حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

قـــررت وزارة الـتـعـلـيـم تـدريـس
هـذا الـكـتـاب وطـبـعـه عـلـى نفقتها

وزارة التعـليم
Ministry of Education

المملكة العربية السعودية

التربيةُ الأسْريَّة

للصف الثالث الابتدائي

الفصل الدراسي الثاني

قام بالتأليف والمراجعة
فريق من المتخصصين

طبعة ١٤٤٢ - ٢٠٢٠

يُوزع مجّاناً ولا يُبَاع

Intro.indd 1 7/6/20 2:38 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

ⓒ وزارة التعليم ، ١٤٣٠ هـ

فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر

السعودية ـ وزارة التعليم

التربية الأسرية : للصف الثالث الابتدائي : الفصل الدراسي الثاني، وزارة التعليم

-الرياض،١٤٣٠هـ

٩٢ ص ، ٢١ × ٢٥,٥ سم

ردمك :٠-٩٥٢-٤٨-٩٩٦٠-٩٧٨

١ ـ التربية الأسرية ٢-كتب دراسية ٣-التعليم الابتدائي

أ ـ العنوان:

ديوي ٦٤٠، ٧١٣ ١٤٣٠ / ٨١٦٧

رقم الإيداع: ١٤٣٠/ ٨١٦٧

ردمك : ٠-٩٥٢-٤٨-٩٩٦٠-٩٧٨

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

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

الحلول اون لاين
hulul.online

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

المقدمة

الحمد لله ربّ العالمين والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين وبعد؛

فيسرّنا أن نقدّم كتاب الطالبة للصفّ الثالث الابتدائيّ من سلسلة كتب التربية الأسرية، انسجامًا مع الأهداف الاستراتيجية لوزارة التعليم، وبما يسهم في تحقيق رؤية المملكة العربية السعودية ٢٠٣٠ والتي تنص على "إكساب الطالب المعارف والمهارات والسلوكيات الحميدة ليكون ذا شخصيةٍ مستقلةٍ تتّصفُ بروح المبادرة والمثابرة والقيادة".

وقد حرصنا في تأليفه على تنوّع أساليب عرضه باستخدام مصادر التعلم المختلفة من رسومٍ وصورٍ وأنشطةٍ لإثارة التفكير، وإكساب الطالبة مهارات القرن الحادي والعشرين في إطار أهداف الوحدات الدراسية.

وتتيح أنشطة التعلم المتضمنة في هذا الكتاب الفرصة للطالبة كي تفكّر وتحاور وتعبّر عن رأيها؛ لتكتسب المهارات والكفايات القابلة للتطبيق في حياتها اليومية.

لقد حاولنا أن يشمل هذا الكتاب المجالات الأساسيّة لمادة التربية الأسْرية؛ ليكون عونًا للطالبة في تكوين شخصيّة متّزنة، واثقة من نفسها، محبّة 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 فعّالًا في بناء أسرتها ومجتمعها.

نسأل الله عزّ وجلّ أن يجعل هذا العمل خالصًا لوجهه تعالى، والله من وراء القصد.

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

مفاتيح الكتاب

نودُّ أَنْ نُنبِّهَ إِلَى أَنّ بَعْضَ الْأَسئِلَةِ والأَنْشِطَةِ لَيْسَ لَهَا إِجَابَةٌ وَاحِدَةٌ مُحَدَّدةٌ، حَيْثُ إِنَّ فيها مِسَاحَةً لإِبْداءِ الرّأيِ وَوِجْهَاتِ النَّظَرِ، بِهَدَفِ تَنْمِيَةِ مَهَارَاتِ التَّعلُّمِ والتَّفْكِيرِ، ودعمِ الثِّقةِ بالنَّفْسِ لَدى المُتَعلِّمَةِ.

رُؤْيَةُ الْمَمْلَكَةِ ٢٠٣٠.

نشاط

أَنْشِطةٌ فَرْدِيَّةٌ أَوْ جَمَاعِيَّةٌ ذَاتُ علَاقَةٍ بِمُحْتَوَى الدَّرْسِ، تُنَفَّذُ دَاخِلَ الصَّفِّ أَوْ خَارِجَه.

التَّفْكِيرُ النَّاقِد.

التَّفْكِيرُ الْإِبدَاعيُّ وَحَلُّ الْمشْكِلَات.

التَّواصُلْ.

التَّعاوُنُ والمُشَارَكةُ الْمجْتَمعِيَّة.

أَنَاشِيدُ بسيطةٌ تُقدَّمُ للمُتعلِّمةِ لَتأْكِيدِ مَفَاهِيمِ الدَّرْسِ وإِضْفَاءِ رُوحِ المَرَحِ، ولَا يُطْلَبُ مِنْهَا حِفْظُهَا، بل تُرَدِّدُهَا مَع مُعَلِّمتِهَا فَقَط.

مَعْلُوماتٌ إِثْرَائِيَّة.

أُسْرَتِي الْعزِيزَة.

إِرْشَادَاتٌ عَامَّة.

هيّا نمرح

مِقْياسٌ يُحَدِّدُ مَدَى اسْتِيعابِ الدَّرْسِ وَفَهْمِه.

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

الفِهْرِس

عَدَدُ الحِصَصِ المُقَرَّرةِ في مَنْهجِ التَّرْبيةِ الأُسْريَّةِ للصَّفِّ الثالثِ الابْتِدائيِّ، الفَصْلِ الدِّراسِيِّ الثاني، ثَلاثُ حِصَصٍ في الأُسْبوع.

الوِحْدَة	المَوْضُوع	الصَّفْحَة	الأَسَابِيع
مَسْكَني	– تَعامُلي في مَدْرَستي.	١٠	أُسْبُوع
	– تَعامُلي مع ضيوفي.	١٧	أُسْبُوع
	– تَعامُلي أثناءَ نزهتي.	٢٤	أُسْبُوع
	– تَعامُلي مَعَ بيئتي.	٢٨	أُسْبُوع
غِذَائي	– المَجْموعاتُ الغِذائية.	٣٥	أُسْبُوع
	– الشَّطائر.	٤٣	أُسْبُوع
	– التَّمْر.	٤٨	أُسْبُوع
مُناسَبَتي	– اليَوْمُ الوَطَني.	٥٩	أُسْبُوع
	– يومُ المُعَلِّم.	٦٩	أُسْبُوعَان
	– يومُ الغِذاءِ العالَميّ.	٧٦	أُسْبُوع
	– يومُ الصِّحَّةِ العالَميّ.	٨٣	أُسْبُوع
تَمارِينُ عامَّة		٨٩	أُسْبُوع

الحلول اون لاين
hulul.online

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

دَليلُ الْأُسْرَةِ

أولياءَ الأمورِ الكرامَ:

أهلًا وسهلًا بكم، نأمل أن يكون هذا العام الدراسي مثمرًا ومفيدًا لكم ولبناتكم العزيزات.
نهدفُ من تعليم مادةِ (التربية الأسْرية) إلى إكساب بناتنا المفاهيمَ العلميّة، والمهارات العمليّةَ المتنوعةَ، والقيم النبيلة، التي يَحْتَجْنَها في حياتهنّ اليوميّة، لذا نأمل منكم مشاركة بناتكم في تحقيق هذا الهدف.
وستجدونَ في بعض صفحاتِ هذا الكتابِ أيقونةً خاصةً بأسرة المتعلمة، فيها رسالةٌ تخصُّكم، ونشاطٌ يمكن لكم أن تُشاركوا بناتِكم في تنفيذِه.

فِهرسُ تضمينِ أنشطةِ خاصة بإشراك الأسرة في هذا الكتاب:

الوحدة	نوع النشاط	رقم الصفحة
الرابعة مسكني	تهيئةُ الدرس: أسرتي العزيزة.	١٣
	نشاطٌ (أسري).	١٤
	نشاطٌ (أسري ختامي).	١٥
	تهيئةُ الدرس: أسرتي العزيزة.	٢٤
	نشاطٌ (أسري).	٢٥
	نشاطٌ (أسري خِتامي).	٢٦
الخامسة غذائي	تهيئةُ الدرس: أسرتي العزيزة.	٤٥
	نشاطٌ (أسري).	٤٦
	نشاطٌ (أسري خِتامي).	٤٦

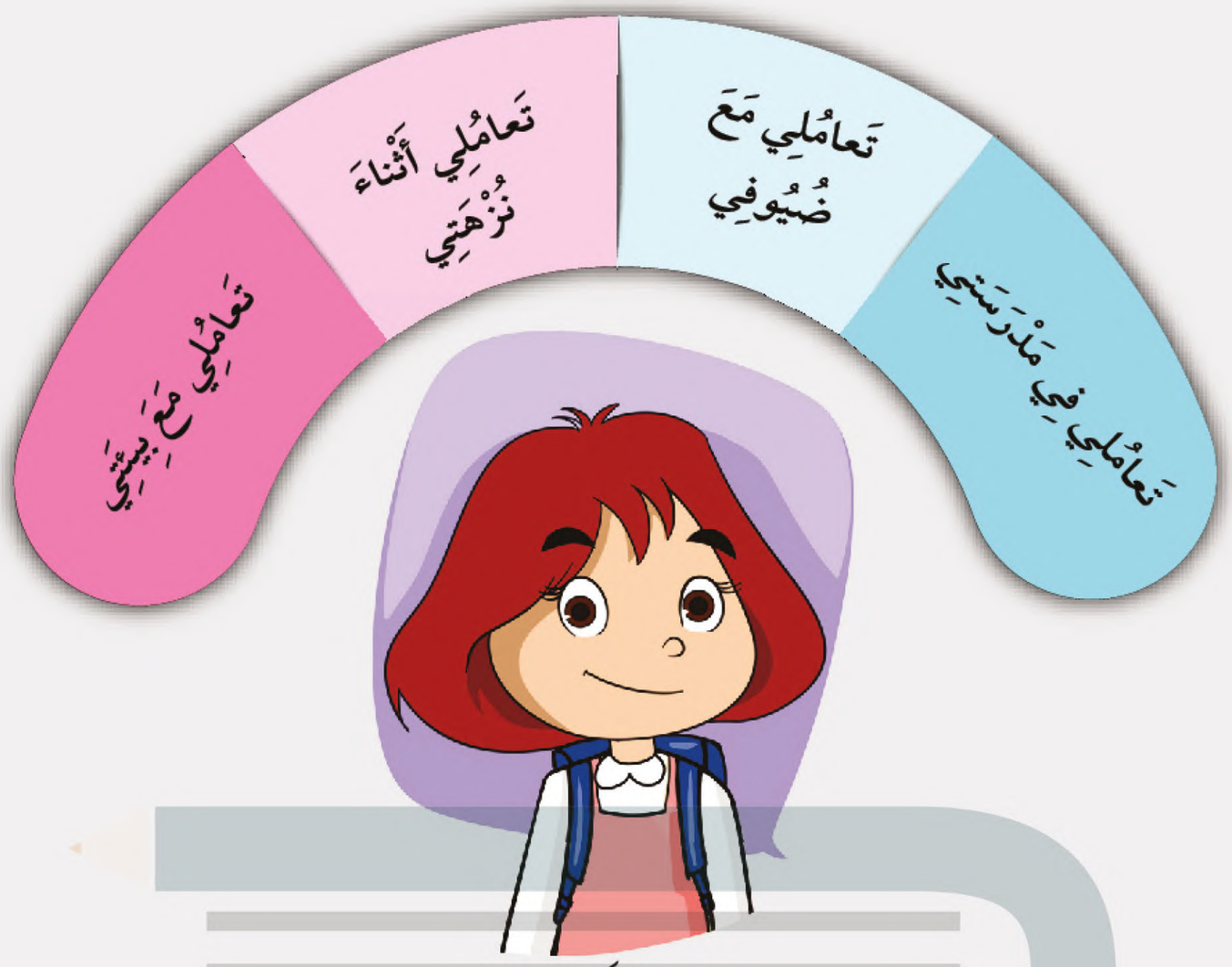
Intro.indd 7 7/6/20 2:38 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

الْوِحْدَةُ الرَّابِعَةُ

مَسْكَنِي

- تَعامُلِي في مَدْرَسَتِي.
- تَعامُلِي مَعَ ضُيُوفِي.
- تَعامُلِي أَثْناءَ نُزْهَتِي.
- تَعامُلِي مَعَ بِيئَتِي.



مَسْكَنِي

الأَهْداف

يُتَوَقَّعُ مِنَ المُتَعلِّمةِ فِي نِهايةِ الوحْدة:

١ أَنْ تَذْكُرَ بَعْضًا مِنْ آدابِ التَّعامُلِ فِي المَدْرَسَةِ.

٢ أَنْ تَقْتَرِحَ بَعْضَ الأَساليبِ المَرْغوبَةِ لِلتَّعامُلِ مَعَ الضُّيوفِ.

٣ أَنْ تُطَبِّقَ آدابَ الاسْتِئْذانِ عَمَليًّا داخِلَ حُجْرةِ الصَّفِّ.

٤ أَنْ تَشْرَحَ بَعْضَ التَّرْتيباتِ الّتي تَجِب مُراعاتُها عِنْدَ الخُروجِ لِلنُّزْهَةِ.

٥ أَنْ تَسْتَنْتِجَ مَفْهومَ البيئةِ بِصِفةٍ عَامةٍ.

٦ أَنْ تُقَدِّمَ أَفْكارًا فَعّالة لِلْمُحافَظَةِ عَلى الثَّرْوَةِ البيئِيَّةِ.

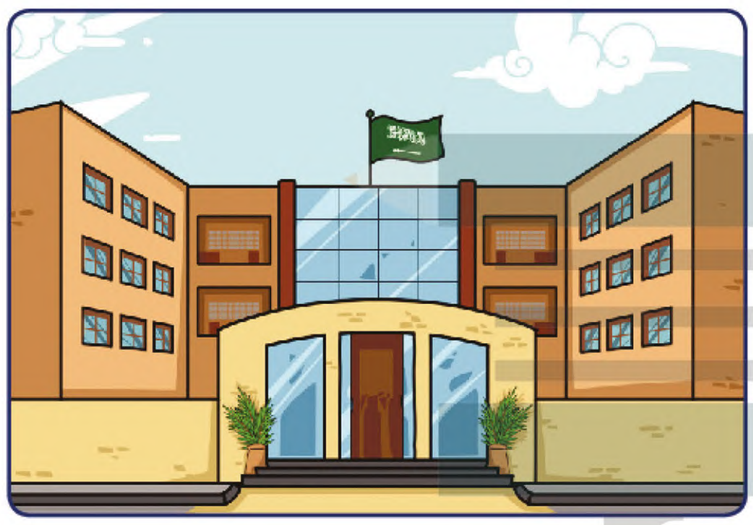
U1.indd 9 7/6/20 2:36 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online
www.ien.edu.sa

تَعامُلِي فِي مَدْرَسَتِي

المَفاهِيمُ الرَّئِيسة:
- التوقير.
- الاستئذان.

لِمَ نَذْهَبُ كُلَّ يَوْمٍ لِلمَدْرَسة؟



- مَدْرَسَتِي فِيها مُعَلِّماتِي وَزَمِيلاتِي.
- أُحِبُّ مُعَلِّماتِي وَأَحْتَرِمُهُنَّ.

نَشاط ١

بِالتَّعاوُنِ مَعَ زَمِيلاتِكِ في المَجْمُوعةِ، قَدِّمِي نَصِيحةً لِلفَتاةِ الَّتِي لا تَلْتَزِمُ بِقَوانِينِ الصَّفِّ أَثْناءَ الدَّرْس.

عليك ألا تتحدثي مع زميلاتك أثناء شرح المعلمة للدرس.
عليك الالتزام بالهدوء في الصف.
عليك ألا تلعبي أثناء الحصص الدراسية

U1.indd 10 7/6/20 2:36 PM

عِنْدَما تَشْرَحُ مُعَلِّمَتِي الدَّرْس:

١ أَجْلِسُ باحْتِرامٍ أَمامَ مُعَلِّمَتِي.
٢ أُنْصِتُ لَها جَيِّدًا وَلا أَنْشَغِلُ عَنْها.
٣ أَسْتَأْذِنُ عِنْدَ الرَّغْبَةِ فِي الْحَديث.
٤ أُشارِكُها فِي مُناقَشَةِ الدَّرْسِ وَأُحاوِلُ الإجابَةَ عَلى أَسْئِلَتِها.
٥ لا أَتَناوَلُ الأَكْلَ أَثْناءَ الشَّرْح.
٦ أُساعِدُها إذا احْتاجَتْ لِلْمُساعَدة.
٧ أَحْتَرِمُها وَجَمِيعَ مُعَلِّماتِي خارِجَ الصَّف.

هل تعلمين أن معلمتك تبذل جهدًا من أجلك لتتعلمي العلم النافع.

نَشاط ٢

أُعَبِّرُ عَنْ وِجْهَةِ نَظَرِي حَوْلَ مُواصَفاتِ الصَّفِّ المِثالِيّ.

حينما نكون متعاونات داخل الفصل - نجلس باحترام أمام المعلمة - نستمع إليها جيداً - نستأذن عند الرغبة في الحديث - لا نأكل أثناء الشرح - نتعاون للإجابة على أسئلة الدرس في نظام دون ضوضاء .

تَعامُلِي مَعَ زَمِيلاتِي:

عددُ زَمِيلاتِي فِي الصَّفِّ _____ تلميذة

U1.indd 11 7/6/20 2:36 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

أَضَعُ الكَلِماتِ الآتِيةَ فِي المَكانِ المُناسِب:

أَلْعَبُ، التَّدافُعَ، أَدَواتِ، أُسِيءُ، أَتَعاوَنَ، زَمِيلاتِـي.

١ أُحِبُّ زميلاتي فِـي الصَّفِّ وَأَحْتَرِمُهُنّ.

٢ لا أسيئ لِزَمِيلاتِـي بالقَوْلِ والفِعْل.

٣ أُحافِظُ عَلى أدوات زَمِيلاتِـي كَما أُحافِظُ على أَدَواتِـي.

٤ ألعب مَعَ زَمِيلاتِـي فِي وَقْتِ الفُسْحة.

٥ أَتَـجَنَّبُ التدافع مَعَ زَمِيلاتِـي عِنْدَ الـخُروجِ مِنَ الـمَدْرَسةِ. لماذا؟
لأن التدافع يؤدي إلى إصابات بين زميلاتي

٦ أُحِبُّ أَنْ أتعاون مَعَ زَمِيلاتِـي فِي نَظافةِ الصَّفِّ وَالـمَدْرَسة.

نَـشـاط ٣

اُرْسُـمِي صَفَّكِ وَحَدِّدِي مَكانَ جُلُوسِكِ فِيه.

hulul.online

U1.indd 12 7/6/20 2:36 PM

أسرتي العزيزة

أَبْدَأُ اليَوْمَ دِراسةَ دَرْسٍ جَدِيدٍ أَتَعَلَّمُ فِيهِ أَساليبَ التَّعامُلِ فِي المَدْرَسةِ، وَهذا نَشاطٌ سَنَسْعَدُ بِتَنْفِيذِهِ مَعًا مَعَ وافِرِ الحُبِّ/ ابْنَتُكُم.

نشاط:

عزيزيَ الأبَ/ الأُمَّ شاركْ ابنتَكَ في الإجابةِ عَنِ السؤالِ الآتي:

كَيْفَ تَتَصَرَّفِينَ فِي المَواقِفِ الآتِية:

إذا تَحَدَّثَتْ مَعَكِ زَمِيلَتُكِ أَثْناءَ شَرْحِ المُعَلِّمة.	إذا اسْتَعارَتْ مِنْكِ زَمِيلَتُكِ قَلَمًا وَلَمْ تُعِدْهُ إِلَيْكِ.	إذا رَأَيْتِ زَمِيلةً تُسِيءُ لِلْأُخْرَيات.
لا أنتبه إليها و أنتبه لشرح المعلمة و بعد الخروج من الصف أنصحها ألا تعيد فعلتها.	أطلبه منها بأدب و احترام .	أنصحها بأن تتوقف عن الإساءة للأخريات .

مِنَ السُّنَّةِ النَّبَوِيَّة:

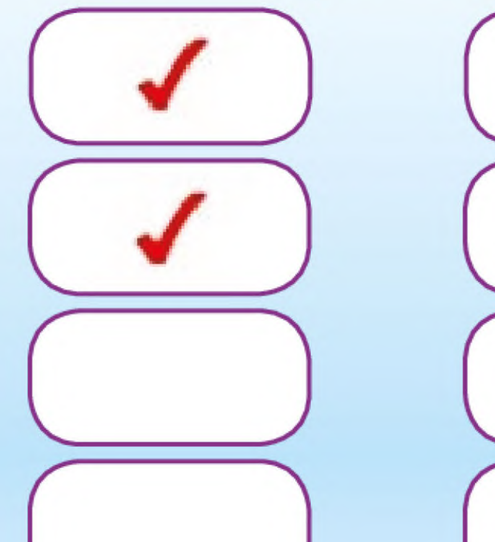
عَنْ أَنَس بْن مالك رضي الله عنه أَنَّ الرَّسُولَ صلى الله عليه وسلم قالَ: «لَيْسَ مِنّا مَنْ لَمْ يَرْحَمْ صَغِيرَنا، وَيُوَقِّرْ كَبِيرَنا» [صحيح الجامع، ٥٤٤٥].

أسرتي العزيزة

عزيزيَ الأبَ/ الأُمَّ: ساعدِ ابنتَك في الإجابةِ عَنِ السؤالِ الآتي:

ما دورُ العاملاتِ في المدرسة؟

المساعدة على نظافة المدرسة ، لذا يجب أن نعاملهن باحترام .



نَشاط ٤

أَضَعُ عَلامةَ (✓) أَمامَ التَّصَرُّفِ الحَسَنِ مَعَ العامِلات:

أَحْتَرِمُ العامِلةَ وأُقَدِّرُ جُهُودَها.	✓
أُقَدِّمُ المُساعَدةَ لَها وَلا أُرْهِقُها بالأَعْمال.	✓
أُنادِيها يا خادِمة.	
أَرْفَعُ صَوْتِي عَلَيْها.	
أَتَعَمَّدُ رَمْيَ الأَوْساخ.	
إذا فَقَدْتُ شَيْئًا أَسْأَلُها بِلُطْفٍ دُونَ اتِّهامٍ لَها.	✓
أَشْكُرُها عِنْدَما تُقَدِّمُ لِيَ المُساعَدة.	✓

U1.indd 14 7/6/20 2:36 PM

مِنَ السُّنَّةِ النَّبَوِيَّة:

عَنْ أَبي هُرَيْرَةَ رضي الله عنه، أَنَّ النَّبِيَّ صلى الله عليه وسلم قالَ: «أَكْمَلُ المُؤْمِنِينَ إيمانًا أَحْسَنُهُمْ خُلُقًا، وَخِيارُكُمْ خِيارُكُمْ لِنسائِهِم» [رَواهُ التِّرْمِذِيُّ، ١١٦٢].

أسرتي العزيزة

عزيزي الأبَ/ الأمَّ: أَرْشِدِ ابْنَتَكَ إلى أَنَّ التَّعامُلَ بِاحْتِرامٍ مَعَ الآخَرِين هُوَ مِنْ حُسْنِ الخُلُقِ الَّذِي أَوْصانا بِهِ نَبِيُّنا مُحَمَّدٌ صلى الله عليه وسلم.

إِرْشَادَاتٌ عَامَّة

١. الـمَدْرَسةُ بَيْتُكِ الثَّانِـي فَـحافِظِي عَلَيْها.

٢. الإِصْغاءُ لإِجابةِ زَمِيلَتِكِ يَزِيدُ مَعْلُوماتِك.

٣. الـمُعَلِّمةُ تُساعِدُكِ فِي فَهْمِ ما يَصْعُبُ عَلَيْكِ؛ فاسْأَلِيها بِاحْتِرامٍ دُونَ خَجَل.

٤. الزَّمِيلاتُ أَخَواتٌ لَكِ فَتَـعاوَنِـي مَعَهُنّ.

٥. الـمُزاحُ فِي غُرْفَةِ الصَّفِّ غَيْرُ لائِق.

U1.indd 15 7/6/20 2:36 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

هيّا نمرح

أُلَوِّنُ الصِّفاتِ الـحَسَنةَ، ثُمَّ أَذْكُرُ مَوْقفًا واحِدًا حَدَثَ لِـي فِـي الْـمَدْرَسة:

الصدق

المحبة

الإِزْعاج

الصدق : رأيت نورة تكسر قلم حصة ، فسألتني المعلمة فقلت بصدق .

المحبة : تحب معلمتي جميع زميلاتي في المدرسة من دون أي تمييز .

الكَذِب

الاحترام

التعاون

الاحترام : أقف لمعلمتي احتراماً عندما تدخل لصفي .

التعاون : رأيت زميلاتي تعاونوا في نظافة المدرسة و ترتيبها .

الفَوْضَى

الاستئذان

الشكر

الاستئذان : رأيت زميلتي صفاء عندما استأذنت من المعلمة للخروج إلى الخلاء .

الشكر : رأيت زميلتي حصة تشكر المعلمة على المنصة أمام الجميع .

الإهْمال

الامانة

العَبَث

الأمانة : وجدت في الفصل << ساعة صديقتي >> فأرجعتها إليها .

U1.indd 16 7/6/20 2:36 PM

رابط الدرس الرقمي
www.ien.edu.sa
الحلول
حلول اون لاين
hulul.online

تَعامُلِي مَعَ ضُيوفِي

المَفاهِيمُ الرَّئِيسة :
- الضيف.
- البشاشة.

مَنْ أَوَّلُ مَنْ أَكْرَمَ الضَّيْف؟

مِنَ السُّنَّةِ النَّبَوِيَّة :

عَنْ أَبي هُرَيْرَةَ رضي الله عنه أَنَّ الرَّسولَ صلى الله عليه وسلم قالَ: «مَنْ كانَ يُؤْمِنُ بِاللهِ وَاليَوْمِ الآخِرِ فَلْيُكْرِمْ ضَيْفَه» [صحيح مسلم، ٤٧].

كَيْفَ نُكْرِمُ الضَّيْفَ؟

- لا نَتْرُكُهُ يَنْتَظِرُ عِنْدَ البابِ طَوِيلًا.
- نُرَحِّبُ بِهِ، وَنُقابِلُهُ بِبَشاشَةٍ وَسُرُور.

تواصل

اُذْكُري بَعْضَ عِباراتِ التَّرْحِيبِ الَّتِي تُقالُ لِلضُّيُوف.

أهلاً وسهلاً - مَرحباً بك - يا هلا فيك

.....

.....

U1.indd 17 7/6/20 2:36 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

نَشاط ١

اِقْتَرِحي حَلًّا لِلْمَواقِفِ الآتِيةِ التِي مَرَّتْ بِها زَمِيلَتُكِ:

• رَنَّ جَرَسُ الهاتف وَلَدَيْها ضَيْف.

أستأذنه لأجيب على الهاتف و لا أطيل الحديث بل أنهيه بسرعة وبأدب .

• زارَها ضَيْفٌ وَهِيَ تَرْغَبُ في الخُرُوج.

أستقبله و أكرمه ، ثم أتصل بمن كنت سأخرج معهم لأعتذر منهم .

أَيْنَ تُـجْلِسـنَ الضَّيْفَ؟

في غرفة الضيف المخصصة لهم (مجلس الرجال - مجلس النساء) .

• أَتَجَنَّبُ تَرْكَ الضَّيْفِ بِمُفْرَدِهِ فَتْرةً طَوِيلةٍ.

• أُبادِلُ الضَّيْفَ الحَدِيثَ.

• إكْرامُ الضَّيْفِ واجِبٌ عَلَيْنا.

U1.indd 18 7/6/20 2:36 PM

التفكير الإبداعي

أَلْصِقِي صُوَرًا لِبَعْضِ أَصْنافِ الأَطْعِمةِ الَّتِي تُقَدَّمُ لِلضَّيْف.

أَسْتَمِعُ وَأُنْشِد

الضَّيْفُ أَتَى	أهلًا بالضَّيْفْ
هاتُوا لِلضَّيْفِ الحَلْوى	هاتُوا للضَّيْفْ
الضيفُ أتانا يا أهلًا	بِقُدُومِ الضَّيْفْ
قَدْ صارَ الضَّيْفُ لَنا أَهْلًا	أَهْلًا بِالضَّيْفْ

* للشاعر/ مصطفى عكرمة.

U1.indd 19 7/6/20 2:36 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

نَشاط ٢

بِالتَّعاوُنِ مَعَ زَمِيلاتِكِ فِي المَجْمُوعةِ، اذْكِري أَكْبَرَ عَدَدٍ مِنَ الْمُناسَباتِ الَّتِي يَحْضُرُ فِيها الضُّيُوفُ لِزِيارَتِكِ؟

الخطبة - الزواج - الولادة - المرض - الأعياد - رمضان .

.....

.....

أَشِيري بِعَلامةِ (✓) عِنْدَ التَّصَرُّفِ الصَّحِيحِ الواجِبِ عَلى الضُّيُوفِ مُراعاتُـهُ وَصَحِّحِي غَيْرَ الصَّحِيحِ:

١. دُخولُ الـمَنْـزِلِ إذا كانَ البابُ مَفْتُوحًا. الاستئذان قبل الدخول بالطرق ثلاثاً و أرجع بعد ذلك .

٢. التَّجَوُّلُ فِي الـمَنْـزِلِ لِرُؤْيَتِهِ. لا أتجول بالمنزل لرؤيته إلا بطلب من صاحب المنزل .

٣. الاسْتِئْذانُ ثَلاثًا قَبْلَ دُخُولِ الـمَنْـزِلِ. ✓

٤. إطالةُ الـزِّيارة. عدم إطالة الزيارة ، وتكون الزيارة قصيرة .

التفكير الناقد

اِخْتارِي مِمّا يَأْتِي الأَلْفاظَ الَّتِي يُفَضَّلُ أَنْ تُنادِي بِها كَبِيراتِ السِّنِّ عِنْدَ التَّحَدُّثِ مَعَهُنّ:

- يا صَدِيقَتي.
- يا جَدَّة
- يا خالة.
- يا أُمِّي.
- يا عَمَّة.
- يا أُخْتِي.

U1.indd 20 7/6/20 2:36 PM

نَشاط ٣

عِنْدَ الحَديثِ نَسْتَخْدِمُ الأَلْفاظَ المُهَذَّبَةَ، مِثْلَ: إذا سَمَحْت، اُذْكُري أَلْفاظًا مُهَذَّبَةً أُخْرى.

خل ممكن ؟ - بعد إذنك - تفضلي - في أمان الله - حياكم الله - الله معكم - في رعاية الله .

.....

.....

مِنَ القُرْآنِ الكَرِيم:

قَالَ تَعالى: ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ لَا يَسۡخَرۡ قَوۡمٞ مِّن قَوۡمٍ عَسَىٰٓ أَن يَكُونُواْ خَيۡرٗا مِّنۡهُمۡ وَلَا نِسَآءٞ مِّن نِّسَآءٍ عَسَىٰٓ أَن يَكُنَّ خَيۡرٗا مِّنۡهُنَّۖ وَلَا تَلۡمِزُوٓاْ أَنفُسَكُمۡ وَلَا تَنَابَزُواْ بِٱلۡأَلۡقَٰبِۖ بِئۡسَ ٱلِٱسۡمُ ٱلۡفُسُوقُ بَعۡدَ ٱلۡإِيمَٰنِۚ وَمَن لَّمۡ يَتُبۡ فَأُوْلَٰٓئِكَ هُمُ ٱلظَّٰلِمُونَ ﴾ [الحجرات: ١١].

إِرْشادَاتٌ عامَّة

١ تَلْبِيةُ الدَّعْوةِ أَمْرٌ واجِبٌ.

٢ لا تَسْتَقْبِلِي الضُّيُوفَ بِمَلابِسِ النَّوْمِ أَوِ الْمَدْرَسة.

٣ قَدِّمِي الضَّيْفَ الجَدِيدَ لِلضُّيوفِ الآخَرِينَ.

٤ تَجَنَّبِي الانْزِعاجَ إذا سَقَطَ شَيْءٌ مِنْ ضُيُوفِكِ عَلى الأَرْضِ حَتّى لا يُحْرِجَهُمْ ذلِك.

U1.indd 21 7/6/20 2:36 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

هيّا نمرح

١ أَصِلُ الـعِبارةَ بِالـمَوْقِفِ الـمُناسِب

تَـفَضَّلِي	عِنْدَ قُدُومِ الضُّيوُف
فـي أَمانِ الله	عِنْدَ تَقْدِيـمِ الطَّعامِ لِلضُّيُوف
حَيّاكُمُ الله	عِنْدَ خُرُوجِ الضُّيُوف

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

U1.indd 22 7/6/20 2:36 PM

٢ أُقَـوِّمُ نَفْسِي بِوَضْعِ ★ أمـامَ العِبارةِ الَّتِي أُطَبِّقُها فِـي التَّعامُلِ مَعَ الضُّيوُف.

- أَسْتَقْبِلُ الضُّيُوفَ بِسُرُورٍ وَبَشاشة. ★
- أُقابِلُ الضُيُوفَ بِـمَلابِسَ لائِقة. ★
- أَسْتَأْذِنُ الضَّيْفَ عِنْدَ الرَّغْبةِ في القِيامِ لِإِحْضارِ شَيْءٍ ما. ★
- أُصافِحُ الضُّيُوفَ وَأُرَحِّبُ بِـهِم. ★
- لا أَتَشاجَرُ مَعَ إِخْوتِـي أَمامَ الضُّيُوف. ★
- أَتَـحَدَّثُ مَعَ الضُّيُوفِ بِأَدَب. ★
- أُساعِدُ أُمِّي فِي تَقْدِيمِ الطَّعامِ والشَّرابِ لِلضُّيُوف. ★
- أَتَعامَلُ مَعَ أَبْناءِ الضُّيُوفِ بِلُطْف. ★
- أَلْعَبُ مَعَ أَبْناءِ الضُّيُوفِ بِأَلْعابِـي. ★
- أُعْطِي الضَّيْفَ فُرْصةً لِلْحَدِيثِ عَنْ نَفْسِه. ★

الـمَجْمُوع

التَّقْيِيم الذاتِيّ:

إذا حَصَلْتِ عَلى ثمان ★ فَأَكْثَرَ فَأَنْتِ تُحْسِنين التَّعامُلَ مَعْ الضُّيُوف، وإذا حَصَلْتِ عَلى أَقَلَّ مِنْ ذلكَ فَعَلَيْكِ أَنْ تُراجِعِي نَفْسَكِ وَتُحْسِنِي التَّعامُلَ مَعَ ضُيُوفِكِ.

U1.indd 23 7/6/20 2:36 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online
www.ien.edu.sa

تَعامُلِي أَثْناءَ نُزْهَتِي

المَفاهِيمُ الرَّئِيسة:
- النزهة.

لَوِّنِي الطَّرِيقَ الَّذِي يُوصِلُكِ لِنُزْهَتِكِ الـمُفَضَّلة:

أسرتي العزيزة

أَبْدَأُ الْيَوْمَ دِراسةَ دَرْس جَدِيدٍ أَتَعَلَّمُ فِيهِ كَيْفَ أَتَنَزَّهُ وَأُحافِظُ عَلى مَكانِ النُّزْهةِ جَمِيلًا كَما كانَ. وهذا نَشاطٌ سَنَسْعَدُ بِتَنْفِيذِهِ أُسْرَةً واحِدةً مَعَ وافرِ الحُبّ/ اِبْنَتُكُم.

نشاط:

عزيزي الأبَ/ الأُمَّ ساعدِ ابنتُك في الإجابةِ عن الأسئلةِ الآتية:

١. اُذكري أماكنَ أُخرى في بِلادِنا الحبيبةِ تتنزهِينَ فيها مع عائلتِك.

كورنيش جدة - الملاهي - التخييم بالبرِ - المنتزهات .

٢. ما الأيامُ المفضلةُ عِندَ عائلتِكِ للذهاب إلى النزهةِ؟ ولماذا؟

يوم عطلة نهاية الأسبوع و يوم عطلة الأعيادِ ، لأن أفرادَ الأسرة جميعهم يكونوا في إجازة .

U1.indd 24 7/6/20 2:36 PM

نَشاط ١

أُعَبِّرُ عَنْ رَأْيِي فِيما يَأْتِي:

لا يعجبني لأنهم يكسرون إنارة الشارع

لا يعجبني لأنه يرمي القمامة على الأرض .

لا يعجبني لأنهما تمشيان على النباتات

لا يعجبني لأنها تقطف الأزهار .

أسرتي العزيزة

عزيزي الأبَ/ الأمَّ ساعدِ ابنتَك في الإجابةِ عن السؤالِ الآتي:

يجبُ عليكِ أَلّا تبتعدي كثيرًا عن عائلتِكِ أثناءَ النزهة. لماذا؟ حتى لا تضيع

- عِنْدَ اللَّعِبِ أَنْتَظِرُ دَوْرِي ولا أُزاحِمُ الآخرين.
- عِنْدَ العَوْدَةِ مِنَ النُّزْهَةِ أَشْكُرُ والدِيّ.

أَكْتُبُ عِبارَةَ شُكْرٍ لِوالِدِيّ:

والدي الغالي .....

أشكرك على رعايتك لنا وبذل المجهود من أجل توفير حياة كريمة لنا

شكراً أبي

U1.indd 25 7/6/20 2:36 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

نَشاط ٢

صِفي لِزَميلاتِكِ مَكانًا ذَهَبْتِ إليْهِ لِلنُّزْهةِ مَعَ عائلَتِكِ؟

ذهبت إلى مدينة الملاهي فلعبت بالألعاب كالسيارات و المنطاح و غيرها و لعبت مع أخواتي و صديقاتي

أسرتي العزيزة

عزيزي الأبَ/ الأمَّ أَرشد ابنتَك للمحافظةِ على البيئةِ والمكتسباتِ الوطنيةِ فهيَ ثروةٌ للأجيالِ القادمة.

إرْشَادَاتٌ عَامَّة

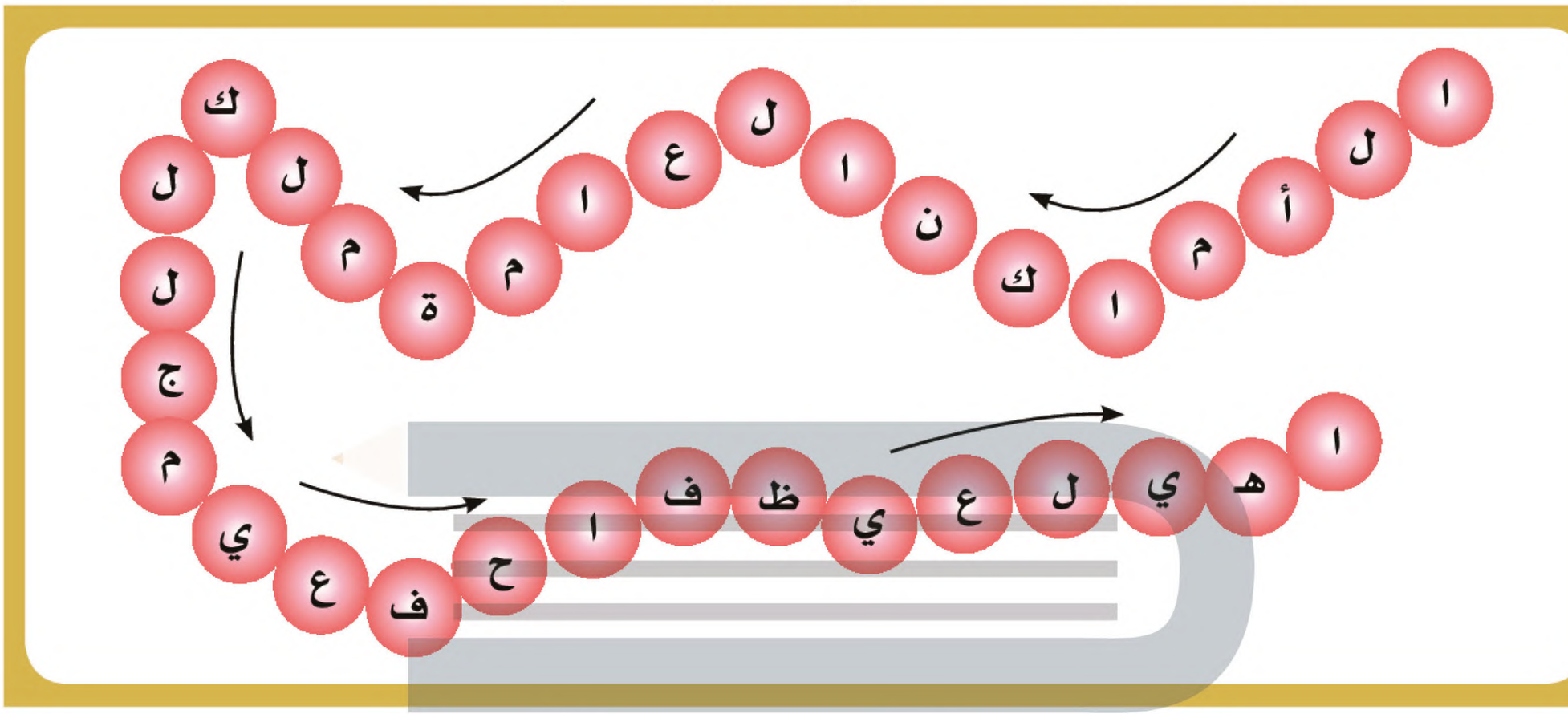
١. النُّزُهاتُ تُجَدِّدُ النَّشاطَ وتَشْرَحُ الصَّدْر.
٢. حافِظي عَلى المُمْتَلَكاتِ العامّةِ فِي أَماكِنِ التَّنَزُّه.
٣. اللَّعِبُ بِالأَلْعابِ المُناسِبةِ لِسِنِّكِ يُجَنِّبُكِ الأَخْطار.
٤. اِصْطَحِبي مَنْ هُوَ أَكْبَرُ مِنْكِ سِنًّا عِنْدَ الذَّهابِ لِدَوْرةِ المِياه.
٥. لا تَنْسَيْ دُعاءَ رُكوبِ السَّيّارة.
٦. لا تَذْهَبي مَعَ مَنْ لا تَعْرِفين.

U1.indd 26 7/6/20 2:36 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

هيّا نمرح

١ أَتَتَبَّعُ الحُرُوفَ لِأَقْرَأَ العِبارَةَ ثُمَّ أَكْتُبَها.



العِبارة: الأماكن العامة ملك للجميع فحافظي عليها .

٢ خَرَجْتُ لِلنُّزْهةِ مَعَ عائِلَتي عَلى شاطِئِ البَحْرِ، فَرَمَتْ أُخْتي بعض النفايات عَلى الشاطِئ:

أُحيطُ التَّصَرُّفَ الـمُناسب:

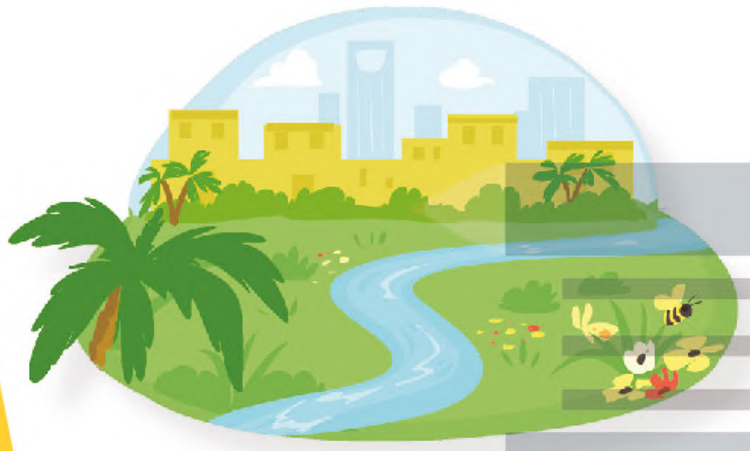
- لا أَفْعَلُ شَيْئًا فَالأَمْرُ لا يَعْنِينِي.
- أَدْفِنُ النفايات في الرَّمْل.
- أَغْضَبُ مِنْ أُخْتِي وَلا أُكَلِّمُها.
- أَلْتَقِطُها دُونَ أَنْ أَقُولَ لَها شَيْئًا.
- أَشْرَحُ لَها سُوءَ تَصَرُّفِها، وأَطْلُبُ مِنْها وَضْعَ النفايات فِي مَكانِها الـمُناسِب.

U1.indd 27 7/6/20 2:36 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online
رابط الدرس الرقمي
www.ien.edu.sa

تَعامُلِي مَعَ بِيئَتِي

المَفاهِيمُ الرَّئِيسة :
- البيئة.
- التلوث.



ماذا تَرَيْنَ فِي المَنْظَر المَعْرُوض أَمامَكِ؟

بيئة نظيفة تحتوي على النباتات و الأزهار و الأنهار و الأشجار .

البِيئـــة

كُلُّ ما يُـحِيطُ بِنَا مِنْ هَواءٍ وَنَبَاتٍ و ماء وحيوان و جبال وغيرها .

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

التَّعاوُنُ وَالْمُشارَكَةُ المُجْتَمَعِيَّة

بِيئَتِي تَتَعَرَّضُ لِـمُلَوِّثاتٍ كَثِيرةٍ.

بِالتَّعاوُنِ مَعَ زَمِيلاتِكِ فِـي الـمَجْمُوعةِ عَدِّدِي أَكْبَرَ عَدَدٍ مِنْ مُلَوِّثات الْبيئة؟

ملوثات كيميائية : ناتجة عن الإسراف في استخدام المبيدات الحشرية .
ملوثات غازية : ناتجة عن عوادم السيارات و دخان المصانع .
ملوثات عضوية : ناتجة عن الثمامة التي بها مخلفات الطعام و الطيور .
ملوثات سمعية : تشغيل مكبرات الصوت مما يؤدي إلى ضوضاء تصيب الأذن .

U1.indd 28 7/6/20 2:37 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

نَشاط ١

حَدِّدِي نَوْعَ المُلَوِّثِ المُهَدِّدِ لِلْبيئةِ فِيما يَأْتِي:

تلوث كيميائي .....

تلوث غازي .....

تلوث بصري .....

تلوث غازي .....

تلوث عضوي وبصري .....

U1.indd 29 7/6/20 2:37 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

السببُ والنتيجة

تَلَوُّثُ البِيئةِ يُؤَدِّي إلى ← الإصابة بالأمراض الخطيرة

(اِبْدَئِي بِنَفْسِكِ مِنْ أَجْلِ بِيئةٍ أَفْضَلَ)

قَدِّمِي مُقْتَرَحًا تَحْتَ هذا الشِّعار.

عدم رمي القمامة في الشارع

هل تعلمين أن إعادة التدوير يحد من تلوث البيئة. ويرمز له بالرمز .

أُقَوِّمُ نَفْسِي:

هَلْ أَنا صَدِيقَةُ البِيئةِ؟ لِمَعْرِفةِ ذَلكَ أَضَعُ ★ عِنْدَ العِبارةِ الَّتِي أُطَبِّقُها.

- أَجْمَعُ النفايات فِي أَكْياسٍ مِنَ البلاسْتِيك وَأُغْلِقُها جَيِّدًا.
- لا أُكْثِرُ مِنِ اسْتِعمالِ الْمُبِيداتِ الحَشَرِيَّة.

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

U1.indd 30 7/6/20 2:37 PM

- أَتَـجَنَّبُ رَمْيَ الـمُخَلَّفاتِ عَلى شاطِئِ البَحْر.
- لا أَقْطَعُ الأَشْجارَ وَالأَزْهار.
- أُساهِم فِـي تَدْويـرِ النفايات.
- أُفَضِّلُ اسْتِخْدامَ الفُرْنِ فِـي الشَّيِّ بَدَلًا مِنَ الفَحْم.
- أَنْصَحُ مَنْ يَبْصُقُ فِـي الشارِع.

الـمَجْمُوع

التَّقْييمُ الذاتِيّ:

إذا حَصَلْتَ عَلى خَمْس ★ أَوْ أَكْثَرَ فَأَنْت صَديقةُ البيئة، وإذا حَصَلْتِ على أَقَلَّ مِنْ ذلكَ فَلا بُدَّ أَنْ تُحاوِلي أَنْ تَكُوني صَديقةً لِلْبيئة.

إِرْشادَاتٌ عامَّة

١ رُؤْيةُ ٢٠٣٠ تَهْدِفُ إلى المُحافَظةِ عَلى البيئةِ وَثَرَواتِها الطَّبيعيَّة، مِنْ خِلالِ الحَدِّ مِنَ التَّلَوُّث.

٢ تَرْشيدُ اسْتِهْلاكِ الـماءِ وَالْكَهْرَباءِ يُـحافِظُ عَلى البيئة.

٣ الصَّيْدُ الـجائِرُ لِلْـحَيَواناتِ يُؤَدِّي إلى انْقِراضِها وَإفْسادِ البيئة.

U1.indd 31 7/6/20 2:37 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

هيّا نمرح

١ أَصِلُ ما يُوضَعُ فِي كُلِّ حاوِيةٍ فِيما يَأْتي:

U1.indd 32 7/6/20 2:37 PM

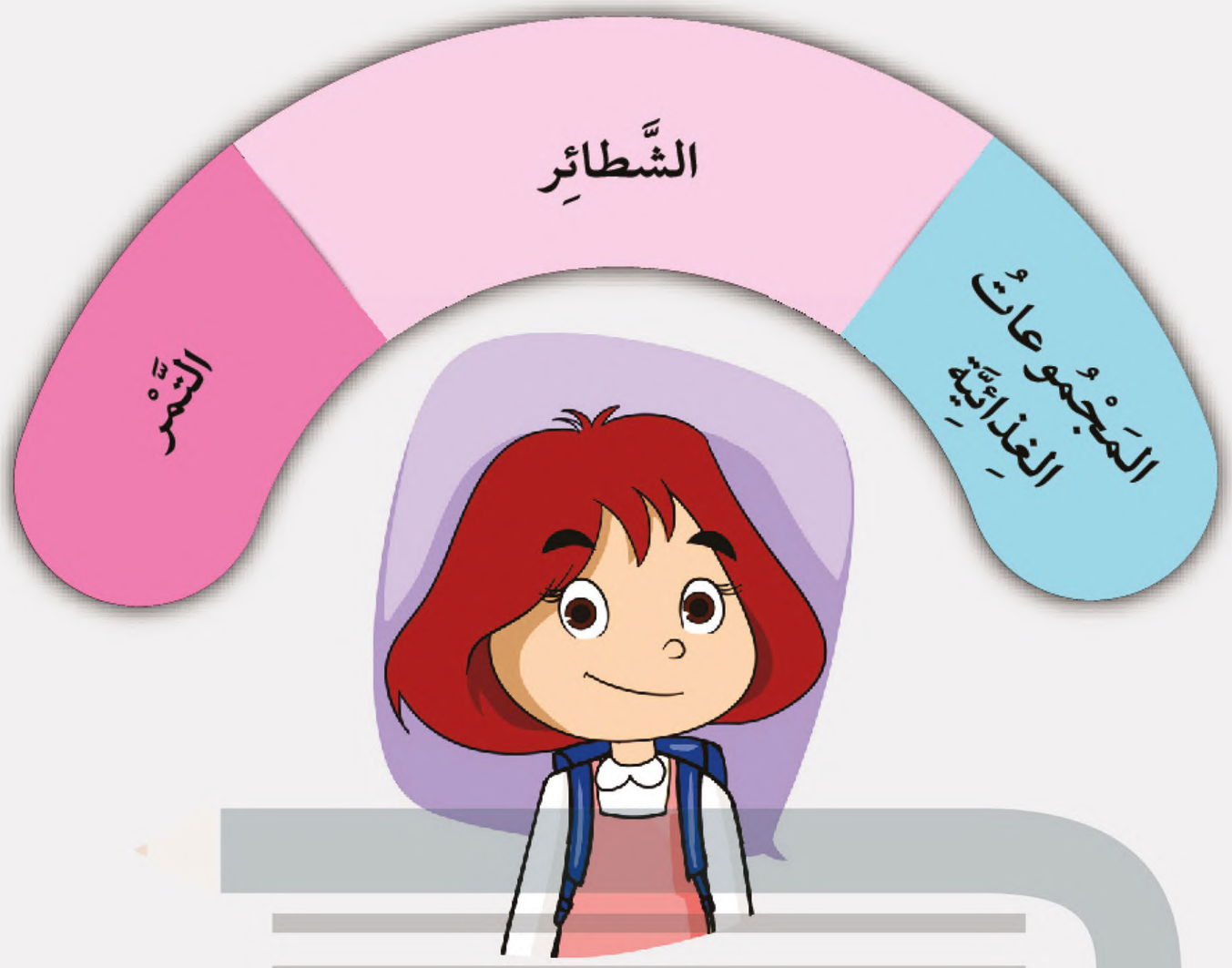
حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

الوِحْدةُ الْخَامِسَةُ

غـذائـي

- الـمَجْمُوعاتُ الغِذائِيَّة.
- الشَّطائِر.
- التَّمْر.

U2.indd 33 7/6/20 2:20 PM



الأَهْداف

يُتَوَقَّعُ من المُتَعلِّمة في نِهايةِ الوحدةِ:

١ أَنْ تُصَنفَ الأَغْذِيَـةَ حَسْبَ المَجْموعاتِ الغِذائيَّـة.

٢ أَنْ تُوْضِحَ أَهَميَّـةَ تَـكامُلِ المَجْمُوعَاتِ الغِذائيَّـةِ فِي كُلِّ وَجْبةٍ.

٣ أَنْ تُطَبِّـقَ شُروطَ الصِّحَّةِ والسَّلامَةِ عِنْدَ تَحْضيرِ الأَطْعِمَة.

٤ أَنْ تَبْتَـكرَ طَريقَةً لِتَزْيينِ الشَّطائِـر.

٥ أَنْ تُعِدَّ صِنْفًا مِنَ الأَصْنافِ البَسيطَةِ مِنَ التَّمْرِ.

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

رابط الدرس الرقمي
www.ien.edu.sa

المَجْمُوعاتُ الغِذائِيَّة

المَفاهِيمُ الرَّئِيسة :
- المجموعة.
- الحبوب.
- الطاقة.

هَلِ الطَّعامُ نَوْعٌ واحِدٌ؟

- خَلَقَ اللهُ – عَزَّ وَجَلَّ – أَنْواعًا كَثِيرةً مِنَ الأَطْعِمة.

نَشاط ١

اُذْكُري أَكْبَرَ عَدَدٍ مِنَ الأَطْعِمةِ الَّتِي ذُكِرَتْ فِي الْقُرْآنِ الكَرِيم.

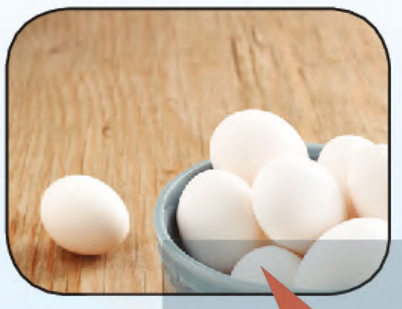
الرطب - الزيتون - التين الرمان - البصل - العدس - اليقطين - المن - السلوى - لحم الأنعام - الطير - الحوت(السمك) - العنب - الطلح (الموز) - اللبن - العسل .

U2.indd 35 7/6/20 2:20 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

نَشاط ٢

صَنِّفِي الْأَطْعِمةَ المُخْتَلِفةَ وَفْقًا لِلْمَجْمُوعاتِ الغِذائِيةِ فِيما يَأْتِي:



مَـجْمُوعةُ الْحَلِيب

مَـجْمُوعةُ الخُبْزِ وَالْحُبُوب

مَـجْمُوعةُ اللُّحُومِ والبُقُول

مَـجْمُوعةُ الفَواكِهِ وَالخَضْراوات

هَلْ تَعْلَمِينَ أَنَّ وِزارةَ الصِّحةِ السُّعُودِيةَ قَدَّمَتْ مُنْتَجًا تَثْقِيفِيًّا غِذائِيًّا تَحْتَ مُسَمَّى (النَّخْلةُ الغِذائِيَّـة) يُعْنَـى بِتَصْحِيحِ العاداتِ الغِذائِيةِ الخاطِئة؟

U2.indd 36 7/6/20 2:20 PM

فَوائِدُ المَجْمُوعاتِ الغِذائِيَّة:

تُساعِدُ عَلى النُّمُوّ.

تُـمِدُّ الـجِسْمَ بِالطاقة.

تُـمِدُّ الـجِسْمَ بِالطاقة وَتُساعِدُ عَلى النُّمُوّ.

تَقِي – بِإِذْنِ اللهِ – مِنَ الْأَمْراض.

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

وزارة الصحة
Ministry of Health

النَّخْلَةُ الغِذائِيةُ الصِّحِّيَّة

للمملكة العربية السعودية

الزيوت والسكريات

أقل كمية ممكنة من
الزيوت والسكريات

اللحوم والبقوليات

-عدد الحصص = ٢-٣ حصة يومياً.
- الحصة = ٦٠ إلى ٩٠ جم من اللحوم الحمراء أو الدجاج أو السمك أو نصف كوب بقوليات مطهية.

الحليب و مشتقاته

- عدد الحصص = ٢ - ٤ حصة يومياً.
- الحصة = كوب من الحليب أو اللبن (٢٤٠ مل) أو ٣٠ جرام جبن.

الفواكه

- عدد الحصص = ٢-٤ حصة يومياً.
- الحصة = حبة متوسطة من التفاح أو البرتقال أو الموز أو نصف كوب (١٢٠ مل) عصير أو نصف كوب فواكه جافة.

الخضار

- عدد الحصص = ٣ - ٥ حصة يومياً.
- الحصة = كوب خضار أو نصف كوب عصير أو نصف كوب خضار مطهي.

الحبوب والخبز

- عدد الحصص = ٦ - ١١ حصة يومياً.
- الحصة = شريحة خبز (٢٥ جرام) أو نصف كوب من الحبوب المطبوخة أو حبوب الإفطار أو ٤- ٦ حبة بسكويت متوسطة.

الماء

شرب الماء يومياً
لايقل عن ٦ أكواب (٢٤٠مل)

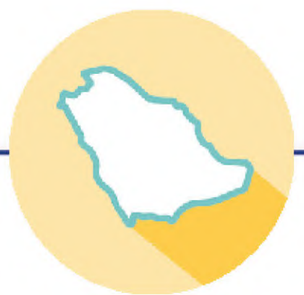
ممارسة النشاط البدني : من ٣٠ – ٦٠ دقيقة يومياً حسب الحالة الصحية.

U2.indd 38 7/6/20 2:20 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

يَجِبُ عَلَيْنا تَناوُلُ صِنْفٍ مِنْ كُلِّ مَجْمُوعةٍ يَوْمِيًّا.

التَّعاوُنُ والمُشارَكةُ المُجْتَمَعِيَّة



بالتَّعاوُنِ مَعَ زَمِيلاتِكِ فِي الـمَجْمُوعةِ اخْتاري مِنْ كُلِّ مَجْمُوعةٍ صِنْفًا لِتَكْوِينِ وَجْبةِ غَداءٍ مُتَكامِلة.

.....

أرز - دجاج - خيار - تفاح - لبن

نَشاط ٣

قَدِّمِي نَصِيحةً لِمَنْ تَقْتَصِرُ فِي غِذائِها عَلى نَوْعٍ واحِدٍ مِنَ الْأَطْعِمة.

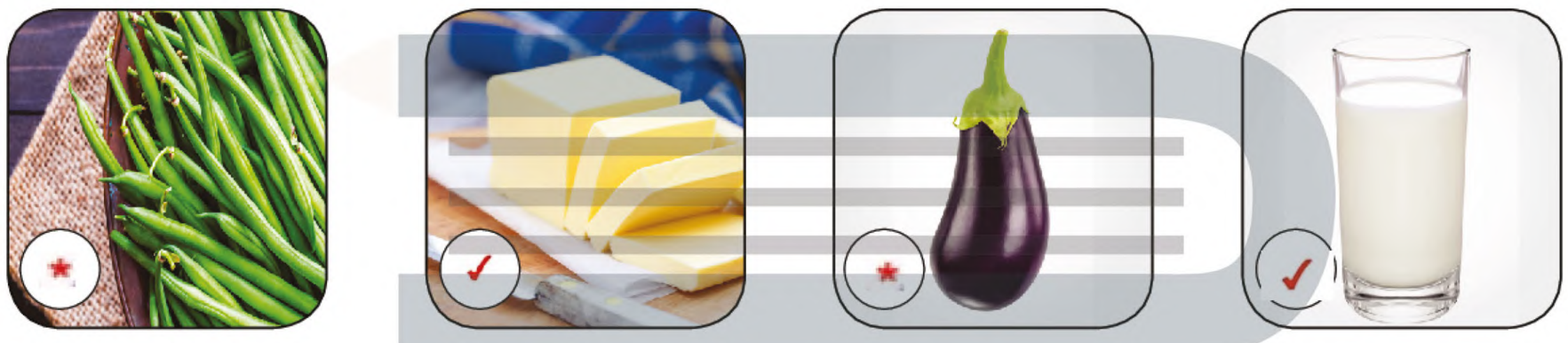
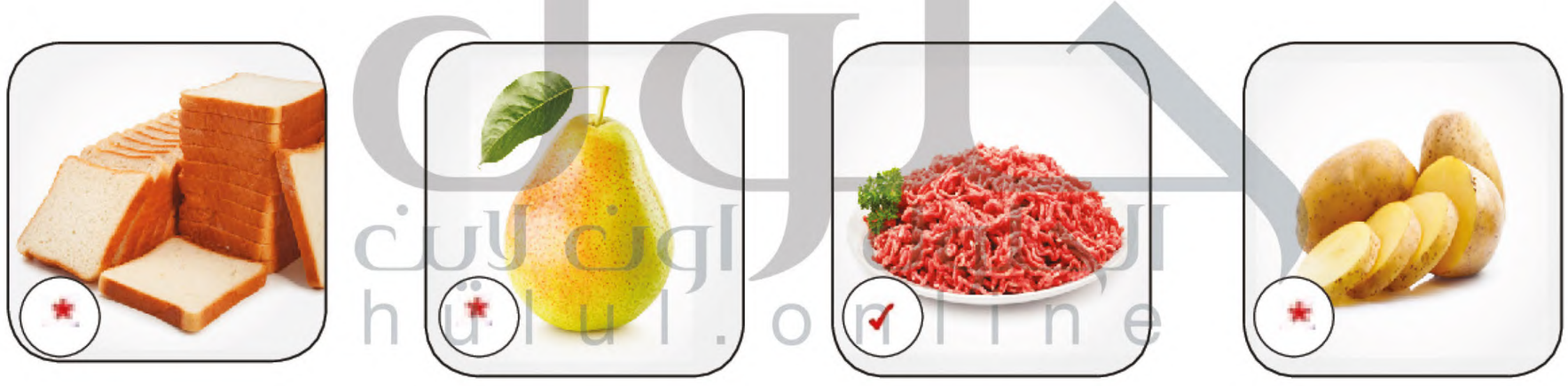
عليك أن توازني في وجباتك الغذائية بين المجموعات المختلفة من الأطعمة حتى تقيكي من الأمراض .

U2.indd 39 7/6/20 2:21 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

- لِلْأَطْعِمةِ مَصْدَرانِ:
  1. حَيَوانِـيّ.
  2. نَباتِـيّ.

أضع علامة (✓) على الغذاء ذا المصدر الحيواني وعلامة ★ على الغذاء ذا المصدر النباتي:

U2.indd 40 7/6/20 2:21 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

مِنَ القُرْآنِ الكَرِيم:

تَجَنُّبِي الإِسْرافَ فِي تَناوُلِ الطَّعامِ وَالشَّرابِ عَمَلًا بِقَوْلِهِ تَعالى: ﴿وَكُلُوا۟ وَٱشْرَبُوا۟ وَلَا تُسْرِفُوٓا۟ ۚ إِنَّهُۥ لَا يُحِبُّ ٱلْمُسْرِفِينَ﴾ [الأعراف: ٣١].

إِرْشَادَاتٌ عَامَّة

١. الـغِذاءُ نِـعْمةٌ مِنْ نِـعَمِ اللهِ علينا.

٢. بَعْضُ الأَطْعِمةِ تُؤْكَلُ نِيئَةً وَبَعْضُها تُؤْكَلُ مَطْبُوخة.

٣. شُرْبُ الـماءِ يَـوْمِيًّا أَمْـرٌ ضَرُورِيّ لسلامة أجسامنا.

٤. المُبالَغةُ فِي تَـناوُلِ الأَطْعِمةِ الدَّسِمة تُؤَدِّي إلى السِّمنة.

٥. التَّنْوِيعُ فِي الغذاء يُمدُّ جسْمَكَ باحْتياجاته الضَّرُورِيَّة.

الحلول اون لاين
hulul.online

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

هيّا نمرح

١ أَخْتارُ الإجابةَ الصَّحِيحة من بين المجموعات الآتية:

السَّمَكُ مِنْ مَـجْمُوعةِ:

- [ ] الـحَليبِ وَمُشْتَـقّاته.
- [x] اللُّـحُومِ وَالبُقُول.
- [ ] الفَواكِهِ وَالـخَضْراوات.

خُبْزُ السانْدْويتش مِنْ مَجْمُوعة:

- [ ] الفَواكِهِ والـخَضْراوات.
- [x] الـخُبْزِ وَالـحُبُوب.
- [ ] اللُّـحُومِ وَالبُقُول.

الـقَرْعُ مِنْ مَـجْمُوعةِ:

- [ ] اللُّـحُومِ وَالبُقُول.
- [ ] الـحَليبِ وَمُشْتَـقّاته.
- [x] الفَواكِهُ وَالـخَضْراوات.

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

U2.indd 42 7/6/20 2:21 PM

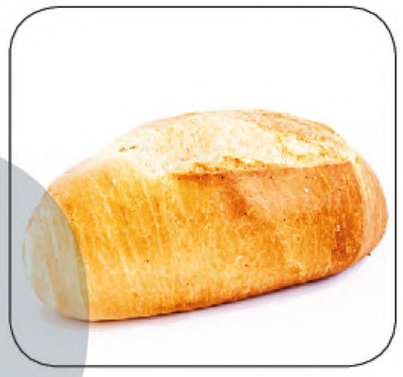
رابط الدرس الرقمي
www.ien.edu.sa
حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

الشَّطائِر

المَفاهِيمُ الرَّئِيسة :
- الشطيرة.
- الحشوة.
- التغليف.

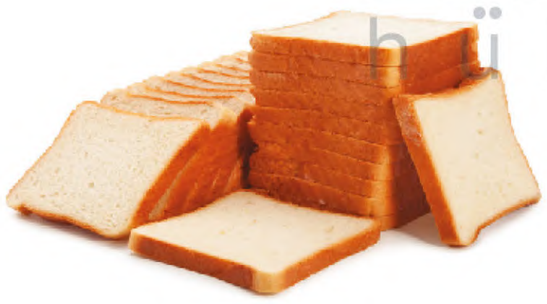
لماذا سُمِّيَت شَّطِيرة؟

لأنها عبارة عن خبزة تشق من وسطها و يوضع فيها الغموس أو الإدام .



شطيرة = مربى + صامولي

أَسْتَخْدِمُ لِعَمَلِ الشَّطائِرِ أَشْكالًا مُتَنَوِّعةً مِنَ الـخُبْز:



U2.indd 43 7/6/20 2:21 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

تُـحْشَى الشَّطائِرُ:

بِجُبْـن

بمُرَبّىً أَوْ عَسَل

بِزَيْتُون

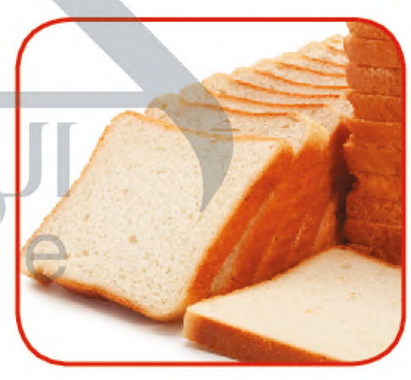
بِقِشْطة

تواصل

أُكْتُبِـي الْـحَشْوةَ الَّتِـي تُـفَضِّلِينَها فِي شَطِيـرتِكِ.

الجبن - الزيتون

لِأُعِدَّ شَطِيرةَ اللَّبْنة بِالزَّعْتَر أَحْتاجُ إلى:



خبز

زعتر

لبنة

طَرِيـقةُ الـعَمَل:

١ أَدْهُن:

٢ أَرُشّ:

٣ أُقَدِّمُ أو أُغَلِّف:

U2.indd 44 7/6/20 2:21 PM

يُفَضَّلُ تَناوُلُ الشَّطائِرِ فِي الحالاتِ الآتية: الجوعِ بينَ الوَجَباتِ الرَّئيسة، السَّفَر، اصْطِحابِ الأَطْفالِ إلى مَكانٍ عامّ ..... إلخ.

أسرتي العزيزة

أَبْدَأُ اليَوْمَ دِراسةَ دَرْسٍ جَديدٍ أَتَعَلَّمُ فِيهِ كَيْفِيَّةَ إِعْدادِ الشَّطائِرِ والحَشواتِ المُتَنَوِّعةِ، وَهذا نَشاطٌ سَنَسْعَدُ بِتَنْفِيذِهِ مَعًا مَعَ وافِرِ الحُبّ/ اِبْنَتُكُم.

نشاط:

لِمَ يُفَضَّلُ إضافةُ الخَضْراواتِ للشَّطائِرِ؟

لرفع قيمتها الغذائية

.....

نَشاط ١

طَبِّقِي مَعَ مُعَلِّمَتِكِ عَمَلَ الشَّطِيرةِ بِأَيِّ حَشْوةٍ مُخْتارةٍ، ثُمَّ تَناوَلِيها مُتَّبِعةً آدابَ تَناوُلِ الطَّعام.

U2.indd 45 7/6/20 2:21 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

نَشاط ٢

قُومِي بِعَمَلِ شَطائِرِ الجُبْن بطَريقةٍ جَميلةٍ وَمُبْتَكَرةٍ وَقَدِّميها لِعائلتِكِ؟

شطيرة الجَبَن بالخبز اللّبنانَي : نحضرً الخبزَ و ندهّن فوقه الجبن ثم نضع قطع الطماطم المقطعة مسبقاً إلى قطع صغيرة ونقوم بلفه حول بعضه جيداً و نقدمه في صحن أو نغلفه .

أسرتي العزيزة

عزيزي الأبَ/ الأمَّ شاركِ ابْنتَكَ سعادتَها في تناولِ الشطائرِ التي صنعتْها وقَيِّمْها من حيثُ الطعمُ وطريقةُ التقديم.

أسرتي العزيزة

عزيزي الأبَ/ الأمَّ أرشد ابْنتَكَ إلى تَنْويعِ وَجْبَتِها بحيثُ تَحْتوي على نَوْعٍ واحِدٍ عَلى الأقَلِّ مِنْ كُلِّ مَجْمُوعةٍ مِنَ المَجْمُوعاتِ الغذائيةِ.

تعد صناعة الشطائر من المشاريع الصغيرة المحببة للمجتمع، وتحقيقًا للرؤية الوطنية ٢٠٣٠ أنشأت المملكة العربية السعودية بنكًا للتنمية الاجتماعية يسهم في دعم المشروعات الصغيرة والمنزلية مثل مشروع صناعة وتقديم الشطائر.

إِرْشَادَاتٌ عَامَّة

١. اِحْرِصِي عَلى النَّظافةِ عِنْدَ إعْدادِ الطَّعام.
٢. كُونِـي حَذِرةً عِنْدَ اسْتِخْدامِ السِّكِّيـن.
٣. خُبْزُ البُرِّ أَكْثَرُ فائدةً مِنَ الـخُبْزِ الأَبْيَض.
٤. تَناوَلِـي الشَّطائِرَ مَعَ اخْتِيارِ الحَشْوةِ الَّتِي تُغَذِّي جِسْمَك.

U2.indd 46 7/6/20 2:21 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

هيّا نمرح

١ ضَعي عَلامةَ (✓) أَمامَ العِبارةِ الصَّحِيحةِ، وَعلامةَ (✗) أَمامَ العِبارةِ غَيْرِ الصَّحِيحة في الجمل الآتية:

١. تُطْلَقُ الشَّطِيـرةُ عَلى شَرِيـحَتَـيْ خُبْزٍ بَيْنَهُما نَوْعٌ مِنَ الْـحَشْو. (✓)

٢. يَـجِبُ الـحَذَرُ عِنْدَ اسْتِخْدامِ السِّكِّيـنِ فِي قَطْعِ الـخُبْز. (✓)

٣. لَيْسَ مِنَ الضَّرُورِيِّ تَطْبِيقُ آدابِ الطَّعامِ أَثْناءَ تَناوُلِ الشَّطِيـرة. (✗)

٤. تُـغَلَّفُ الشَّطائِرُ بِوَرَقِ الـجَرائِـد. (✗)

٢ أُكْمِلُ:

خبز + زبدة الفول = شَطِيـرة زُبْدةِ الفولِ السُّودانِيّ.

بَيْـــض + خُـــبْـز = شطيرة البيض

U2.indd 47 7/6/20 2:22 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online
www.ien.edu.sa

التَّمْر

هَلْ تَتَناوَلِينَ التَّمْر؟

المَفاهِيمُ الرَّئِيسة:
- اللوز.
- جوز الهند.

عَنْ عَائِشَةَ رضي الله عنها قَالَتْ: قَالَ رَسُولُ اللهِ صلى الله عليه وسلم: « يَا عَائِشَةُ، بَيْتٌ لَيْسَ فِيهِ تَمْرٌ جِيَاعٌ أَهْلُهُ» [مسند الإمام أحمد، ٢٦٠٩٥]

- النَّخْلةُ تُـعْطِينا التَّمْر.
- التَّمْرُ فـيهِ فَوائِـدُ كَثِيـرة.
- تَناوُلُ التَّـمْرِ أَفْضَلُ مِنْ تَناوُلِ الـحَلَوِيّات.

الحلول اون لاين
hulul.online

نَشاط ١

بِالتَّعاوُنِ مَعَ زَمِيلاتِكِ فِي المَجْمُوعةِ، اذْكُرِي أَكْبَرَ عَدَدٍ مِنَ الأَصْنافِ الَّتِي يَدْخُلُ التَّمْرُ فِي مُكَوِّناتِها؟

المعمول- الكعك - بسكويت محشو بالتمر - تمر باللوز

.....

.....

U2.indd 48 7/6/20 4:11 PM

تواصل

قَدِّمِي نَصيحةً لِكُلٍّ مِنْ:

- عَبير الَّتي لا تَتَناوَلُ التَّمْرَ أَبَدًا.

تناولي التمر لأنه يمنع الإصابة بفقر الدم"الانيما

- سُعاد الَّتي تُفَضِّلُ تَناوُلَ الحَلَويّات مَعَ القَهْوة؟

تناولي التمر مع الحليب لأنه يرفع من قيمته الغذائية

- لِلتَّمْرِ أَنْواعٌ وَأَحْجامٌ وَأَلْوانٌ مُتَعَدِّدةٌ، ولِكُلِّ نَوْعٍ اسْمٌ مُخْتَلِفٌ، منها (عَجْوَةُ المَدِينة، السُّكَّرِيّ، الخِلَاص).

نَشاط ٢

أَحْضِري عَيِّنَةً مِنَ التَّمْرِ لِتَناوُلِها مَعَ الحَليبِ أَوِ اللَّبَنِ مَعَ زَمِيلاتِكِ داخِلَ الصَّفِّ، وَتَحَدَّثِي عَنْ نَوْعِها وَمَنْشَئِها.

U2.indd 49 7/6/20 4:11 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

السببُ والنتيجة

تَكْثُرُ زِراعةُ التَّمْرِ في بِلادِي خاصةً في مِنْطَقةِ الأَحْساءِ وَالقَصِيمِ والخَرْج.
فما السبب؟

لأن التربة والجو مناسب لذلك

مَراحِلُ التَّمْر:

بَـــلَحٌ ← رُطَـــبٌ ← تَمْـرٌ

التفكير الناقد

إلى أَيِّ المَجْمُوعاتِ الغِذائِيَّةِ الأَرْبَعةِ يَنْتَمِي التَّمْرُ؟

مجموعة الفاكهة

U2.indd 50 7/6/20 2:22 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

تَحْضِيرُ أَصْنافٍ بَسِيطةٍ بِالتَّمْر

التَّمْرُ بِاللَّوْز:

أَحْتاجُ إلى:

تَمْرٍ

لَوْزٍ

شُوكُولاتةٍ سائِلةٍ

طَرِيقةُ العَمَل:

أَقَطِّع

أَحْشُو

أُجَمِّل

نَشاط ٣

اِبْتَكِرِي حَشواتٍ أُخْرى تَصْلُحُ لِحَشْوِ التَّمْر.

الفستق المنقوع بالعسل

U2.indd 51 7/6/20 2:22 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

التَّمْرُ مَعَ جَوْزِ الـهِنْد:

أَحْتاجُ إلى:

تَمْرٍ مَعْجُون

جَوْزِ هِنْد

طَرِيقةُ العَمَل:

أُكَوِّر

أُدَحْرِج

أُقَدِّم

التفكير الإبداعي

اِقْتَرِحي نَوْعًا مِنَ المُكَسَّراتِ بَدِيلًا لِجَوْزِ الهِنْدِ لِتَغْلِيفِ التَّمْر.

الفستق المطحون

U2.indd 52 7/6/20 2:22 PM

التَّمْرُ بِالشُّوكُولاتة:

أَحْتاجُ إلى:

تَـمْرٍ مَعْجُون

شُوكُولاتة سائلة

شُوكُولاتة لِلزِّينة

طَرِيقةُ العَمَل:

أُكَوِّر

أُشَكِّل

أُغَمِّس

أُقَدِّم

التفكير الإبداعي

اِبْتَكِري طَبَقًا آخَرَ يُمْكِنُك تَحْضيرُهُ مِنَ المَقادير المُتَبَقِّيةِ مِنَ الأَصْنافِ السابِقة.

إضافة الدقيق والزبد مع بعض المقادير السابقة يمكن عمل المعمول بالتمر

U2.indd 53 7/6/20 2:22 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

إِرْشَادَاتٌ عَامَّة

١ التَّمْرُ نِعْمةٌ مِنْ نِعَمِ اللهِ فاشْكُرِي اللّهَ عَلَيْها.

٢ يَحْتَوِي التَّمْرُ عَلى قِيمةٍ غِذائِيةٍ عالِيةٍ تُفِيدُ الجِسْم.

٣ غَسْلُ اليَدَيْنِ قَبْلَ العَمْلِ وَبَعْدَهُ أَمْرٌ ضَرُورِيّ.

٤ طَرِيقةُ تَقْدِيمِ الطَّبَقِ تُشَجِّعُ الآخَرِينَ عَلى تَناوُلِهِ.

٥ يُحْفَظُ الباقي مِنَ الأَصْنافِ فِي عُلَبٍ مُحْكَمةِ الإِغْلاق.

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

U2.indd 54 7/6/20 2:22 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

هيّا نمرح

١ أَبْـحَثُ عَنْ أَنْواعِ التُّمُورِ الآتِيةِ أُفُقِيًّا ثُـمَّ أَشْطُبُها:

خِلاص - بَرْحِي - سُكَّرِي - هلالي - نُبُوت سيف

ف	ي	س	ت	و	ب	ن
و	ج	ص	ا	ل	خ	ع
ل	ا	ي	ر	ك	س	ة
ي	د	م	ي	ح	ر	ب
ة	ي	ل	ا	ل	ه	ن

● ثُمَّ أُكَوِّنُ مِنَ الـحُروفِ الباقيةِ نَوْعًا مِنْ أَنْواعِ التَّمْرِ وَأَكْتُبُه.

عجوة المدينة

الحلول اون لاين
hulul.online

٢ بِـمُساعدةِ أُمِّي أُقَـدِّمُ صِنْـفًا يَـحْتَوِي عَلى الـتَّمْرِ وَأَكْـتُبُ مَـقادِيـرَه.

اِسْمُ الصِّنْف: كعك التمر

المَقادِير: ثلاثة أكواب من الطحين ومئتين جرام من الزبد أو المارجرين وعبوتين صغيرتين "كيس فانيليا وعبوتين بيكنج بودر وخمسة صفار البيض وعلبة من اللبن الحلو

U2.indd 55 7/6/20 2:22 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

٣ أُلْصِقُ صُوَرًا لِعَمَلٍ فَنِّيٍّ أَسْتَخْدِمُ فِيهِ نَوَى التَّمْر.

شكل غطاء علبة المناديل بعد تثبيت نوى البلح

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

U2.indd 56 7/6/20 2:22 PM

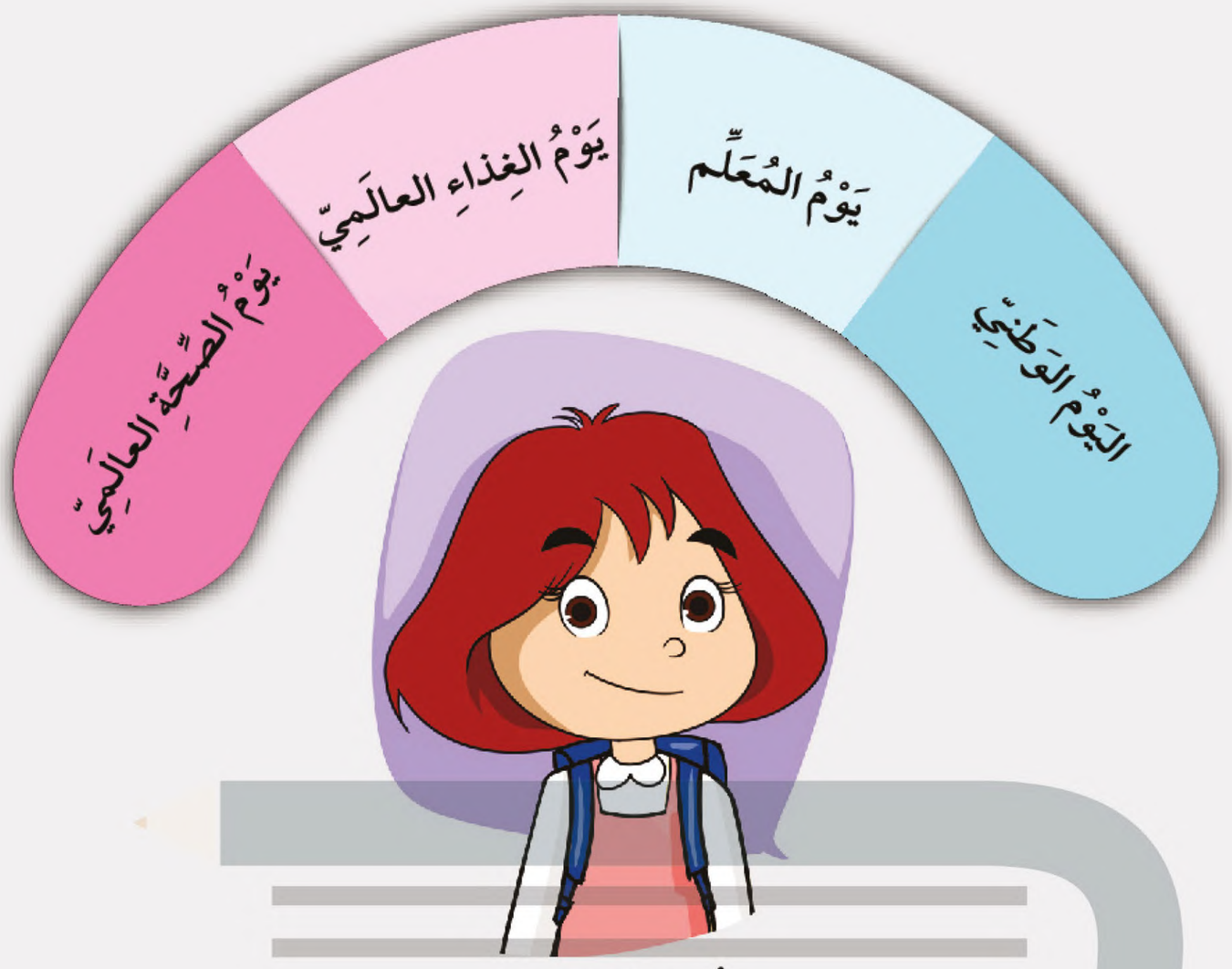
حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

الوِحْدةُ السَّادِسَةُ

مُناسَبَتي

- اليَوْمُ الوَطَنِيّ.
- يَوْمُ المُعَلِّم.
- يَوْمُ الغِذاءِ العالَمِيّ.
- يَوْمُ الصِّحَّة العالَمِيّ.

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online



مُناسَبَتِي

الأَهْداف

يُتَوَقَّعُ من المُتَعلِّمة في نهاية الوحدة:

١ أَنْ تُعَبِّرَ عَنْ حُبِّها وَوَلَائِهَا لِلْوَطَنِ.

٢ أَنْ تُوَضِّحَ أَهَمِيَّةَ دُورِ الْمُعلِّم فِي الْمُجْتَمَعِ.

٣ أَنْ تَسْتَنْتِجَ أَهَمِّيَّةَ يومِ الْغِذَاءِ الْعَالَمِيِّ.

٤ أَنْ تُوَضِّحَ أَهَمِّيَّةَ يومِ الصِّحَةِ الْعَالَمِيِّ.

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

U3.indd 58 7/6/20 2:54 PM

رابط الدليل الرقمي
www.ien.edu.sa
حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

اليَوْمُ الوَطَنِيّ

المَفاهِيمُ الرَّئِيسة :
- الوطن.
- اليوم الوطني.

ما اسْمُ مُؤَسِّسِ وَطَنِنا؟

قـامَ الـمَلِكُ عَبْدُ العَزِيزِ بْنُ عَبْدِ الرَّحْمنِ آلِ سُعُود -رَحِمَهُ اللهُ- بِتَوْحِيدِ أَجْزاءِ البِلادِ وَسَـمّاها:

المملكة العربية السعودية

هذِهِ خَرِيطةُ وَطَنِي المَمْلَكة العَرَبيَّةِ السُّعُودِيَّة.

U3.indd 59 7/6/20 2:54 PM

- عَلَمُ وَطَنِي عَلَمٌ أَخْضَرُ تَتَوَسَّطُهُ شَهادةُ التَّوْحِيدِ "لا إلهَ إلّا اللّهُ مُحَمَّدٌ رَسُولُ اللّهِ " وَالسَّيْفُ العَرَبِيُّ بِاللَّوْنِ الْأَبْيَض.

- شِعارُ المَمْلَكةِ العَرَبِيَّةِ السُّعُودِيَّةِ سَيْفانِ وَنَخْلة.

نَشاط ١

شارِكِي زَمِيلاتِكِ فِي تَوْضِيحِ دَلالةِ رُمُوزِ شِعارِ المَمْلَكةِ العَرَبِيَّةِ السُّعُودِيَّة.

يتألف من سيفين عربيين منحنيين متقاطعين تعلو هما نخلة ويرمز السيفان للقوة والتضحية أما النخلة فترمز للحيوية والنماء والصبر

- عاصِمةُ وَطَنِي هِيَ مَدِينةُ الرِّياضِ، وَالعُمْلةُ الرَّسْمِيَّةُ هِيَ الرِّيالُ السُّعُودِيّ. يَضُمُّ وَطَنِي الحَرَمَيْنِ الشَّرِيفَيْنِ والأَماكِنَ المُقَدَّسةَ فِي مَدِينَتَيْ: مَكَّةَ المُكَرَّمةِ وَالمَدِينةِ المُنَوَّرة.

U3.indd 60 7/6/20 2:54 PM

الحلول
الحلول اون لاين
hulul.online

- اليَوْمُ الوَطَنِيُّ : يُمَثِّلُ تَخْلِيدًا لِذِكْرى إعْلان تَوْحِيدِ البِلادِ وتَأْسِيسِها على يَدَي المَلِكِ عَبْدِ العَزِيزِ بْنِ عَبْدِ الرَّحْمنِ آلِ سُعُودٍ – طَيَّبَ اللّٰهُ ثَراهُ – تَحْتَ اسْمِ المَمْلَكَةِ العَرَبِيَّةِ السُّعُودِيَّة.

- ذِكْرى اليوم الوَطَنِيِّ لِلْمَمْلَكَةِ العَرَبِيَّةِ السُّعُودِيَّةِ فِي الأَوَّلِ مِنَ المِيزانِ المُوافِق لِلثالِثِ والعِشْرينَ مِنْ شَهْر سِبْتمبر مِنْ كُلِّ عام.

نَشاط ٢

حَدِّدي الْيَوْمَ الوَطَنِيَّ السُّعُودِيَّ باليَوْمِ والتاريخِ الهِجْرِيِّ لِهذا العام:

يُوافِقُ اليَوْمُ الوَطَنِيُّ بِاليَوْمِ وَالتارِيخِ الـهِجْرِيِّ لِـهذا العام:

اليوم	التاريخ
.....	...../...../.....هـ

الوطني يكون يوم 23 سبتمبر من كل عام

U3.indd 61 7/6/20 2:54 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

اليَوْمُ الوَطَنِيُّ مُناسَبةٌ لِتَجْدِيدِ العَهْدِ مَعَ وَلِيِّ الأَمْرِ عَلى السَّمْعِ وَالطاعةِ

مِنْ شِعاراتِ اليَوْمِ الوَطَنِـيّ:

★ وَطَـنُ الـخَـيْـر. ★

★ اليَوْمُ الوَطَنِـيُّ انْتِماءٌ وَوَلاء. ★

نَشاط ٣

اِبْتَكِري شِعارًا لليَوْمِ الوَطَنِـيِّ، وَاكْتُبِيه.

دوماً معاً نحو المجد

U3.indd 62 7/6/20 2:54 PM

طاعةُ وُلاةِ الأَمْرِ واجبٌ يَفْرِضُهُ عَلَيْنا دِينُنَا الإسْلامِيّ.

مِنَ الْقُرْآنِ الكَرِيم:

قالَ تَعالى: ﴿يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوٓاْ أَطِيعُواْ ٱللَّهَ وَأَطِيعُواْ ٱلرَّسُولَ وَأُوْلِي ٱلۡأَمۡرِ مِنكُمۡۖ فَإِن تَنَٰزَعۡتُمۡ فِي شَيۡءٖ فَرُدُّوهُ إِلَى ٱللَّهِ وَٱلرَّسُولِ إِن كُنتُمۡ تُؤۡمِنُونَ بِٱللَّهِ وَٱلۡيَوۡمِ ٱلۡأٓخِرِۚ ذَٰلِكَ خَيۡرٞ وَأَحۡسَنُ تَأۡوِيلًا﴾ [النساء: ٥٩]

نَشاط ٤

أُكْتُبِي تَهْنِئَةً لِلْمَلِكِ -حَفِظَهُ اللّٰهُ- بِمُناسَبَةِ اليَوْمِ الوَطَنِيّ:

والدِي الْغَالِي خادمَ الحَرَمَيْنِ الشَّرِيفَيْن

يسعدني أن أقدم أسمى آيات التهاني والتبريكات إلى خادم الحرمين الشريفين الملك سلمان بن عبد العزيز آل سعود حفظه الله وإلى الشعب السعودي وذلك بمناسبة اليوم الوطني للمملكة العربية السعودية

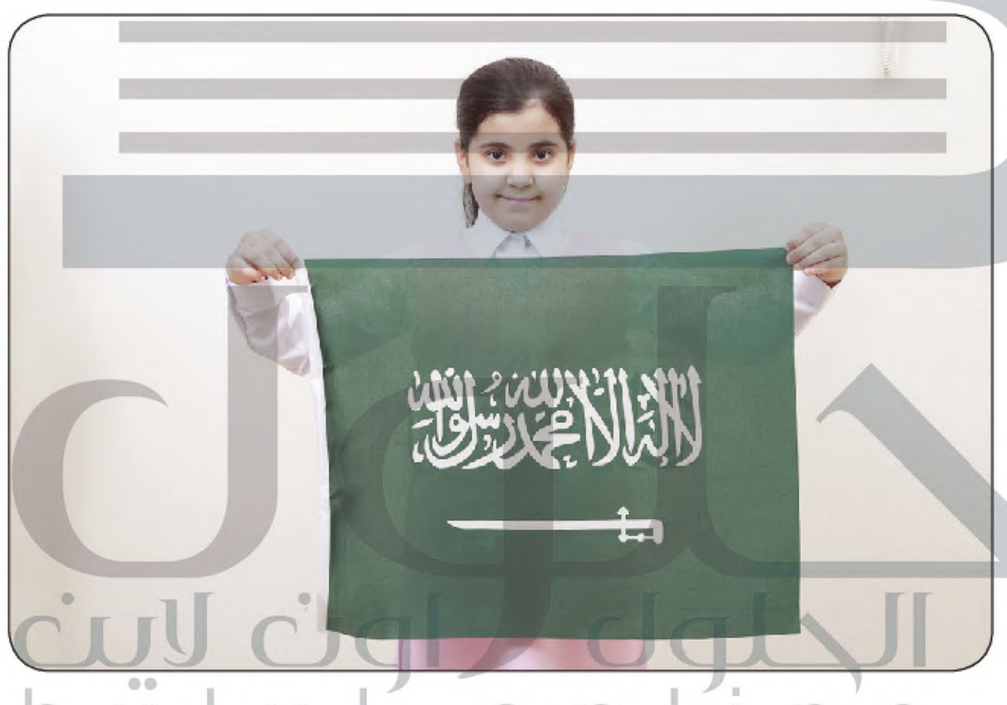
U3.indd 63 7/7/20 3:11 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

فِي وَطَنِي لَدَيْنا رُؤْية ٢٠٣٠.

رؤيـــة VISION
2030
المملكة العربية السعودية
KINGDOM OF SAUDI ARABIA

أُحِبُّ وَطَنِي وَأُحافِظُ عَلَيْه.



الحلول اون لاين
hulul.online

تواصل

فِي ذِكْرى الْيَوْمِ الوَطَنِيِّ أُقَدِّمُ عِبارَةَ شُكْرٍ لِجُنُودِنا البَواسِل:

أقدم شكري وامتناني لجنود الوطن البواسل
الذين يدافعون عن وطننا ويحمونا من كيد
الأعداء

شكراً لكم

U3.indd 64 7/6/20 2:54 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

أَسْتَمِعُ وَأُنْشِد

وَطَنِي وَطَنِي ... سامِي الحَسَبِ
يَبْقَى دَوْمًا ... فَوْقَ السُّحُبِ
رَمْزُ التَّقْوى ... رَمْزُ الأَدَبِ
وَطَنِي مَهْوى ... كُلِّ العَرَبِ
نَحْوَ العَلْيا ... نَحْوَ الشُّهُبِ

إِرْشَادَاتٌ عَامَّة

١ لِكُلِّ دَوْلَةٍ يَوْمٌ وَطَنِيٌّ خاصٌّ بِها.

٢ مَوْعِدُ اليَوْمِ الوَطَنِيِّ وَتارِيخُهُ ثابِتٌ كُلَّ عامٍ.

٣ اليَوْمُ الوَطَنِيُّ وَسِيلَةٌ لِلتَّعْبِيرِ عَنِ الْحُبِّ وَالوَلاءِ لِلْوَطَنِ وَقِيادَتِهِ الحَكِيمة.

٤ حِمايَةُ وَطَنِنا وَمُحافَظَتُنا عَلى مُمْتَلَكاتِهِ واجِبٌ عَلَيْنا.

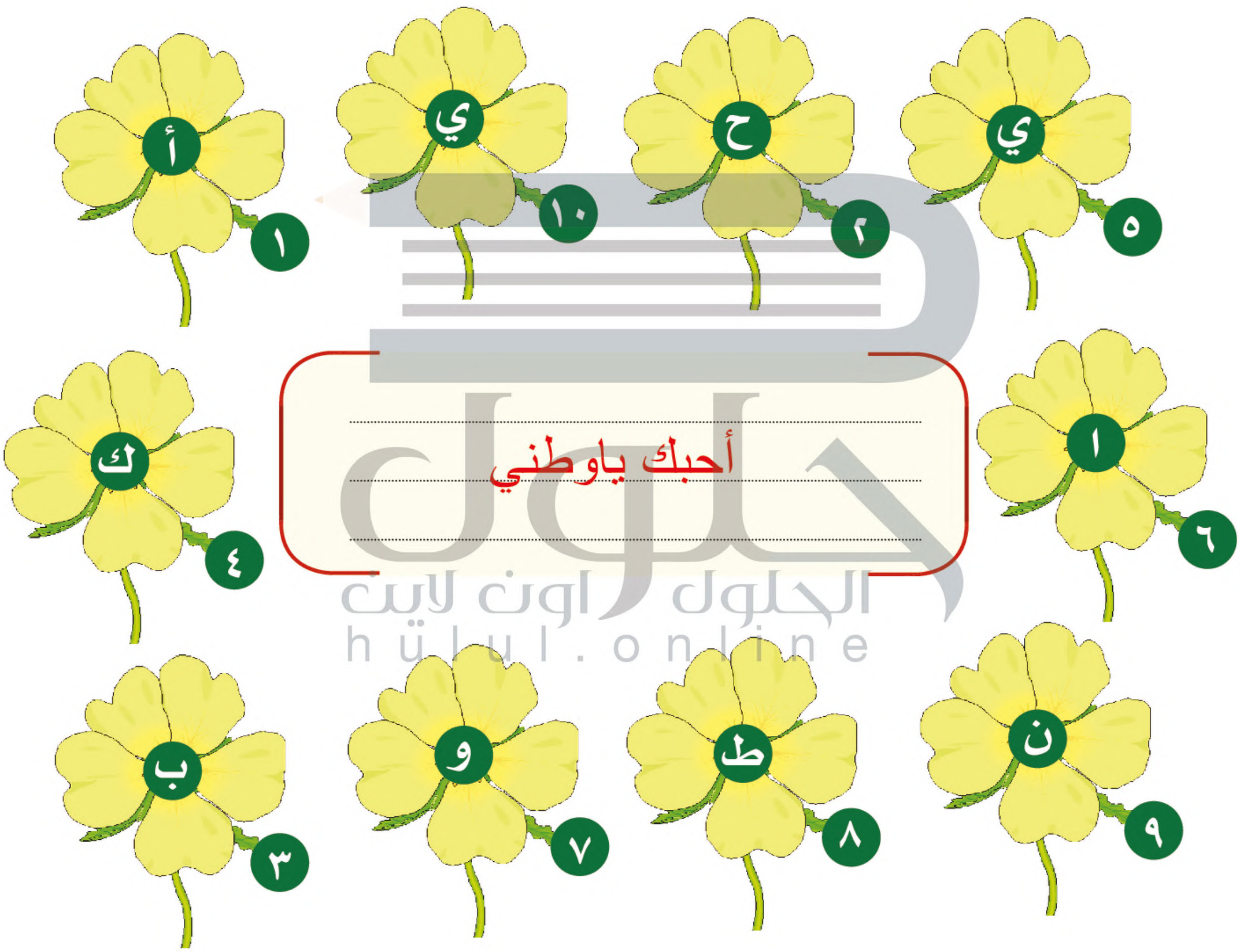
★ (أغاريد البلابل) للشاعرة اعتدال موسى ذكر الله.

U3.indd 65 7/6/20 2:54 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

هيّا نمرح

١ اُكْتُبِي الـعِبارةَ بِـتَتَبُّعِ تَرْتِـيبِ الأَرْقــامِ، لِـمَعْرِفةِ الـتَّرْتِيبِ الصَّحِيحِ لَـها:



أحبك ياوطني

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

U3.indd 66 7/6/20 2:54 PM

١ أُحِيطُ الإجابةَ الصَّحِيحة:

أ. اليَوْمُ الوَطَنِـيُّ ذِكْرى:

- لبداية العام الدِّراسِيّ.
- لِتَوْحِيدِ الـمَمْلَكة.
- لِـمَوْسِمِ الحَجّ.

ب. يُطْلَقُ لَقَبُ خادِمِ الـحَرَمَيْنِ الشَّرِيفَيْـنِ حالِيًّا عَلى:

- الـمَلِك سَلْمان.
- الـمَلِك عَبْدِ العَزِيز.
- الـمَلِكُ سُعُود.

جـ. يُصادِفُ اليَوْمُ الوَطَنِـيُّ:

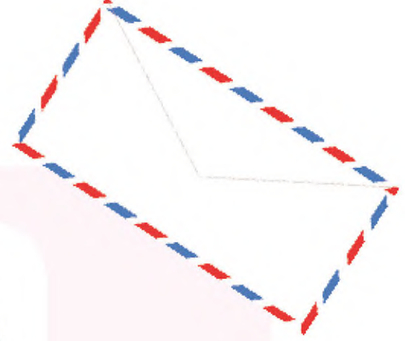
- الـخامِسَ مِنْ شَهْرِ سِبْتِمْبَر.
- العاشِرَ مِنْ شَهْرِ سِبْتِمْبَر.
- الثالِثَ والعشرينَ مِنْ شَهْرِ سِبْتِمْبَر.

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

٣ اِجْمَعِي الحُروفَ لِكِتابةِ العِبارةِ المَطْلُوبةِ بِخَطٍّ جَمِيل.

ح	م	ا	ك	ا	ل	ل
ي	ن	ط	و	ا	ي	هـ



حماك الله ياوطني

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

U3.indd 68 7/6/20 2:54 PM

رابط الدليل الرقمي
www.ien.edu.sa
حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

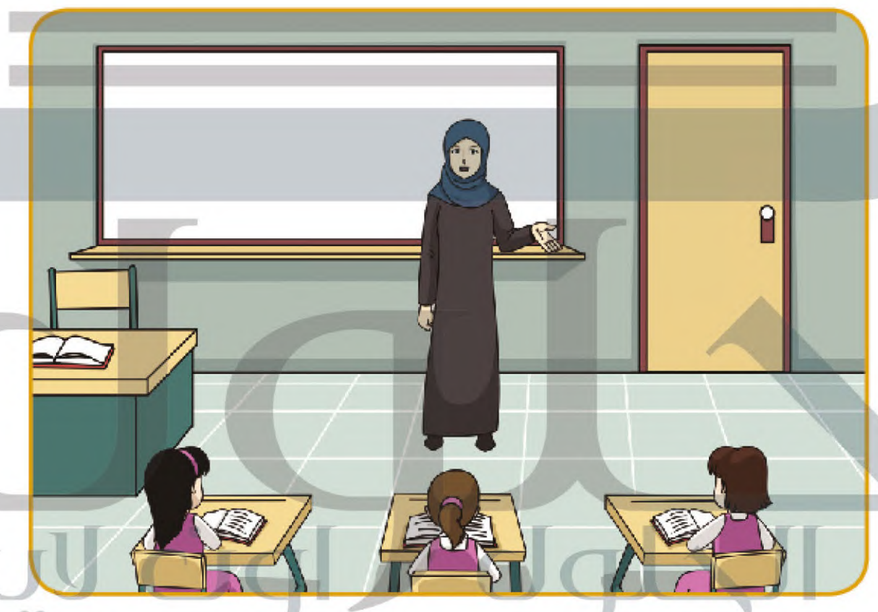
يَـوْمُ الـمُـعَـلِّـم

المَفاهِيمُ الرَّئِيسة :
- المعلم.
- يوم المعلم.

ما أَهَمِّيَّةُ وُجُودِ المُعَلِّمِ فِي الفَصْل؟

حث الطلاب على بناء المستقبل

دَوْرُ المُعَلِّـمِ لا يَقْتَصِـرُ عَلـى العَمَلِيَّـةِ التَّعْلِيمِيَّةِ فَلَـهُ دَوْرٌ مُهِـمٌّ فِي بِناءِ المُسْتَقْبَل.



نَـشـاط ١

مَهْنَةُ المُعَلِّم مِنْ أَهَمِّ وَأَصْعَبِ المِهَن فِي الْمُجْتَمَع.

ناقِشِي هَذِه العِبارةَ مَعَ زَمِيلاتِكِ فِي المَجْمُوعة.

لأن هذه المهنة تتطلب من المعلم أن يكون قدوة حسنة لطلابه فهو المسؤول و المربي الفاضل لهم

U3.indd 69 7/6/20 2:54 PM

قِيلَ فِي الْمُعَلِّم:

قُمْ لِلْمُعَلِّمِ وَفِّهِ التَّبْجِيلا ... كَادَ الْمُعَلِّمُ أَنْ يَكُونَ رَسُولًا.

أَعَلِمْتَ أَشْرَفَ أَوْ أَجَلَّ مِنَ الَّذِي ... يَبْنِي وَيُنْشِئُ أَنْفُسًا وَعُقُولًا.

نَشاط ٢

ماذا لَوْ كانَ العالَم بِلا مُعَلِّم؟

لانتشر الجهل والفقر وانعدمت معالم التقدم والتحضر

يَوْمُ الْمُعَلِّمِ هُوَ مُنَاسَبَةٌ عالَمِيَّةٌ تَخْتَصُّ بِتَكْرِيمِ الْمُعَلِّمينَ والإشادة بِجُهُودِهِم حَوْلَ العالَمِ وَيُوافِقُ الخامِسَ مِنْ شَهْرِ أُكْتُوبَر كُلَّ عام.

U3.indd 70 7/6/20 2:54 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

نَشاط ٣

حَدِّدِي يَوْمَ المُعَلِّمِ بِاليَوْمِ وَالتارِيخِ الهِجْرِيِّ لِهَذا العام.

اليوم	التاريخ
يوافق يوم 5 من أكتوبر كل عام	...../...../.....هـ

مُعَلِّمُنا وَقُدْوَتُنا الأَوَّلُ؛ هُوَ النَّبِيُّ مُحَمَّدٌ صلى الله عليه وسلم.

نَشاط ٤

صَمِّمِي بِطاقةً، وَاكْتُبِي فِيها رِسالةً إِلى مُعَلِّمَتِكِ بِمُناسَبةِ يَوْمِ المُعَلِّم.

معلمتي الفاضلة يامن زرعتي في عقولنا حب العلم
ومهدتي لنا الطريق كي نصل إلى أعلى المراتب نقدم لك
رسالة شكر ملؤها المحبة الخالصة والامتنان الكبير

U3.indd 71 7/6/20 2:54 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

أَسْتَمِعُ وَأُنْشِد

مُعَلِّمَتِي مُعَلِّمَتِي ... مَنارُ العِلْمِ وَالأَدَبِ
تُعَلِّمُنِي تُفَهِّمُنِي ... عُلُومَ الدِّينِ وَالعَرَبِي
أَراها الصُّبْحَ تُطْرِبُنِي ... فَأَقْضِي اليَوْمَ فِي طَرَبِ
فَشُكْرًا يامُعَلِّمَتِي ... عَلى عِلْمِي عَلى أَدَبِي
جَزاكِ اللهُ مَغْفِرَةً ... بِها نَعْلُو إلى الرُّتَبِ

نَشاط ٥

تَمَّ اخْتِيارُكِ لِلْمُشارَكَةِ فِي يَوْمِ المُعَلِّمِ ، حَدِّدِي الطرق الَّتِي يُمْكِنُكِ المُشارَكَةُ بِها في هذا اليوم؟

تقديم شهادة شكر وتقدير لهم على المنصة أمام الجميع أو عبر كلمة خلال الاحتفال بهذا اليوم

★ (أغاريد البلابل) للشاعرة اعتدال موسى ذكر الله.

U3.indd 72 7/6/20 2:54 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

التفكير الإبداعي

تَخَيَّلِي أَنَّكِ مُعَلِّمةٌ، كَيْفَ تُحِبِّينَ أَنْ تُعامِلَكِ تِلْمِيذاتُكِ؟

باحترام وأدب وأخلاق عالية وبحرصهم على التعلم ومتابعة الواجبات

إِرْشَادَاتٌ عَامَّة

١ طَلَبُ العِلْمِ فَرِيضةٌ عَلى كُلِّ مُسْلِمٍ وَمُسْلِمة.

٢ مِنْ حَقِّ الـمُعَلِّمةِ عَلَيْك مُعامَلَتُها بِأَدَبٍ وَاحْتِرامٍ.

٣ الـمُعَلِّمةُ تَعْمَلُ مِنْ أَجْلِك وَتُعَلِّمُك ما يُفِيدُك، فَقَدِّمي لَـها الشُّكْرَ.

٤ يَوْمُ المُعَلِّم مُناسَبةٌ لِشُكْرِهِ وَتَقْدِيرِ جُهُودِه.

U3.indd 73 7/6/20 2:54 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

هيّا نمرح

١ اُكْتُبي إجابةَ الأَسْئلةِ فِي الجَدْوَلِ؛ لِلْوُصولِ إلى مَهْنةِ من يَرْتَـقِي بِالـجِيلِ وَيَبْنِـي أَنْفُسًا وَعُقُولًا.

أ. مَنْ يَـقُوم بِالـحِراسةِ لَـيْلًا؟

ب. ما مُفْرَدُ عُمّال؟

جـ. مَنْ يقومُ بِتَـخْطيطِ الـمَبانِي والشَّوارِع؟

د. مَنْ يَبِيعُ البَضائِعَ؟

هـ. مَنْ يُساعِدُ الطَّبِيبَ فِي عَمَلِه؟

أ	ح	ا	ر	س
ب	ع	ا	م	ل
ج	م	ه	ن	د	س
د	ب	ا	ئ	ع
			ل	
هـ	م	م	ر	ض

مهنة: المعلم

U3.indd 74 7/6/20 2:54 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

٢ اُكْتُبِي عِباراتِ شُكْرٍ وَامْتِنانٍ لِـمُعَلِّمَتِـكِ مُسْتَـخْدِمةً أَحْرُفَ كَلِمةِ (مُعَلِّمة).

م ممتنة لكي يامعلمتي

ع علمك لايقدر بثمن يامعلمتي

ل لن استطيع أن أصف مدى شكري وامتناني لكي يامعلمتي

م معلمتي هي الأفضل دائماً شكراً لكي

ة تعجز الكلمات أمام حبي وامتناني لمعلمتي

٣ اِسْتَعِينِي بِالكَلِماتِ الآتية، لِكِتابةِ قِصَّةٍ بَسِيطةٍ حَوْلَ المُعَلِّمةِ: (مُعَلِّمة، أَسْماء، فَهِمْتُ، الدَّرْس، شَكَرْتُ ، سَأَلْتُ).

شرحت المعلمة الدرس

فهمت أسماء الدرس

سألت أسماء المعلمة عن الدرس

شكرت أسماء المعلمة

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

U3.indd 75 7/6/20 2:54 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online
www.ien.edu.sa

يَوْمُ الغِذاءِ العَالَمِيّ

المَفاهِيمُ الرَّئيسة :
- سوءُ التغذية.
- المجاعة.
- المكافحة.

صِفِي ما تُشاهِدِينَ فِي الصُّورةِ الآتية؟

قالَ تَعالى: ﴿ وَجَعَلْنَا مِنَ ٱلْمَآءِ كُلَّ شَىْءٍ حَىٍّ ۖ أَفَلَا يُؤْمِنُونَ ﴾ [الأنبياء: ٣٠]

U3.indd 76 7/7/20 3:45 PM

نَشاط ١

تَخَيَّلي العالَمَ بِلا ماءٍ أَوْ غِذاءٍ، اُرْسُمي خَريطةً ذِهْنِيَّةً لِما سَيَحْدُث.

سينتهي كل شيء وتنتهي الكرة الأرضية

حُدِّدَ يَوْمُ الغِذاءِ العالَمِيُّ فِي ١٦ مِنْ شَهْرِ أُكْتُوبَر كُلَّ عام.

١٦ أكتوبر هو ذكرى تأسيس منظمة الأغذية والزراعة (الفاو) التابعة للأمم المتحدة.

نَشاط ٢

يَوْمُ الغِذاءِ العالَمِيُّ يُوافِقُ ١٦ أُكْتُوبَر.

• اِبْحَثي فِي التَّقْوِيمِ عَنْ هَذا التارِيخِ، وَاكْتُبِي ما يُوافِقُهُ بِالتارِيخِ الهِجْرِيِّ لِهذا العام:

اليوم	التاريخ
يوم الغذاء العالمي يكون يوم 16 أكتوبر من كل عام	..... / ..... / ١٤٤٢ هـ

U3.indd 77 7/6/20 2:54 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

يَهدِفُ يَوْمُ الغِذاءِ العالَمِيِّ إلى زِيادةِ الوعي

- بِمُشكلةِ الجُوعِ
- بِمشكلةِ سوءِ التغذيةِ
- بِمشكلةِ الفقرِ
- الاهتِمام بالإنتاجِ الزِّراعيِّ

❁ يَعتَمِدُ يَوْمُ الغِذاءِ العالَمِيِّ مَوضوعًا مُخْتَلفًا كُلَّ عامٍ.

مِنَ السُّنَّةِ النَّبَوِيَّة:

روى النعمان بن بشير رضي الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال: « مَثَلُ الْمُؤْمِنِينَ فِي تَوَادِّهِمْ وَتَرَاحُمِهِمْ وَتَعَاطُفِهِمْ، مَثَلُ الْجَسَدِ الْوَاحِدِ إِذَا اشْتَكَى مِنْهُ عِضْوٌ تَدَاعَى لَهُ سَائِرُ الْجَسَدِ. بِالسَّهَرِ وَالْحُمَّى». [صحيح مسلم، ٢٥٨٦]

❁ تُساهِمُ بِلادي بِقيادةِ خادمِ الحرمينِ الشريفينِ في التخفيفِ من الفقرِ والجوعِ الذي يُعاني منهُ بعضُ شعوبِ العالمِ، خاصةً الدولُ الإسلاميةُ في أَوقاتِ الكوَارِثِ وَالحُروبِ..... وغيرُهَا.

U3.indd 78 7/6/20 2:54 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

نَشاط ٣

اِخْتاري اسْمَ كارِثةٍ طَبيعِيَّةٍ وَقَعَتْ في بَلَدٍ ما، ثُمَّ بادِلي زَميلَتَك الدَّوْرَ في تَحْديد احْتياجات ذلكَ البَلَد؟

كارَثة تسومَاني والاَحتياجَات لهذَا البلد هي بناء المنازل والمستشفيات والمصانع ووضع الكهرباء والماء للناس

نَشاط ٤

كَيْفَ يُمْكِنُ الاسْتِفادةُ مِنْ فائِضِ الطَّعام؟

من خلال إعادة تدويره وتوزيعه على الفقراء

.....

.....

.....

U3.indd 79 7/6/20 2:54 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

إِرْشَادَاتٌ عَامَّة

١ اِقْتَصِدِي فِي اسْتِخْدامِكِ لِلْماءِ؛ لِتَحْقِيقِ هَدَفِ بَرْنامجِ تَرْشِيدِ اسْتِهْلاكِ المِياهِ بِالمَمْلَكَةِ العَرَبِيَّةِ السُّعُودِيةِ (قَطْرة).

٢ يَوْمُ الغِذاءِ العالَمِيُّ تَهْتَمُّ بِهِ الدُّوَلُ؛ لِمُساعَدةِ أَكْثَرَ مِنْ ١٥٠ بَلَدًا فَقِيرًا.

٣ الزِّراعةُ وَتَرْبِيةُ الحَيَواناتِ تُحَقِّقُ الأَمْنَ الغِذائِيّ.

٤ مُساعَدةُ الدُّوَلِ الفَقِيرةِ عَمَلٌ إِنسانِيٌّ، فَساهِمِي فِيه.

٥ الحُرُوبُ والزَّلازِلُ والفَيَضاناتُ تُسَبِّبُ الفَقْرَ وَالدَّمار.

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

U3.indd 80 7/6/20 2:54 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

هيّا نمرح

١ أَضَعُ عَلامةَ (✓) أَمامَ العِبارةِ الصَّحِيحةِ، وَعَلامةَ (✗) أَمامَ العِبارةِ غَيْرِ الصَّحِيحةِ:

١. يُوَافِقُ يَوْمُ الغِذاءِ العالَمِيُّ ١٦ أُكْتوبَر. (✓)

٢. يَهْدِفُ يَوْمُ الغِذاءِ العالَمِيُّ لِلاحْتِفالِ بِالدُّوَلِ الفَقِيرة. (✗)

٣. تُقَدِّمُ حُكُومَتُنا الرَّشِيدةُ الـمُساعَداتِ لِلدُّوَلِ الفَقِيرة. (✓)

٤. مِنْ شِعاراتِ يَوْمِ الغِذاءِ العالَمِيِّ:
(الاسْتِثْمارُ فِي الزِّراعةِ؛ لِتَحْقيقِ الأَمْنِ الغِذائِيّ). (✓)

٢ صَمِّمِي لَوْحةً إِرْشادِيَّةً للتوعية بيَوْمِ الغِذاءِ العالَمِيّ؟

U3.indd 81 7/6/20 2:54 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

٣ أُكْتُبِي ثَلاثةً مِنْ شِعاراتِ يَوْمِ الغِذاءِ العالَمِي لِلْأَعْوامِ السابِقة.

أفعالنا هي مستقبلنا - فلنغير مستقبل الهجرة

المناخ يتغير ,الأغذية والزراعة أيضاً

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

U3.indd 82 7/6/20 2:54 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online
رابط درس الشرح
www.ien.edu.sa

يَوْمُ الصِّحَّةِ العَالَمِيّ

المَفاهِيمُ الرَّئِيسة:
- الصحة.
- يوم الصحة العالمي.

ماذا تَعْنِي لَكِ الصِّحَّة؟

خلو الإنسان من الأمراض

- أَنا أَهْتَمُّ بِصِحَّتِي.
- اِهْتِمامِي بِصِحَّتِي يَقِينِي -بِإِذْنِ اللهِ- مِنَ الْإِصابَةِ بِالأَمْراض.

نَشاط ١

رَقِّمِي الدَّوائِرَ مِنَ الْأَصْغَرِ إِلى الأَكْبَرِ لِتَحْصُلِي عَلى العِبارَةِ المَطْلُوبَةِ، ثُمَّ اكْتُبِيها مُرَتَّبَةً فِي المَكانِ المُخَصَّصِ لَها.

أنا أحافظ على صحتي

- يَوْمُ الصِّحَّةِ العالَمِيُّ: هُوَ يَوْمٌ مُخَصَّصٌ لِلتَّوْعِيةِ بِمَوْضُوعٍ صِحِّيٍّ مُعَيَّنٍ فِي ذِكْرى تَأْسِيسِ مُنَظَّمةِ الصِّحَّةِ العالَمِيَّة.
- يُوافِقُ يَـوْمُ الصِّحَّةِ العالَمِيُّ السابِعَ مِنْ شَهْرِ إبْرِيل مِنْ كُلِّ عامٍ فِي أَنْحاءِ العالَم.

نَـشـاط ٢

حَدِّدِي يَوْمَ الصِّحَّةِ العالَمِيَّ بِاليَوْمِ وَالتارِيخِ الهِجْرِيِّ لِهَذا العام :

اليوم	التاريخ
اليوم العالمي للصحة يوافق يوم	7 أبريل من كل عام هـ

- يُخَصَّصُ يَوْمُ الصِّحَّةِ العالَمِيُّ لِلتَّعْرِيفِ بِمُشْكِلةٍ صِحِّيَّةٍ واحِدةٍ كُلَّ عامٍ لِلْحَثِّ عَلى ضَرُورةِ الاهْتِمامِ بِها.

U3.indd 84 7/6/20 2:54 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

نَشاط ٣

لِمَ تَخْتَلِفُ شِعاراتُ يَوْمِ الصِّحَّةِ العالَمِيِّ فِي كُلِّ عام؟

لأنه يخصص للتعريف بمشكلة صحية كل عام

مِنْ أَهْدافِ يَوْمِ الصِّحَّةِ العالَمِيِّ :

- تَذْكِيرُ الآخَرِينَ بِأَهَمِيَّةِ الصِّحَّة.
- التَّوْعِيَةُ بِأَهَمِّيَّةِ مَنْعِ انْتِشارِ الأَمْراض.

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

نَشاط ٤

شارِكِي زَمِيلاتِكِ فِي الْبَحْثِ عَنْ شِعارِ يَوْمِ الصِّحَّةِ العالَمِيِّ لِلْعامِ الحالِيِّ، ثُمَّ اكْتُبِيه.

الصحة هي أفضل شيء يمتلكه الإنسان

U3.indd 85 7/6/20 2:54 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

إِرْشَادَاتٌ عَامَّة

١ اُشْكُرِي اللهَ عَلى نِعْمةِ الصِّحَّة.

٢ الصِّحَّةُ تاجٌ عَلى رُؤُوسِ الأَصِحّاءِ لا يَراه إلّا المَرْضى.

٣ يَوْمُ الصِّحَّةِ العالَمِيُّ يَهْتَمُّ بالتَّوْعِيةِ الصِّحَّية.

٤ الوَعْيُ الصِّحِّيُّ مَطْلَبٌ ضَرُورِيٌّ لِكُلِّ فَرْد.

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

U3.indd 86 7/6/20 2:54 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

هيّا نمرح

١ أُلَوِّنُ التاريخَ الصَّحيحَ لِيَوْمِ الصِّحَّةِ العالَمِيّ.

U3.indd 87 7/6/20 2:54 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

٢ أَقْتَرِحُ شِعارًا لِيَوْمِ الصِّحَّةِ العالَمِيّ.

أحافظ على بيتي من أجل صحتي

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

U3.indd 88 7/6/20 2:54 PM

تمارين عامة
الحلول اون لاين
hulul.online

تَمارِينُ عامّة

الحلول
الحلول اون لاين
hulul.online

U3.indd 89 7/6/20 2:54 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

السُّؤالُ الأَوَّلُ:

ضَعِي عَلامةَ (✓) أَمامَ العِبارةِ الصَّحِيحةِ وَعَلامةَ (✗) أَمامَ العِبارةِ غيرِ الصَّحِيحة في الجمل الآتية:

١. يَـجِبُ عَلَيْنا الْـمُحَافَظةُ عَلى البيئةِ مِنَ التَّلَوُّث. (✓)

٢. لا مانعَ مِنْ تَرْكِ الضَّيْفِ بِـمُفْرَدِه. (✗)

٣. تَنَوُّعُ الطَّعامِ يَكُونُ بِتَناوُلِ صِنْفٍ عَلى الْأَقَلِّ مِنْ كُلِّ مَـجْمُوعةٍ مِنْ المَجْمُوعاتِ الـغِذائِيَّةِ الأَرْبَـع. (✓)

٤. يَوْمُ الغِذاءِ العالَمِيُّ هُوَ ١٦ مِنْ شَهْرِ أُكْتُوبَر فِي كُلِّ عام. (✓)

السُّؤالُ الثانِـي:

ضَعِي الكَلِماتِ الآتية فِي الفَراغاتِ المُناسِبة:

النَّخْلِ – اَلتَّدْوِيرُ – لِلنُّـزْهةِ – العامِلةَ – يَوْمُ الصِّحَّةِ العالَمِيُّ.

- عِنْدَ الـخُرُوجِ **للنزهة** أُحْضِرُ جَـمِيعَ مـا أَحْتاج.
- **التدوير** يَـحُدُّ مِـنْ تَلَوُّثِ البِيئة.
- نَـحْصُلُ عَلى التَّمْرِ مِن **النخل**.
- أَحْتَرِمُ **العاملة** وَأُقَدِّرُ جُهُودَها.
- **يوم الصحة العالمي** هُوَ ذِكْرى تَأْسِيسِ مُنَظَّمةِ الصِّحَّةِ العالَمِيَّة.

U3.indd 90 7/6/20 2:54 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online
حلول عامة

السُّؤالُ الثالِث:

أَخْتارُ الإجابةَ الصَّحيحة الآتية:

١. أَثْناءَ شَرْحِ الْـمُعَلِّمة:

أَسْتَمِعُ إِلَيْها ولا أُقاطِعُها. أَتَـحَدَّثُ مَعَ زَمِيلَتِـي. أُرَتِّبُ كُتُبِـي وَدَفاتِري.

٢. المَجْمُوعاتُ الغِذائِيَّة:

سِتُّ مَـجْمُوعَاتٍ. أَرْبَعُ مَـجْمُوعَاتٍ. ثَلاثُ مَـجْمُوعَاتٍ.

٣. يُصادِفُ اليَوْمُ الوَطَنِيُّ:

الخامِسَ مِنْ سِبْتِمْبَر. العاشِرَ مِنْ سِبْتِمْبَر. الثالِثَ وَالعِشْرِينَ مِنْ سِبْتِمْبَر.

الحلول اون لاين
hulul.online

U3.indd 91 7/6/20 2:54 PM

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online

حلول
الحلول اون لاين
hulul.online