفناء بهذه الطريقة حتى لا تترك خرطوم الماء مفتوحاً لفترة طويلة وذلك يعد سبباً رئيسياً لإهدار الماء	
يستخدم مرش النباتات أو الري بالتنقيط بدلاً من الأنبوب المطاطي للحفاظ على المياه	



تعاون مع زملائك في المجموعة باختيار المهمة المناسبة لك (كاتب - قارئ - منظم للمهام - مدير للوقت - قائد) لتنفيذ الآتي :

أ كتابة أسماء الصور الآتية في المربعات المقابلة، ثم جمع أحرف المربعات المظللة حسب تسلسل الأرقام، وإكمال شعار البرنامج، هل تعرف إلام يرمز هذا الشعار؟

ب إضافة الصورة المناسبة للشعار وتعليقه في فناء المدرسة.



..... الحياة في



نشاط (٦)

دخلت دورة المياه في المدرسة، فرأيت الصنبور مفتوحًا
والماء ينزل منه بغزارة دون فائدة، تألمت بالطبع لهذا
المنظر.

دون اقتراحاتك لمعالجة هذه المشكلة مُستعينًا بالمنظم

التخطيطي الآتي:

الحل

خطوات الحل

المشكلة

ترشيدُ استهلاكِ الكهرباء

مهاراتي
في الحياة

قال تعالى: ﴿وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ﴾^(١).

● استخدمُ الإنسانُ أشكالاً عديدةً للضوءِ مِنهَا:



الشموع

النار



المصباح الكهربائي

الфанوس

ما أهميةُ الكهرباءِ في حياتنا؟ وضحْ ذلكَ.

الكهرباء مهمة نستخدمها في: الإضاءة - التبريد - تشغيل الأجهزة - التدفئة

المفاهيم الرئيسية

- الإسرافُ.
- الذرورةُ.

الكهرباءُ من نعمِ الله العظيمةِ التي امتنَّ بها علينا حتى أصبحت من أساسياتِ حياتنا، وليس أدلُّ على أهميتها من أنها تُوفِّر لنا في معيشتنا الرَّاحةَ في كلِّ شيءٍ بل وفي كلِّ مكانٍ، فلنستمتع بها ولا ننسى أن ما نقطفه بلمسةٍ واحدةٍ هو ثمرةُ جهودٍ كبيرةٍ، ولننذكرَ أنَّ دوامَ هذه النعمةِ يكونُ بشكرِ الله -تعالى- وذلكَ بالمحافظةِ عليها وصيانتها. وتَسعى بلادنا إلى إنتاجِ كمياتٍ ضخمةٍ من الكهرباءِ عبر مشروعِ الطَّاقةِ الشمسيَّةِ النُّظيفةِ بحلولِ عامِ ٢٠٣٠، لتصبحَ أكبرَ منتجٍ للطَّاقةِ الشمسيَّةِ في العالمِ.

نشاط (١)

تخيّل الحياة بلا كهرباء، صف ذلك .

ستكون صعبة لأننا لن نستطيع الرؤية بسهولة في
المساء والأجهزة لن تعمل ولن يكون هناك تطور



ترشيذ الكهرباء :

استخدام أقل قدر ممكن من الكهرباء عند الحاجة .

الهدف من الترشيد :

- ١ . تخفيف الأحمال الزائدة على محطات الكهرباء وهذا يؤدي إلى :
 - أ . عدم انقطاع التيار .
 - ب . وصول التيار الكهربي لمستخدمين جدد .
 - ٢ . الابتعاد عن الإسراف .
 - ٣ . التقليل من تكلفة فاتورة الكهرباء .

نشاط (٢)

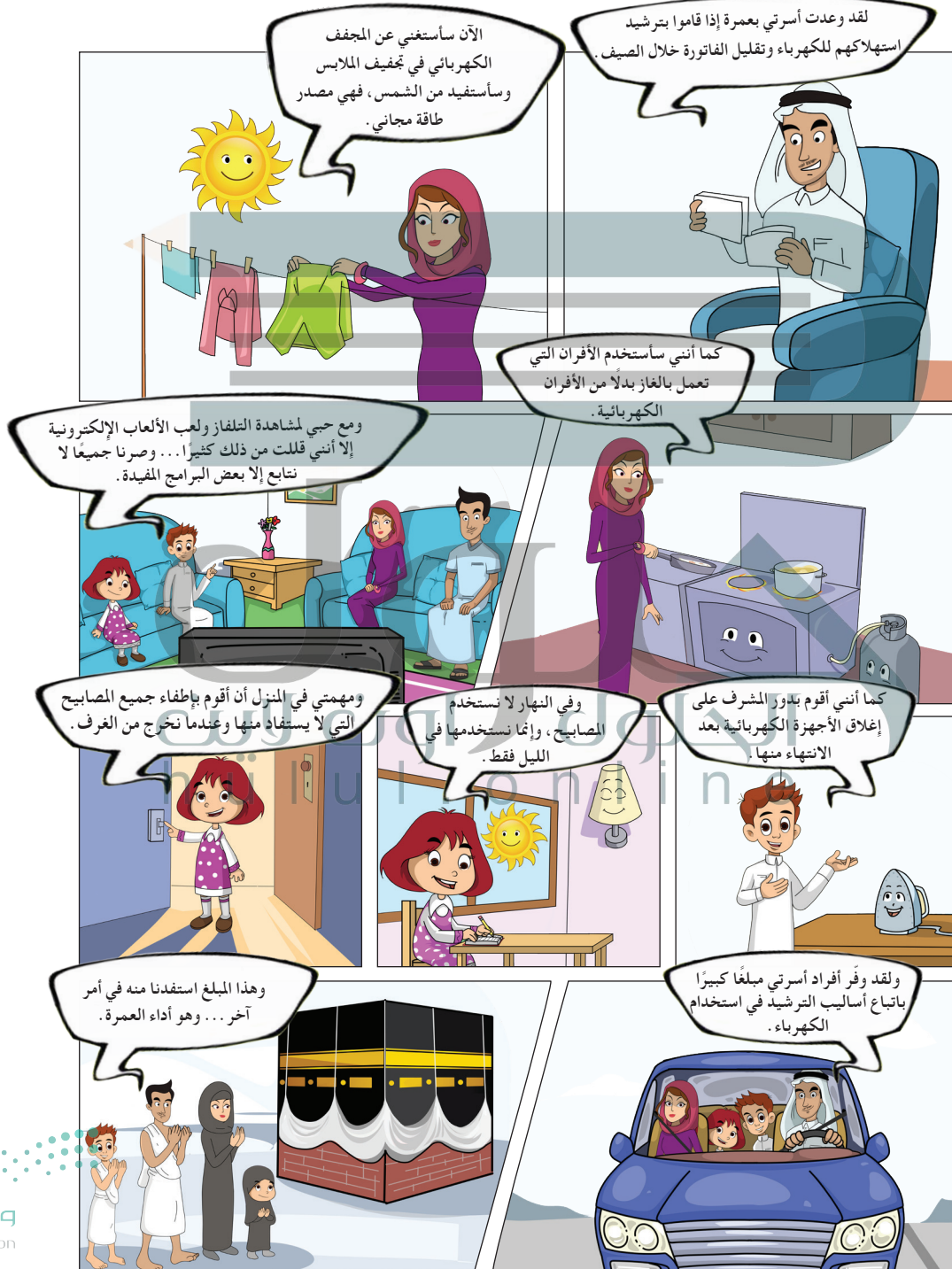
بالتعاون مع مجموعتك اكتب أكبر عدد من الفوائد التي تعود على
الأفراد والمجتمع من ترشيذ استهلاك الكهرباء . ثم عرضها على
المعلم .



**تقليل قيمة فواتير الكهرباء - عدم انقطاع الكهرباء
التقليل من استهلاك الطاقة لتوليد الكهرباء
تنمية اقتصاد الدولة وتوفير مبالغ إضافية لقطاعات أخرى**

طرائق ترشيد الكهرباء:

أولاً: داخل المنزل:



أ استخلص الإجراءات التي اتخذها أفراد الأسرة للتوفير في فاتورة الكهرباء.

تجفيف الملابس في الشمس بدلاً عن مجفف الكهرباء - استخدام فرن الغاز - اقتصار العائلة على مشاهدة بعض البرامج المفيدة - لا تستخدم المصابيح في النهار - إغلاق الأجهزة بعد الانتهاء منها - إطفاء المصابيح التي لا يستفاد منها

ب ضع عنواناً مناسباً للقصة: طرق ترشيد الكهرباء

ج ما النتائج الإيجابية التي كسبتها هذه الأسرة في مجال استهلاك الكهرباء؟

بترشيدنا للكهرباء وفرت المال اللازم لذهابها إلى العمرة

وقت الذروة:



الوقت الذي يزداد فيه استعمال الكهرباء وخاصة ما بين الساعة الواحدة ظهراً والساعة الخامسة مساءً.

نشاط (٣)

اكتب أسماء الأجهزة التي تعمل بالكهرباء في بيتك، ثم أذكر الغاية من استخدامها وإمكانية الاستغناء عنها.

الاستغناء عنه	استخداماته	اسم الجهاز
لا / نعم		
لا	حفظ الأطعمة	الثلاجة
لا	المشاهدة والترفيه	التلفاز
لا	غسل الملابس	الغسالة
نعم	غسل الأطباق	غسالة الأطباق



كيف أستذكر دروسي
وأكتب واجباتي؟!

لقد انقطع التيار الكهربائي،
ولا أستطيع غسل ثيابي .

لا يمكنني النوم في
هذا الجو الحار .



وأنا لا أستطيع أن
أكوي ملابسِي .

● في رأيك ما السبب الذي أدى إلى انقطاع التيار الكهربائي؟
بسبب زيادة استهلاك الكهرباء

hulul.online

● ما الواجب علينا عمله حتى لا نتعرض لمثل هذا الموقف؟
ترشيد استهلاك الكهرباء



بني



مُساهمتك في تقليل استهلاك الكهرباء من خلال التخطيط الجيد في أثناء وقت الذروة من (١-٥) مساءً ضماناً لاستمرارية الخدمة.



إنَّ لتخطيط المبنى دوراً في تعديل درجة الحرارة وبالتالي تقليل استهلاك الكهرباء.

نشاط (٤)

استعن بأبيك لمعرفة التدابير التي تُساهم في خفض فاتورة الاستهلاك الكهربائي عند بناء المسكن.



**استخدام العزل الحراري عند بناء المسكن
تعدد النوافذ في المنزل لتوفير التهوية الطبيعية**





ساعة الأرض هي حدثٌ عالميٌّ سنويٌّ يتمُّ خلاله تشجيعُ الأفرادِ والمجتمعاتِ على إطفاءِ الأضواءِ والأجهزةِ الإلكترونيَّةِ غيرِ الصُّروريَّةِ مدةً ساعةً واحدةً من الساعة ٨:٣٠ حتَّى ٩:٣٠ في توقيتِ الدولة المحلي في شهرِ مارس، وذلك بهدف ترشيدِ استهلاكِ الكهرباء ورفع الوعي بخطرِ التغيرِ المناخي.

ثانيًا: خارج المنزل:

لا يقتصرُ ترشيدُ استهلاكِ الكهرباء على المنزلِ فقط بل ينبغي الترشيدُ في كلِّ مكانٍ؛ في المدرسةِ والمُصلَّى والمكتبِ والمصنِّعِ والشَّارعِ... إلخ.

إيادُ طالبٌ في الصَّفِّ الرابعِ، يُحبُّ مدرستَه ويحرصُ عليها، فتراهُ بعد انتهاءِ الدَّرسِ وخروجِ زملائه من الصَّفِّ يقومُ بإغلاقِ مفاتيحِ الإضاءةِ والمكيفاتِ يوميًا، ولهذا اختاره مديرُ المدرسةِ ومُعلموه ليفوزَ بلقبِ (الطالبِ المرشِّدِ للكهرباءِ) وقد كَرَّمَهُ مديرُ المدرسةِ أمامَ جميعِ الطلابِ، وسلَّمَهُ جائزةً هذا العامِ، وحثَّ زملاءه على الاقتداءِ به في المحافظةِ على الكهرباء.



اقترح طرائق فعّالة لترشيد استهلاك الكهرباء في مدرستك .

إغلاق الإضاءة والمكيفات قبل مغادرة المكان - إغلاق الأبواب عند تشغيل المكيفات - إيقاف الحواسيب عند عدم الاستخدام

نشاط (٥)



(الترشيد في الاستهلاك الكهربائي واجب ديني ومطلب وطني وسلوك حضاري)
في ضوء العبارة السابقة اكتب ثلاث عبارات إرشادية لترشيد استهلاك الكهرباء، ثم
علّقها في صفك . **أكثر الدول تقدماً أكثرها ترشيداً للكهرباء**
الاقتصاد في استهلاك الكهرباء دليل وعي واهتمام
ترشيد استهلاك الكهرباء ظاهرة حضارية

نشاط (٦)



بالتعاون مع زملائك في المجموعة، صمّم شعاراً لترشيد استهلاك الكهرباء،
ثمّ علّقه في فناء مدرستك .



لا تستخدم الجهاز الكهربائي وهو مُبلّل أو بالقرب من الماء .

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة، وعلامة (×) أمام العبارة غير الصحيحة، مع تصحيح الخطأ:



أ الدعاء للوالدين بالمغفرة والرحمة.



ب رفع الصوت على الأخ الكبير.

من غير اللائق رفع الصوت على الأخ الكبير



ج وضع الطوب في صندوق طرد المرحاض.



د غسل المنزل بالماء الجاري يومياً.

يتم غسل المنزل بشكل مناسب من الماء دون هدر للمياه



ه استخدام جهاز أتوماتيك لإقفال الدائرة الكهربائية عند ملء الخزان.



و ترك المكيف مفتوحاً دون حاجة يزيد من استهلاك الكهرباء.



ز تشغيل السخان طوال العام يقلل من استهلاك الكهرباء.

تشغيل السخان بشكل كبير يستهلك الكثير من الكهرباء

■ اكتب بطاقة توعية عن ترشيد استهلاك الماء إسهاماً منك في تحقيق رؤية المملكة ٢٠٣٠ لتحقيق استدامة الموارد المائية، واعرضها في لوحة



إعلانات المدرسة. يمكنك مشاهدة الأفلام الوثائقية

على الرابط الآتي:

حلول
الجلول اون لاين
hulul.online

انظر إلى الصورتين ثم قارن بينهما:

٣

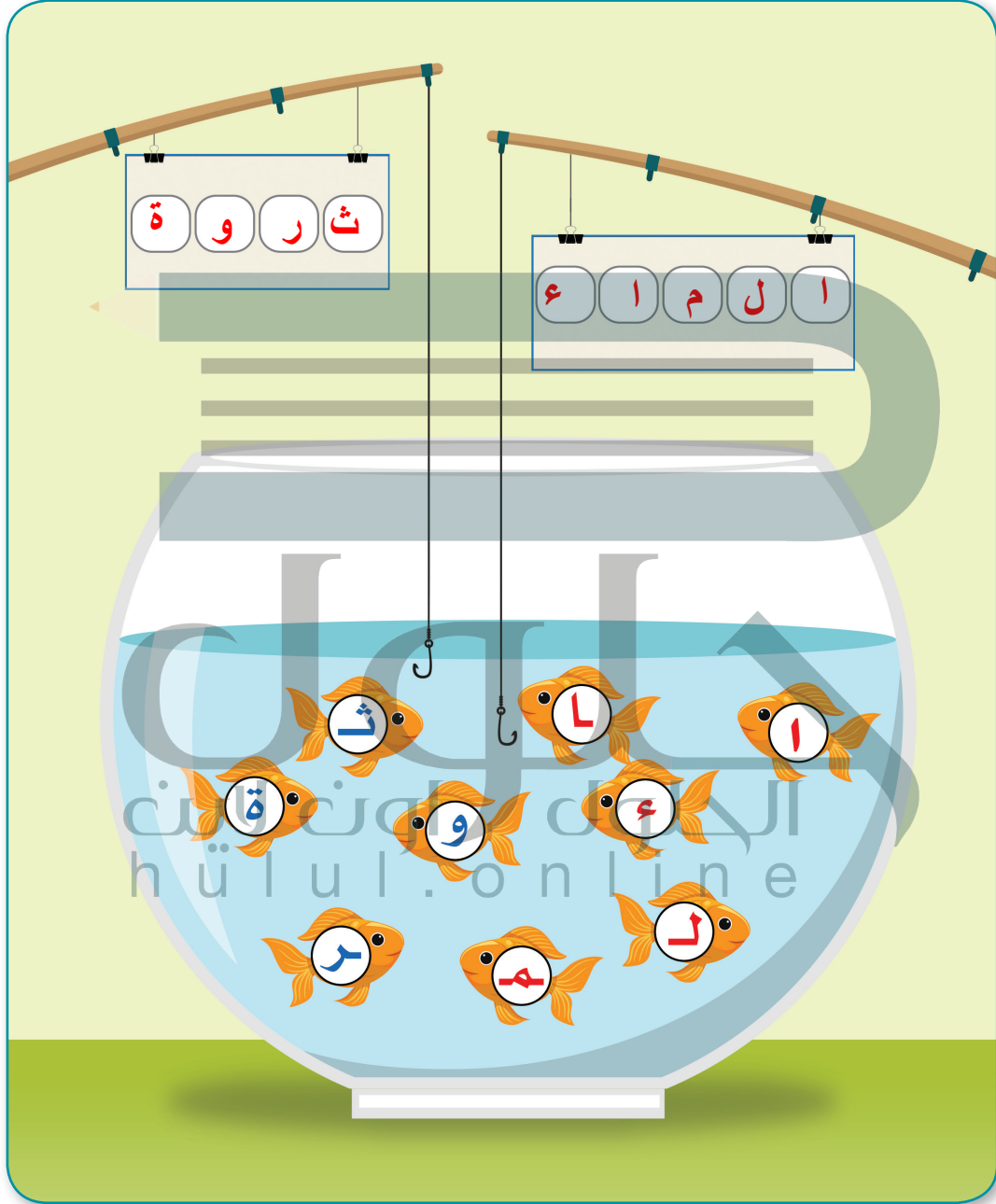


يتم الوضوء بكمية بسيطة من الماء وبذلك نحافظ على المياه

حلول
الجلول اون لاين
hulul.online



٤ اصطد الأسماك وكون الكلمات، ثم اكتب الجملة:



الجملة: الماء ثروة

٥ حدّد الإجابة الصحيحة من بين الإجابات المتعددة:

■ وقت الذروة لاستخدام الطاقة الكهربائية من:

أ الساعة ١٠ صباحاً - ٣ مساءً.

ب الساعة ١ ظهراً - ٥ مساءً. ✓

ج الساعة ٥ مساءً - ٩ مساءً.

د الساعة ٦ صباحاً - ١٢ ظهراً.

■ الأجهزة الكهربائية الأكثر استهلاكاً للكهرباء هي:

أ المروحة.

ب التِّلْفَاز.

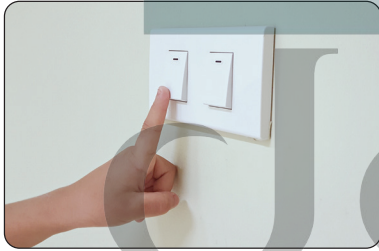
ج المِصْبَاح.

د الفُرن الكهربائي. ✓



٦ كَوْنُ جَمَلَةً مَفِيدَةً مِنَ الْكَلِمَاتِ الْمَبْعَثَةِ فِي كُلِّ صَفٍّ ، ثُمَّ دَوِّنْ كُلَّ جَمَلَةٍ تَحْتَ الصُّورَةِ الْمُنَاسِبَةِ لَهَا :

١	أحمد	بالإضاءة	النَّهار	يقرأ	الطَّبِيعِيَّة	في
٢	عند عدم	والتكييف	الإضاءة	قفل	الحاجة إليها	
٣	الإلكترونية	قفل	بعد	عدم	الألعاب	الانتهاء منها
٤	في	حالة	السَّخَّان	فصل	عن	الكهرباء
			استخدامه	عدم		



٢ قفل الإضاءة والتكييف عند عدم الحاجة إليها



١ يقرأ أحمد بالإضاءة الطبيعية في النهار



٤ فصل السخان عن الكهرباء في حالة عدم استخدامه



٣ عدم قفل الألعاب الإلكترونية بعد الانتهاء منها

٧ علق على هذه الصورة بما يفيد في ترشيد استهلاك الكهرباء:



تجفيف الملابس في الشمس يقلل من استهلاك الكهرباء

حلول
الجلول اون لاين
hulul.online



٨ صل كل عبارة بنصفها الآخر فيما يأتي:





مهاراتي في الحياة

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

<p>٥٥٢</p> <p>Frugal</p> <p>مقتصد</p>	<p>٥٥١</p> <p>Lavish</p> <p>مُسرف</p>	<p>١٠٠٣</p> <p>Lamp</p> <p>لمبة كهربائية</p>
---------------------------------------	---------------------------------------	--

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

