

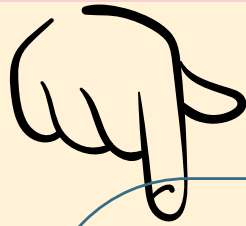
تم رفع الملف

عبر

موقع الكتاب 24

للعودة الى الموقع اكتب في بحث جوجل

موقع الكتاب 24



alktab24.online





دَوْلَةُ لِيْبِيَا
وَزَارَةُ التَّرْبِيَةِ وَالتَّعْلِيمِ
مَرْكَزُ الْمَنَاحِجِ التَّعْلِيمِيَّةِ وَالْبَحْثِ التَّرْبَوِيِّ

صفحة Zein Atala

أنا المواطن

كتاب التربية الوطنية

للفَّ الرابع من مرحلة التعليم الأساسي

إعداد

لجنة متخصصة بتكليف من
مركز المناهج التعليميّة والبحوث التربويّة

4

العام الدراسي
1442 - 1443 هـ
2021 - 2022 م

الدرس الأول



أنا

إنسان

الأهداف:

- التعرف على الذات و القدرات واكتشاف المواهب الفردية.
- إبراز مواطن القوة في الذات وتعلّم العيش مع الآخرين في انسجام.

صفحة Zein Atala

الوحدة الأولى

أنا وصحتي

1

الدرس

أنا
إنسان

2

الدرس

أنا
ونظافتي

3

الدرس

أنا
وتغذيتي

4

الدرس

أنا
وسلامة
جسدي



صفحة Zein Atala

النشاط 2

ما لونك المفضل؟ ولماذا؟ لون الأبيض لأنه لون السلام و النقاء	ما حيوانك المفضل و لماذا؟ القطعة لأنها لطيفة و جميلة	ما المادة الدراسية المفضلة لديك؟ التربية الإسلامية نتعلم منها: الصلاة آيات القرآنية الاحاديث	ما المنظر الطبيعي المفضل لك و لماذا؟ الأنهار والشلالات لأنها تشعرنا بالحياة
---	--	--	---

النشاط 3 أكمل الفراغات :

أنا محمد أسكن في طرابلس و عمري 10 سنوات .
أحب الرياضة لأن تقوي الجسم و أكره الكسل لأنه يشعرني بالمرض
رياضتي المفضلة هي كرة القدم و لدي مواهب الرسم و تعلم اللغات .
من أهم صفاتي الكرم و الصدق و من عيوبي متسرع .

أستنتج

أشترك مع الآخرين في بعض الصفات ولكن أختلف معهم في صفات أخرى.

أفعال وأناقش

صفحة Zein Atala

النشاط 4 أتمل الصور وأحد الخصائص المشتركة و نقاط الاختلاف بينها:



الخصائص المشتركة فيما بينهم
هي تكوين الجسم و المعيشة
و الاختلاف يكون في اللون،
العادات، التقاليد و اللغات.

يوجد في كوكبنا
تنوع في الجنسيات و الأعراق
(يوجد في الصورة
العربي، الأفريقي
الأوروبي، الهنود الحمر)



النشاط 6 أجري حوارًا مع زملائي حول آمياتنا المستقبلية مستعينا بمايلي:

صفحة Zein Atala

في المستقبل أتمنى أن أدرس بجامعة
 طيب أستان
 وأن أسكن في مدينة سبها
 وأن أسافر إلى لأمريكا لغرض الدراسة
 إلى فرنسا لرؤية المعالم التاريخية والاستمتاع بمناظر
 الطبيعية الخلابة.
 إلى السعودية لأداء فريضة الحج.



أفاعِل وأناقش

النشاط 5 أتمم الجدول التالي:

صفحة Zein Atala

الموقف	آثاره على نفسك
غادرتُ المنزل دون استشارة والديّ فحرمني والدي من مرافقته إلى السوق.	شعرت بالحزن لان والدي غضب مني و حرمني من الذهاب معه للتسوق ولكن علمت أن تصرفي خاطي، وبحب عليا الاستئذان قبل ان اغادر البيت حتى لا يقل عليا والدي ...
يأتي عليّ إلى المدرسة دون أن ينجز واجباته المدرسيّة، تضطرّ المعلّمة إلى تنبيهه.	يشعر بالخجل أمام المعلّمة و زملاؤه الطلبة لعدم انجاز واجباته المدرسية و يوعد المعلّمة بعدم إهمال واجباته مرة أخرى.
أعجبني دور الممثلة وهي تقوم بدور طبيبة تعتني بمرضاها برفق ورحمة.	أشعر بالسعادة والفرح عندما أرى مريض يتعافى وأشعر بعطف و رفق الممرضة التي تسهر لراحة مرضاها ويمكن أن أفكر أن أصبح ممرض في المستقبل.

أستنتج

تتأثر شخصيتي بما أعيشه من تجارب وتفاعل مع الآخرين.
شخصيتي فريدة ومتنوعة تحمل خصوصيتي و ما اكتسبته من تفاعلي مع الآخرين.

أنا



ونظافتني

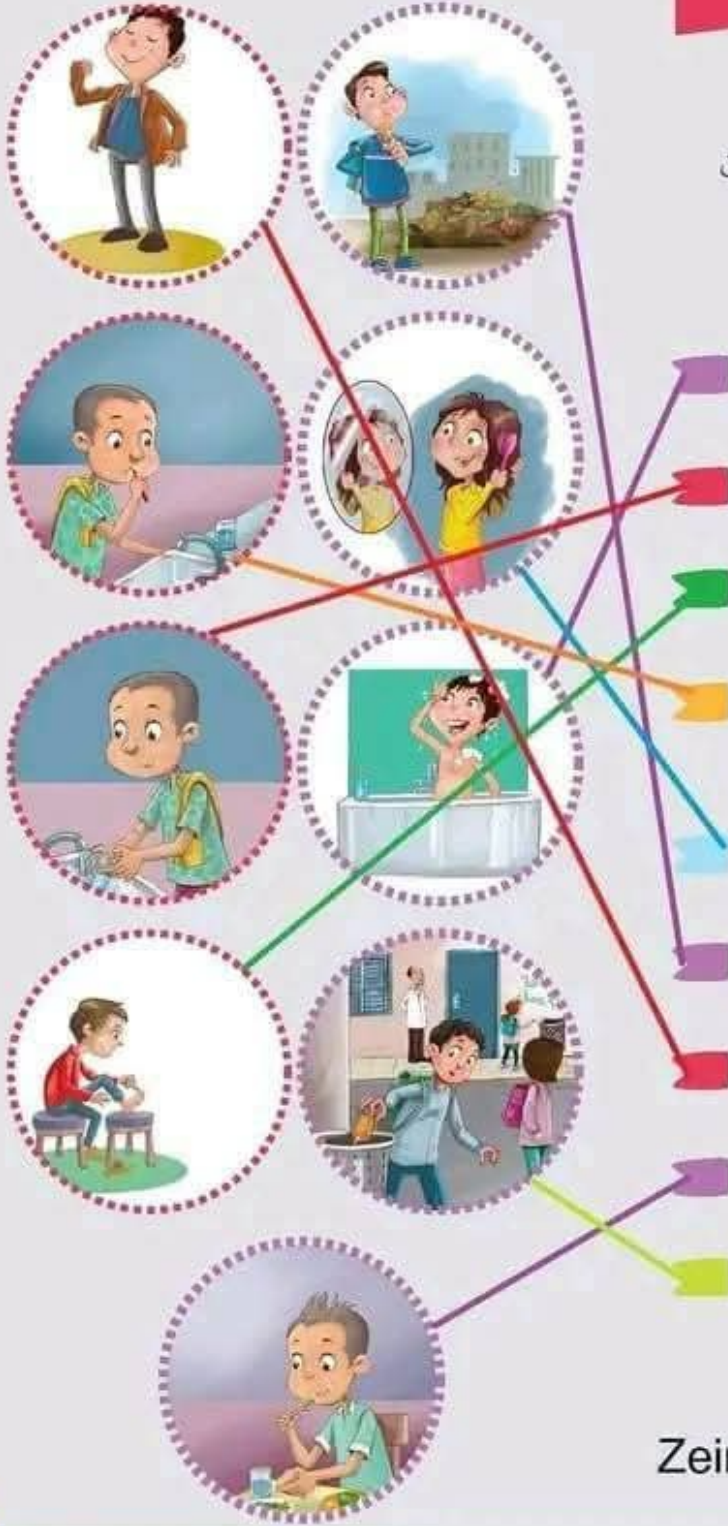
الأهداف:

- التعرف على مفهوم النظافة
- تبين قيمة النظافة الشخصية
- غرس قيمة النظافة في المجتمع
- الانتباه إلى خطر إهمال النظافة

أَتَعَرَّفُ

النشاط ١

أربطُ بسهم بين الصورة وما تعبّرُ عنه من قواعد النظافة:



الاستحمام عدّة مرّات بالأسبوع.

الحرص على غسل اليدين والوجه.

تقليم الأظافر لمنع الأوساخ.

غسل الأسنان جيّدا
خاصّة بعد الأكل.

تسريح الشّعر والعناية به.

عدم الأكل في مكان قذر.

ارتداء ملابس نظيفة.

الحرص على الطّعام النظيف.

تنظيف مكان إقامتنا.

صفحة Zein Atala

النظافة هي كل نشاط يُخلّصنا من الوسخ والأتربة والعرق والغبار والفضلات وذلك بالاعتسال والاستحمام ولبس الملابس النظيفة والمكويّة، و تناول الطّعام النّظيف البعيد عن الحشرات، والحرص على نظافة غُرفنا وكلّ مكان نُوجد به.

أستنتج

النشاط 2 أكمل الفراغات بما يناسبها:

الاكتئاب

رائحة كريهة

مظهرها غير لائق

الإسهال

القمل

التوتر

النظافة من الإيمان

ثقة بنفسه

- تقي النظافة جسم الإنسان من أمراض عديدة مثل، الإسهال.
- تنعكس النظافة على صحة الفرد النفسية، فهي تحميه من الاكتئاب، و التوتر، وتمنحه ثقة بنفسه فتزيد قدرته على التركيز في أعماله وإنهاءها بسرعة وكفاءة عالية؛ لأنها تمنحه النشاط والحيوية.
- إهمال النظافة يسبب رائحة كريهة القمل و مظهرها غير لائق.
- أوصى ديننا بالنظافة والدليل على ذلك قول الرسول عليه الصلاة والسلام : النظافة من الإيمان.

صفحة Zein Atala

أستنتج

تحقق النظافة راحة البدن وسلامته من الأمراض ، و تملأ النفس انشراحاً وثقةً ، فيقبل الإنسان على أعماله نشيطاً متوازناً .

وضع القمامة في مكانها المناسب

النشاط 3 أَعْبَر عن السلوك مستأنساً بالصُّور:



3

التعاون على نظافة مدرستنا



1

ما أجمل شارعنا و هو نظيف



4

نتعاون على نظافة شارعنا



2

أضع علبة العصير في سلة المهملات



5

19



النشاط 4 أصنّف:

فقدان المساحات الخضراء الجميلة	الإصابة بالأمراض	تكدّس الفضلات
انتشار العدوى	انتقال الميكروبات والجراثيم	ولو في قطعة حلوى من
صديق	التخلّف عن ركب الحضارة والتقدّم	نفور النّاس واحتقارهم
انتشار مظاهر التلوّث بأنواعه	تسمّم الأسماك من النفايات الملقاة بالبحر	
الإضرار بالاقتصاد بسبب استيراد الأدوية المكلفة	نفور السّائحين	الرّكود
وعدم الاستثمار بسبب إدراج البلد ضمن البلدان المتخلفة	الشعور بالتوتر	والقرف
الكسل والتّقاعس		

مخاطر إهمال النظافة

على المجموعة

فقدان المساحات الخضراء الجميلة
تكدس الفضلات
انتقال الميكروبات والجراثيم ولو في قطعة حلوى من
صديق
التخلّف عن ركب الحضارة والتقدّم
انتشار مظاهر التلوّث بأنواعه
تسمم الأسماك من النفايات الملقاة بالبحر
الإضرار بالاقتصاد بسبب استيراد الأدوية المكلفة
نفور السائحين
الركود وعدم الاستثمار بسبب إدراج البلد ضمن البلدان
الخلفية

على الفرد

الإصابة بالأمراض
انتشار العدوى
نفور الناس واحتقارهم
الشعور بالتوتر والقرف
الكسل والتقاعس

أستنتج

- يجب أن تكون النظافة سلوكاً وعادةً وعقليةً تسري في المجتمع كلّهُ و يلتزم بها الجميع.
- عدم الالتزام بالنظافة بكلّ مظاهرها خطر على سلامة الفرد وتهديد لصحته الجسدية والنفسية،
وفيه أيضاً إضرار بمؤشرات السلامة الصحية في المجتمع وعلاقاته، وتهديد للبيئة، بل وإضراراً حتى
بسمعة البلد واقتصاده.



النشاط 5 أكتب لائحة إرشادية وأعلقها في الفصل أضبط فيها قواعد نظافتني.

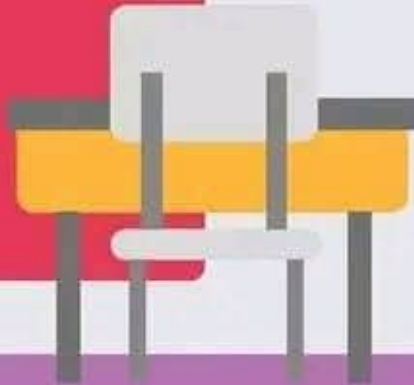
حافظ على نظافة مدرستك

نظافة المدرسة
مسؤوليتي

نظافة مدرستي ..
.. دليل حضارتي

نظافة الفصل
مسؤولية الجميع

قواعد النظافة في الفصل



امتناعك عن إلقاء القمامة في
الشارع يعني توفيرك انحناءة لظهر
عامل النظافة.



الدرس الثالث

أنا



وتغذيتي

الأهداف:

- التعرف على الوجبات الغذائية.
- التمييز بين مختلف المكونات الغذائية.
- تبين السلوك الصحي الجيد.
- الإشادة بالغذاء الصحي.



النشاط ١ أقرأ الوضعية وأنجز الأنشطة التالية:

في حصة التربية البدنية كان التلاميذ بصدد القيام بتمرين رياضي، فجأة سقط أحمد مغشياً عليه. دُعر الحضور وسارعوا باستدعاء الطبيب لإسعافه. استعاد أحمد وعيه فسأله الطبيب: هل تناولت فطور الصباح؟ فأجاب أحمد: "لم أتمكن من تناول فطوري لأنني كنت على عجلة وخشيت أن أتأخر عن الدرس".

ما رأيك في تصرف أحمد؟

تصرفه خاطيء لأن وجبة الفطور وجبة أساسية.

أحدّد الوجبات الغذائية الأساسية التي أتناولها في اليوم و أبين دورها في نموّ جسمي.

حليب، بيض، خبز، خضروات، فواكه، ماء، لحم وحبوب

(تعزير صحة الجسم والتقليل من خطر الإصابة بالأمراض)

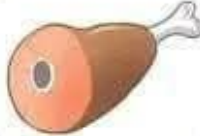




صفحة Zein Atala

أفهم

النشاط 2 أتمل الصور وأصنف الأغذية حسب مواقيت الوجبات الغذائية:



العشاء

سمك
خضروات

الغذاء

لحم
الحبوب والنشويات
فواكه
خضروات

فطور الصباح

حليب
بيض
خبز
ماء
عصير الفاكه

أستنتج

يحتاج جسم الإنسان إلى الغذاء لكي ينمو نمواً طبيعياً سليماً؛ وليكتسب طاقةً تمكنه من العمل والإنتاج. يتوزع غذاء الإنسان غالباً على 3 وجبات أساسية يومياً وهي: فطور الصباح، الغذاء، والعشاء.

النشاط 3 أصنّف المواد الغذائية حسب المجموعات:



جزر | لفت | بطاطا | قرع | بقدونس

طماطم | فلفل | بصل | تفاح | إجاّص

برتقال | عنب | أناناس | موز | عصير فواكه

ماء | خبز | قمح | شوفان | شعير | ذرة

سميد | دقيق | لحم الخروف | دواجن

سمك | أجبان | الحليب | زبادي | زبدة

زيت | سمن | بسكويت | شكلاطة

كعكة | مرطبات

اللحوم

لحم الخروف
دواجن
سمك

الحليب ومشتقاته

الحليب
أجبان
زبادي
زبدة

الحبوب

قمح
شوفان
اشعير
اذرة
سميد
دقيق
خبز

السوائل

عصير فواكه
ماء

الخضر والفواكه

جزر | لفت | بطاطا | قرع | بقدونس
طماطم | فلفل | بصل | تفاح | إجاّص
برتقال | عنب | أناناس | موز



الزيوت

زيت
سمن

الحلويات

بسكويت
شكلاطة
كعكة
مرطبات



النشاط 4

"الطعام الصحي هو الطعام الغني بالعناصر الغذائية اللازمة لبناء الجسم وتقوية جهاز المناعة للوقاية من الأمراض المختلفة. اتفق الخبراء على أنه من الضروري تناول الطعام الصحي المتوازن المعتدل في الكميات والمختلف في الأنواع، الذي لا يحتوي على الكثير من السعرات الحرارية أو النسب العالية من الدهون والذي يمد الجسم بالطاقة اللازمة للقيام بالأنشطة اليومية."

أعدّد فوائد الغذاء الصحي على الأفراد.

تقوية جهاز المناعة للوقاية من الأمراض المختلفة - تزيد التركيز والاستيعاب

تقوية العظام والأسنان والوزن المثالي - تمد الجسم بالطاقة اللازمة للنشاط البدني

أكون رفيقة زملائي وجبة صحية تناسب حاجاتي اليومية للطاقة.



أستنتج

مجموعة الحبوب مهمة جدًا لكونها تمثل مصدرًا للطاقة ومجموعة كبرى من الفيتامينات. الخضر والفواكه توفر الفيتامين والمعادن وخاصة الألياف. الألبان مهمة جدًا لارتفاع نسبة الكالسيوم التي تحتويها وهي ضرورية لنمو العظام والمحافظة عليها من الكسور والهشاشة.

النشاط 5 أقرأ الوضعية التالية:

مسايرة لنسق حياتنا العصرية تغيرت عاداتنا الغذائية وانتشرت محلات الوجبات السريعة «كالبيتزا والهامبرغر والبطاطس المقلية وتناول المشروبات الغازية...»

أحد رفقة زملائي نتائج هذا التغير في النظام الغذائي. تغير نظامك الغذائي يؤثر على شكل جسمك ووزنك

تناول الأطعمة الغنية بالدهون مثل الوجبات السريعة يمكن ان تسبب بأمراض القلب و السمنة

أقترح حلولاً ممكنة للمحافظة على سلامتتنا الصحية وتوازننا الغذائي.

- تناول الخضروات والفواكه وبشكل يومي.
- تجنب الأطعمة التي تحتوي على نسب عالية من الدهون.
- التنوع في الطعام.
- تناول الكثير من الماء.
- الرياضة اليومية مهمة لهضم الغذاء وتنشيط الدم في الجسم.
- تناول الأطعمة الغنية بالألياف.



النشاط 6 أقرأ النص وأجيب عن الأسئلة التالية:

"سوء التغذية حالة مرضية تحتاج جسم الإنسان عندما لا يحصل على العناصر الغذائية الأساسية اللازمة له من وجبات غذائه، أو الزيادة الكبيرة في استهلاك الطعام الذي يحتوي على العناصر الغذائية المتنوعة، وسوء التغذية يُعدّ السبب الرئيسي لوفاة الأشخاص الذين يعانون من نقص الغذاء. تتلخص أعراضه فيما يلي: الدوخة، والتعب والإرهاق، وخمول الجسم وقلة حركته، ونقصان في الوزن بشكل ملحوظ، وعدم مقاومة الأمراض، وعدم قدرته على أداء المهام الذاتية، وضعف قدرته على التعلم وانعدام الذكاء، وحالات الإغماء، وتساقط الشعر بشكل كثيف..."



أعدّد أسباب سوء التغذية:

- (نقص التغذية) عندما لا يحصل على العناصر الغذائية الأساسية اللازمة له من وجبات غذائه.
- (الإفراط في التغذية) يحدث عند الحصول على كميات زائدة عن حاجة الجسم من الطاقة يتضمن زيادة الوزن والسمنة.

أحدّد انعكاسات سوء التغذية

على جسمي وذهني:

الدوخة

التعب والإرهاق

خمول الجسم

نقصان في الوزن

الإغماء

تساقط الشعر

صفحة Zein Atala

أستنتج

يعرّف سوء التغذية بأنه حالة مرضية تحتاج جسم الإنسان نتيجة ارتباك في النظام الغذائي نقصاً أو زيادة.



النشاط 7 أحرز مع زملائي مطوية تتضمن نصائح حول الغذاء الصحي خاصة وقواعد السلامة الحسنية عامة توزع في يوم التثقيف الصحي في المدرسة.

صحتك في غذائك السليم

التغذية الصحية هي تناول
الكمية المناسبة من المواد
الغذائية لتلبية احتياجاتك
الضرورية من الطاقة.

فطور الصباح

يعدّ فطور الصباح الأكثر أهمية من بين وجبات الطعام اليومية خاصة للأطفال والتلاميذ والعاملين؛ لأنّ وجبة الفطور:

- تأتي بعد مدة طويلة من عدم تناول أي طعام.
- تزيد مستويات طاقة الجسم فتحسّن الحالة النفسية للفرد فيكون أكثر إيجابية في التعامل مع الآخرين...
- تجعل أداء من يتناولها أفضل في العمل أو الدراسة.
- تمنع من الشعور بالجوع، فيكون نشاط التلميذ أكثر خلال حصص الدراسة الأولى.



أنا



وسلامة جسدي

الأهداف:

- التعرف على معنى السلامة الجسدية
- تعلم كيفية المحافظة على سلامة جسدي

النشاط ١

أَتَعَرَّفُ السُّلُوكَ فِي الصُّورِ الْآتِيَةِ وَ أَبْدِي رَأْيِي فِيهِ:



لمس مقبض القدر ساخنا

تصرف خاطيء و رانى عدم لمس المواقد و السوائل الساخنة بدون القفازات الواقية و لتجنب هذه المخاطر استخدام أسطح الموقد الخلفية عند الطهى وتدوير مقابض الأواني إلى الخلف.



عبور الطريق عشوائياً بدون انتباه

سلوك خاطيء و يجب التركيز على الطريق أثناء العبور وعدم الإنشغال بالهاتف الجوال.



مسك سكين مع لمس الحافة الحادة

تصرف خاطيء و يجب تجنب استخدام الأدوات الحادة و الزجاجية

أستنتج

أَتَجَنَّبُ قَدْرَ الإِمْكَانِ اسْتِخْدَامَ الْأَدَوَاتِ الْحَادَّةِ وَ الزَّجَاجِيَّةِ وَغَيْرِهَا مِنَ الْأَدَوَاتِ الضَّارَةِ وَ أَتَوَخَّى الْحَذَرَ عِنْدَ عُبُورِ الطَّرِيقِ.

النشاط 2 من خلال هذه الصور أذكر ما يجب فعله للمحافظة على سلامة جسدي في الأماكن التالية:



في الشارع

عبور الطريق من
الممر الخاص بالمشاة



في ملعب الرياضة

سلوك صحي
و مفيد للجسم



في المدرسة

يجب علينا ان نحافظ
على نظافة مدرستنا



في المطعم

يجب علينا أن نأكل طعام
صحي و بطريقة لائقة

النشاط 3: أكتب (صواب) او (خطأ) :



أحترم الإشارات الضوئية والعلامات المرورية.



أغيب باستمرار عن حصص الرياضة.



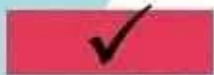
أجلس بشكل مستقيم داخل الفصل للحفاظ على صحة ظهري.



أشاهد التلفاز وأجلس أمام الأجهزة الإلكترونية لمدة طويلة يوميًا.



أحترم الساعات المخصصة للنوم لعدم إجهاد جسدي.



أقوم بربط حزام الأمان كلما ركبت السيارة.

صفحة Zein Atala



أستنتج

تساعد ممارسة الرياضة و خاصة التغذية السليمة على سلامة جسدي وتقلل من خطر الإصابة بالأمراض.

أُتفاعل وأناقش

النشاط 4: أقرأ القصة التالية وأبين رأيي فيها:

صفحة Zein Atala

محمود تلميذ في الصف الرابع، في طريق عودته من المدرسة، اتكأ على إحدى السيارات ينتظر زميله ليرافقه في العودة إلى البيت، فجاء صاحب السيارة وأخذ يصيح في وجهه ويعنفه. أخبر محمود أمه بما جرى معه في الطريق، فانزعجت الأم وقالت: ليس لأحد الحق في أن يعنفك أو يؤذيك بالقول أو بالفعل و لكن عليك احترام ملكية الآخرين.

رفقة زملائي أقدم أمثلة لأشكال العنف التي يمكن أن تؤذي جسم الإنسان؟
العقاب البدني الشديد (مثل اللكم أو الضرب) - تعاطي الكحول والمخدرات - الانضمام إلى العصابات - الفقر - سهولة الوصول إلى الأسلحة النارية

كيف يمكن للإنسان أن يحافظ على سلامة جسده؟ وماذا؟
ممارسة التمارين الرياضية بانتظام.

تعلم كيفية التعامل مع الغضب دون اللجوء إلى العنف.
غسل اليدين قبل وبعد إعداد الطعام.

أستنتج

للي نفس حياة طويلة، ضحية وسعيدة



نشاط 5:

في عمل تشاركي أكتب مجموعة قواعد نلتزم بها للمحافظة على سلامة أجسادنا يتمّ تعليقها في الفصل.



قواعد الحفاظ على سلامتنا

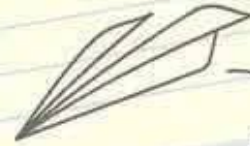
• الأكل المتوازن والصحي

• ممارسة الرياضة بانتظام

• شرب الكثير من الماء

• النوم بشكل كافٍ

• عدم التدخين



من أخطر الحوادث التي تحصل هي حوادث المرور التي تُودي بحياة الكثيرين وأغلبية هؤلاء من أعمار صغيرة، وذلك بسبب الإهمال في بعض الأحيان أو السرعة أو عدم الوعي الكافي لاستخدام حزام الأمان الذي هو ضروري لكل شخص داخل السيارة مهما كان عمره.

خلق الله سبحانه وتعالى الإنسان، وميّزه
بالعقل والفهم، وأعطاه جسدًا في أفضل هيئة
وأحسن تقويم، وجعل الجسد وديعةً لدى كل
شخص، والحفاظ عليه من الأمور الواجبة،
ليكون قادرًا على أداء دوره الطبيعي في
الحياة.



صفحة Zein Atala

الوحدة الثانية أنا إنسان

6

الدرس

أنا
ومدرستي

5

الدرس

أنا
وأسرتي

7

الدرس

أنا
والحي

أنا



وأُسرتي

الأهداف:

- التعرّف على مفهوم الأسرة ووظائفها.
- التعرّف على المبادئ التي تتركز عليها الأسرة.
- تجسيد تلك القيم في ممارسات إيجابية.

النشاط 1 أتاَمَلِ الصُّورَ التَّالِيَةَ:



تتكوّن هذه الأسرة من 5 أفراد



تتكوّن هذه الأسرة من 3 أفراد

تتكوّن أسرتي من 6 أفراد

أستنتج

الأسرة مجموعة من الأشخاص ارتبطوا بروابط الزواج و الدم مكوّنين حياة معيشية مشتركة، هناك أسر صغيرة و أسر ممتدة أو موسعة.

أفهم

النشاط 2 أكتب (أوافق) أو (لا أوافق)

أمام الجُمْلِ التالية:



لا أوافق

أخاف من التحدّث إلى والديّ عن صعوبات أجدها في المدرسة خوفاً من غضبهما.

لا أوافق

أعنف أخي لتأديبه وتقويم سلوكه.

أوافق

أساعد أمي في ترتيب البيت.

أوافق

أشارك أسرتي في اتخاذ بعض القرارات.

أوافق

أحرص على مشاركة أفراد أسرتي وجبات الطعام.

أوافق

أبادر بمساعدة من يحتاجني من أفراد أسرتي.

أوافق

نشترك جميعاً في ترتيب البيت والحرص على نظافته.

أوافق

أحب الجلوس إلى جدّي لما في حديثها من متعة وإفادة.

Zein Atala صفحة

أستنتج

- الإنسان كائن اجتماعي لا يستطيع العيش منفرداً .
- العائلة أو الأسرة هي الخلية الأساسية المكوّنة للمجتمع، وهي جماعة من الناس تربط بينهم صلات القرابة القويّة، المرتبطة بالدم، والزواج، ويشتركون في خصائص، وهوايات، ونشاطات.
- تزداد العلاقات الأسريّة متانة إن قامت على مبادئ المشاركة والتعاون.



النشاط 3 أختار من اللافتات ما يحدّد وظائف الأسرة الأساسيّة بوضع علامة ✓ في المكان المناسب:



النشاط 4 أملأ الفراغات بما يناسب مستفيداً من الاقتراحات التالية:

الإحسان

المودة

احترام

التعاون

عطاء

أخاطب أبويّ باحترام .

أكنُ لإخوتي المودة .

أوصانا الله تعالى بالإحسان للوالدين.

تحتاج الحياة الأسرية إلى التعاون .

عطاء الوالدين لا حدّ له.



أستنتج

العائلة هي وسط اجتماعي تربوي يؤثر في شخصية الطفل ومنها يستمدّ قيماً من أهمّها: التآلف، التضامن، التعاون والمشاركة إلى جانب المساواة. كما تعلّمه التمتع بالحقوق والالتزام بالواجبات.

النشاط 5 أقرأ الوضعية:

تحصلت أختك الكبرى على شهادة علمية بدرجة متميزة
وكان لهذا التفوق أثر طيب على الأسرة وراح كل فرد يعبر
عن بهجته على طريقته.

■ صف ما قام به والداك وإخوتك تعبيراً عن فرحهم
بنجاح أختك و تفوقها:



قام أبي بجلب هدية لأختي
و نحن أيضاً جلبنا لها هدايا



قامت أمي بتحضير
الكيك بمناسبة نجاحها



طبعت لأختي بطاقة تهنئة
بمناسبة نجاحها



قام أبي باستقبال الضيوف
بفرح و سرور

■ ماذا كنت فاعلاً لتعبر عن فرحك و تسهم
في الاحتفال؟

أشارك في الاحتفال مع
العائلة وأفرح لها فرحاً كثيراً

العائلة أو الأسرة هي الجماعة الأساسية المكوّنة للمجتمع، وهي جماعة من الناس تربط بينهم صلات القرابة القويّة، المرتبطة بالدم، والزواج، ويشتركون فيما بينهم بخصائص، وهوايات، ونشاطات تتراوح ما بين شغل أوقات الفراغ، واللّهُو، والدّراسة، وتناول الطّعام معاً، والسكن في بيتٍ واحدٍ.



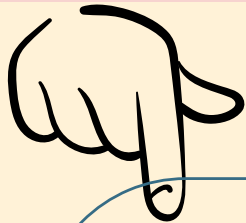
تم رفع الملف

عبر

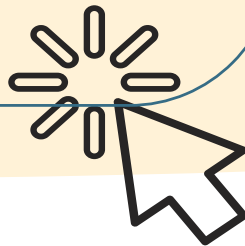
موقع الكتاب 24

للعودة الى الموقع اكتب في بحث جوجل

موقع الكتاب 24



alktab24.online



أنا



ومدرستى

الأهداف:

- التعرف على مكونات المدرسة.
- تبين دور المدرسة.
- الوعي بالواجبات تجاه المعلمين والمعلمات.

النشاط 1 أحَدَدُ مكوّنات المدرسة مستعيناً بالصُّور التَّالِيَة:



مكتبة المدرسة



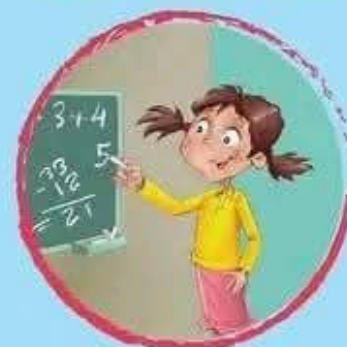
معمل العلوم



المسرح المدرسي



الإدارة
(مكتب مدير المدرسة)



الفصل



ساحة المدرسة

أستنتج

- المدرسة هي وسط تربوي تعليمي يكتسب فيه التلاميذ المعارف و المهارات و القيم.
- في المدرسة أجهزة ومعدات: المكتبة، و المعامل بأجهزتها، والألواح، والخرائط، والرسوم التوضيحية، والحواسيب، و معامل تحتوي على معدات علمية كالمجهر (الميكروسكوب)، والقوارير، والأنابيب.

النشاط 2 أتعرف على أدوار المدرسة بوضع (صواب) أو (خطأ) في الخانة المناسبة:

صواب

● أتعلم القراءة و الكتابة والحساب.

صواب

● أدرّب على إجراء التجارب في المعمل.

صواب

● أَلعب الكرة مع زملائي.

خطأ

● أشجّع فريقى المفضل.

خطأ

● أقتنى مشتريات البيت.

النشاط 3 رافقت أخاك الأصغر في يومه الأول إلى المدرسة وفي الطريق عبّر لك عن مخاوفه من الدّخول إلى المدرسة فسعيت إلى تبديد تلك المخاوف في حوار دار بينكما. انقل الحوار.

أخي الصغير: أنا خائف من الدخول إلى المدرسة

أنا : المدرسة مكان جميل يا أخي

المدرسة تعلّمنا و تربيّنا لكي نكون أفرادا ناجحين في المجتمع

فيها نتعلّم القراءة و الكتابة و آداب الحوار و احترام الآخر

وممارسة هوايات النافعة مثل الرسم والرياضة إنه شيء ممتع

أخي الصغير: نعم سوف أذهب إلى المدرسة

أنا أحب المدرسة

المدرسة

أستنتج

- المدرسة تعلّمنا و تربيّنا في الوقت ذاته.

- في المدرسة، نتعلّم القراءة و الكتابة و آداب الحوار و احترام الآخر.



النشاط 4 كيف أتعامل مع:

المعلم

احترام المعلم وتقديره
والاستماع إلى
نصائحه وتوجيهاته

التلميذ

بالمحبة والأخوه
ومساعدته إذا احتاج
إلى المساعدة

المدرسة

المحافظة على
ممتلكات المدرسة

التسامح

التخافة

المساواة

الحوار

الاحترام

التعاون

الامتثال

المحافظة على ممتلكات المدرسة

إنجاز الواجبات المدرسية

المحافظة على المدرسة

النشاط 5 أشارك زملائي في الحديث عن أحلام المستقبل.

أحب ان تكون بلادي في تقدم

و ازدهار.

و أقوم بدوري و مشاركتي في

ازدهارها أنا و كل طفل يكبر

و يكون ما يحب.

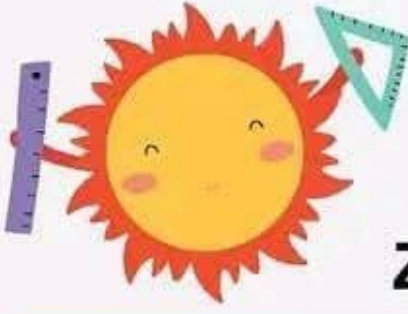


النشاط 6 في مجموعات عمل، أعاين مظاهر سلبية منتشرة في مدرستي، إن وجدت. أذكر أمثلة وأقترح حلولاً لتجاوزها مستعيناً بالجدول التالي:

المظاهر السلبية	الحلول
أوساخ متراكمة	علينا وضع سلات القمامة و جمعها
تجهيزات ناقصة	اتمام التجهيزات و العناية
حدائق غير مهيئة	علينا تجهيزها و العناية بها
جدران متسخة	طلاء جدران المدرسة (الصفوف و الممرات) و على الطالب عدم الكتابة أو الرسم على الجدران في الفصل وبقية مرافق المدرسة.
صعوبة ممارسة الرياضة	توفير صالة رياضية متعددة الأنشطة إضافة إلى ملعب لممارسة كرة القدم

أستنتج

- المدرسة هي البيئة الثانية بعد البيت يقضي فيها التلميذ وقتاً طويلاً ولها تأثير عميق في تكوين شخصيته.
- المدرسة مجتمع مصغر يفرض على المتعلم الالتزام بقواعد العيش معاً.



النشاط 7 أملأ الجدول بما يناسب:

صفحة Zein Atala



الموقف	سلوك سوي	سلوك غير سوي
ألتزم بتحيّة العَلم كلّ صباح.	سلوك سوي	
أرتدي ثياباً نظيفةً ولائقةً.	سلوك سوي	
أرمي الأوراق في ساحة المدرسة.	سلوك غير سوي	
أشارك في الأنشطة المدرسيّة.	سلوك سوي	
أحافظ على المدرسة.	سلوك سوي	
لا أشارك زملائي في حملات النظافة.	سلوك غير سوي	
أستعمل هاتفي الذكي أثناء الدرس.	سلوك غير سوي	
أتشاجر مع زملائي.	سلوك غير سوي	
أغش لأتفوّق في الامتحان.	سلوك غير سوي	



مَيَّزَ اللهُ تَعَالَى الْإِنْسَانَ عَنْ سَائِرِ الْمَخْلُوقَاتِ بِالْعَقْلِ؛ لِكَيْ يَتَفَكَّرَ وَيَتَأَمَّلَ وَيَعِيَ مَا حَوْلَهُ، وَلَمْ يَقْتَصِرِ الْأَمْرَ عَلَى هَذَا، بَلْ أَمَرَهُ بِالْعِلْمِ:

قَالَ تَعَالَى: ﴿اقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ﴾

سورة العلق : (1)

المادة 28 من اتفاقية حقوق الطفل جعلت التعليم الأساسي إلزامياً ومتاحاً مجاناً للجميع.



التّعليم والتّربية هما المرأة التي
تنعكس عليها فلسفة المجتمع
وتطلّعاته وآماله.

د. علي الحوت
أستاذ علم الاجتماع
ليبي



أنا



والحي

الأهداف:

- التعرف على معيار الحي.
- تبين أشكال من العلاقات الاجتماعية في الحي.
- إبداء مواقف وسلوكيات إيجابية في الحي.
- التحلي بالقيم الحميدة في العلاقة بالأصدقاء والجيران.

أَتَعَرَّفُ

صفحة Zein Atala

النشاط 1 أنأمل الصور:



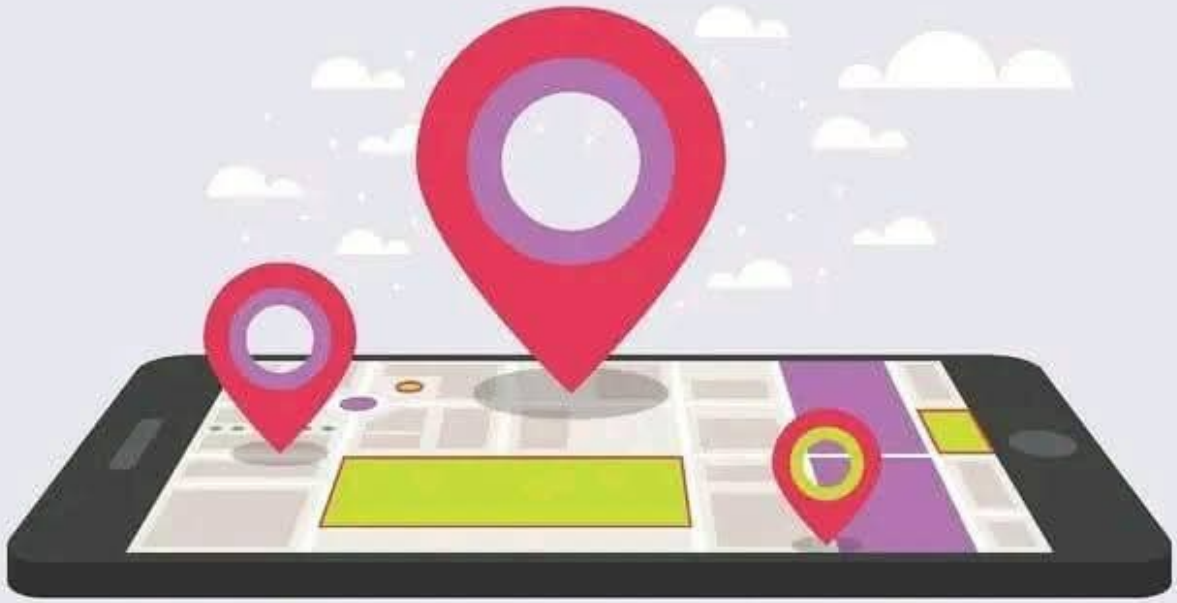
- ماذا نسمي التجمع السكني في كل صورة؟
- صورة 1، 3 يسمى حارة (تكون بيوته متقاربة والزقاق ممر أضيق من شارع بدون ساحات ورصيف فاصل في النصف).
- صورة 2 يسمى حي
- مم يتكون التجمع السكني في كل صورة؟
- صورة 1، 3 يوجد في هذه الحارة منازل ومسجد ومتاجر ومركز تسوق صغير لخدمة سكان الحارة.
- صورة 2 يوجد في هذا الحي منازل ومساجد ومدرسة ومركز بريد ومركز صحي ومتاجر ومركز تسوق رئيسي

أستنتج

- هذا التجمع السكني يسمى "الحي" ويتكون حسب الصور من المنازل والمساجد وبعض المرافق العامة الأخرى: كالسوق والمتجر والمدرسة ومركز البريد والمركز الصحي...
- يوجد في هذا الحي مؤسسات خدمية توفر الخدمات المختلفة ومجموع الحارات يشكل أحياء، الأحياء في مجموعها تشكل المدن والمدن تشكل الأوطان..

النشاط 2

أختار مع زملائي حيّاً من أحياء بلادي ليبيا ونعرّفه بتحديد اسمه وموقعه وبعض خصائصه .
يمكن أن أستخدم وسائل الاتصال الحديثة لتحديد موقع الحيّ.
أقارن بين الأحياء التي تمّ ذكرها.



خصائصه

تتميز المنطقة بالهدوء وإطلالتها المميزة على البحر، وبها العديد من المصارف والأسواق والمقاهي والمطاعم.

أغلب منازل الحيّ مبنية من الطوب و الحجر وتتميّز ببساطتها
يتميّز الحيّ بالعلاقة الوثيقة بين سكانه، ويظهر ذلك من خلال
المحافظة على التقاليد والروابط الاجتماعية.
يشتهر الحيّ بالأسواق القديمة ووجود الباعة المتجولين.

مزدهرة بالمحلات ومركز تجمع شبابي وذلك لازدحام حركة
السير بسبب المحلات المختلفة ووجود المقاهي الشبابية بكثرة.

الحيّ

زاوية الدهماني ، طرابلس

المدينة القديمة ، طرابلس

فشلوم ، طرابلس

النشاط 3 حزّ في نفسك أن يتمادى سكّان حيّك في رمي النفايات في غير الأماكن المخصصة لها فانتشرت الأمراض وتعرّج صفو الحياة في المكان، فقزّرت رفقة جمع من أطفال الحيّ التصدي لهذه الظاهرة. كيف ذلك؟

الموقف	السلوك	الأثر المنتظر
زيادة عدد سلال القمامة في الحي	رمي القمامة في مكانها المخصص لها	منظر حضاري



النشاط 4 أعبر عن طبيعة المساعدة التي تحتاجها كل فئة:

مساعدة كبار السن



عدم المشاجرة في الحي
و التسامح

مساعدة الأشخاص ذوي الإعاقة
و احتوائهم



مساعدة الفقراء
و العطف عليهم



أوافق أو لا أوافق

النشاط 5 أضع في الخانة المناسبة :

?

X

✓



الموقف	أوافق	لا أوافق	أعلل
لا أَدْخُلُ في شُؤون الجيران الخاصة واحترم حرمتهم.	✓		
أمارس في الحيّ حرّيتي فألهو في المكان الذي يروقني دون قيد أو شرط.		✓	الحي ملك الجميع لا ألهو فيه
أبادر بمساعدة الفئات التي تحتاج للمساعدة في الحيّ من المسنين والأشخاص ذوي الإعاقة والفقراء.	✓		
أحسن معاملة جירاني وأحرص على عدم إزعاجهم.	✓		
لا أضير في إزعاج جاري الصبور بلعب الكرة وإحداث الشغب.	✓		

أستنتج

- أدرك مسؤوليتي في حيي.
- أتحمّل بقيم العيش معا : التعاون ،قبول الآخر، احترام الجوار...
- أثبتّ قيمة العمل التشاركي في التصدّي إلى بعض المشاكل التي يعاني منها الحيّ.
- تجسيد قيمة التعلّق بالحيّ والاعتزاز بالانتماء له من خلال المساهمة في حمايته من الأخطار.

النشاط 6

أجسد موقفًا إيجابيًا في الحي من خلال مشهد مسرحي أو رسم:

(نجدة مستغيث/ مساعدة محتاج / الحفاظ على المرفق العام / حسن معاملة الجار /

التصدي للمفسدين والعابثين بالملكيات العامة في الحي/ مساعدة المسنين /الإحسان للفقراء ...)

النشاط 7

أكتب بالتعاون مع زملائي رسالة مطالب إلى السلطة المعنية تتضمن احتياجات حيي.

إلى السيد عميد البلدية ،
تحية طيبة وبعد،

نرجو من سيادتكم تزويد الحي بالإضاءة العمومية واستحداث مساحات
خضراء.

عند حلول الليل نواجه دائما مشاكل في الحي سببها نقص الأنوار
منها مخاطر حوادث المرور بسبب الظلام فنحن نرى ضرورة
توفير الإضاءة اللازمة في أقرب الأجل.

و السلام،

صفحة Zein Atala

ليس الحيّ مجرد مكان يؤوينا، إنّهُ نسيج من العلاقات الإنسانية الدافئة التي تعزّز ولاء سكّانه. وللحيّ دورٌ في بناء شخصية الطفل؛ لأنّه حافل بالأحداث فينمّي فيه مشاعر الألفة والمحبة والتأخي وقيم التعاون والتضامن واحترام الجيران و يعودّه على تحمّل المسؤولية ممّا يضفي نوعاً من الراحة والاستقرار في النفس، بالإضافة إلى الطمأنينة الداخلية و الأمان الذي يُتاح للإنسان الاجتماعي ولا يتاح للإنسان الذي يعيش معزولاً منفرداً..

صفحة Zein Atala

الوحدة الثالثة البيئة

9

الدرس

أنا
أحافظ على
البيئة

8

الدرس

أنا
و البيئة

أنا



والبيئة

الأهداف:

- التعرف على الوسط البيئي
- التعرف على مكونات الوسط البيئي
- معرفة تأثير الإنسان على البيئة

النشاط 1 أنأمل الصور الآتية و أتبين تنوع الأوساط البيئية:



الوسط البيئي هو مكان جغرافي يتكون من كائنات حية وأخرى غير حية تربط بينها علاقات.

نقسم الأوساط البيئية بشكل عام إلى نوعين رئيسيين، أوساط بيئية يابسة ومنها: الغابات، والأراضي العشبية، والصحراء، وأوساط بيئية مائية، ومنها: المياه المالحة البحرية، والمياه العذبة.

صورة 1 : أوساط بيئية مائية

صورة 2 ، 3 ، 4 : أوساط بيئية يابسة

أستنتج

البيئة هي مساحة من الطبيعة تتعايش فيها المخلوقات الحية، وهي متعددة ومتنوعة.

النشاط 2 أستعين بالصورتين لأصنّف مكوّنات الوسط البيئيّ التالية في الجدول:

عصفور - نحلة - خشب - أعشاب البحر - دجاجة - زيتونة - صخور - تربة -
غزال - عشب - شجرة - ضفدعة - ماء - حديد - جبال - سلحفاة - حصان - إنسان.



مكوّنات الوسط البيئيّ

مكوّنات غير حيّة

خشب - صخور -
تربة - ماء -
حديد - جبال

مكوّنات حيّة

عصفور - نحلة -
أعشاب البحر -
دجاجة - زيتونة -
غزال - عشب -
شجرة - ضفدعة -
سلحفاة - حصان -
إنسان

النشاط 3 سمّ هذا الوسط البيئي وعدّد مكوّناته:

- شمس
- هواء
- جبال
- صخور
- ماء
- سحلية
- ناقة
- أشجار النخيل
- رمال



النشاط 4 منذ ظهر الإنسان على الأرض، وهو يقطع في تعامله مع الطبيعة مراحل مختلفة. أعبّر عن كل مرحلة مستفيداً من المشاهد التالية:

زراعة النباتات ليتغذى بها قطع الأشجار ليستفيد من أخشابها

اصطاد الحيوانات ليتغذى بها أشعل النار ليتدفأ ويشوي عليها اللحم



زراعة النباتات ليتغذى بها



أشعل النار ليتدفأ ويشوي عليها



اصطاد الحيوانات ليتغذى بها



قطع الأشجار ليستفيد من أخشابها



النشاط 5 أختير مع زملائي وسطاً بيئياً من الأوساط التالية و أكمل الجدول المصاحب:

الفوائد التي يجنيها الإنسان	مكوناته	الوسط البيئي
- تشبيد البنايات، مخازن الغذاء والماء. - بها الفحم والمنجنيز، وتستخرج منها المعادن والجواهر. - النباتات الجبلية تستخدم في علاج الأمراض وخير الكسور. - للجبال القدرة على خفض شدة الرياح.	صخر، ... أتربة، معادن نباتات، حيوانات	جبل
- صيد الأسماك. - استخراج الملح من مياه البحر. - نقل البضائع إلى مختلف أنحاء العالم. - توفر المياه العذبة للحياة اليومية. - توفير الأكسجين في الغلاف الجوي. - السباحة في مياه البحر تزيد من انتعاش الجلد وتحسن صحته.	ماء، أسماك، نباتات	بحر
- تضمن هواء نقياً بامتصاص CO_2 وطرح O_2. - فتقلل من الاحتباس الحراري. - تعمل على صد الرياح. - حماية التربة من الانجراف. - توفر الغابات مواطن الكثير من النباتات والحيوانات.	أشجار، أعشاب، التربة حيوانات	غابة
- صناعة الزجاج والبصريات. - تحتوي على المعادن (كالكربنك، النحاس والحديد أو الغاز الطبيعي والنفط). - توفر المراعي. - العلاج بالرمال. - مخزون احتياطي من ناحية الأراضي الفارغة.	رمال، معادن، حيوانات نباتات	صحراء
- مصدر مهم للمياه في الأماكن الجافة التي توجد فيها. - مركزاً تجارياً للتجار الذين يقطعون مسافات طويلة في الصحراء. - بها عيون المياه المعدنية التي تستخدم للعلاج الطبيعي من عدة أمراض.	ماء، أشجار، رمال	واحة



صفحة Zein Atala

النشاط 6 أربط بين المشكلة البيئية والحل المناسب للحد منها.



أستنتج

- يؤثر الإنسان على البيئة إيجابياً، كأن يزرع الأشجار ويستعمل الطاقات المتجددة كالطاقة الشمسية، إلخ.
- يؤثر الإنسان على البيئة سلبياً عندما يُفرط في استعمال المواد السامة، مثل المبيدات الحشرية ويستنزف الثروات الباطنية، إلخ.

النشاط 7 أحدّد على خريطة ليبيا الثروات الطبيعيّة البيئيّة التي تزخر بها بلادِي:

