

## الوَحْدَةُ الْأُولَى

# صِحَّتِي وَسَلَامَتِي

◀ آدابُ اسْتِخْدَامِ دَوْرَةِ الْمِيَاهِ

◀ السَّلَامَةُ فِي أَثْنَاءِ رُكُوبِ السَّيَّارَةِ

حلول  
الجلول اون لاين  
hulul.online



## الأهداف

يُتوقع من المتعلم في نهاية الوحدة:

- ◆ أن يعدد بعضاً من آداب استخدام دورات المياه.
- ◆ أن يطبق قواعد السلامة في أثناء ركوب السيارة.



## آداب استخدام دورة المياه

مِنَ الضَّرُورِيِّ وَجُودِ دَوْرَةِ مِيَاهٍ فِي كُلِّ بَيْتٍ، لِمَاذَا؟

المفاهيم الرئيسة:  
دورة المياه.  
قضاء الحاجة.

فائدة دورات المياه لقضاء الحاجة والمحافظة على النظافة

أكمل دعاء دخول دورة المياه:  
(اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ ..... الخبث ..... والخبائث).



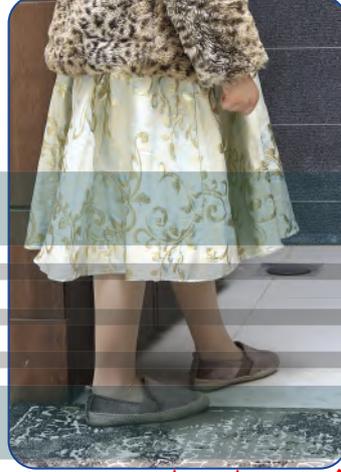


أَكْتُبُ آدَابَ اسْتِخْدَامِ دَوْرَةِ الْمِيَاهِ مُسْتَرْشِدًا بِالصُّوَرِ الْآتِيَةِ:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْخُبْثِ وَالْخَبَائِثِ.



أقدم رجلي اليمنى عند الخروج من دورة المياه



أقدم رجلي اليسرى عند الدخول إلى دورة المياه



أغلق الباب خلفي عند دخول إلى دورة المياه



أستعمل الماء والصابون بعد الانتهاء من قضاء الحاجة



عند خروجي اقول  
دعاء الخروج من دورة  
المياه غفرانك.



أستعمل الماء بعد قضاء  
الحاجة لأحافظ على  
نظافتي ونظافة المكان



غُفْرَانَكْ

أَحِيطُ بِالذُّعَاءِ الْمُنَاسِبِ لِلصُّورَةِ

بِسْمِ اللَّهِ

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ  
الْخُبْثِ وَالْخَبَائِثِ.



أَلْوَنُ الدَّائِرَةِ تَحْتَ رَمْزِ دَوْرَةِ مِيَاهِ النِّسَاءِ بِلَوْنٍ وَرَدِيٍّ  
وَتَحْتَ رَمْزِ دَوْرَةِ مِيَاهِ الرِّجَالِ بِلَوْنٍ أَزْرَقٍ:



نساء



رجال

## مِنَ الأَخْطَاءِ الشَّائِعَةِ عِنْدَ اسْتِخْدَامِ دَوْرَةِ المِيَاهِ

أَحَدُ الخَطَأِ فِي الصُّورَةِ؟



هَلْ تَعْلَمُ أَنْ تَرْشِيدَكَ  
لِاسْتِهْلَاكِ المَاءِ  
هُوَ إِسْهَامٌ مِنْكَ فِي  
الْبَرْنَامِجِ الوَطْنِيِّ  
لِتَرْشِيدِ اسْتِهْلَاكِ  
الماءِ.



القَاءِ المِنَادِيلِ عَلَى الأَرْضِ



عدم إِغْلَاقِ البَابِ وَالدخولِ  
مِنَ غَيْرِ حِذَاءِ

٣

نَشَاطٌ

الحلول اون لاين  
hulul.online

أَشْطَبُ الحُرُوفِ المُتَشَابِهَةِ لِأَخْصَلِ عَلَى حُرُوفِ الكَلِمَةِ  
الضَّائِعَةِ، وَأَكْمِلْ بِهَا العِبَارَةَ الآتِيَةَ:

إِيَّاكَ وَ ..... هَدَرَ ..... المَاءِ.

هـ ط م ص د ح ر س ص ط ع



## إرشادات عامّة

- ◆ لا تدخل دورة المياه ومعك طعام أو شيء كتبت عليه اسم الله.
- ◆ احرص على نظافة دورات المياه بعد استعمالها؛ لأنها وضعت لك ولغيرك.
- ◆ دورات المياه القذرة تُسبب انتقال كثير من الأمراض.
- ◆ احرص على إغلاق باب دورة المياه عند دخولك.

١ أَرَقِّمُ آدَابَ اسْتِخْدَامِ دَوْرَاتِ الْمِيَاهِ:

- ١ ذَكَرُ دُعَاءِ مَا قَبْلَ الدُّخُولِ. ٢ الدُّخُولُ بِالرَّجْلِ الْيُسْرَى.
- ٣ الاستتارُ عندَ قضاءِ الحاجةِ. ٤ غَسْلُ اليَدَيْنِ بِالْمَاءِ وَالصَّابُونِ.
- ٥ الخُرُوجُ بِالرَّجْلِ الْيُمْنَى. ٦ ذَكَرُ دُعَاءِ الْخُرُوجِ.

٢ أَسَاعِدْ فَيَصِلَ عَلَى الدُّخُولِ فِي الْمَكَانِ الصَّحِيحِ:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ  
الْخُبْثِ وَالْخَبَائِثِ.

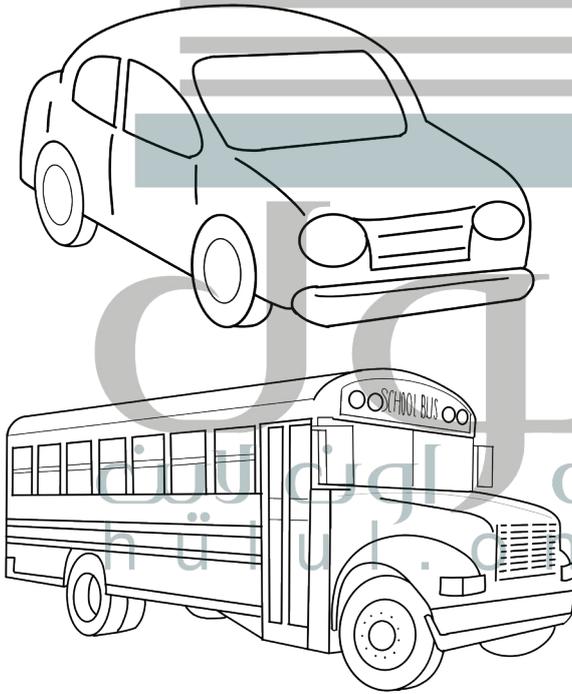


## السَّلامَةُ فِي أَثْناءِ رُحُوبِ السَّيارَةِ

لَوْنُ وَسِيلَةِ المُواصَلاتِ الَّتِي تَسْتَخْدمُها  
فِي الوُصُولِ إِلى المَدْرَسَةِ

متروك للطالبة

المُضاهِمُ الرَّئِيسَةُ:  
السَّيارَةُ.  
حِزامُ الأمانِ.



أَكْتُبِ اسْمَ وَسِيلَةِ المُواصَلاتِ المُسْتَخْدمَةِ

متروك للطالبة



أُسْرَتِي الْعَزِيزَةُ: أَبْدَأُ الْيَوْمَ دِرَاسَةَ دَرَسٍ جَدِيدٍ أَتَعَلَّمُ فِيهِ  
(إِرْشَادَاتِ السَّلَامَةِ فِي أَثْنَاءِ رُكُوبِ السَّيَّارَةِ) وَهَذَا نَشَاطٌ نَسْعُدُ بِتَنْفِيزِهِ  
مَعًا مَعَ وَافِرِ الْحُبِّ / ابْنِكُمْ / ابْنَتِكُمْ.



### نشاط

عزيزي الأب / عزيزتي الأم: تأكدا من ربط أبنائكما حزام  
الأمان في أثناء ركوب السيارة.

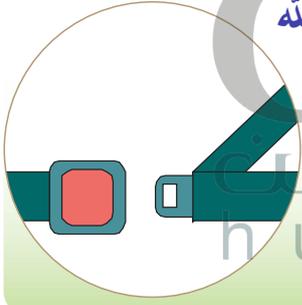
## مبادئ السلامة في أثناء ركوب السيارة

أرْبِطْ حِزَامَ الْأَمَانِ وَأَذْكُرْ وَالِدِي وَإِخْوَتِي بِرَبْطِهِ

التعرض لإصابات قد تكون  
خطيرة إذا وقع حادث لا قدر الله

## نشاط ١

ماذا يحدث لو لم يربط الراكب  
حزام الأمان بالسيارة؟



مِنَ النَّاتِجِ الْمُتَرْتِبَةِ عَلَى رَبْطِ حِزَامِ الْأَمَانِ لِلرَّكِبِ مَا يَأْتِي:

١. يُثَبِّتُ الرَّكِبَ فِي الْمَقْعَدِ.
٢. يَمْنَعُ خُرُوجَ الرَّكِبِ مِنَ السَّيَّارَةِ فِي حَالِ الاضْطِدَامِ.
٣. يَمْنَعُ اضْطِدَامَ بَعْضِ الرُّكَّابِ بِبَعْضِ دَاخِلِ السَّيَّارَةِ.





هَلْ يُوجَدُ حِزَامٌ أَمَانٍ فِي وَسِيلَةٍ نَقَلَ أُخْرَى؟ ماذا تُسَمَّى؟



نعم وتسمى الطائرة

أُسْرَتِي الْعَزِيزَةَ



عزيزي الأب/ عزيزتي الأم: ساعدنا أبناءك كما  
على كتابة عبارة تحث على ربط حزام الأمان.  
من أجل سلامتنا فلنربط حزام الأمان

أصدر خادم الحرمين  
الشريفين، الملك سلمان  
ابن عبدالعزيز، أمراً سامياً  
بالسماع للمرأة بالقيادة بدءاً من  
10/10/1439هـ.



- لا أركب السيارة ولا أنزل منها حتى أتأكد من وقوفها تماماً. لماذا؟
- حتى لا أتعرض
- بعد الركوب أقفل الباب بمفتاح الأمان. للأذى أو السقوط
- لا أعبت أو أتحرك كثيراً في السيارة.

ما أخطار فتح الباب في أثناء سير السيارة؟  
وقد يتسبب في الوفاة  
● لا أخرج رأسي أو أجزاء من جسمي من نافذة ال

## نشاط ٣



لَمْ يَجِبْ اسْتِخْدَامُ الْبَابِ  
الْقَرِيبِ مِنَ الرَّصِيفِ عِنْدَ  
رُكُوبِ السَّيَّارَةِ وَالنُّزُولِ مِنْهَا؟



لكي لا أعرض نفسي للاصطدام بالسيارات الأخرى

## نشاط ٤



ناقش مُعَلِّمَكَ وَزُمَلَاءَكَ حَوْلَ  
طَرَائِقِ اسْتِثْمَارِكَ لَوْقَتِكَ فِي أَثْنَاءِ  
جُلُوسِكَ فِي السَّيَّارَةِ لِمُدَّةٍ طَوِيلَةٍ.



أكثر من ذكر الله تعالى وقراءة القرآن  
أستمع إلى الأشرطة الهادفة  
أستمع بقراءة القصص والكتب المفيدة



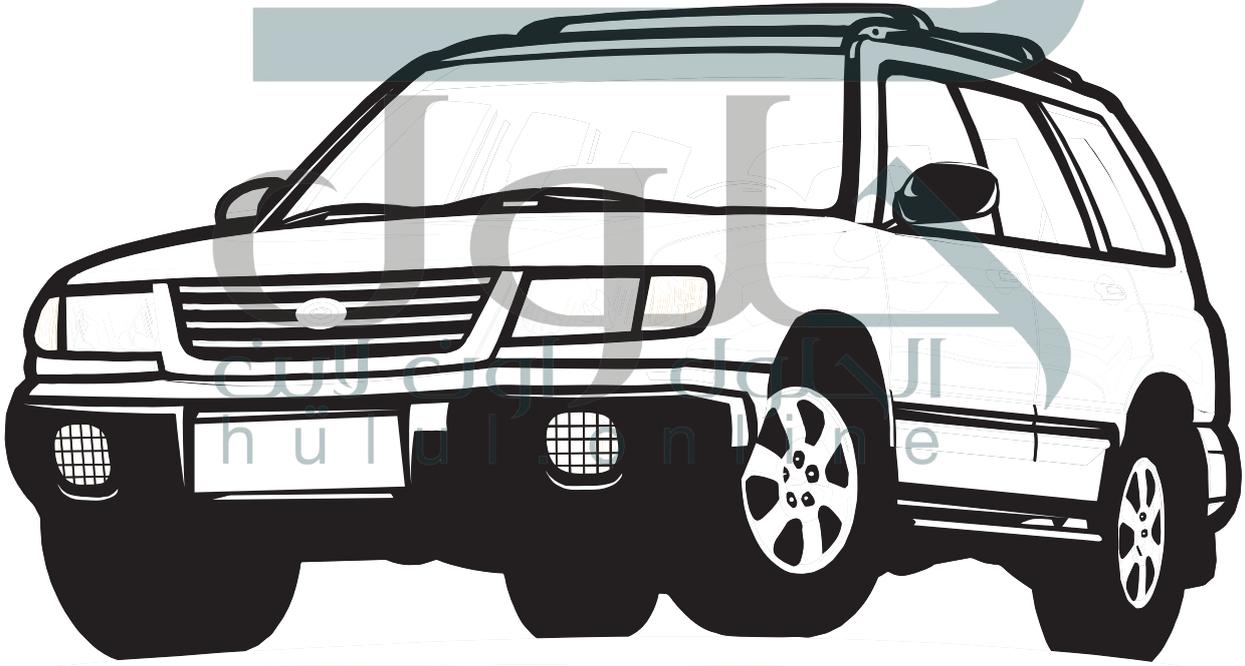
عزيزي الأب / عزيزتي الأم: ناقشا ابناءً كما في أهمية الالتزام  
بمبادئ السلامة في أثناء ركوب السيارة.

## إرشادات عامة

- ◆ تَجَنَّبِ التَّحَدُّثَ مَعَ السَّائِقِ إِلَّا لِلضَّرُورَةِ.
- ◆ التَّزَمِ بِآدَابِ الرُّكُوبِ؛ لِحِمَايَتِكَ مِنْ حَوَادِثِ الطَّرِيقِ.
- ◆ اسْتَخْدِمِ حِزَامَ الأَمَانِ فَإِنَّهُ وَقَايَةٌ - بِإِذْنِ اللّهِ - مِنْ أخطَارِ الحَوَادِثِ.
- ◆ تَجَنَّبِ الرُّكُوبَ مَعَ سَائِقٍ غَرِيبٍ بِمُفْرَدِكَ.

● ألوّن السيّارة بلون سيّارة عائلتي وأكتب رقم لوحاتها وحروفها:

متروك للطالبة



● أَشْطَبُ الكَلِمَاتِ الآتِيَةِ أَفْقِيًّا أَوْ عَمُودِيًّا، وَأَكْمِلُ الفَرَاغَ بِالحُرُوفِ الباقِيَةِ لِلحُصُولِ عَلَى الجُمْلَةِ المَطْلُوبَةِ:

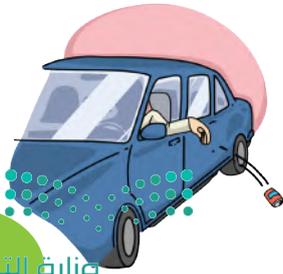
سيارة	مر	شارع	إشارة	قف
حزام	أمان	مرور	طريق	دورية
س	ش	ا	ر	ع
ي	ا	ش	ا	ر
ا	ح	ي	ا	م
ر	ز	م	س	ق
ة	ا	ر	م	ر
ا	م	ط	ر	ي



في الـ **ت** **أ** **ن** **ي** **ال** **س** **ل** **ا** **م** **ة**

hulul.online

● ما رأيك في هذه الصورة؟ هلاكتبت اقتراحاً للتخلص من الأوساخ



في السَّيَّارَةِ بِطَرِيقَةٍ سَلِيمَةٍ.

إلقاء النفايات من نافذة السيارة تصرف غير حضاري و للتخلص من الأوساخ التي في السيارة علينا جمعها في أكياس ثم وضعها في المكان المخصص للنفايات



## وَحَدَّةٌ صَحَّتِي وَسَلَامَتِي

أَتَعَلَّمُ لُغَةَ الإِشَارَةِ 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.

