



الجلول اون لاين
h u l u l . o n l
قررت وزارة التعليم تدريس هذا الكتاب وطبعه على نفقتها



وزارة التعليم
Ministry of Education

المملكة العربية السعودية

التربية الأسرية

الجلول اون لاين
h u l u l . o n l i n e
للصف الأول الابتدائي

الفصل الدراسي الثاني

قام بالتأليف والمراجعة
فريق من المتخصصين



يُوزع مجاناً ولا يُباع

طبعة ١٤٤٢-٢٠٢٠

ح) وزارة التعليم ، ١٤٢٨ هـ

فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر

وزارة التعليم

التربية الأسرية للصف الأول الابتدائي - الفصل الدراسي الثاني

كتاب الطالبة. / وزارة التعليم. - الرياض، ١٤٢٨ هـ.

١٢٤ ص؛ ٥x٢١، ٢٥ سم

ردمك : ٢ - ٤٨٢ - ٤٨ - ٩٩٦٠ - ٩٧٨

١ - التربية الأسرية - كتب دراسية ٢ - التعليم الابتدائي -

السعودية - كتب دراسية أ - العنوان

١٤٢٨ / ٦٣٢٣

ديوي ٦٤٠، ٧١٣

رقم الإيداع : ١٤٢٨ / ٦٣٢٣

ردمك : ٢ - ٤٨٢ - ٤٨ - ٩٩٦٠ - 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





المقدمة

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين وبعد ..
يسرنا أن نقدم كتاب الطالبة للصف الأول الابتدائي من سلسلة كتب التربية الأسرية،
انسجامًا مع الأهداف الاستراتيجية لوزارة التعليم، وبما يسهم في تحقيق رؤية المملكة
العربية السعودية 2030 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 التعلم المختلفة من
رسوم وصور وأنشطة لإثارة التفكير، وإكساب الطالبة مهارات القرن الحادي والعشرين في
إطار أهداف الوحدات الدراسية..

وتتيح أنشطة التعلم المتضمنة في هذا الكتاب الفرصة للطالبة كي تفكر وتداول وتعبر
عن رأيها، لتكتسب المهارات والكفايات القابلة للتطبيق في حياتها اليومية.
لقد حاولنا أن يشمل هذا الكتاب المجالات الأساسية لمادة التربية الأسرية؛ ليكون عونًا
للطالبة في تكوين شخصية متزنة، واثقة من نفسها، محبة لوطنها، تتصرف التصرف
السليم في المواقف والمناسبات المختلفة، وتكتسب العادات الصحية السليمة في غذائها
ومسكنها وبيئتها، وتستثمر أوقات فراغها فيما يعود عليها بالنفع والفائدة، بحيث تصبح
فردًا فعالًا في بناء أسرتها ومجتمعها.
نسأل الله عز وجل أن يجعل هذا العمل خالصًا لوجهه تعالى، والله من وراء القصد.

نَوَدُّ أَنْ نُنَبِّهَ إِلَى أَنَّ بَعْضَ الْأَسْئَلَةِ وَالْأَنْشِطَةِ لَيْسَ لَهَا إِجَابَةٌ وَاحِدَةٌ مُحَدَّدَةٌ، حَيْثُ إِنَّ أَقْلِيهَا مَسَاحَةٌ لِإِبْدَاءِ الرَّأْيِ وَوَجْهَاتِ النَّظَرِ، بِهَدَفِ تَنْمِيَةِ مَهَارَاتِ التَّعْلَمِ وَالتَّفَكِيرِ وَدَعْمِ الثِّقَةِ بِالنَّفْسِ لَدَى الْمُتَعَلِّمَةِ.

رؤية المملكة 2030.



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



التفكير الناقد.



التفكير الإبداعي وحل المشكلات.



التواصل.



التعاون والمشاركة المجتمعية.



أسرتي العزيزة.



معلومات إثرائية.



أناشيد بسيطة تُقدِّمُ للمتعلِّمة لتأكيد مفاهيم الدرس وإضفاء روح المرح، ولا يُطلبُ منها حفظها، بل تُردِّدها مع معلمتها فقط.



إرشادات عامة.



مقياس يُحدِّدُ مدى استيعاب الدرس وفهمه.



الفهرس

عدد الحصص المقررة في منهج التربية الأسرية للصف الأول الابتدائي، الفصل الدراسي الثاني، ثلاث حصص في الأسبوع.

الأسابيع	الصفحة	الموضوع	الوحدة
أسبوع	١١	بيتي	
أسبوع	٢٠	ملابسي	مَسْكِنِي
أسبوع	٢٧	العابي	
أسبوع	٣٥	مطبخي	
أسبوع	٤٧	الماء	
أسبوع	٥٦	الخليب	غِذَائِي
أسبوع	٦٥	الفواكه والخضراوات	
أسبوع	٧٤	وجبة الفطور	
أسبوع	٨٣	شهر رمضان	
أسبوعان	٩٢	العيدان (عيد الفطر - عيد الأضحى)	مُنَاسِبَتِي
أسبوع	١٠٦	الموئود الجديد	
أسبوع	١١٤	تمارين عامة	



دليل الأسرة

أولياء الأمور الكرام:

أهلاً وسهلاً بكم، نأمل أن يكون هذا العام الدراسي مثمراً ومفيداً، لكم ولبناتكم العزيزات . نهدف في تعليم مادة (التربية الأسرية) إلى إكساب بناتنا المفاهيم العلمية، والمهارات العملية المتنوعة، والقيم النبيلة التي يَحْتَجِنَهَا في حياتهن اليومية، لذا نأمل منكم مشاركة بناتكم في تحقيق هذا الهدف .

وستجدون في بعض صفحات هذا الكتاب أيقونة خاصة بوصفكم أسرةً للمتعلمة، فيها رسالة تخصكم، ونشاط يمكن لكم أن تشاركوا بناتكم في تنفيذه.

فهرسُ تضمين أنشطة خاصة بإشراك الأسرة في هذا الكتاب :

رقم الصفحة	نوع النشاط	الوحدة
٥٦	تهيئةُ الدرس : أسرتي العزيزة .	الخامسة / غذائي
٥٩	نشاط (أسري) .	
٦١	نشاط (ختامي) .	
٩٢	تهيئةُ الدرس : أسرتي العزيزة .	السادسة / مناسباتي
٩٥	نشاط (أسري) .	
٩٩	نشاط (ختامي) .	
١٠٦	تهيئةُ الدرس : أسرتي العزيزة .	
١٠٨	نشاط (أسري) .	
١٠٩	نشاط (ختامي) .	

الْوَحْدَةُ الرَّابِعَةُ

مَسْكِنِي

* بَيْتِي.

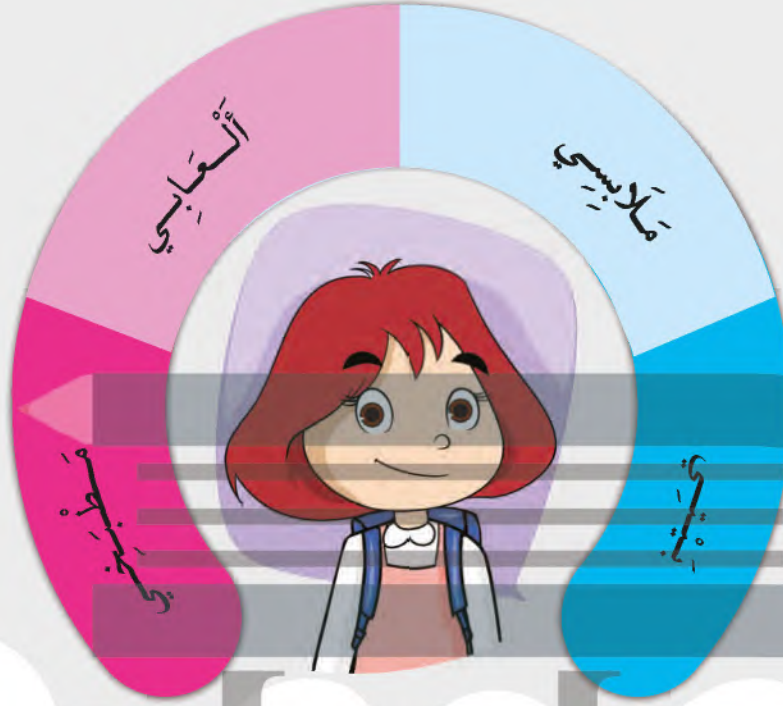
* مَلَابِسِي.

* أَلْعَابِي.

* مَطْبَخِي.



مَسْكِنِي



الأهداف

يُتَوَقَّعُ مِنَ الْمُتَعَلِّمَةِ فِي نَهَايَةِ الْوَحْدَةِ:

- ❁ أَنْ تُعَدِّدَ أَشْكَالَ الْبُيُوتِ.
- ❁ أَنْ تُصِفَ مُكَوِّنَاتِ الْبَيْتِ بِدِقَّةٍ.
- ❁ أَنْ تُحَدِّدَ مَنْ يَعِيشُ مَعَهَا فِي الْبَيْتِ.
- ❁ أَنْ تُقَدِّمَ طَرَائِقَ مُبْتَكِرَةً لِلْمُحَافَظَةِ عَلَى الْأَلْعَابِ.
- ❁ أَنْ تُفَسِّرَ أَهْمِيَّةَ مُشَارَكَتِهَا لِلآخَرِينَ فِي اللَّعِبِ.
- ❁ أَنْ تَسْتَنْجِحَ مُعْظَمَ مُكَوِّنَاتِ الْمَطْبَخِ.

بَيْتِي

مَاذَا يُسَمَّى الْمَكَانُ الَّذِي تَعِيشِينَ فِيهِ؟

- المفاهيم الرئيسة:
- البيت.
 - الأسرة.



لِكُلِّ مَخْلُوقٍ حَيٍّ بَيْتٌ يَعِيشُ فِيهِ.

هلول
 هلول اون لاين
 h u l u l . o n l i n e



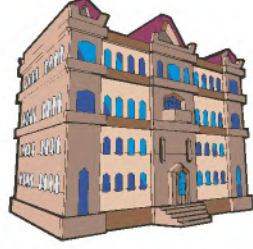
أَسَاعِدُ كُلَّ حَيَوَانَ لِلدُّخُولِ فِي بَيْتِهِ.



					
1	2	3	1	3	2



لِلْبُيُوتِ أَشْكَالٌ كَثِيرَةٌ، مِنْهَا:



نشاط ٢

هَلْ جَرَّبْتِ النَّوْمَ فِي الْخَيْمَةِ فِي رِحْلَةٍ بَرِّيَّةٍ؟
صِفِي هَذِهِ التَّجْرِبَةَ لِزَمِيلَاتِكَ فِي الْفَصْلِ.

نشاط ٣

أَرَسْمُ بَيْتِي، ثُمَّ أَلْوَنُهُ.



الْبَيْتُ يَحْمِينَا مِنَ الْحَرِّ وَالْبَرْدِ وَالْمَطَرِ.

نشاط ٤

البيت يشعرنا بالأمان
تعيش بداخله الأسرة
نقضي بداخله أوقات سعيدة
اذكري فائدة أخرى للبيت.



بَيْتِي لَهُ عُنْوَان:

فِي مَدِينَةٍ:

فِي حَيٍّ:

فِي شَارِعٍ:

رَقْمُ بَيْتِي:

أَعْرِفُ رَقْمَ هَاتِفِ بَيْتِي.

رَقْمُ الْهَاتِفِ يُكْتَبُ وَيُقْرَأُ مِنَ الْيَسَارِ إِلَى الْيَمِينِ.

نشاط ٥

اُكْتُبِي رَقْمَ هَاتِفِ بَيْتِكَ فِي الْمُرَبَّعَاتِ الْآتِيَةِ:



□	□	□	□	□	□	□	□
---	---	---	---	---	---	---	---

بَيْتِي يَتَكَوَّنُ مِنَ الْآتِي:



الْمَطْبِخ



غُرْفَةُ النَّوْمِ



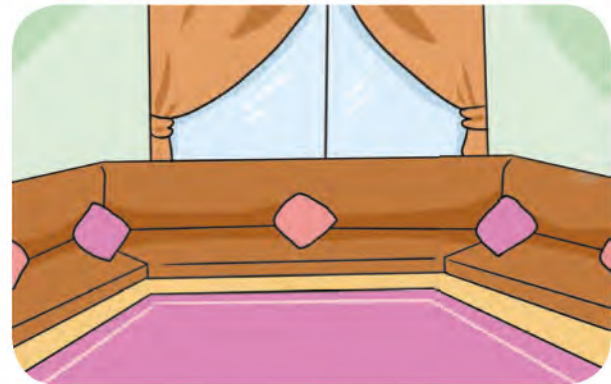
غُرْفَةُ الطَّعَامِ



دَوْرَةُ الْمِيَاهِ (الْحَمَّامِ)



غُرْفَةُ الْاِسْتِقْبَالِ



غُرْفَةُ الْمَعِيشَةِ

أَنَا نُورَةَ أَعِيشُ فِي بَيْتِنَا مَعَ أُسْرَتِي: أَبِي وَأُمِّي وَإِخْوَتِي.



والديّ وإخوتي

وَأَنْتِ مَعَ مَنْ تَعِيشِينَ؟

أَحَافِظُ عَلَى نِظَافَةِ عُرْفَتِي حَتَّى أَكُونَ فَتَاةً نَظِيفَةً يُحِبُّنِي وَالِدَايَ.

نشاط 1

بِالتَّعَاوُنِ مَعَ زَمِيلَاتِكَ قَارِنِي بَيْنَ العُرْفَتَيْنِ أَيُّهُمَا أَفْضَلُ، وَلِمَاذَا؟



الغرفة الأولى أفضل، لأنها نظيفة ومرتبّة

سَاهِمِي مَعَ عَائِلَتِكَ فِي الْبَيْتِ وَزَمِيلَاتِكَ فِي
الْمَدْرَسَةِ فِي تَرْشِيدِ اسْتِهْلَاكِ الْكَهْرَبَاءِ بِإِغْلَاقِ
مَفَاتِيحِ الْأَجْهَزَةِ الْكَهْرَبَائِيَّةِ عِنْدَ الْانْتِهَاءِ مِنْهَا.



أَسْتَمِعُ وَأُنْشِدُ*

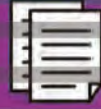


بَيْتِي الْأَجْمَلُ بَيْتِي الْأَغْلَى
وَبِهِ عَيْشِي يُضْبِحُ أَحْلَى
تَنْعَبُ أُمِّي فِيهِ كَثِيرًا
فَتَرَى الْكُلَّ بِهِ مَسْرُورًا
نَنْفِرُ حِينَ نَرَاهُ جَمِيلًا
نَخْرُصُ أَنْ نُبْقِيهِ نَظِيفًا
حِينَ يُجْمَعُ كُلُّ الْأُسْرَةِ
نَشْعُرُ أَنَّا أَسْعَدُ أُسْرَةِ



مَا اسْمُ بَيْتِ الطَّائِرِ؟

العش



إرشادات عامة

حَافِظِي عَلَى نِظَافَةِ بَيْتِكَ؛ فَذَلِكَ يَجْعَلُ
عَائِلَتَكَ تَشْعُرُ بِالرَّاحَةِ.

سَاعِدِي أُمَّكَ فِي تَنْظِيفِ غُرْفِ الْبَيْتِ وَتَرْتِيبِهَا

حَافِظِي عَلَى مُقْتَنِيَاتِ الْبَيْتِ.

أُصِقِي صُورًا لِبُيُوتِ بَعْضِ الكَائِنَاتِ الحَيَّة. ❀

الجلول اون لاين
hulul.online

أَلْوَنُ مَا يَخُصُّ بِاللَّوْنِ ،



و بِاللَّوْنِ ، وَ بِاللَّوْنِ :



فُرْشَاةُ أَسْنَانِ

أَطْبَاقٌ

مِنْشَفَةٌ



شَمَاعَةٌ



مِرْحَاضٌ



بَطَانِيَّةٌ



قَدْرٌ



وَسَادَةٌ



مَوْقِدٌ

مَلَابِسِي

المفاهيم الرئيسة:
• الملابس.

لِمَ نَرْتَدِي الْمَلَابِسَ؟



لَتَسْتُرَ أَجْسَادَنَا.

لَتَحْمِي أَجْسَادَنَا مِنَ الْبَرْدِ أَوْ حَرَارَةِ الشَّمْسِ.

نَشَاط

أذكري فائدةً أُخْرَى لِلْمَلَابِسِ. تزيدينا جمالاً ووقاراً.

تُصَنِّعُ الْمَلَابِسُ مِنَ الْأَقْمِشَةِ.

التفكير الإبداعي

مَاذَا لَوْ كَانَتْ مَلَابِسُنَا مَصْنُوعَةً مِنَ الْوَرَقِ؟

لو كانت من ورق ما كانت لتحميننا من البرد أو المطر
وكانت ستتمزق سريعاً

لِكُلِّ مَهْنَةٍ زِيٌّ خَاصٌّ بِهَا. ❀



نَشَاطٌ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀

صِلِي الْأَشْيَاءَ بِأَصْحَابِهَا كَمَا يَلِي:



أرتدي الزي المدرسي عند ذهابي للمدرسة. ❀



نشاط

أحفظ الملابس النظيفة في خزانة الملابس وأضع الملابس المتسخة في سلة الغسيل

- أين تضعين ملابس المدرسة بعد خلعها؟
 - ماذا ترتدين بعد عودتك من المدرسة؟ أرتدي ملابس مريحة
 - لم تختارين ملابس تناسب الوقت والمكان؟
- لأن كل وقت ومكان مخصص له ملابس مناسبة، مثال: عند النوم أرتدي ملابس مريحة

الحلول اون لاين
hulul.online

عند النوم أرتدي الملابس المريحة. ❀





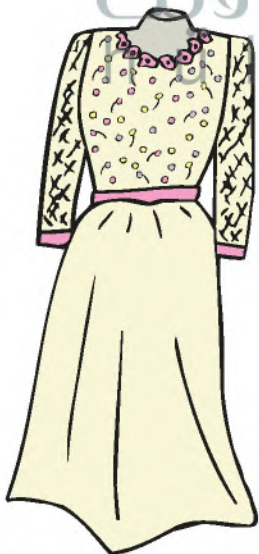
❁ لَا بُدَّ مِنَ الْإِعْتِنَاءِ بِالْمَلَابِسِ؛ حَتَّى لَا تَتَلَفَ.

❁ أَحْفَظُ مَلَابِسِي فِي خِزَانَةِ الْمَلَابِسِ.

❁ أَضَعُ مَلَابِسِي الْمُنْسَخَةَ فِي سَلَّةِ الْغَسِيلِ.



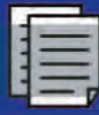
❁ كُلَّمَا كَبُرَتْ تَتَغَيَّرُ مَلَابِسِي.



التعاون والمشاركة المجتمعية



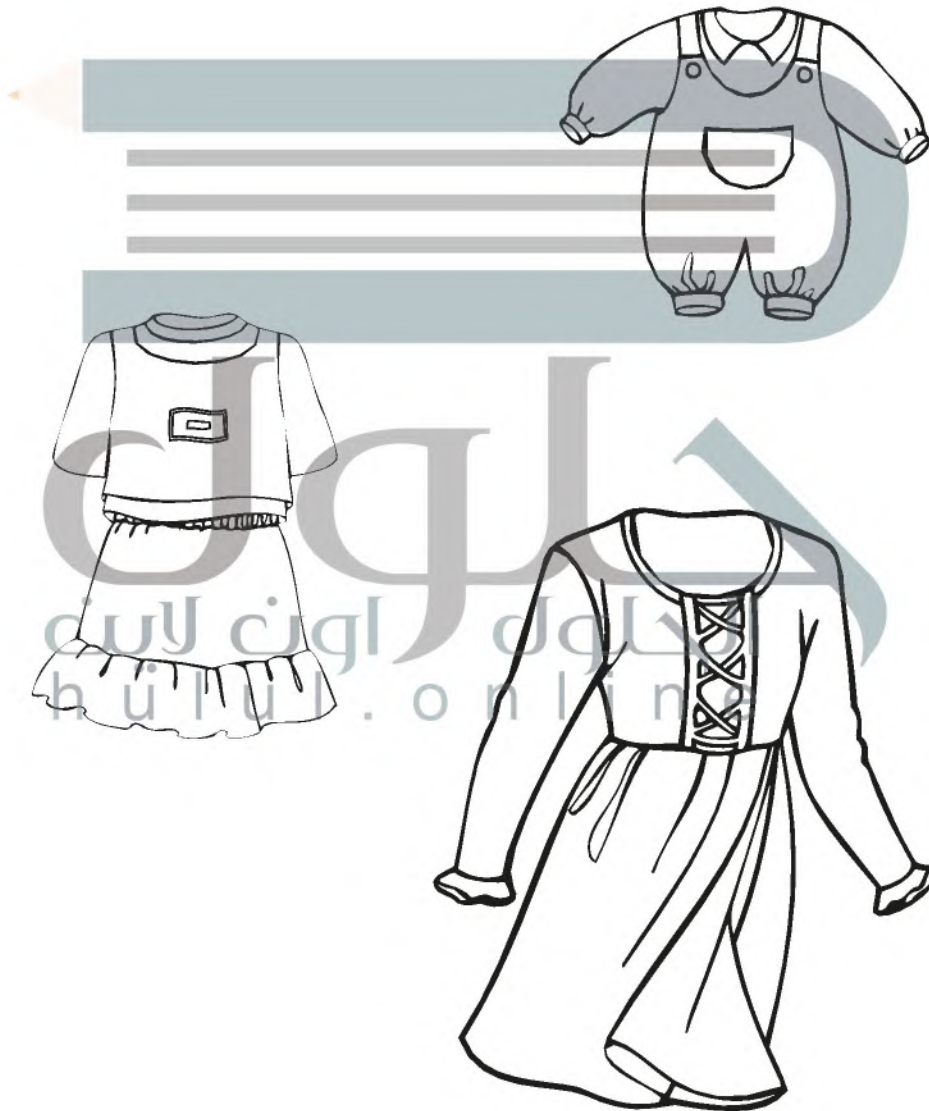
أَجْمَعُ الْفَائِضَ مِنْ مَلَابِسِي مَعَ وَالِدَتِي، وَأَتَبَرَّعُ بِهَا لِلْمُحْتَاجِينَ.



إرشادات عامة

- ١ لا تنسي قول دعاء لبس الثوب الجديد.
- ٢ احرصي على ارتداء الملابس المحتشمة في جميع الأوقات.
- ٣ اهتمي بنظافة ملابسك؛ فالملابس النظيفة تدل على نظافة صاحبها.
- ٤ لا تضعي الأطعمة في جيوب الملابس؛ لأن ذلك يتلفها.
- ٥ اعتمدي على نفسك في ارتداء ملابسك.
- ٦ التزمي بارتداء الزي المدرسي أثناء حضورك إلى المدرسة.
- ٧ اختاري الملابس المناسبة للوقت والمكان.

أَخْتَارُ وَأَلْبَسُ الْمَلَابِسَ الْمُنَاسِبَةَ لِعُمُرِي: ❀



أَلْوَنُ الدَّائِرَةِ الَّتِي تُشِيرُ إِلَى مَلَابِسِ البَنَاتِ بِاللَّوْنِ:

وَالدَّائِرَةُ الَّتِي تُشِيرُ إِلَى مَلَابِسِ البَنِينَ بِاللَّوْنِ:



الجلول اون لاين
hulul.online





أَلْعَابِي

المفاهيم الرئيسة:

- اللعب.
- اللعبة.

مَا مَكَانُكَ الْمُفَضَّلُ لِلْعَبِّ؟

أَمَاكِنُ اللَّعِبِ

خَارِجَ الْبَيْتِ



دَاخِلَ الْبَيْتِ



أَنَا عِنْدِي لُعْبَةٌ أَلْعَبُ بِهَا فِي أَوْقَاتِ فَرَاحِي.

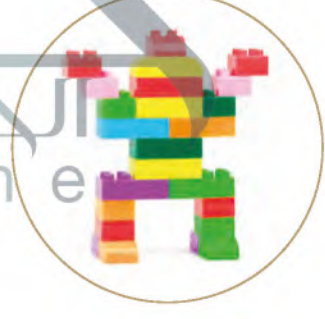




ألون هذه الألعاب بألوان أحبها:



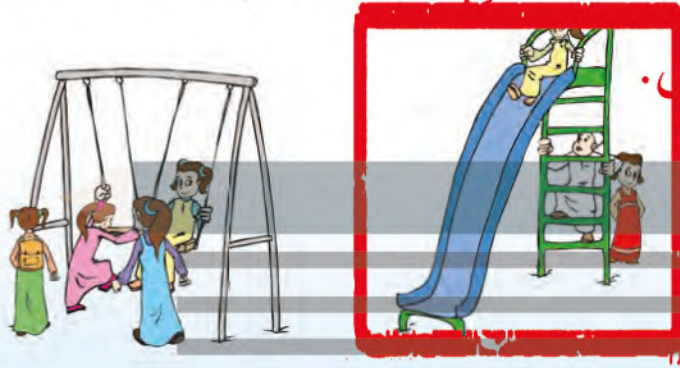
ألعابي تعلمني وتسليني.



لكل طفل لعبة تناسبه حسب عمره ، ويدون هذا العمر على
الغلاف الخارجي للعبة.

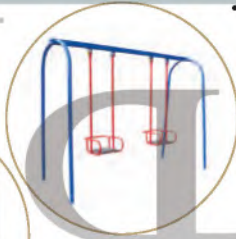


أرسمي دائرةً حول السلوكِ الصَّحيحِ أثناء اللعبِ، ثمَّ اكتشفي
الخطأ في الصورة الأخرى.



عدم الالتزام بمراعاة أدوار
الآخرين وعدم الالتزام بقواعد
اللعبة

لِّلْعِبِّ مَعَ الْآخِرِينَ قَوَائِنُ أَهْمُهَا:



- الألتزام بقواعد اللعبة.
- مُرَاعاة أدوار الآخرين.
- التَّعاون.
- المُحافظة على الألعاب.



هُنَاكَ وَقْتُ لِلْعِبِّ وَوَقْتُ آخِرٌ لِلدَّرَاسَةِ وَحَلِّ
الوَاجِبَاتِ الْمَنْزِلِيَّةِ.



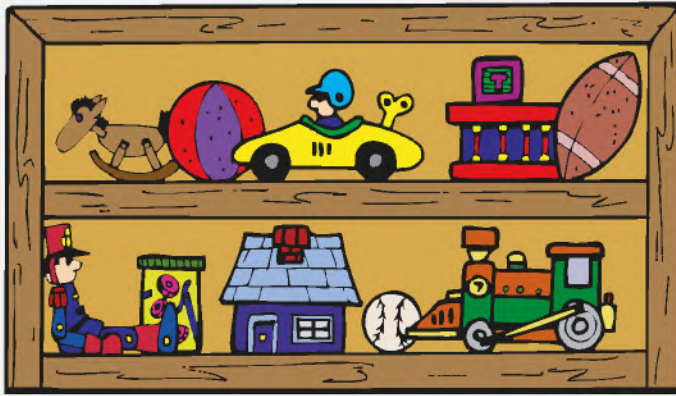
لِمَ يَمْنَعُ الْوَالِدَانِ أَبْنَاءَهُمْ
مِنَ اللَّعِبِ بِالْأَجْهَزَةِ اللَّوْحِيَّةِ
وَالْهَوَاتِفِ الذِّكِّيَّةِ لَوْ قَتِ طَوِيلٌ؟



التَّعَاوُنُ وَالْمُشَارَكَةُ الْمُجْتَمَعِيَّةُ



أَسَاعِدُ وَالِدَتِي فِي تَرْتِيبِ أَلْعَابِي وَأَضَعُهَا فِي مَكَانِهَا بَعْدَ
الانْتِهَاءِ مِنْهَا.





أخضري لُعبَهُ مِنْ أَلْعَابِكِ وَتَحَدَّثِي أَمَامَ زَمِيلَاتِكَ وَمُعَلِّمَتِكَ عَنْ:



- لَوْنِهَا.
- مَنْ يُشَارِكُكَ اللَّعِبَ بِهَا؟
- طَرِيقَةَ اللَّعِبِ وَالْعِنَايَةِ بِهَا.
- أَيْنَ تَحْتَفِظِينَ بِهَا؟



إِرْشَادَاتٌ عَامَّةٌ

1. اخْتَارِي مِنَ الْأَلْعَابِ مَا يُنَاسِبُ سِنِّكَ.



2. حَافِظِي عَلَى لُعْبَتِكَ؛ لِتَبْقَى طَوِيلًا.



3. تَبَرَّعِي بِالْفَائِضِ مِنْ أَلْعَابِكِ لِلْمُحْتَاجِينَ.



4. شَارِكِي الْأَخْرَيْنَ فِي اللَّعِبِ.



5. لَا تَطْلُبِي مِنْ وَالِدَيْكَ شِرَاءَ اللَّعِبِ الْبَاهِظَةِ الثَّمَنِ.



6. رَبِّي لُعْبِكَ فِي مَكَانِهَا لِيَبْقَى بَيْنَكُمْ مُرْتَبًا.



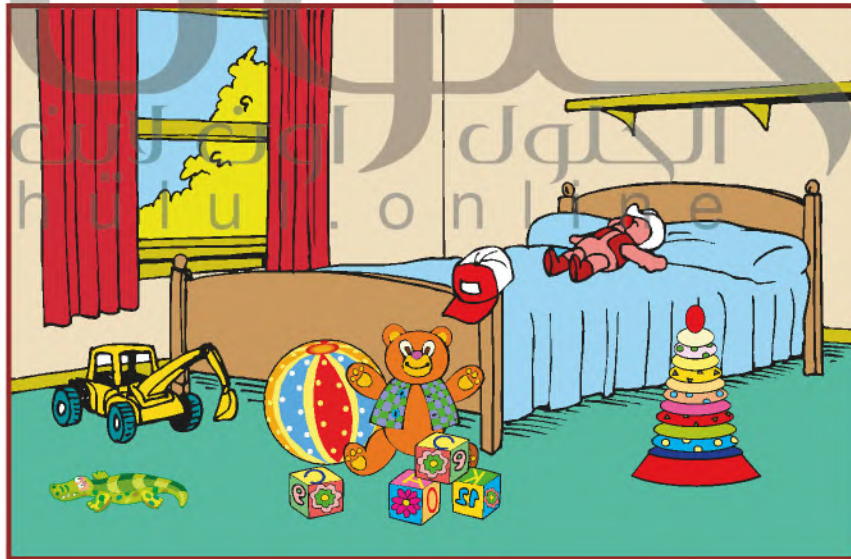
هيا
نمرح

أرسم حول الأشياء الخطرة التي
نتجنبها أثناء اللعب:



أَخْتَارُ الْمَكَانَ الصَّحِيحَ لَوْضِعِ الْأَلْعَابِ:

هذا هو المكان
المخصص للألعاب



أصل كل طفل باللعبة المناسبة له: 





www.ien.edu.sa

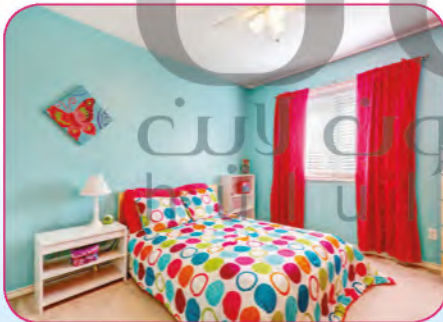
مَطْبَخِي

مَاذَا يُسَمَّى الْمَكَانُ الْمُخَصَّصُ لِإِعْدَادِ
الطَّعَامِ فِي الْبَيْتِ؟ الْمَطْبَخِ

الْمَظَاهِيمُ الرَّئِيسَةُ:
• الْمَطْبَخُ.
• الْخَزَانَةُ.
• أَجْهَزَةٌ.

نَشَاطٌ

أَحِيطِي الْمَكَانَ الَّذِي تُعِدُّ أُمَّكِ فِيهِ الطَّعَامَ:



يَتَكَوَّنُ الْمَطْبِخُ مِنْ مَجْمُوعَةٍ خَزَائِنَ وَأَجْهَزةَ كَالآتِي:



تَعَاوَنِي مَعَ زَمِيلَاتِي فِي تَرْتِيبِ حُرُوفِ مُكَوِّنَاتِ
الْمَطْبِخِ.



(ر ف ن)

فرن




(ث ج ة ل ا)

ثلاجة



(ي م ل ج)

مجلى

تُستخدَمُ الخَزَائِنُ لِحِفْظِ أَوَانِي المَطْبَخِ وَبَعْضِ أنواعِ الأَغْذِيَّةِ. 



نَشَاطٌ ٣

حَدِّدِي اسْتِعْمَالَاتِ الأَجْهَزةِ الآتِيَّةِ:



تسخين الأَطْعَمَةِ



طبخ الطَّعامِ



خلط العصائر



تسخين الماء

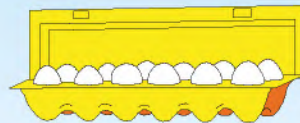
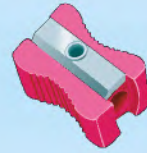
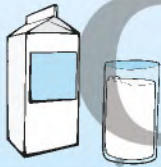
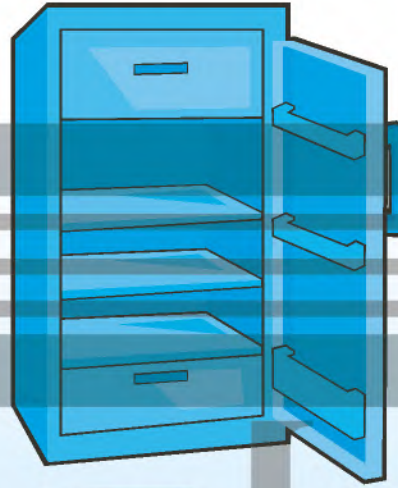


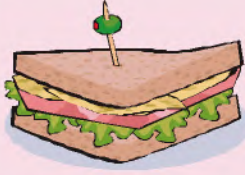
حفظ الأَطْعَمَةِ

٤

نشاط

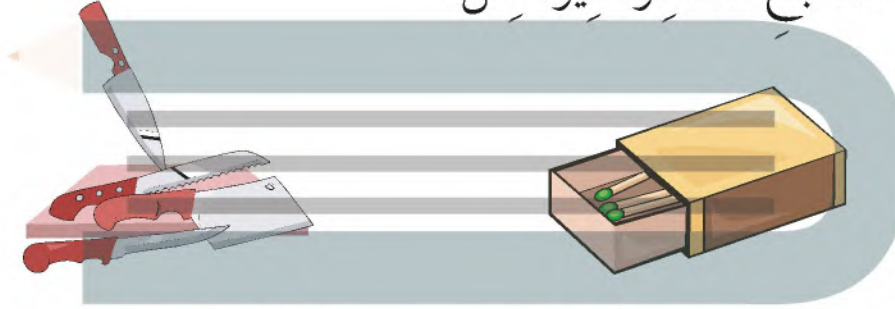
أحيطي بدائرة ما يوضع في الثلاجة من الآتي:





في مدرستي معمل للتربية الأسرية يمكن أن نجد
فيه أصنافاً متنوعة من الطعام.

في المطبخ مخاطر كثيرة مثل:



الجلول اون لاين
hulul.online

نشاط ه

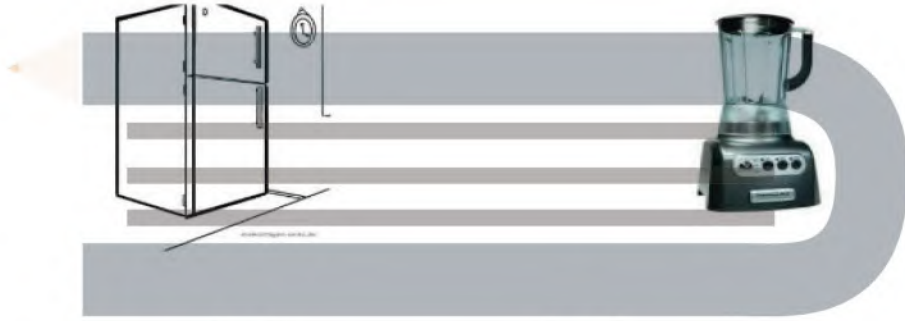
تخيلي ماذا يحدث لو اقترب الشخص من
مصادر الخطر السابقة؟

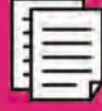


الإصابة بالجروح أو الحروق - حدوث حريق



اجمعي وأصقي صوراً لبعض أجهزة المطبخ:





إرشادات عامة

١ احفظي الطعام في الثلاجة.

٢ لا تعبئي بمحتويات المطبخ.

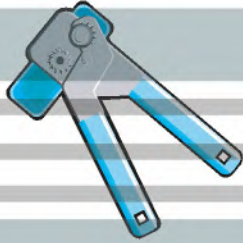
٣ قدمي النصح لمن تلعب أو تستذكر في المطبخ.

٤ ساعدي أمك في تنظيف المطبخ.

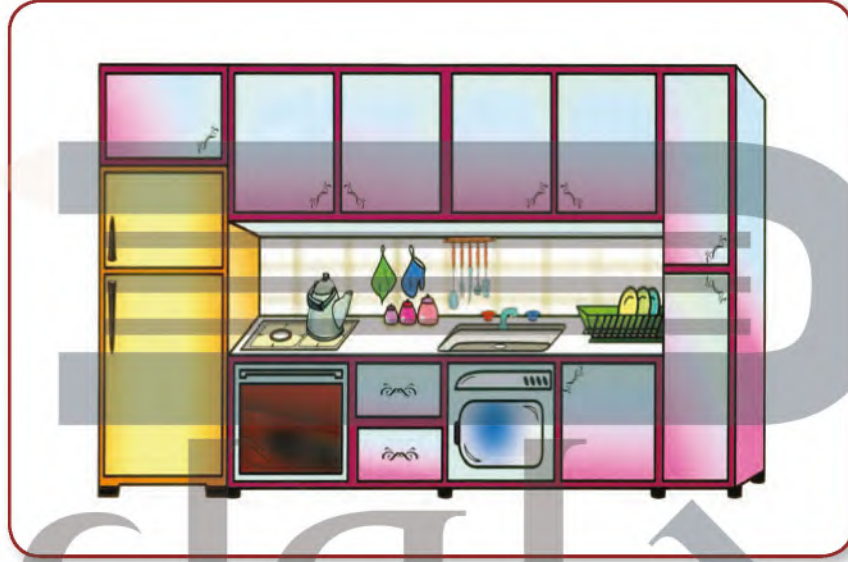
الجلولة اون لاين
hulul.online

هيا
نمرح

أرسمُ  حول أدوات المطبخ مثل: 



أرسم وألون الناقص في الصورتين الأتيتين مُستعينةً
بالصورة التي في الإطار:



أرتب الصور الآتية بالتسلسل ثم أتحذ عنها شفها



إعداد المقادير



وضع الصينية في الفرن

إضافة المقادير



إعداد الوجبة للتقديم

إخراج الصينية من الفرن بعد إتمام النضج

الوَحْدَةُ الْخَامِسَةُ

غِذَائِي

* الْمَاءُ.

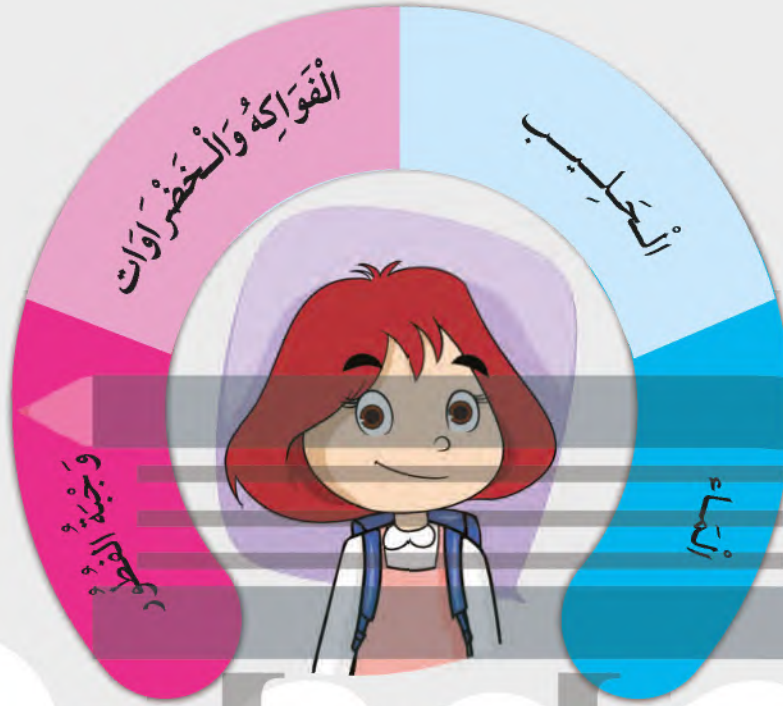
* الْحَلِيبُ.

* الْفَوَاكِهِ وَالْخَضِرَاوَاتُ.

* وَجِبَةُ الْفَطُورِ.



غذائي



الأهداف

يُتَوَقَّعُ مِنَ الْمُتَعَلِّمَةِ فِي نَهَايَةِ الْوَحْدَةِ:

١ أن تُعَدِّدَ بَعْضَ مَصَادِرِ الْمَاءِ. hulul.online

٢ أن تُوضِّحَ أَهْمِيَّةَ الْمَاءِ فِي حَيَاتِنَا.

٣ أن تُقَارِنَ بَيْنَ أَنْوَاعِ الْحَلِيبِ وَفَقًّا لِمَصْدَرِهَا.

٤ أن تُمَيِّزَ بَيْنَ صِفَاتِ الْفَوَاكِهِ وَالْخَضِرَاوَاتِ.

٥ أن تُفَسِّرَ أَهْمِيَّةَ تَنَاوُلِ وَجْبَةِ الْفُطُورِ لِلْجِسْمِ.



www.iem.edu.sa

الماء

مِنْ أَيْنَ نَحْصُلُ عَلَى الْمَاءِ؟

المفاهيم الرئيسة:

- الماء.
- مصدر.

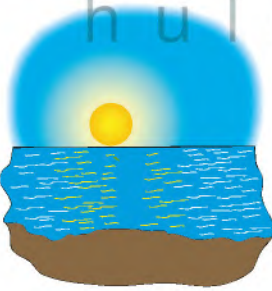
نَحْصُلُ عَلَى الْمَاءِ مِنْ مَصَادِرٍ مُتَعَدِّدَةٍ مِثْلَ:



الأنهار



الأمطار



البحار



مصادر الماء



الآبار



مَاذَا يَحْدُثُ لَوْ انْقَطَعَ الْمَاءُ؟
سوف تموت جميع المخلوقات الحية



الماء مهم:



للنبات



للحيوان



للإنسان

أنا أردد وأحفظ:

قال تعالى: ﴿وَجَعَلْنَا مِنَ الْمَاءِ كُلَّ شَيْءٍ حَيٍّ﴾ [الأنبياء: ٣٠].

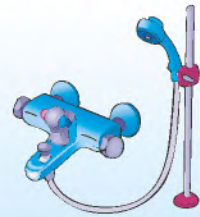
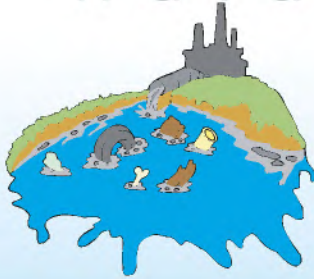
أَسْتَحْدِمُ الْمَاءَ فِي:



حلول

نشاط ٦

أَحِيطِي بِدَائِرَةِ مَصَادِرِ الْمَاءِ النَّقِيِّ:



أَحْتَاجُ إِلَى 6 أَكْوَابٍ مِنَ الْمَاءِ يَوْمِيًّا.

يَحْتَوِي كُلُّ شَرَابٍ أَوْ طَعَامٍ عَلَى الْمَاءِ، أُعْطِيَ أَمْثَلَةً عَلَى ذَلِكَ

الشيء - العصائر - الشوربة

التفكير الناقد



لِمَ نَكْثِرُ مِنْ شُرْبِ الْمَاءِ فِي فَصْلِ الصَّيْفِ؟

لكي نعوض الماء الذي يخسره الجسم بسبب ارتفاع درجة الحرارة

نشاط

اكتب عبارات من إنشائك حول أهمية الماء، ثم
استمع لي عبارات زميلاتك.

الماء سر الحياة فحافظ عليها
أحافظ على الماء ولا أسرف فيه

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

أَتَجَنَّبُ الْعَادَاتِ السَّيِّئَةَ أَثْنَاءَ الشُّرْبِ.



أَحَافِظُ عَلَى الْمَاءِ وَلَا أُسْرِفُ فِيهِ.

نَشَاطٌ ٤

مَاذَا يَحْدُثُ لَوْ اسْتَحْدَمْنَا الْمَاءَ كَمَا يَظْهَرُ فِي الشَّكْلِ الْآتِي:

الجلول اون لاين
hulul.online



صورة تعبر عن إهدار الماء وهو
تصرف خاطئ



حَفْظُ الْمَوَارِدِ الطَّبِيعِيَّةِ لِلْمِيَاهِ وَاجِبٌ وَطَنِيٌّ وَإِنْسَانِيٌّ .
وَلتَحْقِيقِ الرَّؤْيَا الْوَطَنِيَّةِ ٢٠٣٠ تَمَّ إِطْلَاقُ الْبَرْنَامِجِ الْوَطَنِيِّ
لِتَرْشِيدِ اسْتِهْلَاكِ الْمِيَاهِ فِي الْمَمْلَكَةِ الْعَرَبِيَّةِ السُّعُودِيَّةِ (قَطْرَة).



إرشادات عامة

- ١ حَافِظِي عَلَى الْمَاءِ تَحْقِيقًا لِرُؤْيَا بِلَادِنَا ٢٠٣٠ .
- ٢ قُولِي (بِسْمِ اللَّهِ) قَبْلَ الشُّرْبِ وَ (الْحَمْدُ لِلَّهِ) بَعْدَهُ .
- ٣ تَجَنَّبِي الشُّرْبَ أَثْنَاءَ تَنَاوُلِ الْوَجْبَةِ إِلَّا لِلضَّرُورَةِ .
- ٤ لَا تَتَنَفَّسِي فِي إِنْاءِ الشُّرْبِ؛ لِأَنَّهُ مِنَ الْعَادَاتِ السَّيِّئَةِ .
- ٥ تَجَنَّبِي الْإِسْرَافَ وَهَدْرَ الْمَاءِ؛ فَدِينُنَا يَنْهَانَا عَنْ ذَلِكَ .

هَيَّا
نَمْرَج

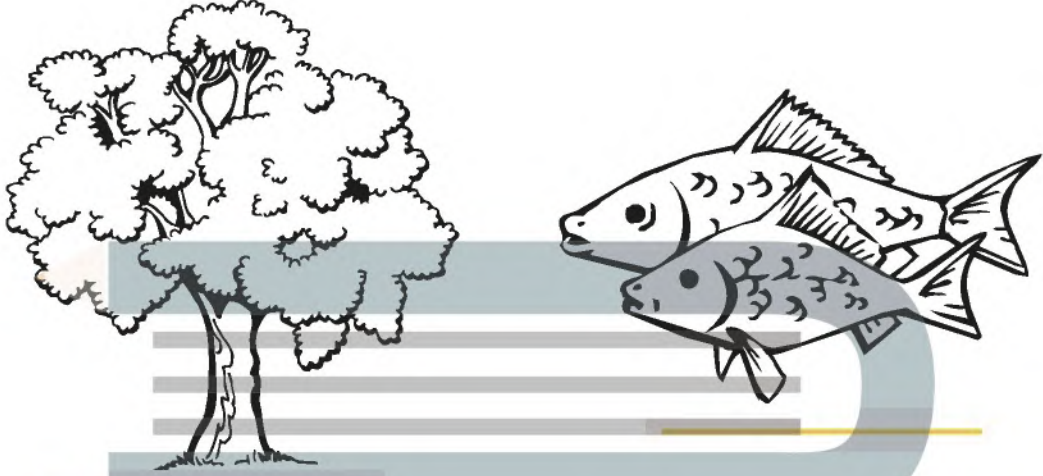
أَضِعْ عَلَامَةَ (X) تَحْتَ الرُّسُومِ الَّتِي فِيهَا هَدْرٌ لِلْمَاءِ :



أَضَعُ عَلامَةً (✓) تَحْتَ التَّصَرُّفِ الصَّحِيحِ، وَعَلامَةً (✗) تَحْتَ التَّصَرُّفِ الخاطِئِ فِي الصُّورِ الأتيةِ :



أَلُونُ الْأَشْيَاءَ الَّتِي تَحْتَاجُ إِلَى الْمَاءِ:



الحليب

من أين نحصل على الحليب؟

البقر - الأغنام - الجاموس - الإبل

المفاهيم الرئيسة:
• الحليب الطازج.
• الحليب المعبأ.

مصادر الحليب

نباتي

حيواني



جوز الهند



اللوز



المعز



البقر

أسرتي العزيزة

أبدأ اليوم بدراسة درس جديد أتعلّم فيه عن الحليب وفوائده،
وهذا نشاط سنسعد بتنفيذه معاً وإفر الحُب / ابنتكم.

نشاط:

عزيزي الأب / الأم: ساعد ابنتك في التعرف على مصادر أخرى للحليب.



حليب طبيعي



حليب مجفف

مِنْ أَنْوَاعِ الْحَلِيبِ:

نشاط ١

بِالتَّعَاوُنِ مَعَ زَمِيلَتِي أُحَدِّدُ الْفَرْقَ بَيْنَ الْحَلِيبِ الطَّازِجِ
وَالْحَلِيبِ الْمُعَلَّبِ.

الحليب الطازج صحياً أفضل من الحليب المعلب

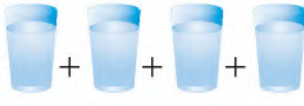




مُتَّجَاتُ الْحَلِيبِ كَثِيرَةٌ مِنْهَا:

نشاط ٢

أذْكَرِي مُتَّجَاتٍ أُخْرَى لِلْحَلِيبِ.

القشطة - اللبن - الجبن - الزبدة

أَحْتَاجُ إِلَى 4 = 4 أكوابٍ مِنَ الحَلِيبِ يَوْمِيَا.  
يَدْخُلُ الحَلِيبُ فِي إِعْدَادِ بَعْضِ أَصْنَافِ الطَّعَامِ، مِثْلَ: 



أَذْكَرِي بَعْضَ الأَصْنَافِ الَّتِي يَدْخُلُ الحَلِيبُ فِي إِعْدَادِهَا.

مهلبية - الآيس كريم - البسكويت - العصائر - الحلويات - الكعك

أَشْرَبُ الحَلِيبَ يَوْمِيَا لِأَنَّهُ يُسَاعِدُنِي عَلَى:

تَقْوِيَةَ الأَسْنَانِ

النُّمُو

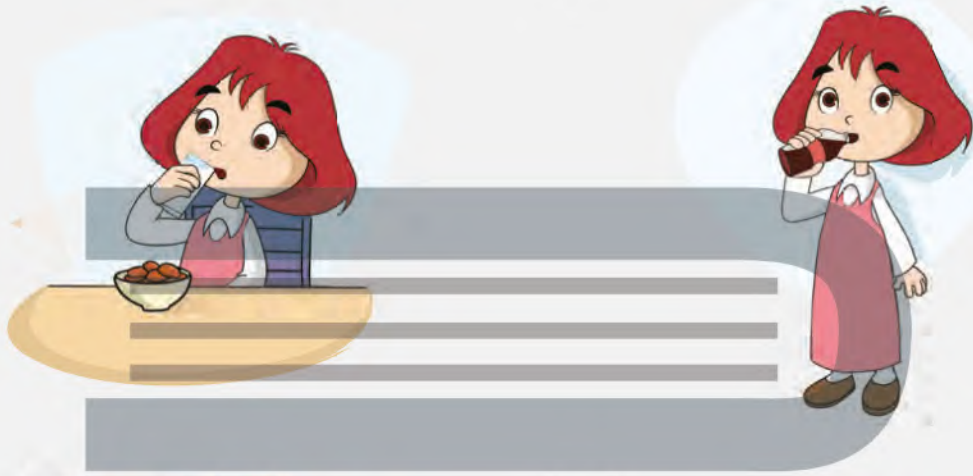
بِنَاءِ العِظَامِ





عزيزي الأب / الأم:

ناقش ابنتك في السلوك الصحيح والخاطيء في الرسومات الآتية:



الجلول اون لاين
hulul.online

يُمْكِنُ إِضَافَةُ نَكَهَاتٍ لِلْحَلِيبِ، مِثْلُ:



شوكولاتة



الفراولة



الموز



الزنجبيل



العسل



لِمَ تُضَافُ نَكَهَاتٌ مُخْتَلِفَةٌ لِلْحَلِيبِ؟
لتجعل طعمه أفضل



أَسْتَمِعُ وَأُنشِدُ



فَوَائِدُ الْحَلِيبِ يَعْرِفُهَا اللَّيْبُ
يُنْصَحُنَا بِشْرِبِهِ 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
يَحْفَظُهَا لِي صِحَّتِي شَرَابِي الْحَبِيبُ



عزيزي الأب / الأم:

ساعدِ ابنتك في إعدادِ أحدِ الأصنافِ الآتية:

شَرَابَ الحَلِيبِ:



الحَلِيبَ مَعَ العَسَلِ:




الحَلِيبَ مَعَ رَقَائِقِ الدُّرَّةِ:



لا

نعم

أَقُومُ نَفْسِي: 

أَشْرَبُ الْحَلِيبَ كُلَّ صَبَاحٍ.

أُضِيفُ السُّكَّرَ بِكَثْرَةٍ إِلَى الْحَلِيبِ.

أَتَنَاوَلُ الْحَلِيبَ فِي الْمَدْرَسَةِ.

أَذْكُرُ اسْمَ اللَّهِ قَبْلَ الشُّرْبِ.



إرشادات عامة

١) الْحَلِيبُ ضَرْوَرِيٌّ لِنُمُوِّ الْعِظَامِ وَالْأَسْنَانِ وَسَلَامَتِهَا.

٢) زِيَادَةُ السُّكَّرِ فِي الْحَلِيبِ تُؤْذِي أَسْنَانَكَ.

٣) خُذِي مِنَ الْحَلِيبِ قَدْرَ حَاجَتِكَ، وَاحْفَظِي الْبَاقِي

فِي الثَّلَاجَةِ.

هيا
نمرح

أرسم حول منتجات الحليب:



حلول
الجلول اون لاين
hulul.online

أَبْحَثُ عَنِ الْكَلِمَةِ الْمَطْلُوبَةِ مِنْ خِلَالِ إِيجَادِ الْحُرُوفِ الْآتِيَةِ:

ا	الْحَرْفِ الْأَوَّلِ مِنَ الرَّؤْبِ.
ل	الْحَرْفِ الثَّانِي مِنَ الْعَنْبِ.
ح	الْحَرْفِ السَّادِسِ مِنَ التُّفَّاحِ.
ل	الْحَرْفِ الثَّانِي مِنَ الْجُبْنِ.
ي	الْحَرْفِ الْخَامِسِ مِنَ الْبَطِّيخِ.
ب	الْحَرْفِ الرَّابِعِ مِنَ الزُّبْدَةِ.

الكَلِمَةُ: الحليب



الفواكه والخضراوات

ماذا يُباع في هذا المحلّ؟

الفواكه

- المفاهيم الرئيسة:
- الفواكه.
 - الخضراوات.



هناك العديد من أنواع الفواكه والخضراوات.



قال تعالى: ﴿وَفِكَهَةٍ مِّمَّا يَتَخَيَّرُونَ﴾ [الواقعة: ٢٠].



أَسَاعِدُ الْبَائِعَ فِي وَضْعِ كُلِّ مَجْمُوعَةٍ مِنَ الْفَوَاكِهِ
وَالْخَضِرَاوَاتِ فِي سَلَّتِهَا الْمُنَاسِبَةِ.



الْفَوَاكِهُ أَنْوَاعٌ، مِنْهَا:



أَيُّ الْفَوَاكِهِ تَفْضِلِينَ؟



..... التفاح

..... العنب

..... الموز

تُظهِرُ الْفَوَاكِهُ فِي مَوَاسِمٍ مُخْتَلِفَةٍ مِنَ الْعَامِ.

فِي فَصْلِ الصَّيْفِ، مِثْلُ:



فِي فَصْلِ الشِّتَاءِ، مِثْلُ:



يُصَنَّفُ التَّمْرُ مِنَ
الْفَوَاكِهِ، وَهُوَ مِنْ
أَشْهَرِ الْمُنْتَجَاتِ
الزَّرَاعِيَّةِ فِي بِلَادِنَا.



نَشَاطُ
تَحَدَّثِي مَعَ زَمِيلَاتِكَ وَمُعَلِّمَتِكَ
لِمَ نَكْثِرُ مِنْ تَنَاوُلِ الْبَطِيخِ
وَالشَّمَامِ فِي فَصْلِ الصَّيْفِ؟

لأنها تحتوي على كميات من
الماء

الخَضْرَاوَاتُ أَنْوَاعٌ مِنْهَا:





أي الخضراوات تفضلين؟

..... خيار

..... البازلاء

..... الكوسة

..... طماطم

..... بقდونس

..... فاصولياء

يُمْكِنُنِي تَنَاوُلُ الْفَوَاكِهِ وَالْخَضْرَاءِ:

مُجَفِّفَةٌ

مَطَهِيَّةٌ

طَازِجَةٌ





أَصِقْ صُورَةَ وَاحِدَةٍ لِنَوْعٍ مِنَ الْفَاكِهَةِ أَوْ الْخَضِرَاوَاتِ



يُمْكِنُ أَنْ يُؤَكَلَ طَازِجًا أَوْ مَطْهِيًّا أَوْ مُجَفَّفًا.

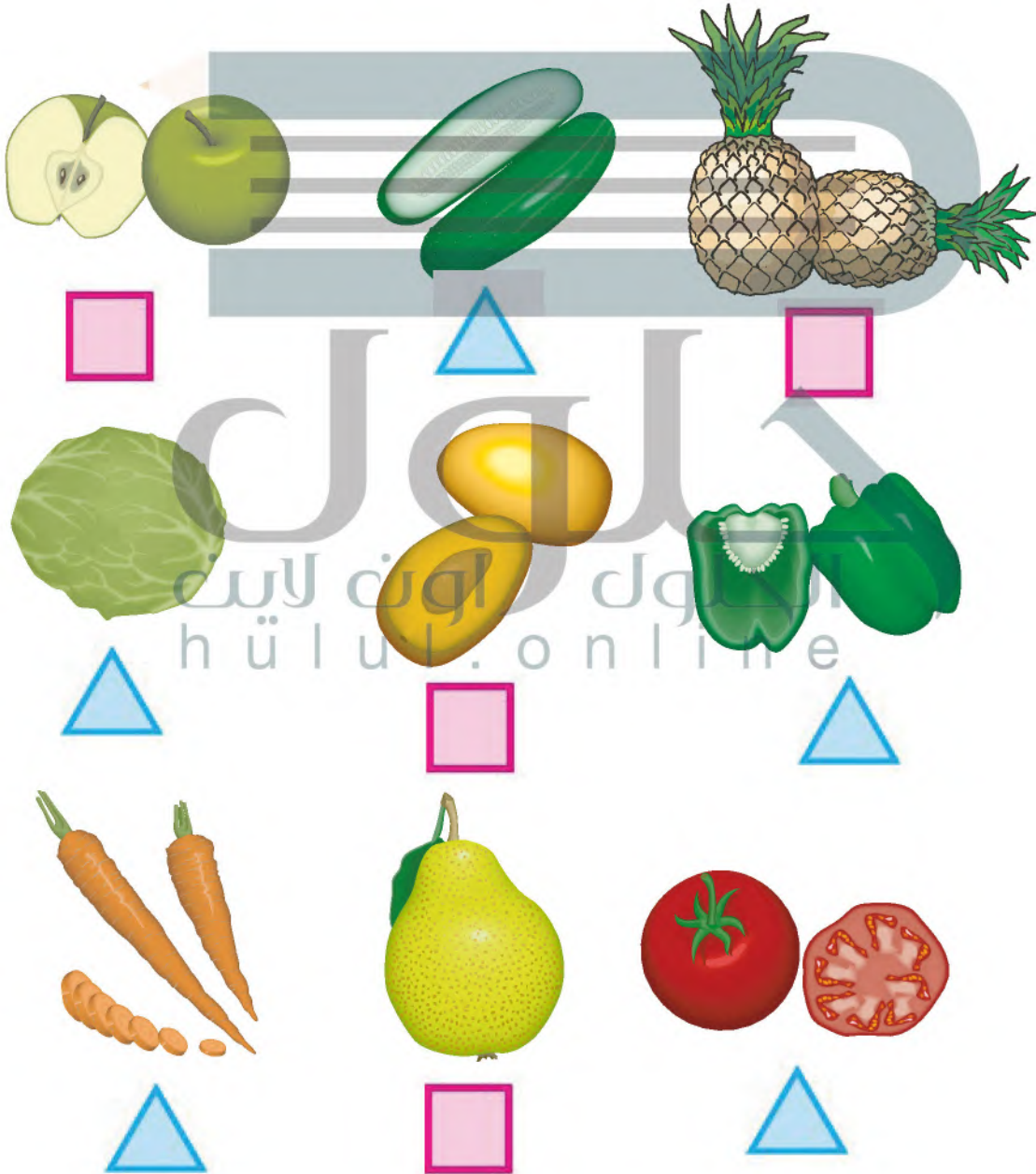


إرشادات عامة

- 1 اغسلي الفواكه والخضراوات جيدًا.
- 2 احرص على تناول الفواكه والخضراوات يوميًا.
- 3 الفواكه والخضراوات تقوي جهاز المناعة عند الإنسان؛ لأنها غنية بالفيتامينات والأملاح المعدنية.
- 4 تناول الفواكه والخضراوات يساعد على نموك نموًا سليمًا.

هيا
نمرح

أرسم تحت الفواكه، و تحت الخضراوات؛



أصل الفواكه بأول حرف من اسمها، ثم ألونها:



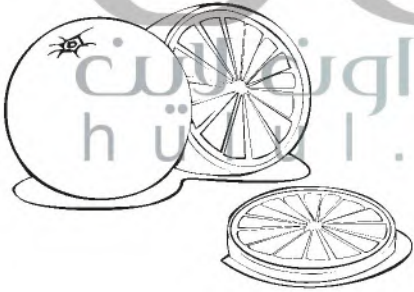
ف

ع



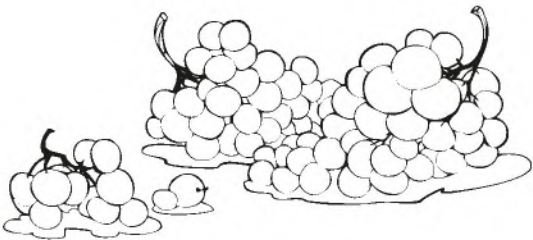
ك

ب



ب

ك



ع

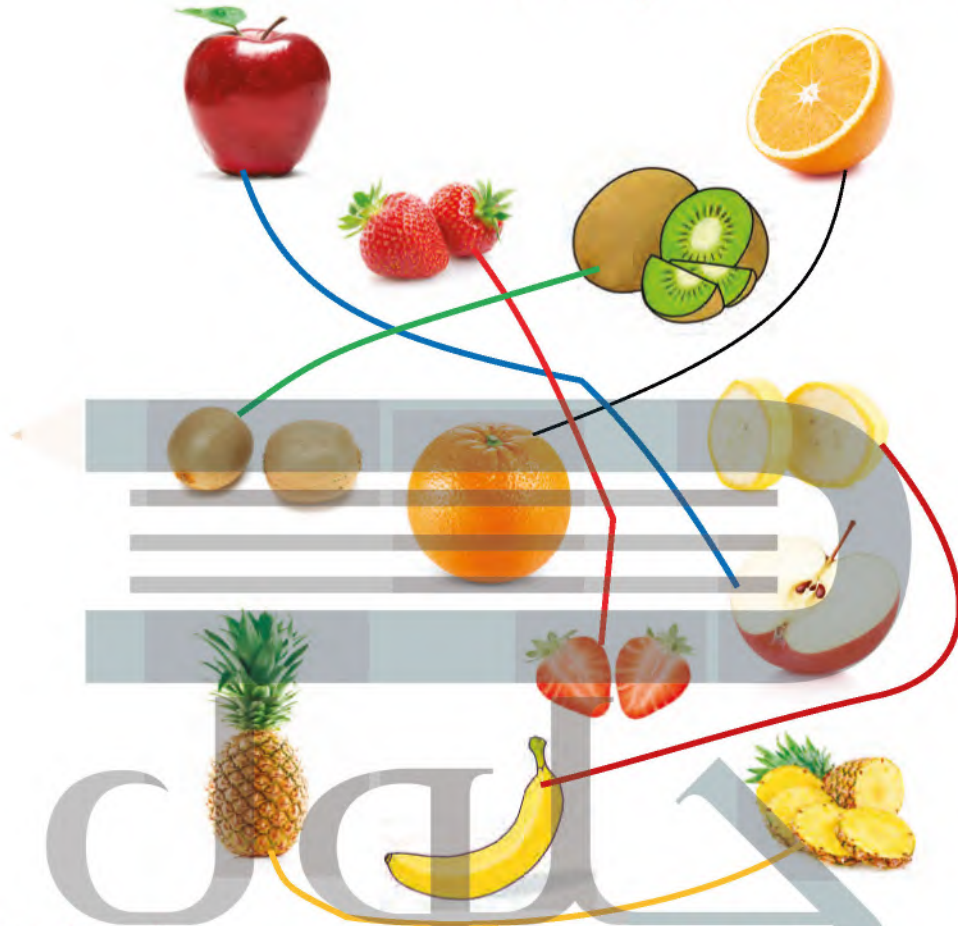
ف

اكتشفي ثلاثة أنواع من الفاكهة، ناقصة في الصورة الأولى؛
الثانية لتصبح مثل مجموعة الفواكه في الصورة الأولى؛



العنب - الفراولة - البرتقال

٤ أصل القِطْعِ الأَتِيَةِ بِفَاكِهَتِهَا :



٥ ارْسُمِي دَائِرَةَ حَوْلِ الفُؤَاكِهِ وَالْخَضْرَاوَاتِ الَّتِي تُؤْكَلُ أَوْ تُطَهَى بِقِشْرِهَا.



وَجِبَةُ الْفُطُورِ

المفاهيم الرئيسة:
• الفطور.

كَمْ وَجِبَةً نَتَنَاوَلُ فِي الْيَوْمِ؟

ثلاث وجبات: الفطور - الغذاء - العشاء



وَجِبَةُ الْفُطُورِ هِيَ أَوَّلُ الْوَجَبَاتِ الْيَوْمِيَّةِ.



مَتَى تَتَنَاوَلِينَ وَجِبَةَ الْفُطُورِ؟

في الصباح

٢

نَشَاط

وجبة الفطور قيمتها الغذائية عالية لأنها تحتوي
فيتامينات وعناصر مهمة لأجسامنا

لِمَ تُعَدُّ وَجِبَةُ الْفَطُورِ أَهَمَّ الْوَجَبَاتِ الْيَوْمِيَّةِ؟



السَّبَبُ وَالنَّتِيْجَةُ

١. إِمْدَادُ الْجِسْمِ بِالطَّاقَةِ اللَّازِمَةِ

وَالضَّرُورِيَّةَ لِلْحَرَكَةِ وَاللَّعِبِ.

٢. زِيَادَةُ التَّرْكِيزِ وَتَقْوِيَةِ الذَّاكِرَةِ.

٣. الْحُصُولُ عَلَى الْفِيْتَامِيْنَاتِ

وَالْمَعَادِنِ الضَّرُورِيَّةِ.

تَنَاوُلُ الْفَطُورِ
صَبَاحًا



تُسَمَّى أَوَّلُ وَجِبَةٍ يَتَنَاوَلُهَا الْمُسْلِمُ بَعْدَ غُرُوبِ
الشَّمْسِ فِي رَمَضَانَ وَجِبَةُ الْفَطُورِ.

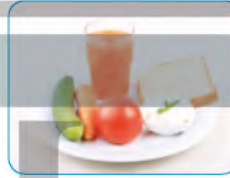
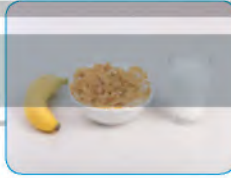
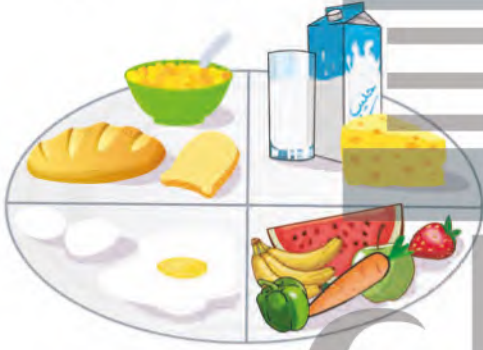


وجبة الفطور قيمتها الغذائية أكبر لأنها
متنوعة وطازجة

مَا الْفَرْقُ بَيْنَ وَجْبَةِ الْفُطُورِ وَالْوَجْبَةِ الْمَدْرَسِيَّةِ؟



أَتَنَاوَلُ وَجْبَةَ فُطُورٍ صَحِيَّةً مُتَّوَعَةً تَحْتَوِي عَلَى الْحَلِيبِ، وَالْبَيْضِ، وَالْخُبْزِ
وَالْحُبُوبِ، وَالْفَوَاكِهِ وَالْخَضِرَاوَاتِ.



أَذْهَبُ إِلَى الْمَدْرَسَةِ وَمَعِيَ وَجْبَةٌ مَدْرَسِيَّةٌ خَفِيفَةٌ.

لِمَعْرِفَةِ الْفَرْقِ بَيْنَ وَجْبَةِ
الْفُطُورِ فِي الْبَيْتِ وَفِي
الْمَدْرَسَةِ اطَّلَعِي عَلَى كُتَيْبِ
جُرْعَةٍ وَعَيِّ صَفْحَةَ ٥١

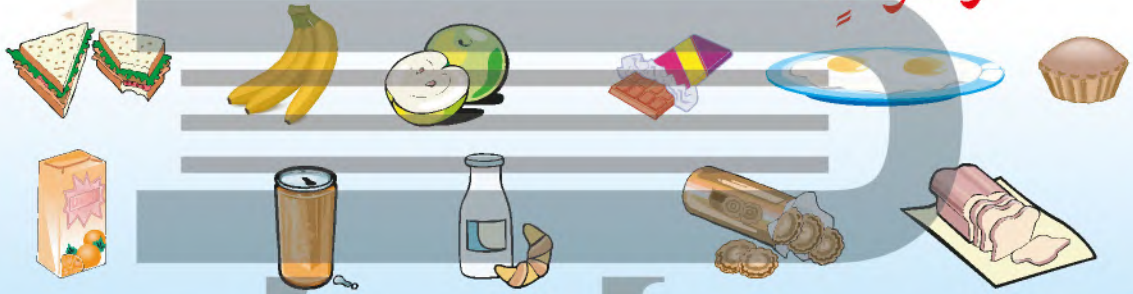




اختراري من الأصناف الآتية لتكوين وجبة مدرسية صحيّة



ومتنوعة:



- تناول الوجبة المدرسية لا يُغني عن تناول وجبة الفطور قبل الذهاب للمدرسة .
- أرّتب وجبتي المدرسية في الحقيبة الخاصّة بها.





اكتشفي الخطأ في هذه الصورة.

الخطأ هو عدم حفظ الطعام
بشكل صحيح

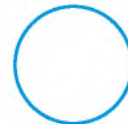
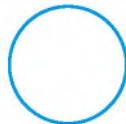


ارشادات عامة

- ١ يجب أن يحتوي فطورك على الحليب يومياً.
- ٢ لا تضعي وجبتك المدرسية مع كتبك.
- ٣ اشترى الأطعمة المفيدة؛ لتناولها أثناء الوجبة المدرسية.
- ٤ اغسلي يديك قبل تناول طعامك.
- ٥ تناول الطعام وأنت جالسة.
- ٦ قولي بسم الله قبل الأكل والحمد لله بعد الانتهاء منه.
- ٧ ضعي بقايا الطعام في مكانها المخصص.
- ٨ اهتمي بنظافة فناء المدرسة.

هيا
نمرح

أختار وجبة الفطور الصحية:



أرسم دائرة حول الصورة الصحيحة:



أرسم وجبتي المفضلة:

حلول
الجلول اون لاين
hulul.online

الوَحْدَةُ السَّادِسَةُ مُنَاسِبَاتِي

شَهْرُ رَمَضَانَ. ❁

الْعِيدَانِ ❁
(عِيدُ الْفِطْرِ - عِيدُ الْأَضْحَى).

الْمَوْلُودُ الْجَدِيدِ. ❁

الحلول اون لاين
hulul.online



مُنَاسِبَتِي



الأَهْدَافُ

يُتَوَقَّعُ مِنَ الْمُتَعَلِّمَةِ فِي نَهَايَةِ الْوَحْدَةِ:

- ❁ أَنْ تَصِفَ مَظَاهِرَ شَهْرِ رَمَضَانَ الْمُبَارَكِ مِنْ مَنْظُورِ الدِّينِ الْإِسْلَامِيِّ.
- ❁ أَنْ تُحَدِّدَ مَفْهُومَ الْعِيدِ بِدِقَّةٍ.
- ❁ أَنْ تُمَيِّزَ بَيْنَ عِيدِ الْفِطْرِ وَعِيدِ الْأَضْحَى.
- ❁ أَنْ تَصِفَ مَشَاعِرَهَا عِنْدَ قُدُومِ مَوْلُودِ جَدِيدٍ.
- ❁ أَنْ تُقَارِنَ بَيْنَ السُّلُوكِ السَّلِيمِ وَالْخَاطِئِ فِي التَّعَامُلِ مَعَ الْمَوْلُودِ الْجَدِيدِ.



شَهْرُ رَمَضَانَ

في أَيِّ شَهْرٍ نَزَلَ الْقُرْآنُ الْكَرِيمُ؟

في شهر رمضان

المفاهيم الرئيسة:

- الصَّوْمُ.
- صَلَاةُ التَّرَاوِيحِ.
- تَيْلَةُ الْقَدْرِ.

شَهْرُ رَمَضَانَ هُوَ الشَّهْرُ التَّاسِعُ مِنْ أَشْهُرِ السَّنَةِ الْهَجْرِيَّةِ.



يَأْتِي شَهْرُ رَمَضَانَ بَعْدَ شَهْرِ شَعْبَانَ.

أَحَبُّ الشُّهُورِ إِلَى اللَّهِ شَهْرُ رَمَضَانَ. لِمَاذَا؟

يَصُومُ الْمُسْلِمُونَ شَهْرَ رَمَضَانَ.

الصَّيَّامُ: إِمْسَاكٌ عَنْ الطعام

و..... الشراب وَسَائِرِ الْمُفْطَرَاتِ

مِنَ الْفَجْرِ إِلَى المغرب



إِخْتَارِي: يُفِطِرُ الصَّائِمُونَ عِنْدَ سَمَاعِ أَذَانِ



الْمَغْرِبِ

الْفَجْرِ

الْعِشَاءِ



يُسْتَحَبُّ لِلصَّائِمِ أَنْ يُفِطَرَ عَلَى التَّمْرِ.

يَدْعُو الصَّائِمُ عِنْدَ فِطْرِهِ، فَإِنَّ لَهُ دَعْوَةً لَا تُرَدُّ، وَمِنْ ذَلِكَ مَا رُوِيَ عَنْ عَبْدِ اللَّهِ

ابْنِ عُمَرَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ:

« أَنَّهُ كَانَ يَقُولُ إِذَا أَفْطَرَ: ذَهَبَ الظَّمَأُ، وَابْتَلَّتِ العُرُوقُ، وَثَبَّتْ

الْأَجْرُ إِنْ شَاءَ اللَّهُ ». [سنن أبي داود، ٢٢٥٧]



إِخْتَارِي: نُصَلِّي فِي رَمَضَانَ بَعْدَ الْعِشَاءِ صَلَاةً



التَّارَويح

الاستسقاء

العِيد



هَلْ تَعْلَمِينَ أَنَّ الْعُمْرَةَ فِي رَمَضَانَ تَعْدِلُ حِجَّةً لِقَوْلِ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عَبَّاسٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ:
قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «عُمْرَةٌ فِي رَمَضَانَ تَعْدِلُ حِجَّةً» [صحيح الترغيب، ١١١٧].

التَّعَاوُنُ وَالْمُشَارَكَةُ الْمُجْتَمَعِيَّةُ



مِنَ الْأَعْمَالِ الْمُسْتَحَبَّةِ فِي رَمَضَانَ:



شَارِكِي مُعَلِّمَتِكَ وَزَمِيلَاتِكَ فِي الْحَدِيثِ عَنِ أَعْمَالِ أُخْرَى
مُسْتَحَبَّةٍ تُقْوِمِينَ بِهَا أَنْتِ وَعَائِلَتُكَ فِي شَهْرِ رَمَضَانَ.



اختراري: في رمضان ليلة خير من ألف شهر تُسمى

ليلة العيد

ليلة الجمعة

ليلة القدر

تواصل

صفي طبقك المفضل في رمضان لمعلمتك وزميلاتك في الصف.



لَوْنِي الصُّورَةَ الْآتِيَةَ:



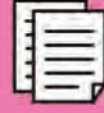
❁ قَوْمِي نَفْسِكَ فِي شَهْرِ رَمَضَانَ ❁

ضِعِي ★ أَمَامَ الْعِبَارَةِ الَّتِي تَقُومِينَ بِهَا فِي رَمَضَانَ.

- | | |
|--------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> | أُحَاوِلُ الصَّيَامَ. |
| <input type="checkbox"/> | أُصَلِّي التَّرَاوِيحَ مَعَ أُمِّي. |
| <input type="checkbox"/> | أَكْثُرُ مِنَ الدُّعَاءِ وَالتَّسْبِيحِ. |
| <input type="checkbox"/> | لَا أَكْثُرُ مِنْ تَنَاوُلِ الْحَلَوِيَّاتِ. |
| <input type="checkbox"/> | أَتَابِعُ الْبَرَامِجَ التَّلْفِزِيُونِيَّةَ الْمُفِيدَةَ. |
| <input type="checkbox"/> | أُفْطِرُ عَلَى التَّمْرِ. |
| <input type="checkbox"/> | أَدَاوِمُ عَلَى تَنَاوُلِ وَجِبَةِ السُّحُورِ. |
| <input type="checkbox"/> | لَا أَسْهَرُ كَثِيرًا فِي اللَّيْلِ. |
| <input type="checkbox"/> | أُحْرِصُ عَلَى تِلَاوَةِ الْقُرْآنِ. |
| <input type="checkbox"/> | أُسْتَذِكِرُ دُرُوسِي. |
| <input type="checkbox"/> | أُسَاعِدُ وَالِدَتِي فِي إِعْدَادِ طَعَامِ الْفُطُورِ. |

❁ النَّتِيجَةُ:

إِذَا حَصَلَتْ عَلَى سَبْعَةِ نُجُومٍ ★ فَأَكْثَرُ فَأَنْتِ فَتَاةٌ تَحْرِصِينَ عَلَى طَاعَةِ اللَّهِ، وَإِذَا حَصَلَتْ عَلَى أَقَلِّ مِنْ ذَلِكَ فَعَلَيْكَ أَنْ تُكْثِرِي مِنَ الطَّاعَاتِ.



إرشادات عامة

- ١ يَصُومُ الْمُسْلِمُونَ رَمَضَانَ عِنْدَ رُؤْيَةِ الْهَلَالِ.
- ٢ فِي السُّحُورِ بَرَكَةٌ.
- ٣ الصِّيَامُ يُعَلِّمُكَ الصَّبْرَ وَيَذَكِّرُكَ بِالْمُحْتَاجِينَ.
- ٤ يُصَلِّي الْمُسْلِمُونَ صَلَاةَ الْقِيَامِ فِي الْعَشْرِ الْأَوَاخِرِ مِنْ رَمَضَانَ.
- ٥ تَعْجِيلُ الْفُطُورِ وَتَأْخِيرُ السُّحُورِ مِنَ السَّنَةِ النَّبَوِيَّةِ.
- ٦ الْحَسَنَاتُ تَتَضَاعَفُ فِي شَهْرِ رَمَضَانَ.

❁ أَلُوْنُ بِطَاقَةِ السُّورَةِ الَّتِي ذُكِرَتْ فِيهَا لَيْلَةُ الْقَدْرِ.

سُورَةُ الْقَدْرِ

سُورَةُ الْإِحْلَاصِ

سُورَةُ النَّاسِ

❁ أَضِعْ حُرُوفَ اسْمِ كُلِّ صُورَةٍ فِي الْمُرَبَّعَاتِ الْمُقَابِلَةِ لَهَا
لِأَكْتِشَافِ فِي الْمُرَبَّعَاتِ الْمُظَلَّلَةِ اسْمَ الشَّهْرِ الَّذِي يَلِي
شَهْرَ رَمَضَانَ.

س	م	ش				
ة	ك	و				
	ب	ا	ب	ل	ج	
ن	و	م	ي	ل		

.....شوال..... يَلِي شَهْرَ رَمَضَانَ شَهْرُ

ذَهَبَتْ هِنْدٌ وَصَدِيقَتُهَا نَوَالٌ مَعَ أَفْرَادٍ أُسْرَتَيْهِمَا إِلَى الْحَرَمِ الْمَكِّيِّ لِأَدَاءِ صَلَاةِ التَّرَاوِيحِ فِي شَهْرِ رَمَضَانَ.

اِقْرَيْ كَيْفَ تَصَرَّفَتَا فِي الْمَسْجِدِ، ثُمَّ اكْتُبِي اسْمَ الَّتِي أَحْسَنَتِ التَّصَرُّفَ فِي الْمُسْتَطِيلِ:



هِنْدُ

تَتَكَلَّمُ بِصَوْتٍ مُرْتَفِعٍ.

تَأْكُلُ وَتَرْمِي الْأَوْسَاحَ.

تَعْبَثُ وَتَلْهُو أَثْنَاءَ تَأْدِيَةِ الصَّلَاةِ.

تَجْلِسُ هَادِئَةً إِذَا تَعَبَتِ.

تُحَافِظُ عَلَى نِظَافَةِ الْمَسْجِدِ.

تُصَلِّيُ مَعَ أُمَّهَا.

نَوَالٌ

نَوَالٌ

.....

العِيدَانِ عِيدُ الْفِطْرِ وَعِيدُ الْأَضْحَى

مَاذَا تَعْرِفِينَ عَنِ الْعِيدَيْنِ؟

المفاهيم الرئيسة:

- العيد.
- الفطر.
- الأضحى.

يَخْتَفِلُ الْمُسْلِمُونَ فِي كُلِّ عَامٍ بِعِيدَيْنِ



عيد الأضحى

عيد الفطر

يَأْتِي إِكْرَامًا مِنَ اللَّهِ لِلْمُسْلِمِينَ بَعْدَ حَجِّ بَيْتِ اللَّهِ الْحَرَامِ وَالْوُقُوفِ بِعَرَفَةَ وَتَقَدَّمَ فِيهِ الْأَضْحِيَّةُ قُرْبَةً لِلَّهِ تَعَالَى.

فَرَحَةٌ لِلْمُسْلِمِينَ بَعْدَ صَوْمِ شَهْرِ رَمَضَانَ، وَتُخْرَجُ فِيهِ زَكَاةٌ تُسَمَّى زَكَاةَ الْفِطْرِ بَعْدَ أَفْرَادِ الْأُسْرَةِ.

أُسْرَتِي الْعَزِيزَةُ

أَبْدَأُ الْيَوْمَ بِدِرَاسَةِ دَرَسٍ جَدِيدٍ أَتَعَلَّمُ فِيهِ عَنِ الْعِيدَيْنِ الْفِطْرِ وَالْأَضْحَى، وَهَذَا نَشَاطٌ سَنَسَعِدُ بِتَنْفِيذِهِ أُسْرَةً وَاحِدَةً مَعَ وَافِرِ الْحُبِّ / ابْنَتِكُمْ.

نشاط: عزيزي الأب / الأم ساعد ابنتك في الإجابة عن السؤال الآتي:

• ما سبب تسمية كل من عيد الفطر وعيد الأضحى بهذا الاسم؟

عيد الفطر لأنه أول يوم يفطر به المسلمين بعد الصيام
عيد الأضحى لأنه به ذبح الأضاحي



أَذْهَبُ مَعَ أُسْرَتِي لِأَدَاءِ صَلَاةِ الْعِيدِ
مَعَ الْجَمَاعَةِ، وَأَنَا أُرَدِّدُ: (اللَّهُ أَكْبَرُ، اللَّهُ
أَكْبَرُ، لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ، اللَّهُ أَكْبَرُ، اللَّهُ أَكْبَرُ،
وَلِلَّهِ الْحَمْدُ).

أَلْبَسُ مَلَابِسِي الْجَدِيدَةَ يَوْمَ الْعِيدِ، وَلَا أَنْسَى
ذِكْرَ دُعَاءِ لُبْسِ الثَّوْبِ الْجَدِيدِ: (الْحَمْدُ لِلَّهِ
الَّذِي كَسَانِي هَذَا وَرَزَقَنِيهِ مِنْ غَيْرِ حَوْلٍ مِنِّي
وَلَا قُوَّةَ).



نشاط

سَاعِدِي الْأُسْرَةَ فِي الْوُصُولِ إِلَى مُصَلَّى الْعِيدِ:



أُهْنِئْ وَالِدِيَّ وَأَقَارِبِي وَجِيرَانِي بِالْعِيدِ، وَأَقُولُ لَهُمْ:
(مِنِ الْعَائِدِينَ، تَقَبَّلَ اللَّهُ مِنَّا وَمِنْكُمْ).



اصْنَعِي بَطَّاقَةَ مُعَايِدَةٍ مِنَ الْوَرَقِ وَاكْتُبِي فِيهَا عِبَارَةَ تَهْنِئَةٍ بِالْعِيدِ وَالصِّقِيهَا.



عيد مبارك

سعيد



هَلْ تَعْلَمِينَ أَنَّ الْيَوْمَ الَّذِي يَسْبِقُ عِيدَ الْأَضْحَى هُوَ يَوْمُ عَرَفَةَ الَّذِي يَقِفُ فِيهِ الْحُجَّاجُ بِمَشْعَرِ عَرَفَةَ، حَيْثُ يَذْكُرُونَ اللَّهَ سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى كَثِيرًا وَيَحْمَدُونَهُ عَلَى نِعْمِهِ.



إِنَّ عِبَارَاتِ التَّهْنِئَةِ الَّتِي تُقَدِّمِينَهَا لِلْأَقْرَبَاءِ وَالزَّمِيلَاتِ تَزِيدُ مِنْ فَرَحَتِهِمْ بِالْعِيدِ.

أُسْرَتِي الْعَزِيزَةُ



أَبْدَأُ الْيَوْمَ بِدِرَاسَةِ دَرْسٍ جَدِيدٍ أَتَعَلَّمُ فِيهِ عَنِ الْعِيدَيْنِ (الْفِطْرِ وَالْأَضْحَى) وَهَذَا نَشَاطٌ سَنَسَعُدُ بِتَنْفِيذِهِ أُسْرَةً وَاحِدَةً مَعَ وَافِرِ الْحُبِّ / ابْنُكُمْ.

نشاط:



عزيزي الأب / الأم: شارك ابنتك في قراءة القصة الآتية والإجابة عن السؤال.

اسْتَمْتِعِي بِقِرَاءَةِ الْقِصَّةِ ثُمَّ لَوْنِي الْإِجَابَةَ الصَّحِيحَةَ.

اشْتَرَى أَبُو سُعَادٍ خَرْوْفَ الْأُضْحِيَّةِ فِي يَوْمِ عَرَفَةَ وَقَامَ بِذَبْحِهِ بَعْدَ صَلَاةِ الْعِيدِ، سَأَلَتْ سُعَادُ أَبَاهَا: يَا أَبِي... لِمَ ذَبَحْتَ الْخَرْوْفَ؟ فَرَدَّ الْأَبُ:

لِلْإِحْتِفَالِ
بِالْمَوْلُودِ الْجَدِيدِ

أَقْتِدَاءَ بِسُنَّةِ النَّبِيِّ
إِبْرَاهِيمَ عَلَيْهِ السَّلَامُ

إِكْرَامًا
لِلضُّيُوفِ



شَاهَدَتْ سُعَادُ أَبَاهَا وَهُوَ يُقَطِّعُ الْأُضْحِيَّةَ ثَلَاثَةَ أَجْزَاءٍ فَسَأَلَتْهُ عَنِ السَّبَبِ:
أَجَابَ: سَنَاكُلُ ثَلَاثًا، وَنُهْدِي ثَلَاثًا، وَنَتَصَدَّقُ بِثُلْثِ.

سَاعَدَتْ سُعَادُ وَالِدَيْهَا فِي تَوْزِيعِ الْأُضْحِيَّةِ وَحَمِدَتْ اللَّهَ عَلَى نِعْمَتِهِ.



هَلْ تَعْلَمِينَ أَنَّ أَيَّامَ عِيدِ الْأَضْحَى
أَرْبَعَةٌ أَيَّامٌ، وَأَنَّ الْأَيَّامَ الثَّلَاثَةَ الْأَخِيرَةَ
مِنْهَا تُسَمَّى أَيَّامَ التَّشْرِيقِ يُسَنُّ فِيهَا
التَّكْبِيرُ وَذَبْحُ الْأَضَاحِيِّ لِلْحَاجِّ
وَالْمُقِيمِ.



قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «يَوْمٌ
عَرَفَةٌ وَيَوْمُ النَّحْرِ وَأَيَّامُ التَّشْرِيقِ عِيدُنَا
أَهْلَ الْإِسْلَامِ، وَهِيَ أَيَّامُ أَكْلٍ وَشُرْبٍ».
[رواه الترمذي، ٧٧٣.]



لَحْمُهُ غِذَاءٌ، صُوفُهُ كِسَاءٌ، صَوْتُهُ نَغَاءٌ.
فَمَاذَا يَكُونُ؟



الخروف

التَّفْكِيرُ الْإِبْدَاعِي

الجلول اون لاين
hulul.online



لَوْنِي خُرُوفَ الْعِيدِ
بِاللَّوْنِ الْمُنَاسِبِ.



تواصل

هُنَاكَ مَنْ يَقْضِي يَوْمَ الْعِيدِ بَعِيدًا عَنْ أُسْرَتِهِ يُؤَدِّي وَاجِبًا.
تَحَدِّثِي عَنْ ذَلِكَ.



نشاط



بِالتَّعَاوُنِ مَعَ زَمِيلَاتِكَ فِي الْمَجْمُوعَةِ
اَكْتُبِي أَكْبَرَ عَدَدٍ مِنَ الْأَفْكَارِ الَّتِي تُدْخِلُ
السُّرُورَ عَلَى قَلْبِ الْمَرِيضِ فِي يَوْمِ الْعِيدِ.



حلول
hulul.online

Blank writing area with horizontal dotted lines for text entry.

نقدّم الحلوى، والمشروبات، والهدايا في يوم العيد! 🌸



قللي من تناول الحلوى وأحرصني على تنظيف
أسنانك بعدها جيّداً. 🌸

ادّخري ما يأتيك من نقود في يوم العيد لوقت حاجتك إليه. 🌸

أَسْتَمِعُ وَأُنشِدُ ★

أَهْلًا يَا عِيدُ
الْكُلُّ سَعِيدٌ فِي يَوْمِ الْعِيدِ
الثَّوْبُ جَدِيدٌ وَالسَّعْدُ يَزِيدُ

أَهْلًا يَا عِيدُ

أَهْلًا يَا عِيدُ

فِي الْعِيدِ نُشَاهِدُ أَلْعَابًا
وَتُعِيدُ فِيهِ الْأَصْحَابَا

أَهْلًا يَا عِيدُ

أَهْلًا يَا عِيدُ

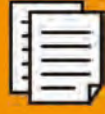
أُسْرَتِي الْعَزِيزَةُ



عَزِيزِي الْأَبُ / الْأُمُّ:

أَرْشِدْ ابْنَتَكَ لِلْحَذَرِ مِنْ خَطَرِ الْأَلْعَابِ النَّارِيَةِ فَهِيَ
مُضِيْعَةٌ لِلْمَالِ وَالصَّحَّةِ.





إرشادات عامة

❁ يحتفل المسلمون بعيدين لاثالث لهما: عيد الفطر وعيد الأضحى.

❁ علينا أن نحمد الله في هذا اليوم على نعمه.

❁ ترديد التكبير في أيام العيد سنة نبوية تجب المحافظة عليها.

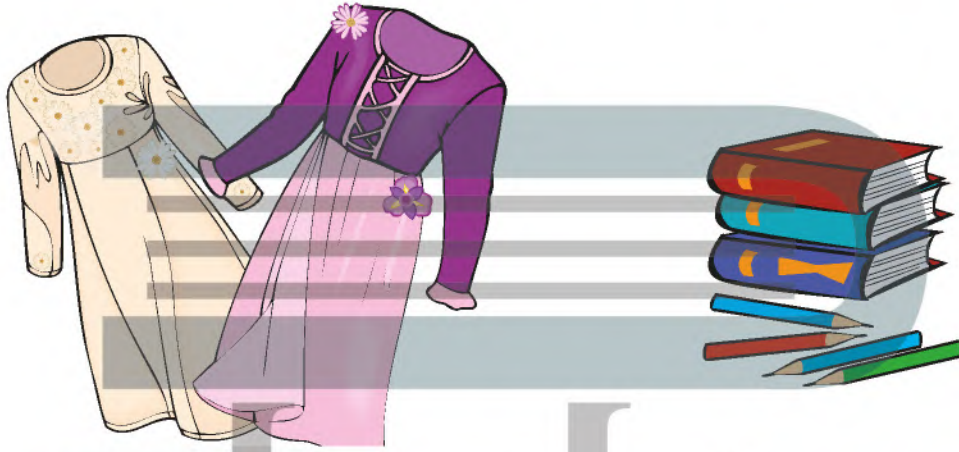
❁ من صلة الرحم زيارة الأقارب في أيام العيد.

❁ الأضحى تدخل الفرح والسرور على قلوب الفقراء والمحتاجين.

❁ هناك من يقضي عيد الأضحى في الحج.

هيا
نمرح

أضع دائرة حول ما أحتاجه ليوم العيد:



أَلْوَنُ الرَّدِّ الْمُنَاسِبِ لِكُلِّ عِبَارَةٍ مِنْ عِبَارَاتِ التَّهْنِئَةِ:

مِنَّا وَمِنْكُمْ

كُلُّ عَامٍ وَأَنْتُمْ بِخَيْرٍ

وَأَنْتُمْ بِخَيْرٍ



مِنَّا وَمِنْكُمْ

تَقَبَّلَ اللَّهُ

عِيدٍ سَعِيدٍ



hulul.online

وَأَنْتُمْ بِخَيْرٍ

مِنَ الْعَائِدِينَ

مِنَ الْفَائِزِينَ



أصل الأيام بتواريخها الصحيحة :



هَذَا يَوْمٌ عِيدِ الْأَضْحَى، أَرْتَبُ أَحْدَاثَهُ: ❁



إلى كم جزء تقسم الأضحية؟
أكتب الرقم داخل المربع.



المَوْلُودُ الْجَدِيدُ

المفاهيم الرئيسة:

- المَوْلُود.
- فرحة المَوْلُود.

كَيْفَ أَسَاعِدُ أُمِّي فِي رِعَايَةِ الْمَوْلُودِ الْجَدِيدِ؟



أُسْرَتِي الْعَزِيزَةُ



عزيزي الأب/ الأم: أبدأ اليوم بدراسة درس جديد أتعلّم فيه عن المَوْلُودِ الْجَدِيدِ وَكَيْفَ أَسَاعِدُ فِي رِعَايَتِهِ، وَهَذَا نَشَاطٌ سَوْفَ نَسْعَدُ بِتَنْفِيذِهِ أُسْرَةً وَاحِدَةً مَعَ وَافِرِ الْحُبِّ / ابْنَتِكُمْ.

نشاط:

عزيزي الأب/ الأم ساعد ابنتك في الإجابة عن السؤال الآتي:
• ماذا نقول لِمَنْ رُزِقَتْ بمولودٍ جديدٍ؟ بارك الله لكم في الموهوب



كَيْفَ أُسَاعِدُ أُمِّي فِي رِعَايَةِ
المَوْلُودِ الجَدِيدِ؟

- لَا أُرْعِجُ المَوْلُودَ وَهُوَ نَائِمٌ.
- أَنَا أَعْلَمُ أَنَّ الأُمَّ هِيَ الَّتِي تَعْتَنِي بِالمَوْلُودِ، فَلَا أُرْهَقُهَا بَلْ أُسَاعِدُهَا.
- أُسَاعِدُ أُمِّي فِي حَمْلِ حَقِيْبَةِ المَوْلُودِ عِنْدَ الخُرُوجِ مِنَ المَنْزِلِ.

الجلول اون لاين
hulool.online

نشاط ١

اجمعي صورا للأشياء التي تكون في حقيبة المولود.



أَنَا أَحَبُّ مَوْلُودِنَا الْجَدِيدِ وَلَا أُوذِيهِ. ❀



مَوْلُودُنَا الصَّغِيرُ يَكْبُرُ مَعَ الْأَيَّامِ. ❀



أُسْرَتِي الْعَزِيزَةُ



عزيمي الأب / الأم:

ساعدِ ابنتك في الإجابة عن السؤال الآتي:

• أذكرني تصرفاتٍ أخرى تُؤذي المولود.



املئي الفراغ بالكلمة الصحيحة مما يأتي:



(رضيعاً، فطيماً، وليداً)

وليداً

• عندما يولدُ الطفلُ يُسمَّى

رضيعاً

• وإذا رضعَ من الثدي يُسمَّى

فطيماً

• وإذا أكملَ سنتين يُسمَّى

الجلول اون لاين
hulul.online

أسرتي العزيزة



عزيزي الأب/ الأم:

أرشد ابنتك إلى أن الأخوة نعمة عظيمة يجب أن نحمد الله تعالى
عليها، فبالشكر تدوم النعم.



إرشادات عامة

❶ الأُمُّ تُحِبُّ جَمِيعَ أَوْلَادِهَا وَإِنْ صَارُوا كِبَارًا.

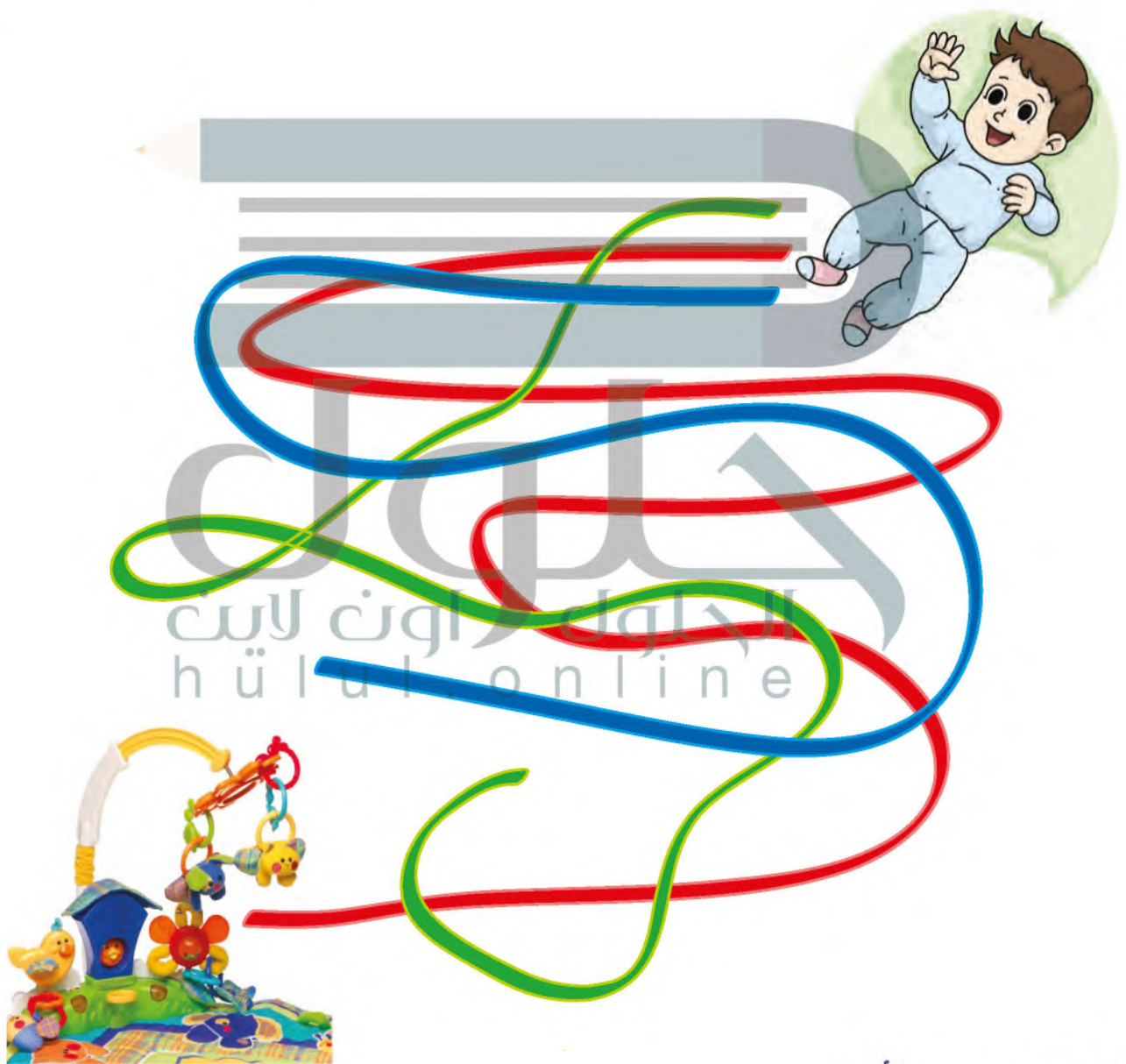
❷ الْمَوْلُودُ قَدْ يُصَابُ بِالْعَدْوَى، فَلَا تَقْتَرِبِي

مِنْهُ وَأَنْتِ مَرِيضَةٌ.

❸ أَدْوَاتُ الْمَوْلُودِ لَا تُنَاسِبُكَ، فَلَا تَسْتَخْذِمِيهَا.

الجلول اون لاين
hulul.online

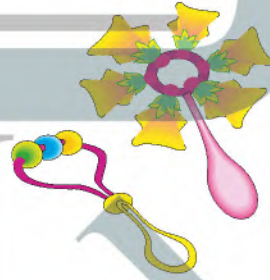
ما لون الخط الذي يوصل الطفل باللعبة



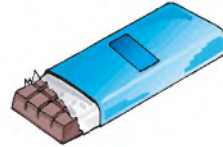
اللون هو : الأحمر



أحيطُ بدائرةِ احتياجاتِ المَوْلودِ الصَّغيرِ مثل:



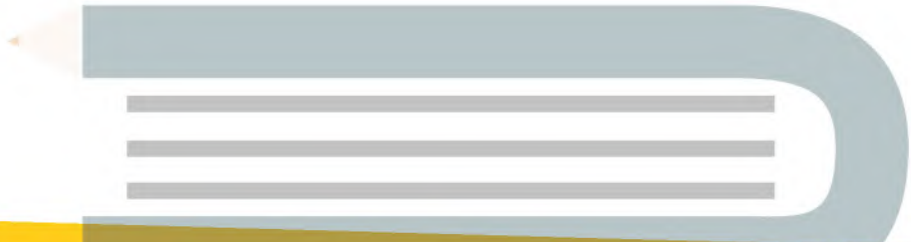
الجلول اون لاين
hulul.online



أرتب مراحل نمو الطفل كالآتي:

وقتي





تَمَارِينُ عَامَّة

حلول
الجلول اون لاين
hulul.online

✿ أَكْمَلُ مَا يَأْتِي:

مَرْحَبًا، أَنَا اسْمِي

طَالِبَةٌ فِي الْمَدْرَسَةِ

فِي الصَّفِّ

عِنْدَمَا أَكْبُرُ أَحِبُّ أَنْ أَكُونَ

هَوَايَتِي الْمُفَضَّلَةُ

بِرَنَامَجِي الْمُفَضَّلِ

فَاكِهَتِي الْمُفَضَّلَةُ

وَجِبَّتِي الْمُفَضَّلَةُ

صَدِيقَتِي الْمُفَضَّلَةُ

أَحِبُّ أَنْ أَذْهَبَ إِلَى



أَطْلُبُ الْمُسَاعَدَةَ مِنْ أَحَدِ أَفْرَادِ أُسْرَتِي، وَأَبْحَثُ عَنْ
مَهْنَةٍ كُلِّ نَبِيٍّ، وَالْوَنُّ:



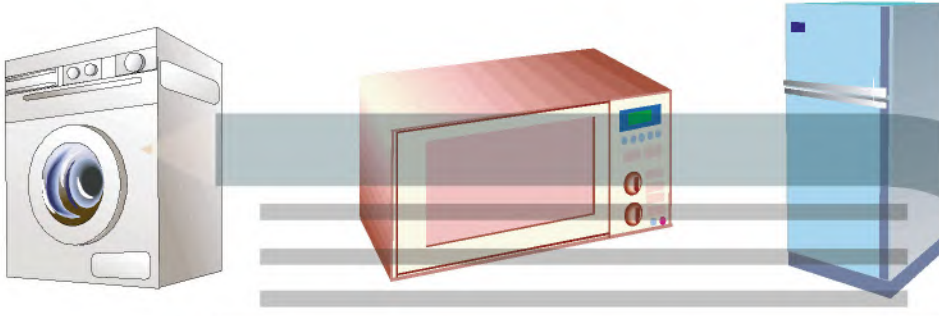
أَكْتُبُ رِسَالَةَ شُكْرٍ وَتَقْدِيرٍ لِأُمِّي عَلَى جُهُودِهَا مَعِي
طَوَالَ الْعَامِ؛



حلولة
الجلول اون لاين
hulul.online









أصنّف الأدوات الآتية حسب وظائفها، ثم أكتبها في الجدول:



للعناية بالملابس	لتنظيف الطعام	لحفظ الطعام
الغسالة المكواة	الميكرويف البوتوجاز	الثلاجة

أكمل الحرف الناقص وأكتبه في المربع المخصص له:

با
 ر ي ص ع
 ضى
 خ
 ن ب ج
 ز
 ز و م
 خ

أرسم الفواكه والخضراوات التي أحب تناولها: 🌻



اختراري الإجابة الصحيحة فيما يأتي:

بِحَمَلِ
حَقِيبَتِهِ

أَسَاعِدُ أُمِّي فِي

رِعَايَةِ الْمَوْلُودِ

الْجَدِيدِ

بِإِزْعَاجِهِ
فِي نَوْمِهِ

لَيْلَةَ
الْجُمُعَةِ

بِاسْتِخْدَامِ
أَدَوَاتِهِ

فِي رَمَضَانَ
لَيْلَةَ خَيْرٍ مِنْ أَلْفِ
شَهْرٍ تُسَمَّى

لَيْلَةَ
الْقَدْرِ

الْفَجْرِ

يُفْطِرُ

الصَّائِمُونَ عِنْدَ

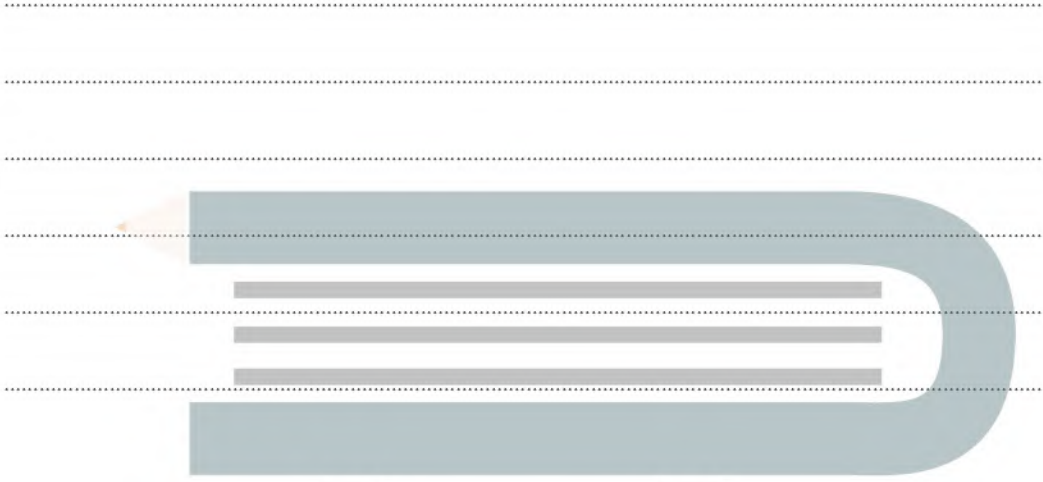
سَمَاعِ أَذَانِ

الْعِشَاءِ

لَيْلَةَ
الْعِيدِ

الْمَغْرَبِ

❁ أُبْحَثُ عَنْ حَلِّ لَزِمِيَّتِي الَّتِي لَا تَتَنَاوَلُ وَجِبَةَ الْفُطُورِ.



حلول
الجلول اون لاين
hulul.online



