



تم تحميل الملف
من موقع **بداية**



للمزيد اكتب
في جوجل



بداية التعليمي ⌚

موقع بداية التعليمي كل ما يحتاجه الطالب والمعلم
من ملفات تعليمية، حلول الكتب، توزيع المنهج،
بوربوينت، اختبارات، ملخصات، اختبارات إلكترونية،
أوراق عمل، والكثير...

حمل التطبيق



- قررت وزارة التعليم تدريس
- هذا الكتاب وطبعه على نفقتها



المملكة العربية السعودية

المهارات الحياتية والأسرية

الصف الثاني المتوسط

الفصول الدراسية الثلاثة

beadaya.com

قام بالتأليف والمراجعة

فريق من المتخصصين

يوزع مجاناً ولا يُباع

فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر

وزارة التعليم

المهارات الحياتية والأسرية - الصف الثاني المتوسط - التعليم العام - الفصول
الدراسية الثلاثة / وزارة التعليم - الرياض، ١٤٤٣ هـ

٢٠٤ ٥٤٢٥، ٢١×٢ سم

ردمك: ١ - ١٠٤ - ٥١١ - ٦٠٣ - ٩٧٨

١ - التعليم - مناهج - السعودية أ.العنوان

ديوي ٣٥٠، ٩٥٣١ ٣٥٠، ٨٤٣٠ / ١٤٤٣

رقم الإيداع: ٨٤٣٠ / ١٤٤٣

ردمك: ١ - ١٠٤ - ٥١١ - ٦٠٣ - ٩٧٨

حقوق الطبع والنشر محفوظة لوزارة التعليم

www.moe.gov.sa

مواد إثرائية وداعمة على "منصة عين الإثرائية"
موقع | تعليمي | beadaya.com



ien.edu.sa

أعزاءنا المعلمين و المعلمات، والطلاب و الطالبات، وأولياء الأمور ، وكل مهتم بالتربية و التعليم؛
يسعدنا تواصلكم؛ لتطوير الكتاب المدرسي، ومقترحاتكم محل اهتمامنا.



fb.ien.edu.sa

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

موقع بداية التعليمي | beadaya.com

المقدمة

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين وعلى آله وصحبه أجمعين وبعد:

حرصت المملكة العربية السعودية على الإنسان، فهو المورد الأساسي الذي يُعَوَّل عليه في بناء الوطن ونهضته، ولهذا كان الاهتمام بتطوير التعليم وتجويده؛ تحقيقاً لتطلعات الوطن في أبنائه وفق رؤية المملكة ٢٠٣٠.

ومن هنا جاء اهتمام وزارة التعليم بتطوير المناهج وتحديثها التزاماً بتلك الرؤية الطموح في «إعداد مناهج تعليمية متطورة تركز على المهارات الأساسية بالإضافة إلى تطوير المواهب وبناء الشخصية».

إنَّ كتاب المهارات الحياتية والأسرية يُجسد رغبة صادقة في إعداد الطلاب للحياة والعمل، فقد روعي في وحدات الكتاب مناسبتها لاحتياجات الأسرة ودورها في تطوير المجتمع وتقدمه، وإبراز الهوية الوطنية، كذلك تثقيف الطلاب صحياً وغذائياً ونفسياً، وتزويدهم بالخبرات والمعلومات المتعلقة بالمهارات الحياتية والعلاقات الأسرية والاجتماعية، والقدرة على اتخاذ القرارات وحل المشكلات.

كما أنه من منطلق اهتمام المملكة العربية السعودية بالأفراد ذوي الإعاقة، والتزامها باستيفاء كافة الحقوق الممكنة لدعمهم ودمجهم في المجتمع، حرصت وزارة التعليم على أن تؤدي المناهج التعليمية دورها في ذلك، ومن هنا أدرجت في نهاية كل وحدة مفردات بلغة الإشارة؛ لتزويد الطلاب السامعين بحصيلة مناسبة من المفردات الإشارية التي يؤمل أن يكون لها أثرها في كسر حاجز اللغة وتيسير عملية الاندماج، وإيجاد نوع من التواصل بين أفراد المجتمع السامعين والصُم.

والله نسأل أن يحقق هذا الكتاب الأهداف المرجوة منه، وأن يوفق الجميع لما فيه خير الوطن وتقدمه وازدهاره.



مفاتيح رموز الكتاب

إشارة لانتباه وتفكير الطالب حول جزئية معينة في الدرس.



أنشطة تقويمية تقام نهاية الحصة أو خارجها، ويقوم بها الطالب منفرداً أو مع زملائه مما له علاقة بالدرس.



التطبيقات التي يقوم بها الطالب بعد دراسته للدرس في نهاية كل وحدة.



المفاهيم الرئيسية المتعلقة بالدرس.



سؤال استفهامي لاستئارة تفكير الطالب لفكرة لاحقة.



موقع بداية التعليمي | beadaya.com

رمز لنشاط تعليمي يقام داخل الحصة وهو يثير تفكير الطالب ويرتبط بجزئية معينة داخل الدرس.



تسليط الضوء على جزئية مهمة في الدرس.



معلومة أوسع حول موضوع الدرس؛ للاطلاع والثقافة المعرفية دون المطالبة بدراستها.



هياً نتعلم لغة الإشارة.



الفصل الدراسي

بداية

الأول

موقع بداية التعليمي | beadaya.com



الفهرس

مفاتيح
رموز الكتاب

٥

المقدمة

٤

الوحدة الأولى

المهارات الحياتية (أربع حصص)

- ١٠ أهداف الوحدة
- ١١ الشخصية المثالية
- ١٦ الثقة بالنفس
- ٢٢ اتخاذ القرار
- ٢٧ فن الإلقاء والحوار
- ٣٣ التطبيقات
- ٣٧ هيا نتعلم لغة الإشارة

الوحدة الثانية

المهارات الأسرية (أربع حصص)

- ٤٠ أهداف الوحدة
- ٤١ الأجهزة المنزلية
- ٥١ ثقافة المستهلك
- ٥٩ التطبيقات
- ٦١ هيا نتعلم لغة الإشارة

الوحدة الثالثة

العناية والملبسية (ثلاث حصص)

- ٦٤ أهداف الوحدة
- ٦٥ البطاقة الإرشادية
- ٧١ تنظيف الملابس
- ٨٠ التطبيقات
- ٨٣ هيا نتعلم لغة الإشارة



الوحدة الأولى



المهارات الحياتية

بداية

موقع بداية التعليمي | beadaya.com

- ◀ الشخصية المثالية.
- ◀ الثقة بالنفس.
- ◀ اتخاذ القرار.
- ◀ فن الإلقاء والحوار.



أهداف الوحدة

يتوقع من الطالب في نهاية الوحدة أن:

- ١ يُبدي رأيه في مواصفات الشخصية المثالية.
- ٢ يتبنى موقفاً إيجابياً تجاه صفات الشخصية المثالية.
- ٣ يقدم بعض النصائح التي تعزز الثقة بالنفس.
- ٤ يقارن بين الثقة الزائفة بالنفس والثقة الحقيقية.
- ٥ يتبع الخطوات الصحيحة لاتخاذ قرار في مشكلة مطروحة.
- ٦ يبدع في إلقاء كلمة أمام زملائه متبعاً خطوات الإلقاء الجيد.
- ٧ يقيم صفاته من خلال الشخصية الناجحة.





الشخصية المثالية



المفاهيم الرئيسية:
- الشخصية.
- المثالية.

قررت إدارة المدرسة ترشيح طالب مثالي لكل صف، فناقش رائد الصف الثاني المتوسط طلابه حول صفات الطالب المثالي، فاختلفت الآراء وتعددت الصفات، فالطالب مهندس يرى أن الطالب المثالي المحبوب من الجميع هو الذي يحرص على:

١- إلقاء السلام عند الدخول إلى

المكان والخروج منه، فعن أبي هريرة رضي الله عنه أن الرسول ﷺ قال:

«إِذَا أَتَى أَحَدُكُمْ الْمَجْلِسَ فَلْيُسَلِّمْ» ^(١).

٢- الاهتمام بالنظافة الشخصية والعناية بالهندام والمظهر الخارجي دون مبالغة في ذلك.

٣- التحدث مع الآخرين باحترام وتقدير كل حسب سنّه ومنزلته، مع النظر إلى الشخص المتحدث؛ لشعوره بأهميته.

٤- احترام المعلمين، والمحافظة على أداء الواجبات المدرسية.

٥- مناداة الزملاء ومن تتعامل معه بأحب الأسماء.



موقع بداية التعليم | beadaya.com

قدوتنا في ذلك حبيبنا محمد ﷺ فقد كان ينادي السيدة عائشة يا (عائش) لزيادة الألفة والمحبة.

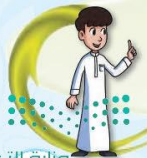


وقد اتفق خالد مع زميله في إجابته السابقة وأضاف لها بعض الصفات الآتية:

١- مشاركة الزملاء في مناسباتهم، والسؤال عنهم في

غيابهم، والتبريك لهم عند تفوقهم.

٢- تجنب مدح النفس ونسبة الفضل إليها.



كما أبدى فهد رأيه فذكر أن البشاشة من الصفات الرئيسة التي يتحلى بها التلميذ المثالي، وبهذا ينبغي أن تكون:



- ١- مبتسمًا دائمًا؛ لتدخل قلوب الناس دون حاجة إلى استئذان.
- ٢- المزاح مع الزملاء ضمن الحدود المقبولة.

و استمر المعلم في الاستماع إلى الآراء الإيجابية المطروحة حول أسس اختيار الطالب المثالي التي منها رأى أحمد في أن التعاون سمة يتميز بها المثالي، وقد لخص رأيه فيما يلي:

- ١- إغارة الأدوات الشخصية لمن يحتاجها من الأصدقاء والجيران.
- ٢- مساعدة الزملاء على توضيح ما يصعب عليهم من دروس.
- ٣- الإسهام في بعض الأعمال التي يقوم بها صديقه أو معلمه أو جاره أو قريبه عند معرفته بحاجتهم لذلك، كالإسهام في زراعة شتلات في فناء المدرسة، أو إسهامه مع جيرانه في توزيع وجبات أطعمة على الأسر المحتاجة في الحي.
- ٤- تقديم المساعدة المادية - إن أمكن - لمن يحتاج إليها من الزملاء، كإقراض بعض المال عند نسيان المصروف المدرسي.



تذكر

عن أنس بن مالك رضي الله عنه أن الرسول ﷺ قال: «لَا يُؤْمِنُ أَحَدُكُمْ حَتَّى يُحِبَّ لِأَخِيهِ مَا يُحِبُّ لِنَفْسِهِ»^(١).



و أبدى محمد وجهة نظره عندما أشار إلى أهمية الفاعلية في الشخصية المثالية، حيث لخصها بالجمل التالية:

- ١- إشعار الآخرين بأهميتهم؛ لكسب احترامهم.
- ٢- تقديم النصيحة بلباقة، والبعد عن النقد المباشر أمام الآخرين.
- ٣- التأني في معالجة الأمور وعدم التسرع في التوبيخ والعتاب.
- ٤- ترك بصمات مميزة في المكان الموجود فيه سواء بالقول أو الفعل.
- ٥- شكر وتقدير من أحسن إليه.
- ٦- تشجيع الزملاء وإبداء السرور لهم عند نجاحهم وإتقانهم لعملهم.
- ٧- المشاركة في المناشط والفعاليات المدرسية والأعمال التطوعية.



و أضاف المعلم صفة أخرى تدور حول القدوة الحسنة، ثم طلب من عمار أن يربط هذه الصفة بالمثالية، فأجاب:

موقع بداية التعليمي | beadaya.com

- ١- عدم احتقار الناس والاستعلاء عليهم.
- ٢- الحكم على الآخرين بخلقهم وتعاملهم، لا بمظهرهم.
- ٣- الاعتراف بالخطأ دون حرج والعودة إلى الصواب وتقبل النقد الهادف.
- ٤- تجنب الهمز واللمز، قال تعالى: ﴿وَلَا تَنَابَرُوا بِالْأَلْقَابِ﴾^(١)
- ٥- التسامح والعفو عن المخطئ، قال تعالى: ﴿وَالصَّافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ﴾^(٢)
- ٦- التقيد بالنظام المدرسي وتقبل التوجيهات بصدر رحب.
- ٧- التعامل بالخلق الإسلامي مع الجميع ومنهم غير المسلمين؛ لتنعكس لهم صورة الإسلام الجميلة.



(١) سورة الحجرات الآية رقم (١١).

(٢) سورة آل عمران الآية رقم (١٣٤).

كما استحسن الجميع رأي أحمد الذي أشار إلى صفة إنسانية لم تتطرق إليها الآراء السابقة وهي الالتزام بالأدب عند الحديث مع الآخرين باتباع ما يلي:

١- التحلي بالصدق وتجنب الكذب في الجد

والهزل، فعن عبد الله بن مسعود رضي الله عنه أن الرسول ﷺ قال: «إِنَّ الصَّدْقَ يَهْدِي إِلَى الْبِرِّ وَإِنَّ الْبِرَّ يَهْدِي إِلَى الْجَنَّةِ وَإِنَّ الرَّجُلَ لَيَصْدُقُ حَتَّى يَكُونَ صَدِيقًا»^(١)

٢- عدم المبالغة في المدح أو الذم، قال ﷺ: «إِذَا رَأَيْتُمُ الْمَدَاحِينَ فَاحْشُوا فِي وُجُوهِهِمُ التُّرَابَ»^(٢)

٣- الابتعاد عن التشدق والتكلف في الكلام.

نر منه) قولاً وعملاً.



التحدث بأدب وصوت خفيف

لا تتحدث بتعالي وترفع عن الناس

أن تتحدث باحترام مع الكبير وتعطف على الصغير

اتباع التوجيه اللبق عند تقديم النصيحة والبعد عن

النقد المباشر والعلن به

تجنب الهمز واللمز قال تعالى: (ولا تتابزوا

بالألقاب) الحجرات ١١

أن تتعاون مع أصدقائها في عمل الخير

أن تكون متفاعلة مع الغير في الحوار بأدب

إشعار الآخرين بأهميتهم لكسب احترامهم

البشاشة

التعامل بالخلق الإسلامي مع الجميع ومنهم غير

المسلمين لتنعكس لهم صورة الإسلام الجميلة

كلوا

يجمع شخصيته معظم الصفات السابقة، وذلك يجنبه التعليل في



صنف بعض صفات الفتى المثالي الواردة في الحوار السابق:

صفات عملية

صفات قولية

في رأيك، كيف يتم اختيار التلميذ المثالي المرشح من بين الأوراق؟

كريم التلميذة المثالية التي فازت بأغلبية الأصوات في الإذاعة المدرسية وتقرر إسناد دور المعلمة الصغيرة لها في الصف وذلك لإدارة ندوة في نشاط صفّي عن حسن الخلق

نشاط (ب):

التحدث بصوت خفيض
واحترام الكبير والعطف على
الصغير مراعاة العمل
الاجتماعي وكيفية تقديمه
لمستحقه وكذلك احترام
الأفراد العاملين في مجتمعها



نشاط (أ):

قال تعالى: {واذكر في الكتاب مريم إذا انتبذت من أهلها مكانا شرقيا (١٦) فاتخذت من دونهم حجابا فأرسلنا إليها روحنا فتمثل لها بشرا سويا (١٧) قالت إني أعوذ بالرحمن منك أن كنت تقيا (١٨) قالت إني أكون لي غلام ولم يمسسني بشر ولم أك بغيا (٢٠) قال كذلك قال ربك هو على هين ولنجعله آية للناس ورحمة منا وكان أمراً مقضيا (٢١) فحملته فانتبذت به مكانا قصيا (٢٢)}
سورة مريم





الثقة بالنفس

المفاهيم الرئيسة:

- القدرات.
- الإمكانيات.



عندما طلب الموجه الطلابي من سعود إلقاء موضوع في النشاط المدرسي رفض وأحس بالإحراج، فناقشه الموجه الطلابي في ذلك، فأبدى سبب رفضه وهو أنه شعر بالحرج مرة عند إلقاء كلمة في إذاعة مدرسية سابقاً، مما أفقده ثقته بنفسه، تعجب الموجه الطلابي وقال: إن بعض الناس مبدعون ورائعون ولكنهم يفتقدون الثقة في أنفسهم لذلك لن يكونوا منتجين، وبالمقابل نجد أناساً أقل إبداعاً وفطنة، ولكن ثقتهم العالية بأنفسهم جعلتهم ينجحون في حياتهم. فالثقة بالنفس هي الطريق الممهد للنجاح، وإن لكل إنسان إيجابيات وسلبيات فكلما زادت الإيجابيات ارتفعت الثقة بالنفس، وكلما زادت السلبيات ضعفت الثقة بالنفس، ثم طلب منه كتابة ما يراه في نفسه من إيجابيات وسلبيات، فبدأ سعود بتدوين ذلك كما يلي:



السلبيات

- الخجل والارتباك.
- موقع بداية الإحساس بالإخفاق نتيجة موقف سابق.
- الخوف.



الإيجابيات

- تقبل الآخرين.
- سلامة اللغة وصحة النطق.
- التقوى الدراسي.
- الثقافة وسعة الاطلاع.

وعندما قرأ الموجه الطلابي الورقة ورأى أن الإيجابيات تفوق السلبيات، حثه على إعادة المحاولة لأنها أول طريق لاستعادة الثقة بالنفس.

الثقة بالنفس:

إيمان الشخص بقدراته ومهاراته وإمكاناته في تحقيق أهدافه المرجوة بنجاح.



كيف نمنّي الثقة بأنفسنا وبمن حولنا؟



تذكر



يجب على الشخص أن يعرف قدراته، دون نقص أو مبالغة.

موقع بداية التعليمي | beadaya.com



رتب - حسب الأهمية - الأمور التي تزيد ثقة الإنسان بنفسه.

١. الاستعانة بالله
٢. الاعتماد على النفس
٣. المحاولة رغم الخطأ



درس الإمام النووي الطب ولكنه أخفق فيه إلا أن ثقته بنفسه لم تقل، فأتجه إلى العلم الشرعي وتفوق فيه وألف كتاب (رياض الصالحين) الذي يُعد مرجعاً ونال شهرة واسعة.



صل الوجوه الإيجابية بعضها ببعض لتتعرف على آثار الثقة بالنفس،
ثم صل الوجوه السلبية بعضها ببعض لتتعرف على مظاهر الثقة الزائفة.



تذكر

الواثق بنفسه يأخذ الفائدة ممن حوله ويضيفها إلى رصيده، أما ضعيف الثقة بالنفس فيكون منزويًا غير قادر على تطوير نفسه.



مما أوقع إبليس في النار التكبر حين قال: (أنا خير منه). قال تعالى: ﴿قَالَ يَا إِبْلِيسُ مَا مَنَعَكَ أَنْ تَسْجُدَ لِمَا خَلَقْتُ بِإِيدِيَّ اسْتَكَبَرْتَ أَمْ كُنْتَ مِنَ الْعَالِينَ ۝٧٥﴾ قَالَ أَنَا خَيْرٌ مِنْهُ خَلَقْنِي مِنْ نَارٍ وَخَلَقْتَهُ مِنْ طِينٍ ﴿١﴾



الوالدان؛ ليزرعاهما في أبنائهما.

المعلم؛ لينميها في طلابه.

طالب العلم؛ ليثق بقدراته ويحقق أهدافه.

من يحتاج الثقة
بالنفس؟



ثقتنا بأنفسنا لا تغنينا عن الحاجة الدائمة إلى الدعاء وطلب العون والسادد من الله
لحديث أنس بن مالك رضي الله عنه قال: «كان النبي ﷺ إذا حزبه أمر قال: يا حي يا قيوم برحمتك
أستغيث»^(١).



ناقش ثم دوّن موقفاً في حياتك اتضح من خلاله ثقتك بنفسك.

بدائية

موقع بدائية التعليم | www.b-d-a-i-ya.com



اختبر ثقتك بنفسك

يُحدد الاختبار الآتي مدى ثققتك بنفسك، مطلوب منك أن ترسم دائرة حول الرقم الذي يناسبك، وكلما كان الرقم كبيراً زاد انطباعك وصف العبارة المرقمة عليك، ويعد أن تفرغ من الإجابة عن جميع النقاط اجمع حاصل الأرقام التي اخترتها.

- ١- عندما أقابل أناساً لأول مرة، أواجه صعوبة في التعامل معهم.
 - ٢- عندما توجه لي الدعوة لحضور مناسبة اجتماعية يتتأبني الكثير من القلق بشأن ما سيحدث فيها.
 - ٣- أتحاشى دائماً التحدث أمام عدد كبير من الناس.
 - ٤- أجد صعوبة في التراجع عن رأي أبديته أمام أصدقائي.
 - ٥- كثيراً ما أشعر بأنني أقل من الآخرين ولا أملك مقومات النجاح التي يملكونها.
 - ٦- كثيراً ما أجد صعوبة في مصارحة صديق أو زميل تضايقتني تصرفاته.
 - ٧- أجد صعوبة دائماً في اتخاذ أي قرار حتى لو كان هذا القرار صغيراً.
 - ٨- كثيراً ما أقوم بأشياء غير مقنتح بها، ولكن لإرضاء من حولي فقط.
 - ٩- أرفض وبشدة المشاركة في الإذاعة المدرسية.
 - ١٠- يصعب علي اختيار ملابسني بنفسني وأرى الآخرين يرتدون ملابس أفضل مني.

إذا كان مجموع الدرجات التي حصلت عليها أقل من (٣٤) درجة، فحقتك بنفسك عالية، وإذا كان مجموع الدرجات بين (٣٤ - ٥٦) فحقتك مذبذبة تظهر أحياناً وتختفي أحياناً، أما إذا كان مجموع درجاتك من (٥٧ وأكثر) فأنت تتفقد الثقة بذاتك، ومطلوب منك أن تبذل الجهود في سبيل استردادها.

نشاط (ب):

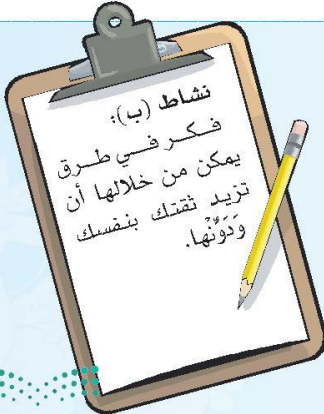
جربي أن تزيدي ثقتك بنفسك من خلال قراءة درس جديد في إحدى المواد الدراسية ثم اعرضيه على زميلاتك في الصف



نشاط (أ):

السيدة مريم رضي الله عنها: حينما أتت أهلها بطفلها الرضيع عيسى عليه السلام بثقة وإيمان بالله لأنها لم تكن بغيا فكرمها الله تعالى بوضع الحقيقة على لسان رضيعها عليه السلام بأن نطق عيسى عليه السلام بالحق

-السيدة هاجر: حينما ظلت تبحث بثقة في الله تعالى عن الماء لابنها إسماعيل عليهما السلام حتى فجر الله لها بئر زمزم





اتخاذ القرار

المفاهيم الرئيسة:

- المشكلة.
- الحلول.



نواجه في حياتنا اليومية مواقف كثيرة تتطلب اتخاذ قرارات بشأنها، فهناك قرارات سهلة نمارسها دائماً، مثل: ماذا نأكل؟ متى نذهب للزيارة؟ وهناك ما يحتاج لتأنٍ وروية، مثل: هل ألتحق بدورة حاسب آلي في الإجازة؟

القرار الجيد يستلزم خطوات منظمة ومحددة.



عمار طالب في الصف الأول الثانوي، يرغب أن يكون طبيباً نفسياً في المستقبل، ولكنه يجد صعوبة عند دراسة المواد العلمية؛ لذا لا يرغب في دخول القسم العلمي، تساءل عمار هل يتجاهل قدراته ويدخل القسم العلمي؛ أم يتخلى عن رغبته؟ وبعد تفكير عميق قرر دخول القسم الأدبي ثم التخصص في علم النفس، ليكون مرشداً نفسياً ينفع نفسه وغيره.

عملية اختيار بين مجموعة حلول مطروحة لحل مشكلة أو تسيير عمل معين للوصول إلى قرار سليم في وقت محدد



أو



- ما القرار ؟

- هل هو مجرد قول

عند اتخاذ أي قرار لا بد أن نراعي حق الله فهو خير معين لنا.



القرار:

عملية اختيار بين مجموعة حلول مطروحة لحل مشكلة أو تسيير عمل معين للوصول إلى قرار سليم في وقت محدد.



ما أهم قرار اتخذته هذا العام؟ وكيف اتخذته؟

اتخذته بعد تفكير طويل وفرض كل العقوبات وتقدير النتائج

خطوات اتخاذ القرار

اقتراح الحلول الممكنة



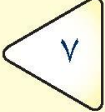
جمع المعلومات المناسبة



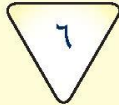
تحديد المشكلة



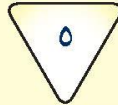
التأكد من سلامة
القرار المتخذ



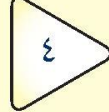
اتخاذ القرار



تحديد النتائج
المتوقعة



تقويم الحلول
المقترحة



انطلق الله معك



أرشدنا رسولنا الكريم إلى دعاء الاستخارة عندما نرغب في اتخاذ قرار ما، اكتب هذا الدعاء.

اللهم إني أستخيرك بعلمك وأستقدرك بقدرتك وأسألك من فضلك فإنك تقدر ولا أقدر وتعلم ولا أعلم وأنت علام الغيوب اللهم فإن كنت تعلم هذا الأمر ثم تسميه بعينه خيراً لي في عاجل أمري وأجله قال أو في ديني ومعاشي وعاقبة أمري فاقدره لي ويسره لي ثم بارك لي فيه اللهم إن كنت تعلم أنه شر لي في ديني ومعاشي وعاقبة أمري أو قال في عاجل أمري وأجله فاصرفني عنه واصرفه عني واقدر لي الخير حيث كان ثم رضني به



أهم خطوات اتخاذ القرار، فهي تحليل دقيق للوضع؛ لتحديد المشكلة وبيان أسبابها، فمثلاً: قد يتدنى مستوى أحمد الدراسي (**المشكلة**)؛ بسبب غيابه المتكرر (**السبب**).

ثانياً: جمع المعلومات



خطوة مهمة في معالجة المشكلة بجمع المعلومات عنها من مصادر متعددة، تشمل الملاحظة المباشرة لطبيعة المشكلة، فوفقاً للمثال السابق يدون أحمد المعلومات (التحليل) عن أسباب تكرار غيابه بعد مناقشتها مع الموجه الطلابي ووالده، وهي:

السهر وتأخر الاستيقاظ.

صعوبة إحدى المواد الدراسية.

ضغوط نفسية نتيجة بعض المشكلات اليسيرة في المدرسة أو البيت.

عدم توفر المواصلات.

ثالثاً: اقتراح الحلول الممكنة



بعد جمع المعلومات الموثقة، توضع تصورات حول الحلول الممكنة لحل المشكلة، وباستخدام المثال السابق عن غياب أحمد المتكرر فإنه يُقترح حلول، مثل:

١- تنظيم النوم وعدم السهر؛ حتى يتمكن من القيام مبكراً بنشاط.

٢- التركيز على المادة التي يعاني من صعوبتها والاستعانة بالله سبحانه وتعالى، ثم طلب المساعدة من والده أو معلمه.

٣- تسوية مشكلاته مع من يتعامل معهم في المدرسة أو البيت. | beadaya.com

٤- تأمين مواصلات آمنة ومريحة تمكنه من الوصول للمدرسة في الوقت المناسب.

رابعاً: تقييم الحلول المقترحة



الحل الأول: يعد النوم المبكر حلاً إيجابياً إلا أن أحمد قد يضطر للسهر لظروف خاصة.

الحل الثاني: قد لا يستطيع والد أحمد مساعدته لعدم تمكنه من المادة، والمعلم لا يجد

وقت فراغ لتيسير الدرس أو شرحه، لذا يمكن أن يطلب المساعدة من زملائه المتفوقين

لمساعدته بتوجيه من المعلم، أو الاستفادة من الشروحات المتوفرة في شبكة قنوات عين التعليمية.

الحل الثالث: تسوية مشكلاته في المدرسة أو البيت أمر ضروري، ويمكن أن يطلب المساعدة من الموجه الطلابي بتوجيه من والده.

الحل الرابع: قد لا تتوفر مواصلات خاصة فتكون حافلة المدرسة بديلة عنها ويرتبط بها الخروج المبكر من المنزل لحل هذه المشكلة.

خامساً: تحديد النتائج المتوقعة



ويُقصد به تحديد النتيجة المتوقعة بعد حل المشكلة، وفي المثال السابق يكون انتظام أحمد وعدم تعييبه وعودته إلى مستواه المتفوق هو النتيجة المتوقعة لحل المشكلة.

سادساً: اتخاذ القرار



الخطوة الأخيرة، فبعد تقويم الحلول وإدراك ما يترتب عليها من نتائج، يأتي اختيار أفضل الحلول للوصول إلى النتيجة المرغوب فيها، وتطبيقاً على المثال نفسه، يعزم أحمد (صاحب القرار) على استعادة مستواه المتفوق - بإذن الله - باتباع الحلول المقترحة.

سابعاً: التأكد من سلامة القرار المتخذ



هناك خطوتان للتأكد من سلامة القرار:

الأولى: وضع القرار موضع التنفيذ.

الثانية: النظر في النتيجة التي يحققها التنفيذ (اتباع الحلول المقترحة) فإذا حقق القرار الهدف منه (النتيجة المتوقعة)، وهو في المثال السابق عودة أحمد لمستواه المتفوق، أطلق عليه حينئذٍ الحل، وإلا فإن الضرورة تقتضي إعادة النظر مرة أخرى ليكون أكثر فاعلية.



اشترك مع زملائك في مناقشة مشكلة شاب تعرض للتحرش من قبل أحد أصدقائه في الصف عن طريق ما يلي:

تحديد المشكلة:



جمع المعلومات:



اقتراح الحلول الممكنة:



تقويم الحلول المقترحة:



تحديد النتائج المتوقعة:



القرار النهائي المتوقع:



نشاط (ب):

الأحزاب وكثرة عددهم
ازمة الإحباط والخوف والمعنويات
المنخفضة - نكت بني قريظة للعهد -
ازمة تفتيش الجيش - ازمة الغرور
طول فترة الحصار وإسلام نعيم بن
مسعود - فكرة الخندق ومواجهة جيش
جرار يفوق عدد المسلمين - أبعاد
الخندق ومقاساته لمنع عبور الأحزاب
إلى المدينة - تقسيم العمل في
حفر الخندق - مشاركة القائد العاملين
- الحراسة وحفظ حدود المدينة -
القدوة والأسوة الحسنة - اتخاذ شعار
- الهجوم خير وسيلة للدفاع

موقع بديعة التعليمي | beadaya.com



نشاط (أ):

Blank lined area for writing the answer to Activity (A).



فن الإلقاء والحوار

المفاهيم الرئيسة:

- المهارة.
- الاتصال.



قال تعالى: ﴿ادْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجِدْ لَهُمُ الْبَالِغَ مِنْ أَحْسَنِ مَا يَكُونُ لَهُمْ سَبِيلًا﴾ (١)
العرض الشفوي الجيد مهارة تميّز بها العظماء وكبار الزعماء والقادة على مدى التاريخ، وقد دعا سيدنا موسى عليه السلام ربه وهو يُعَدُّ للتحديث إلى فرعون كما جاء في الآية الكريمة، وقال تعالى: ﴿قَالَ رَبِّ اشْرَحْ لِي صَدْرِي (١٥) وَبَسِّرْ لِي أَمْرِي (١٦) وَأَحْلِلْ عُقْدَةَ مِن لِّسَانِي (١٧) يَقْهَرُوا قَوْمِي (١٨)﴾ (٢)

الإلقاء:

التحدث أمام الآخرين لتوصيل فكرة أو معلومة أو رأي معين، مع تطبيق مهارات محددة.



مهارة الإلقاء:

يتطلب الإلقاء تفاعلاً صادقاً مع ما نقول، بحيث يكون الموقف طبيعياً وأن يكون الملقى على سجيته بلا تكلف، فالإلقاء عملية اتصال صادق وليس موقفاً تمثيلاً؛ لذا يجب أن يكون انعكاساً أميناً لشخصيتنا ليكون مؤثراً وفعالاً.

أنواع الإلقاء

جماعي

فردى

إلقاء لمجموعة كبيرة
كما هو الحال في الخطب
والمحاضرات العامة
ونحوها.

إلقاء لمجموعة صغيرة
كما هو الحال في الفصل
الدراسي، وفي الإذاعة
المدريسة.

تتحدث مع شخص
واحد فقط.

متطلبات الإلقاء الجيد

١ الإعداد

التجهيز للموضوع المراد بجمع المعلومات، وتصنيفها كالاتي:
 المقدمة: تعد مفتاح الموضوع ومن خلالها يكون اكتشاف الكلمة وثقافة الملقى.
 الموضوع: وفيه يتم عرض النقاط الرئيسة للموضوع بصورة مرتبة.
 الخاتمة: ملخص لأهم ما ورد في الموضوع.

٢ الصوت

لكل منا ما يميزه عن الآخرين بصوته المميز وطريقة حديثه الخاصة به فلا تحاول تقليد أحد بل درب صوتك ليتحسن ويكون أكثر تأثيراً وقبولاً لدى الآخرين.

احذر من الصوت:

- ١- الحاد. ٢- الصاخب.
- ٣- المرتفع. ٤- المنخفض.

موقع بديعة التعليم | beadaya.com



تذكر

أن الإلقاء الجيد لا يعني علو الصوت، قال تعالى: ﴿وَأَقْصِدْ فِي مَشْيِكَ وَأَعْظُضْ مِنْ صَوْتِكَ إِنَّ أَنْكَرَ الْأَصْوَاتِ لَصَوْتُ الْحَمِيرِ﴾ (١).



٣ التنوع

يفضل في أثناء الإلقاء الجمع بين الجدية والفكاهة واللغة الدارجة حسب الموقف.
 احذر من الفكاهة خلال الإلقاء في:

٢- الموضوعات الأخلاقية

١- الموضوعات الدينية

لا بد للملقي من مراعاة التوقف في الحديث عند مواضع مناسبة؛ ليهيئ ذهن السامع ويحافظ على ترابط الأفكار، وهناك وقفات يجدر بك الاهتمام بها، مثل:

بعد السؤال



بعد المقدمة



قف



قبل السؤال أو
المعلومة الهامة



عند الانتقال من
فكرة لأخرى



اذكر متطلبات أخرى للإلقاء الجيد.

- التدريب على إلقاء الكلمة عدة مرات قبل إلقاءها على مسامع المتلقين
- الاهتمام بنوع الموضوع والهدف منه



الحوار:



تداول الكلام بين طرفين أو أكثر، على أن لا يستأثر أحدهما به دون الآخر.

يجب أن لا يكون في الحوار تعصب لرأي وتغنت لفكرة، إنما بحث عن الصواب، فقد يرجع أحد الطرفين عن رأيه بعد حوار الطرف الآخر فتنازع منه بصواب فكرته. وقد ورد لفظ الحوار في القرآن الكريم في أكثر من موضع، قال تعالى: ﴿وَاللَّهُ يَسْمَعُ تَهَاوُرَكُمْ إِذْ اللَّهُ سَمِيعٌ بَصِيرٌ﴾^(١). وفي سورة الكهف أيضاً، هل تعرف الآية؟

تذكر



إن فقدان التواصل بالعين مع المستمع هو أول خطوة تجاه فقدان اهتمامه ومتابعته.

معلومة
إثرائية

الجدل:

الخصومة في الكلام ويُسَمَّلُ في غير الرضا. قال

تعالى: ﴿وَمِنَ

النَّاسِ مَنْ يَحْدِلُ فِي اللَّهِ

يَغْيِرُ عَلَيْهِ وَيَتَّعِ كُلَّ

مُتَكَلِّفٍ قَرِيرٍ﴾^(٢).

الحوار مع النفس

كيف يكون ذلك؟

من خلال عرض الفكرة على الذات ومحاورتها أما بالتخطيط الورقي أو بالتفكير المتأني العميق

الحوار مع الآخرين، وهو نوعان:

أ- حوار مع المتوافقين في الرأي.

مثل:

ب- حوار المختلفين في الرأي:

مثل: حوار سيدنا موسى عليه السلام مع فرعون أو حوار سيدنا إبراهيم عليه السلام مع قومه.

حوار الرسول صلى الله عليه وسلم وأبو بكر الصديق رضي الله عنه داخل غار حراء

تذكر



الغضب والانفعال يؤثران سلباً على الحوار.

آداب الحوار

اختر من الآداب التالية ما يجب مراعاته في الحوار، ثم ضع رقمه في المستطيل:

- ١ الجلوس في أثناء الكلام.
- ٢ الالتزام بالصدق.
- ٣ الابتعاد عن التعالي والفوقية.
- ٤ الإصغاء وعدم مقاطعة الآخرين.
- ٥ التشدد في أثناء الكلام.
- ٦ الضجر.
- ٧ اختيار الوقت المناسب.
- ٨ علو الصوت.
- ٩ الاعتراف بالخطأ.
- ١٠ التحدث بالكلام الطيب.

الالتزام بالصدق – الابتعاد عن التعالي والفوقية – الإصغاء وعدم مقاطعة الآخرين
– اختيار الوقت المناسب – الاعتراف بالخطأ – التحدث بالكلام الطيب



حصلت على درجة ضعيفة في اختبار مادة ما، فأردت أن تناقش معلم المادة حول هذه النتيجة،
أجر حواراً قصيراً بينك وبين معلم المادة يتضمن الآداب التي درستها في هذا الدرس.

أنت:

معلمك:

أنت:

معلمك:

أنت:

معلمك:

أنت:



نشاط (ب):



نشاط (أ):

ان أسباب توفير الآباء جوالات محمولة لبناتهم الصغيرات متنوعة ولكن يبرز على رأسها قلق الآباء على أطفالهم كان يكونوا في حفلة أو مركز تجاري أو مدينة ألعاب وبدلاً من الاشتغال عليهم عند اختفائهم عن الأنظار يكون الجوال حلاً وارى أنها ظاهرة طبيعية في حدود الضرورة وتوظيفها للحاجة لكن لا ارى استخدام الجوال لصغار السن جيداً مطلقاً نظراً للأضرار التي ثبتت علمياً والتي لها تأثير على الخلايا العصبية والماغية على الكبار من كثرة الاستعمال فكيف بالصغار وهذا هو ما يمكن أن ننشره كمعلومة نفيد بها زميلاتنا



التطبيقات



١: صنف صفات الواثق بنفسه أو المغرور (الثقة الزائفة) أو فاقد الثقة بالنفس بوضع علامة (✓) أمام الجمل الدالة عليها:

الصفات	الواثق بنفسه	الثقة الزائفة	فاقد الثقة
١- الانغلاق على النفس وعدم التفاعل مع الآخرين.			صح
٢- السيطرة على الآخرين وتسييرهم بقوة الإقناع والجدل.		صح	
٣- التقليل من الذات والرفع من قدرات الآخرين.	صح		
٤- الإكثار من مدح النفس ورفعها فوق الآخرين.		صح	
٥- ترك فرص النجاح والتقدم للأمام هروباً من تحمل المسؤولية.			صح
٦- القدرة على التعبير والمطالبة بالحقوق دون ظلم أو عدوان.	صح		
٧- الاستفادة مما أنعم الله به على الإنسان من قدرات ومواهب تؤمّله لمواجهة التحديات.	صح		
٨- النظر إلى النفس بإيجابية والاستمرار في تقبلها على الرغم من عدم تحقق جميع الطموحات.	صح		

٢: في سعي الإنسان لاكتساب ثقته بنفسه هناك العديد من الافتراضات الخاطئة التي تحول بينه وبين تحقيق الهدف، صوّب هذه الافتراضات في الجمل التالية:

١- ما أفعله يجب أن يحوز على رضا واستحسان كل الأشخاص المهمين في حياتي وموافقهم.

الصواب

أن أفعله يجب أن يتفق مع تعاليم ديني وتقاليد مجتمعي وشخصيتي وموافقة

٢- تجاربي وذكرايتي السابقة ليس لها أي تأثير مهم في تشكيل سلوكي الحاضر.

الصواب

تجاربي وذكرايتي السابقة لها تأثير في تشكيل سلوكي الحاضر ولكن يؤخذ بعين الاعتبار عدم المبالغة في ردود الأفعال تجاه المواقف المتكررة بخبرات سابقة

٣: املأ الفراغات التالية :

ما النتائج السلبية لكل من:

الشعور
بالنقص
والقصور أمام
الآخرين؟

قلة الثقة بالنفس

الإكثار

من الفكاهة
في أثناء القا
الكلمات؟

عدم اقتناع الآخرين بإلقائي

ما النتائج الإيجابية لكل من:

الابتعاد
عن النصيحة
العننية واللباقة
في التوجيه؟

حب الناس

الثقة
بالنفس
عند المصائب
والأزمات؟

القدرة على حل المشكلات

المشورة
لأهل الرأي
عند اتخاذ القرار؟

الوصول لاتخاذ القرار السليم

نفور الناس بسبب غرور
الملقي

المديح
للنفس والتركيز على
الحديث عنها؟

سوف يترتب عليه إفساد
قرارات أخرى

الندم على
قرار اتخذته بعد
الاستشارة؟

التفاعل
الصادق بين
جسم الملقي وعقله
عند الإلقاء؟

حسن الإلقاء

٤: ابحث في كتاب الله عن:

١- آية في سـ وأقيموا الشهادة لله ذلكم يو عظه به من كان يؤمن بالله واليوم الآخر ومن يتق الله يجعل له مخرجا (٢)
وقال الله تعالى ويرزقه من حيث لا يحتسب ومن يتوكل على الله بالغ أمره قد جعل الله لكل شيء قدرا (٣)

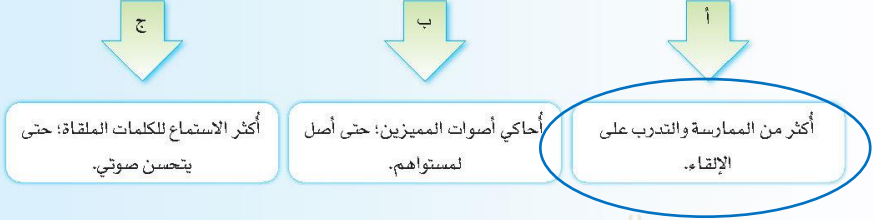
٢- آية في يا أيها الذين آمنوا اتقوا الله وقولوا قولا سديدا (٧٠) يصلح لكم أعمالكم ويغفر لكم ذنوبكم ومن يطع
قال الله تعالى الله ورسوله فقد فاز فوزا عظيماً (٧١)

٣- آية في سورة آل عمران من آية (١٥٠-١٦٥) تبين أثر القول اللين وحسن الخلق على استجابة
الناس لدعوة الرسول ﷺ.

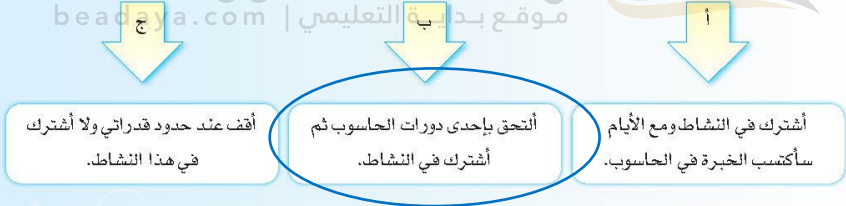
قال الله تعالى: فيما رحمة من الله لنت لهم ولو كنت فظا غليظ القلب لانفضوا من حولك فاعف عنهم و
استغفر لهم وشاورهم في الأمر فإذا عزمت فتوكل على الله ان الله يحب المتوكلين (١٩٥)

٥ : أخط القرار الذي يناسبك في كل مما يلي:

١ - ليصبح صوتي أكثر تأثيراً وقبولاً عند الالتقاء..



٢ - دُعيتُ للمشاركة في نشاط مدرسي يحتاج إلى خبرة ودراية في الحاسوب وأنا لا أجيد..



٦: ضع دائرة أمام العبارة غير الصحيحة فيما يلي:

- ١- مساعدة زملائه مادياً ومعنوياً.
- ٢- توجيه النقد المباشر لزملائه.
- ٣- تشجيع زملائه وإبداء السرور لفرحهم.
- ٤- التحدث مع الزملاء باحترام ومناداتهم بأحب أسمائهم.

أ- من مظاهر السلوك الحسن عند الطالب:

- ١- هل نيتي خالصة لله تعالى؟
- ٢- هل يستحقون مني هذا الوقت والجهد الذي أبدته لهم؟
- ٣- هل هناك فائدة من هذا الحوار؟
- ٤- هل الوقت مناسب لمحاورتهم؟

ب- قبل محادثة الآخرين يجب سؤال نفسي:



الوحدة الأولى المهارات الحياتية



أتعلم لغة الإشارة بشغف؛ حتى أتواصل مع زملائي/ زميلاتي من الصم، وأنا قادر- بتوفيق الله -
على إتقانها بكفاءة عالية.



المصدر: الجمعية السعودية للإعاقة السمعية (٢٠١٨). قاموس لغة الإشارة السعودية، ط١.





المصدر: الجمعية السعودية للإعاقة السمعية (٢٠١٨). قاموس لغة الإشارة السعودية، ط١.

الوحدة الثانية



المهارات الأسرية

بداية

موقع بداية التعليم | beadaya.com

- ◀ الأجهزة المنزلية.
- ◀ ثقافة المستهلك.



أهداف الوحدة

يتوقع من الطالب في نهاية الوحدة أن:

- ١ يلخص الأمور الواجب مراعاتها عند شراء الأجهزة المنزلية.
- ٢ يفرق بين الأجهزة المنزلية من حيث طرق العناية بها.
- ٣ يحسن التعامل مع الأجهزة المنزلية.
- ٤ يعتاد الترشيح في حياته عند استخدام الماء والكهرباء.
- ٥ يثمن جهود مملكتنا في توفير الكهرباء والماء ليممي | beadaya.com





الأجهزة المنزلية



المفاهيم الرئيسية:
- الأجهزة المنزلية.
- العناية.



انتقلت عائلة سليم إلى مسكن جديد فقررت تغيير ما تلف من الأثاث والأجهزة المنزلية فذهب سليم مع والديه إلى المحلات التجارية لشراء ما يحتاجون من أجهزة: (ثلاجة - غسالة - موقد - مكواة - مكنسة - خلاط - ميكروويف).
ذكر الوالد أن هناك أموراً يجب وضعها في الحسبان عند شراء أي من هذه الأجهزة، ومنها:

- ١ - اختيار الأنسب منها **لميزانية الأسرة.**
- ٢ - شراء الأجهزة من محل **موثوق به.**
- ٣ - اقتناء الأجهزة العملية المتعددة الاستعمالات.

beadaya.com | beadayat.com

-ميزانية الأسرة: التخطيط والتنظيم المبكر للاستفادة بالمال كمورد للأسرة من حيث معرفة الإيرادات اليومية والشهرية وتنظيم حركة المصروفات اليومية أو الشهرية مع التسجيل المباشر في الميزانية
-موثوق به: يقدم الشيء الذي أحتاج إليه بمعلومات دقيقة عنه ومن علامات تجارية صحيحة
الكفاءة العالية: الأجهزة الجيدة



ما المقصود بالكلمات الملونة السابقة؟

الغسالة

تستخدم لتنظيف الملابس وتتوفر في الأسواق بأسعار مختلفة بحسب مميزات كل نوع، والشركة المصنعة، كما في شكل (١).



شكل (١)

- ١- وضع الغسالة على قاعدة خاصة معزولة إذا لم يكن لها أرجل؛ لمنع الصدمات الكهربائية.
- ٢- يُفضل إجراء صيانة للغسالة من وقت لآخر. لماذا؟
- ٣- عدم تحميل الغسالة أكثر من طاقتها من الملابس.
- ٤- وقاية الغسالة من الضربات والاهتزاز خاصة في أثناء استعمالها؛ حتى لا يتأثر المحرك.
- ٥- المحافظة على الغسالة بعد الانتهاء من عملية الغسيل. كيف؟

نشاط



برأيك لماذا يفضل استخدام الغسالة ذات التحميل الأفقي بدلاً من الغسالة ذات التحميل الرأسي؟

لأنها أكثر أماناً في تحميل الملابس والتشغيل وفي بعض الأحيان قد يؤدي استعمالها الخاطئ إلى جرح اليدين



المكواة

تُستخدم لإظهار الملابس بشكل أكثر جمالاً ويتوفر منها أنواع مختلفة، كما في شكل (٢).



شكل (٢)



بالرجوع إلى مصادر التعلم اكتب ما تعرفه عن تطور أشكال المكواة.

منذ القدم كانت مشكلة في الملابس وإظهارها بالشكل الأنيق عملية مجهدة ومتعبة وتلوع الجبد إلى أن جاء المخترع الأمريكي (سيلي) سنة ١٨٨٢م وابتكر أول آلة لكي الملابس، كان حجمها كبير وثقيلة الوزن. ومع تطور الصناعات أصبح وزنها خفيف، وظهر منها أشكال وأنواع عديدة، وابتكر أول مكواة بالخيار، وكانت مكواة البخار حديث الناس، وظهر منها أنواع وأشكال عديدة لا تلتصق أبداً، وتطورت عملية كي الملابس وأصبح الكي بالبخار وعلى الطاير رغم التطورات المتنوعة، إلى أن عنصر المشقة والتعب لم يتغير كثيراً.

٣- بعد الانتهاء من استعمال المكواة البخارية يفرغ خزائنها من الماء، ثم تُشغل مدة ثلاث

دقائق حتى يجف الماء المتبقي في الخزان؛ وبذلك لا يصداً.

٤- لا تُخزن المكواة إلا بعد تمام تبريدها، ويُلف السلك حول مقبضها بخفة.

٥- المحافظة عليها من الوقوع أو الارتطام بأجسام ثقيلة.

قد تُطلى المكواة بمادة التيفال؛ لتسهيل انزلاقها في أثناء الكي.



المكنسة الكهربائية

تُستعمل لتنظيف الأرضيات والسجاد من الأتربة والغبار وغيرها. وتُستعمل ملحقاتها لتنظيف الأسطح والجدران والستائر والكراسي وبقية أثاث المنزل ومكملاته، وهناك أنواع من المكناس تحتوي على بعض الملحقات الخاصة بالتنظيف الجاف أو الغسيل بالماء وقد يلحق بها أجهزة تُستعمل لتلميع الأرضيات والشبابيك، كما في شكل (٣).



شكل (٣)

- ١- قراءة التعليمات الخاصة بطريقة التشغيل لمعرفة استخدام كل قطعة من الملحقات المرافقة معها - إن وجدت.
- ٢- تفريغ كيس النفايات (المرشح) كلما قارب على الامتلاء؛ حتى لا يعوق تراكم النفايات عملية تنقية الهواء.
- ٣- عدم شد أو سحب المكنسة من الخرطوم؛ حتى لا يتأثر، ويجب تغييره إذا لوحظ ضعف متانته أو زيادة طوله.
- ٤- تنظيف أجزاء المكنسة بعد كل استعمال، ثم حفظها في مكانها.

هذه التعليمات

ضرورة إزالة المناديل والأوراق وغيرها من الأرض قبل عملية الكنس.



علل: تجنب كنس الأرض المبللة بغير المكنسة الكهربائية المخصصة لذلك.

لأن الأجهزة المخصصة لذلك يكون محركها الداخلي به جزء يعتمد على وجود الماء مما يجعله يؤدي وظيفته بدقة أما غير ذلك فيؤدي إلى تخريب الموتور الداخلي وكذلك حرقه وفي بعض المكناس قديمة الصنع تسمح بوصول شحنة التيار إلينا فتصاب بصدمة كهربائية


الثلاجة



شكل (٤)

تعد ضرورية لكل منزل فهي تحفظ الأطعمة سليمة وطازجة فترات طويلة، وتبرد بعض الأطعمة التي تحتاج إلى تبريد بعد صنعها؛ لتحسين مذاقها، كالحلويات والمشروبات، وتصمم بأشكال وأحجام مختلفة، كما في شكل (٤).

١- وضعها في مكان جيد التهوية بعيداً عن مصدر الحرارة، وعلى أرض مستوية مع مراعاة ترك مسافة لا تقل عن (١٠سم) بينها وبين الجدار وبإقي القطع المحيطة بها.

٢- تنظيف المكثف الخارجي بين فترة وأخرى باستعمال فرشاة خاصة بعد فصل التيار الكهربائي عنها. 

٣- المحافظة على نظافة الثلاجة باستمرار من الداخل والخارج وذلك بإزالة الأوساخ بمجرد حدوثها. 

٤- وضع عبوات خاصة، مثل: الفحم؛ لمنع ظهور الروائح داخل الثلاجة.

٥- تجنب فتح باب الثلاجة مدة طويلة أو دون حاجة مع ضرورة التأكد من إحكام غلق الباب.

يُفضل عدم وضع الأطعمة مكشوفة في الثلاجة مع مراعاة استخدام العلب والأكياس لحفظها.

اقترح طريقة للحفاظ على الثلاجة عند السفر.

إذا كان السفر لفترة قصيرة يوم فقط لا تؤخذ أي احتياطات أما إذا زادت الفترة عن ذلك فيجب تفرغها وتركها نظيفة ومراعاة تجفيفها جيداً ووضع قطعة من الفحم بداخلها

المواقد والأفران

تُستخدم لطهي الطعام أو تسخينه، وتعمل بالكهرباء أو الغاز ولها أنواع وتصاميم مختلفة، كما في شكل (٥).



شكل (٥)

- ١- التأكد من سلامة المنظم والخرطوم الخاص بأسطوانة الغاز، أو التمديد الكهربائي.
- ٢- التأكد من غلق باب الفرن؛ كي لا تتسرب الحرارة منه، ونؤدي إلى احتراق مفاتيح التشغيل.
- ٣- عدم وضع الأواني الثقيلة على باب الفرن وهو مفتوح؛ حتى لا يؤدي ذلك إلى كسره.
- ٤- عدم تغطية الموقد من أعلى في أثناء استعمال الفرن.
- ٥- تسليك عيون الموقد بإبرة رفيعة كلما احتاج الأمر.

إجراءات

كيف نتأكد من عدم تسرب غاز الطهي؟

- التأكد من أن خرطوم التوصيل المطاطي لا يوجد به تشققات وأنه ذو نوعية جيدة وأن طوانه مناسب لتجنب تكون التواءات حادة به
- التأكد من عدم وجود تسرب للغاز باختبار رغوة الصابون إذا ظهرت فقاعات دل ذلك على وجود تسرب والبعد عن الكشف عن تسرب بواسطة أعواد الثقاب
- التأكد من تحويل مفاتيح مواقد الغاز من وضع التشغيل إلى وضع الإيقاف بعد الانتهاء من الاستخدام وأيضاً غلق مصدر الغاز عندما لا يكون قيد الاستعمال أو عند مغادرة المكان
- تجنب تسرب الغاز عند الطهي يجب التحكم بقوة اللهب في حدود المعقول حتى لا ينسكب ما يطهى على الموقد وينسبب ذلك في تسرب الغاز

الخلاط الكهربائي

هناك مجموعة كبيرة من الخلاطات، تبدأ من مضرب البيض الكهربائي الذي يمسك باليد إلى الخلاط الكبير الذي يؤدي عمليات متعددة ومتباينة في المطبخ. ولكل خلاط كتيب خاص به يحوي التعليمات التي يجب اتباعها بدقة عند التشغيل، والشكل (٦) يوضح الأنواع المختلفة للخلاط.



شكل (٦)

١- مراعاة استعمال كل خلاط حسب الحاجة.

٢- الاهتمام بنظافة أجزاء الخلاط مع مراعاة عدم غسل المولد أو نفعه في الماء، بل يُمسح بعد

فصل التيار الكهربائي بفوطة مبللة ثم يُجفف.

٣- عدم تشغيل الخلاط ساعات طويلة بصورة مستمرة.



عل.

العناية بها



نحذر إهمال تنظيف الخلاط من بقايا الأطعمة؛ لأنها من مسببات التسمم الغذائي.



الميكروويف



شكل (٧)

تعتمد فكرته على توليد طاقة كهرومغناطيسية، تسري في موجات من هواء الفرن ذات تردد عالٍ وبإشعاع هذه الموجات تزيد درجة حرارة الطعام فقط ولا يؤدي إلى تغيرات كيميائية في الطعام. ويستعمل لطهي الطعام أو تسخينه، كما في شكل (٧).

لأن الزجاج والأواني الخاصة يساعد على نفاذ الأشعة فوق الحمراء بعكس الأواني المعدنية كالألومنيوم

١- الاهتمام بتنظيفه باستمرار.



لماذا؟

٢- استخدام الأواني الزجاجية أو الأواني الخاصة وعدم استعمال الألومنيوم بالميكروويف.



علل.

٣- عدم تشغيله إذا كان الباب تالفاً.

٤- اختيار درجة الحرارة المناسبة للطعام المراد طهيه أو تسخينه.

موقع بداية التعليمي | beadaya.com

تذكر



لماذا؟

عدم وضع الأشياء على سطح الميكروويف في أثناء تشغيله.

لعدم امتصاصها جزء من الأشعة مما يؤدي إلى تليين الهواء وحدوث ما يسمى بالقوس الكهربائي الذي بدوره يؤدي الجسم



ابحث في مصادر التعلم المختلفة عن المواضيع التي يكون فيها الميكروويف خطيراً.

أشعة (الميكروويف) هي نوع من الموجات الإشعاعية الطبيعية الكهرومغناطيسية والتي تتكون عند مرور التيار الكهربائي. تستخدم أشعة (الميكروويف) في أجهزة التلفاز وأجهزة الاتصالات وبعض الأجهزة الطبية وبعض التطبيقات الصناعية، ويعد استخدام (الميكروويف) في الأفران في أشهر وأوسع التطبيقات العملية لهذه الأشعة، وذلك لقدرتها على الانعكاس على الأسطح المعدنية ونفاذيتها من خلال الزجاج والورق والسيراميك والبلاستيك وسهولة امتصاصها في المواد الغذائية دون رفع درجة حرارة المكان المستخدمة فيه أجهزة (الميكروويف) تتميز بوجود قطعة معدنية أو وعاء معدني بداخل الفرن لتكون ظاهرة القوس الكهربائي (arcing) أو الهواء المتين، وذلك نتيجة لوجود شحنة كهربائية بين القطعة المعدنية أو الوعاء المعدني وبين جدار الفرن المعدني، وهذه الشحنة الكهربائية مثل الهواء المتين الناجم عن سحابة رعدية.

نشاط (ب):

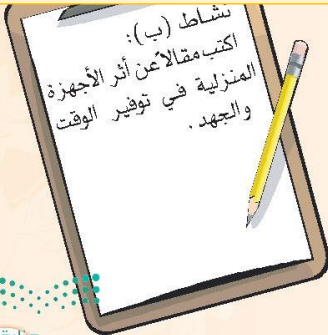
تشتكى الزوجة غالبا عن عدم توفر الوقت
الاهتمام بشؤونها أو إرهاقا من تأدية المهام
المنزلية واحتياجها للخدمة لمساعدتها أو
انتقاد من حولها لها فتحبط الزوجة وتنهار بل
وتلذى نفس مما يؤدي إلى انزعاجها الدائم
وربما أيضا تدهور صحتها جميعنا يدرك أهمية

تنظيم الوقت واستغلاله بالشىء المفيد
والصحيح والزوجة تحتاج لتنظيم الوقت
والمهام بالبيت كما تحتاج لتنظيم الوقت
والمهام بالبيت كما تحتاج إلى معاونة
ومساعدة غير الخادمة إذا كان للأجهزة
المنزلية أهمية قصوى في حياتها فهي
تساعدها على ترتيب وقتها وإنجاز مهامها
بسرعة ونظام وتحديد أوقات العمل كما أن لها
إيجابيات وسلبيات تظهر مع سوء استخدامها
ولكنها في النهاية تكون إيجابياتها أكثر من
سلبياتها لأنها تساعدها في إنجاز المهام
وتوفير الوقت والجهد



نشاط (أ):

تزويد المكينة الكهربائية بجهاز
تحكم عن بعد
تزويد بعض الأفران أو الأجهزة
بعقل اصطناعي مبرمج يقوم
بطهي الطعام وفقا لإدخال بيانات
مكوناتها





ثقافة المستهلك

المفاهيم الرئيسية:

- الاستهلاك.
- الترشيد.

كيف تكون حياتنا دون ماء؟



تخيل الحياة بلا كهرباء.



معلومة إثرائية

الترشيد:
مُرادف للاقتران
ومأخوذ من الرشد
وهو العقل الذي
يرشد صاحبه إلى
كل خير.



يستهلك الإنسان
في حياته العديد
من الخدمات وفقاً
لاحتياجاته.



قال تعالى: ﴿وَالَّذِينَ إِذَا أَنفَقُوا لَمْ يُسْرِفُوا وَلَمْ يَقْتُرُوا وَكَانَ بَيْنَ ذَلِكَ قَوَامًا﴾ (١).
من خلال الآية استنبط سلوك المستهلك الرشيد عند الشراء.

الاستهلاك العائلي:

كل ما تستخدمه العائلة بغرض تحقيق الاستفادة وإشباع الحاجات والرغبات، ومنه:

الخدمات
الثقافية

الخدمات
الصحية

الخدمات
التعليمية

الملابس

الكهرباء

الطعام

الماء

ونسنتعرض فيما يلي مثالين منهما.

(١) سورة الفرقان الآية رقم (٦٧).

الماء هو أساس الحياة حيث يشغل مساحة تبلغ نسبتها حوالي ٧١٪ من حجم الكرة الأرضية والمكون الرئيسي لجسم الكائن الحي

أولاً: ترشيد استهلاك المياه

ما الماء؟ وما أهميته بالنسبة لنا؟



شكل (٩)

اكتب تعليقاً
مناسباً للشكلين
(٨) - (٩):



شكل (٨)

يجب علينا الترشيد في استهلاك المياه حتى لا نفقدها مما يؤدي إلى جفاف المصدر أو المورد ولأن ديننا حثنا على عدم الإسراف

الجفاف سيحد يهدد العالم

إثرائية

لا يستطيع الإنسان الاستغناء عن الماء، فإذا فقد جسمه ٢٠٪ من الماء الذي يشكل ٧٠٪ من وزنه فإن ذلك قد يؤدي به إلى الوفاة.

٧١٪ نسبة تشكيل الماء على سطح الأرض.

٢,٥٪
من هذه
المياه عذبة صالحة
للشرب.



٩٧,٥٪
من هذه
المياه مالحة.



لماذا يجب الترشيد في استهلاك المياه؟

حتى لا نفقدها مما يؤدي إلى جفاف المصدر أو المورد ولأن ديننا حثنا على عدم الإسراف

تشير دراسة علمية إلى أن ٤٠٪ من سكان العالم لا يجدون ماءً نقياً للشرب.





ما مصادر المياه في المملكة؟ وهل تعد كافية لمتطلبات سكانها؟ وضع وجهة نظرك في ذلك.

نسبة لنزرة الأمطار بالمملكة تنحصر موارد المياه السطحية والمياه الجوفية فقط فهي كافية في حالة استخدامها بغير إسراف



شُرعت صلاة الاستسقاء
عند انقطاع المطر وشُح
المياه؛ لأهمية الماء في
الحياة.

من النشاط السابق يتضح لك عدم التوازن بين توفر مصادر المياه وبين الطلب عليها في بلادنا، وهذا يضعنا في حالة خطر من نزوب هذه الثروة الوطنية.

فمن المسؤول؟ وهل هناك حلول؟

تُصنّف المملكة ضمن المراتب المتقدمة على مستوى العالم في استهلاك الفرد للمياه، ورغم ذلك فإن المستهلك يدفع أقل قيمة للمياه مقارنة بأي مستهلك آخر في العالم، وعند خفض مستوى الاستهلاك سيُصبح لدينا فائض يمكن توفيره للأجيال القادمة، خاصة وأن المملكة من أكثر الدول التي تعاني شحاً في موارد المياه الطبيعية الصالحة للشرب، وتُدفع تكاليف هائلة لتوفير وتحلية المياه لسكانها.

تذكر



أنك مسؤول عن كل قطرة ماء تهدرها وأن الله سوف يحاسبك عليها فحاسب نفسك أولاً، فقد كان رسول الله ﷺ يتوضأ بالماء ويغتسل بالصاع.

لنضع حداً لنهدر المياه



تعرف على البرنامج الوطني لترشيد استهلاك المياه "قطرة" الذي تم إطلاقه بهدف زيادة الوعي عبر جميع أنحاء المملكة حول أهمية ترشيد استهلاك المياه. يهدف فريق عمل البرنامج إلى خفض استهلاك المياه بمعدل ١٥٪ بحلول عام ٢٠٣٠، وهو أمر حاسم لتحقيق الازدهار الاقتصادي للمملكة على المدى الطويل.

أدوات ترشيد استهلاك المياه

حرصت الدولة على توفير الأدوات المرشدة للماء، فهي توفر ما يعادل ٤٠٪ من الماء إذا استخدمت، وتتضح في الأشكال الآتية:

مرشد حنفية المغسلة



شكل (١١)

مرشد حنفية المطبخ



شكل (١٠)

مرشد دش الاستحمام



شكل (١٢)

كيس الإزاحة لصندوق الطرد



شكل (١٤)

أقراص كشف التسرب



شكل (١٣)

للحصول على أدوات الترشيح يمكنك الاتصال على هاتف وزارة البيئة والمياه والزراعة والكهرباء، وتركيبها في مدرستك تحت إشراف معلمك.



ابحث في أحد مصادر التعلم عن ما تهدف له الاستراتيجية الوطنية ٢٠٣٠ للمياه، ثم قيم مع مجموعتك الوضع الراهن لقطاع المياه في المملكة العربية السعودية.

اكتب الحل الصائب للسلوك الإسرافى فيما يلى:

استبدالها بالألعاب
أخرى

يجب إصلاحه وحتى
يتم ذلك يمكن وضع
وعاء مكان التسرب

يمكن غسل الفناء
مرتين بالأسبوع أو
استخدام وعاء مليء
بالماء

يزيد
يغسل
فناء المنزل
يومية
مستخدماً
خرطوم الماء.

صنبور
إحدى
دورات
المياه في المنزل
تسرب منه الماء منذ
مدة.

لمب
الأطفال
بالألعاب المائية
وتراشقهم بالماء.

غلق الصنبور
واستخدام كوب
ماء بدلاً منه

يوسف
ينظف
أسنانه
وقد ترك صنبور
الماء مفتوحاً.

فهد
يستخدم
المياه
المتدفقة في أثناء
رَيِّ الحديقة
المنزلية.

يجب ترشيد
استهلاكه لها
واستخدام الري
بالتنقيط

هل تعتقد أن هناك تصرفات أخرى خاطئة تدل على الإسراف في استخدام الماء، ناقشها مع
مجموعتك ثم لخصها وشارك باقي المجموعات عن تلك التصرفات الخاطئة.

كثرة التنظيف بالماء وعدم تقنيه والقيام بهذا الأمر عدة مرات بطريقة عشوائية
دون نظام وترشيد كالاستحمام أكثر من مرتين يومياً باستخدام المغطس أو
الصنبور المفتوح لوقت طويل



التقت قطرتان من الماء، وكانت القطرة الأولى سعيدة أما
الأخرى فكانت حزينة، تخيل حديثاً دار بينهما، موضحاً فيه سر
سعادة القطرة الأولى وحزن الأخرى.



الأولى: لماذا هذا الحزن؟

الثانية: قد أساءوا استخدامي فأهدرت ولم يعد لي مكان بينهم. الأولى لكي كل الحق أما
أنا والله الحمد فقد رشدوني فقيت معهم اعاونهم وقتما احتاجوا إلي. الثانية: فلتحمدي
رب العالمين لم يسرفوا فيك فسعادتي بهم وسعدوا بك.

ثانياً: ترشيد استهلاك الكهرباء

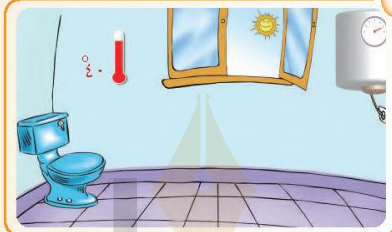
الكهرباء نعمة عظيمة مَنَّ الله بها علينا، وهي من أساسات حياتنا، حيث لا نستطيع العيش دونها، لذا يجب علينا حفظها بشكر الله عليها وحسن استخدامها، فإن النعم إذا شُكرت قُرَّت وإذا كُفرت فُتِرَتْ، قال تعالى:

﴿وَأَذِّنْ لِرَبِّكُمْ لَنْ شُكْرَتِكُمْ لَا زِيدَنَّكُمْ وَلَكِنْ كُفْرَتُمْ إِذْ عَدَّيْ لَسِيدٌ﴾ (١)

علق على الصور الآتية في الفراغ المخصص لها، مبيِّناً التصرفات السلبية المؤثرة على استهلاك الأسرة:



ترك المكواة تعمل أثناء الحديث
بالتلفاز



تشغيل سخان الكهرباء أثناء
الصيف



إضاءة المصابيح والتلفاز وترك
الحجرة إسراف



ترك التكييف يعمل والنافذة
مفتوحة إسراف

وقت ذروة الأحمال الكهربائية في موسم الصيف من الأجهزة الكهربائية في هذا الوقت إلّا للضرورة.



تخيل أنك في غرفة مظلمة، ماذا يخطر ببالك؟

تصعب الرؤية ولن نستطيع فعل شيء لعدم وضوح الرؤية



لاحظ أبو محمد أن فاتورة كهرباء منزله مرتفعة؛ نتيجة قلة وعي أبنائه بأهمية ترشيد استهلاك الكهرباء، فاجتمع بهم ووجههم إلى وجوب الحرص عند استخدام الكهرباء، ثم وعدهم بمكافأة إذا اقتصدوا في استخدامها

ووفروا من الفاتورة في الشهر القادم، وقد قرروا بعد اجتماعهم أن:

- ١- تكون نورة مسؤولة مع إخوتها عن غلق مصابيح المنزل عند عدم الحاجة إليها نهاراً أو ليلاً.
- ٢- يُغلق الصغار التلفاز والأجهزة الإلكترونية فور الانتهاء منها، مع مراعاة عدم تشغيلها فترات طويلة.
- ٣- يكون محمد هو المسؤول في التأكد من غلق المصابيح والمكيفات والتوصيلات الكهربائية عند الخروج من المنزل.
- ٤- لا تغسل الملابس يومياً؛ توفيراً لاستعمال الغسالة ومواد التنظيف، مع عدم استعمال المجفف الكهربائي فترة طويلة، ويكون تجفيف الملابس تحت أشعة الشمس الصحية.
- ٥- لا تلجأ الأسرة إلى استعمال الأجهزة الكهربائية المساعدة إلا عند الحاجة.

عدم تشغيل جميع الإنارة يكتفي بضوء واحد

وبعد مرور شهر صدرت فاتورة الكهرباء وقد انخفضت إلى النصف، فقررت الأسرة المضي قدماً لتعود على الترشيح، وشكر الوالد أسرته على هذا التعاون، وكافأها بأن سافر بهم إلى إحدى مدنتنا الجميلة للترفيه.

بأدنى جهد وبللمسة واحدة تطفئ الأجهزة الكهربائية؛ لتحقيق بذلك خدمة وطنك ومصلحتك.



تحقيقاً للنحول الإستراتيجي لقطاع الطاقة؛ وضمن رؤية المملكة ٢٠٣٠، اقترح أفكاراً لتقليل استهلاك الكهرباء عند تصميم مدرسة جديدة في الحي.

الارتفاع بقدرة الموزع الكهربائي للتوفير في توزيع الأحمال

تنهى الشريعة الإسلامية عن الإسراف والتبذير، وقدمونا في ذلك رسولنا الكريم ﷺ والتابعون لنهجه إلى يوم الدين، وحياتنا اليومية مليئة بالعادات الخاطئة التي تخالف ذلك، وسوف نلقي الضوء على بعضها لنجد لها بدائل، ومنها:

البدايل

العادات الخاطئة

١- تشغيل التلفاز عند متابعة برنامج محدد.

١- تشغيل التلفاز وتركه مفتوحاً دون حاجة.

٢- تشغيل الإنارة عند الجلوس في الغرفة

٢- ترك الإنارة وذهاب من الغرفة

٣- إغلاق النافذة عند تشغيل التكييف

٣- ترك التكييف يعمل والنافذة مفتوحة
إسراف

٤- إيقاف تشغيل الحاسوب عند الانتهاء من استخدامه.

٤- ترك الحاسوب يعمل خلال الليل عند عدم استخدامه

٥- عدم تشغيل سخان الكهرباء أثناء الصيف

٥- تشغيل سخان الكهرباء أثناء الصيف

علل: ترشدك والدتك إلى عدم إضاءة مصابيح غرفتك في أثناء فترة الظهيرة.



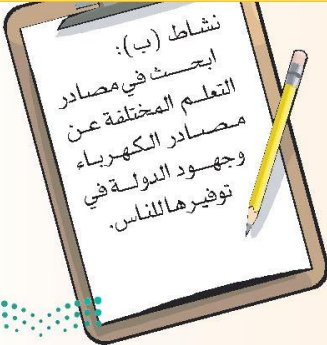
نشاط (ب):

-تسعى المملكة لأن تصبح المصدر الأول في العالم للطاقة الكهربائية النظيفة التي يتم إنتاجها من الطاقة الشمسية وتقر المملكة الجهود المبذولة لتطوير أنواع الوقود البديلة مثل (الوقود الحيوي - طاقة الرياح - الطاقة الشمسية) للمملكة العربية السعودية مكانة رائدة في مجال أبحاث الطاقة الشمسية وتطبيقاتها ولقد دعت للانتباه إلى الدعوة بشأن التحول من أنواع الوقود الأحفوري إلى البدائل الأخرى منها من العواقب الوخيمة التي يمكن أن تنتج عنها فيما يتعلق بإمدادات الطاقة العالمية وكذلك بالنسبة للبيئة الطبيعية ولكن سيستمر استخدام الوقود الأحفوري بجانب البدائل الأخرى لتلبية احتياجات المملكة من الوقود



نشاط (أ):

تعد المياه نعمة خلقها الله تعالى للكون فصدق الله العظيم حين قال: ((وجعلنا من الماء كل شيء حي)) وقال النبي صلى الله عليه وسلم (كل واشرب والبس وتصدق في غير سرف ولا مخيلة) فالمسلم منهي عن الإسراف حتى في الماء



التطبيقات



١: اربط النتيجة بالسبب لكل مما يلي:

- | | |
|---|---------------------------------|
| - استخدام الأدوات المرشدة للماء. | ١- قلة كفاءة التبريد في المكيف. |
| - تشغيل معظم الأجهزة في المنزل وقت الظهيرة. | ٢- خروج الناس لصلاة الاستسقاء. |
| - تركها تعمل فترة طويلة وإهمال الصيانة الدورية. | ٣- تقليل المفقود من الماء. |
| - قلة الأمطار ثم حدوث الجفاف. | |

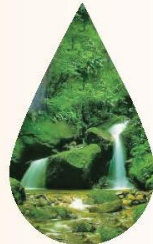
٢: ضع علامة (✓) عن يمين التصرف الذي يمثل الإسراف، وعلامة (X) عن يمين ما يخالف الإسراف:

- | | | |
|----|--|--------------------------|
| صح | - الاهتمام بشراء كل ما هو جديد. | <input type="checkbox"/> |
| صح | - وضع أصناف متعددة من الطعام تزيد على حاجة أفراد الأسرة. | <input type="checkbox"/> |
| صح | - تنظيف فناء المنزل بالماء يومياً. | <input type="checkbox"/> |
| صح | - اقتناء جميع ما تحتاج إليه ربة المنزل من أجهزة. | <input type="checkbox"/> |

٣: اكتب تعليقاً واحداً مناسباً للصورتين التاليتين:



الماء سر الحياة



٤ : املأ المربعات أفقياً فيما يلي، ثم اجمع أحرف المربعات الزهرية لتحصل على عبارة ترشيدية:

١	عند تشغيل الأجهزة الكهربائية يجب التأكد من قوة.
٢	الجهاز المستخدم لتنظيف الملابس.
٣	الأدوات التي تقلل من استهلاك الماء.
٤	المكواة التي تستخدم لترطيب الملابس، ثم كيها.
٥	نعمة من نعم الله علينا نعتمد عليها عند تشغيل الأجهزة.
٦	جهاز كهربائي لحفظ الأطعمة.
٧	أبسط أنواع الخلطات.
٨	جهاز يعتمد على توليد الطاقة الكهرومغناطيسية.
٩	جهاز يُستخدم شتاءً.

٥ : اكتشف الخطأ في العبارات التالية:

١	الكهرباء المصدر الوحيد للحرارة في المواقد والأفران.
٢	توضع الغسالة على قاعدة خشبية؛ لمنع اهتزازها.
٣	يجب تغيير خرطوم المكينة بصفة دورية.
٤	يُفضل استعمال الأواني المعدنية في الميكروويف.

٦ : صوّب العبارات التالية:

١	رب أسرة يحرص على توفير جميع ما يريده أبناءه من أساسيات وكماليات.
٢	وضع عدة أجهزة منزلية في مقسم واحد مما يعرض الأسرة للخطر.
٣	ترك مصابيح المنزل والمدفأة تعمل عند النوم.

الوحدة الثانية المهارات الأسرية



أتعلم لغة الإشارة بشغف؛ حتى أتواصل مع زملائي / زميلاتي من الصم، وأنا قادر - بتوفيق الله - على إتقانها بكفاءة عالية.



المصدر: الجمعية السعودية للإعاقة السمعية (٢٠١٨). قاموس لغة الإشارة السعودية، ط١.



المصدر: الجمعية السعودية للإعاقة السمعية (٢٠١٨). قاموس لغة الإشارة السعودية، ط١.



الوحدة الثالثة



العناية الملبسية

موقع بداية التعليم | beadaya.com

- ◀ البطاقة الإرشادية.
- ◀ تنظيف الملابس.



أهداف الوحدة

يتوقع من الطالب في نهاية الوحدة أن:

- ١ يربط بين الرموز ومعانيها في البطاقة الإرشادية.
- ٢ يتبع الطريقة الصحيحة للعناية بالملايس من خلال ما تعلمه من محتويات البطاقة الإرشادية.
- ٣ التعرف على أهمية البطاقة الإرشادية والاطلاع عليها.
- ٤ يطبق طريقة تنظيف الأنسجة.

موقع بداية التعليمي | beadaya.com





البطاقة الإرشادية

المفاهيم الرئيسية:

- الرموز.
- المصطلحات.

بسبب عدم اتباع تعليمات الغسيل

ما السبب في تلف هذه القطع الملابسية؟



إن عدم اتباعنا لتعليمات الغسيل المدونة في البطاقة الإرشادية المرفقة مع القطعة الملابسية يؤدي إلى تلفها، ويمكننا معرفة كيفية العناية بالقطعة الملابسية من خلال قراءة البطاقة الإرشادية الموجودة عليها.

البطاقة الإرشادية :



شكل (١)

بطاقة مرفقة مع الملابس تحتوي على مجموعة من الرموز التعبيرية أو المصطلحات الإرشادية أو كليهما لتوضح للمستهلك الأسلوب الأمثل للعناية والاهتمام بالمنتج سواء أكانت ملابس جاهزة أم قطعة نسيجية.

قد ترفق البطاقة الإرشادية مع المفروشات المنزلية للعناية بأقمشة التنجيد والمفروشات.



محتويات البطاقة الإرشادية



شكل (٢)

ما أهمية وجود البطاقة الإرشادية والاطلاع عليها

لكي نلتزم بتعليمات الغسيل والكي المدونة عليها فنحافظ على الملابس دون تلف

أولاً: الرموز

١- رموز عملية الغسيل:

الإثناء يشير إلى عملية الغسيل.



يغسل باليد فقط.



لا يُغسل على الإطلاق.

٢- رموز عملية التبييض:



المثلث يشير إلى إمكانية استخدام مواد التبييض.



يشير إلى عدم إمكانية استخدام مواد التبييض

٣- رموز عملية العصر:



العصر باليد، أو زمن قصير للتجفيف عند استعمال المجفف.



لا يمكن العصر باليد

٤- رموز عملية التجفيف:



التجفيف على علاقة في الشمس.



التجفيف على علاقة في الظل.



التجفيف دون علاقة في الشمس.



التجفيف على علاقة في الظل



تجنب التجفيف في الشمس.

٥- رموز عملية التجفيف الآلي:



الإشارة إلى التجفيف الآلي.



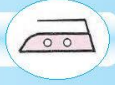
تجنب التجفيف الآلي.

٦- رموز عملية الكي:

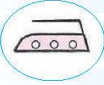
الإشارة إلى عملية الكي.



مكواة معتدلة الحرارة.

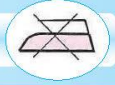


مكواة دافئة.



مكواة ساخنة.

لا نستعمل مكواة



٧- رموز عملية التنظيف الجاف:

الإشارة إلى التنظيف الجاف.



التنظيف الجاف بأي محلول.

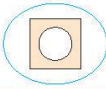
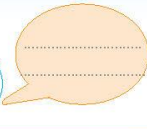
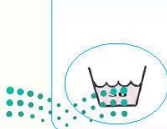


التنظيف الجاف في المغاسل التجارية.



لا توضع بالشمس

على ماذا تدل الرموز التالية؟



ثانياً، المصطلحات

WASH

غسيل

DRY

جاف

IRON

كي

CLEAN

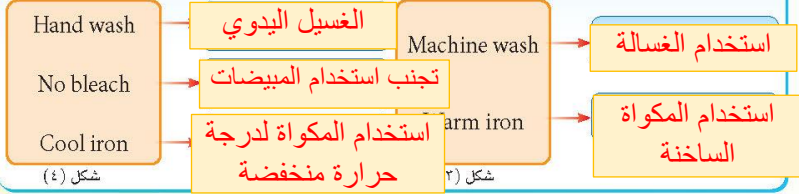
تنظيف

BLEACH

تبييض



موقع بدياية التعليم | beedayaya.com
فسر مصطلحات البطاقتين التي أمامك استناداً على معرفتك السابقة بمعانيها الرئيسية :



يجب قراءة المعلومات الواردة على الغلاف الخارجي للمنتج والتدقيق فيها؛
لأنه قد يحوي البطاقة الإرشادية.



نشاط (ب):



نشاط (أ):

قطعة ملبسية اختلف لونها
نتيجة غسلها مع ملابس ملونة
أخرى وقد اختلفت ألوانها
معه





تنظيف الملابس

المفاهيم الرئيسية:

- الأنسجة.
- المنظفات الكيميائية.
- المنظفات الطبيعية.

يرغب كل منا أن يبدو مظهره جميلاً، ولهذا نهتمّ بملابسنا التي تُعدّ جزءاً من شخصياتنا، ونحرص على نظافتها والعناية بها. قال تعالى: ﴿وَيَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا اللَّهَ مَا كَانَ يَوْمَ تَخْلَعُ أَعْيُنُهُمْ غُلُوبًا ذَلِيقًا بِمَا عَمِلُوا ذَلِكُمْ يُعْزِيذُ الَّذِينَ اتَّقَوْا اللَّهَ كَثِيرًا وَلَمْ يَكُنْ أُصُولًا لِّمَنْ كَفَرَ بِهِمْ يُبْعَثُونَ ۚ﴾ (١)

لماذا نرتدي الملابس؟

قال تعالى: ﴿يَبْنَیْ ءَادَمَ قَدْ أَنزَلْنَا عَلَيْكَ لِبَاسًا يُورِي سَوَءَ تَكْمُ وَرِدِشًا وَلِبَاسُ التَّقْوَىٰ ذَٰلِكَ خَيْرٌ﴾ (٢)



شكل (١)

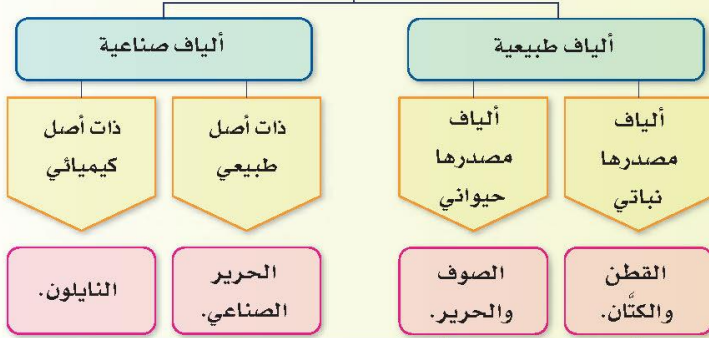
الملابس:

تُصنع الملابس من أنسجة مختلفة تتكون من ألياف بسيطة تُغزل، ثم تُنسج، وتختلف أنواعها تبعاً لاختلاف مصادر هذه الألياف المكوّنة لها، شكل (١).

(١) سورة الممدحر الآية رقم (٤).

(٢) سورة الأعراف الآية رقم (٣٦).

مصادر الألياف



نوع النسيج	مميزاته	استخداماته
القطن والكُتَّان	شديد المتانة والتحمل	القطن : ملابس الأطفال - القميصات - الملابس الداخلية وملابس النوم. الكُتَّان: القمصان - التنانير - المعاطف - الملابس الشتوية.
الصوف	ضعيف المرونة - ينكمش	ملابس السهرة والمناسبات - المناديل - ملابس النوم.
الحرير الطبيعي	متين - ناعم عالي المرونة	الملابس النسائية - قمصان النوم - الجوارب.
النايلون	قوي جداً - مطاطي - مقاوم للتجعد	



ما فائدة معرفتنا لمميزات الأنسجة؟

معرفة كيفية التعامل معها عند غسلها وكيفية اختيار الملابس المناسبة.

من خلال معرفتنا لمميزات الأنسجة نستطيع الحفاظ عليها بشكل أفضل باتباع طرق الغسل المناسبة لقطع الملابس المصنوعة من هذه الأنسجة وتصنيفها حسب ما يناسبها من طرق العناية بها حتى يطول عمرها الاستهلاكي.

ما المنظفات التي نحتاجها؟

مسحوق الغسيل
مواد مبيضة
معطرات الملابس



شكل (٢)

هل يمكن اتباع الطريقة نفسها في تنظيف هذه الملابس؟ ولماذا؟

لا، لأن كل ملابس يحتاج إلى طريقة معينة

أنواع الغسل

غسل آلي

غسل يدوي

اجمع صُوراً متنوعة لأنواع الغسالات المختلفة.

في رأيك أيهما أفضل الغسل اليدوي أم الآلي؟

الآلي

ما النصيحة التي تقدمها للآخرين لترشيد استهلاك الماء في أثناء عملية الغسيل؟

الماء هو الحياة لذلك يجب علينا الحفاظ عليه

طريقة تنظيف الأنسجة:

لكل نوع من النسيج طريقة تنظيف مناسبة له، والجدول التالي يساعدك على معرفتها:

نوع النسيج	درجة حرارة الماء المناسبة	طريقة التنظيف المناسبة
القطن الكتان	ساخنة	يُغسل باليد أو بالغسالة مع استخدام أي منظف، ويُجفف بتعريضه لأشعة الشمس .
الصوف	دافئة	التنظيف الجاف هو الأفضل للصوف، وقد يُغسل باليد مع استخدام منظف قليل القلوية، ثم يُجفف على سطح مستو بعيداً عن أشعة الشمس.
الحرير الطبيعي	باردة	الأفضل للتنظيف الجاف ويمكن غسله باليد في ماء بارد مع منظف خالٍ من القلوية، ثم يُعصر بالضغط للتخلص من الماء الزائد.
النيلون	دافئة	يُغسل باليد أو بالغسالة مع استخدام أي منظف، ويُجفف تحت أشعة الشمس.

مراحل غسل الملابس البيضاء:



مواد التنظيف المستخدمة في الغسيل:

هي التي تعمل على إضعاف قوة التصاق الأوساخ بالملابس أو غيرها مما يسهل إزالة هذه الأوساخ، وقد تكون كيميائية أو طبيعية.

(أ) المنظّفات الكيميائية:

١- الصابون:

مركبٌ كيميائي ناتج عن تفاعل القلويات مع المواد الدهنية ويطلق على هذا التفاعل (التصبن).



أشكال الصابون المستخدم في الغسيل:



٢- المبيّض:

سائل منظف يُزيل البقع من الأنسجة، ويدخل الكلور في تركيبه، وله خاصية تبييض الأنسجة، ومنه ما هو مخصّص للملابس البيضاء وآخر للملابس الملونة.



تُؤبّ المبيضات عند استخدامها في عملية الغسيل بكمية من الماء تناسب نوع وسُمْك النسيج.





هناك استعمالات أخرى للمبيّض في التنظيف المنزلي، ابحث عنها في مصادر التعلم المتنوعة.

لتنظيف وتعقيم دورات المياه والأرضيات وأسطح المطبخ

إرشادات عند استعمال المبيّض في غسل الملابس



تحدث بعض المواقف المؤسفة عند الاستخدام الخاطئ للمبيّض، اذكر موقفاً من تلك المواقف.

وضعه بكمية كبيرة مما يؤثر سلباً على الملابس فيؤدي إلى اصفرارها وتآكلها



بعد تكرار غسل الأنسجة يغدو اللون مصفرًا باهتًا، لذا لا بدّ من تزهير الملابس البيضاء، للتغلب على اصفرار لونها ولتصبح زاهية اللون.

٣- الزهرة:

مادة زرقاء اللون، تُباع على هيئة مسحوق أو قوالب قابلة للذوبان أو سائل في عبوات مختلفة تستخدم لتزهير الملابس.



شكل (٧)

تُشطف الملابس جيدًا قبل التزهير؛ للتخلص من المواد القلوية.

حتى لا تتحول الملابس إلى اللون الأزرق بل تصبح زاهية الألوان



يُراعى أن يكون ماء التزهير خفيفًا.

يُعدّ ماء الزهرة قبل استعماله مباشرة؛ حتى لا يترسب.

موقع بداية التعليمي | beadaya.com

تُبسط الملابس قبل وضعها في ماء التزهير؛ حتى يكون لونها متجانسًا.

حتى تشرب كل قطعة على حدى.



يُراعى أن توضع الملابس في ماء التزهير قطعةً بعد قطعة.

حتى لا يتحول لونها للأزرق الفاتح.



لا تُترك الملابس فترة طويلة في ماء التزهير.

إرشادات عند تزهير الملابس يدويًا:

هناك بعض المنظّفات الحديثة التي تقوم مقام الصابون والمبيّض والزهرة.





ما المنظفات الطبيعية التي يمكن استعمالها في التنظيف

(ب) المنظفات الطبيعية:

مواد طبيعية مساعدة للمنظفات الكيميائية في عملية التنظيف ويسهل الحصول عليها في المنزل، مثل: الملح والخل.

١ - الملح:

(كلوريد الصوديوم) يُباع في الأسواق على هيئة ملح خشن أو ناعم معبأً في أكياس أو علب. ومن فوائده أنه يعوق إذابة الصبغات في الماء، ولذلك يُضاف إلى ماء الشطف الأخير لتثبيت اللون.



شكل (٨)



علل: قد نحتاج الملح أو الخل في مرحلة إعداد الملابس للغسيل.

لتثبيت الألوان في الملابس ذات الألوان الغامقة. ولتخلص من رائحة العرق وأثره على ملابس

٢ - الخل: وقع بداية التعليمي | beadaya.com

يُستخدم الخل الأبيض لتزهية الملابس بعد شطفها، كما يستخدم لإزالة البقع الناتجة من الاستخدام الخاطئ للزهرة، وذلك بإضافة ملعقتين كبيرتين من الخل لكل لتر من الماء، ثم يُشطف بالماء لإزالة أثره.



شكل (٩)



عدد بعض استخدامات الخل الأخرى:

يزيل البقع المعدنية مثل الحبر وصدأ الحديد - يزيل رائحة العرق وأثره على ملابس

في أثناء غسل الملابس ذات الأنسجة الرقيقة، يجب أن توضع في كيس خاص؛ للحفاظ عليها من التهلك، ثم توضع داخل الغسالة.



نشاط (ب):



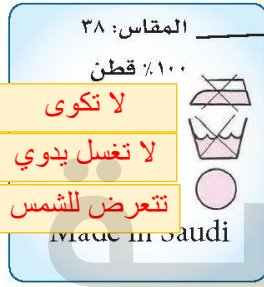
نشاط (أ):



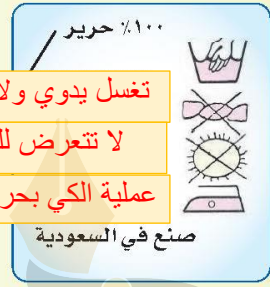
التطبيقات



أمامك قطع ملابسية تحتوي على بطاقات إرشادية، فسر الرموز في البطاقتين المشار إليهما :



شكل (٣٨)



شكل (٣٧)

موقع بداية التعليمي | beadaya.com

من وجهة نظرك، ما سبب:



لاتباع الطريقة الصحيحة للغسيل والكي فنحافظ على القطع من التلف

إرفاق البطاقة الإرشادية مع القطعة الملابسية



سورة من القرآن الكريم ورد فيها آية تحت على اللباس الساتر، قال تعالى:

﴿يَنْبَغِي ۤءَادَمَ قَدْ أَنْزَلْنَا عَلَيْكَ لِبَاسًا يُورِي سَوَاءَ بَعْضِكُمْ لِبَاسًا يُوْرِي سَوَاءَ بَعْضِكُمْ وَرِيشًا وَلِبَاسُ الْتَقْوَىٰ ذَلِكَ خَيْرٌ ۚ ذَلِكَ
مِنْ آيَاتِ اللَّهِ لَعَلَّهُمْ يَذْكُرُونَ﴾

أ- أخط بدائرة اسم السورة التي وردت فيها هذه الآية :

الزخرف

الأعراف

الأحزاب

ب- بالرجوع إلى أحد كتب تفسير القرآن الكريم ، فسر معاني الكلمات التالية :

يستر عوراتكم وهو لباس الضرورة

لباساً:

هو لباس الزينة أو النعيم من المال

ريشاً:

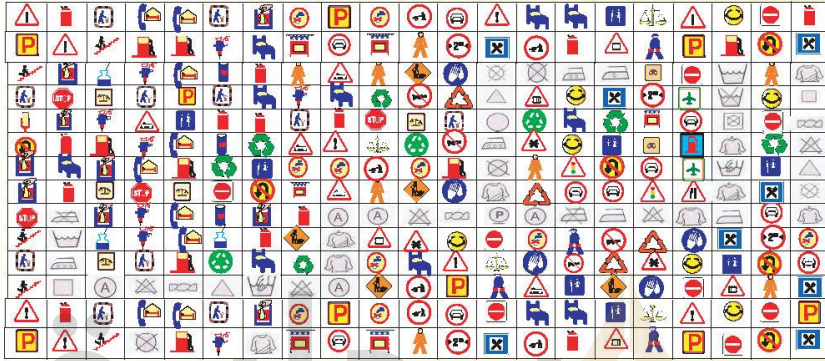
يستر عوراتكم وجاء في الآية الكريمة ستر العورة نتيجة أن ينقي

يوازي:

موقع بداية التعليمي | beadaya.com



٤
أ- لون الرموز الخاصة بالبطاقة الإرشادية لأنسجة الملابس داخل الشكل الذي أمامك، لتحصل على كلمة تدل على رمز في البطاقة .



بداية

موقع بداية التعليمي | beadaya.com

ب- ارسم رمز الكلمة المطلوبة :



ج- اذكر الأنسجة التي لا يمكن استخدام هذا الرمز معها.

الجلد



الوحدة الثالثة العناية باللبسية



أتعلم لغة الإشارة بشغف؛ حتى أتواصل مع زملائي/ زميلاتي من الصم، وأنا قادر- بتوفيق الله -
على إتقانها بكفاءة عالية.

بداية
beadaya.com | موقع التعليمي

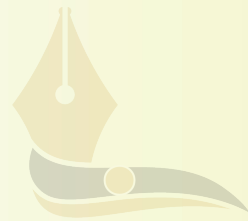


المصدر: الجمعية السعودية للإعاقة السمعية (٢٠١٨). قاموس لغة الإشارة السعودية، ط١.



بداية

موقع بداية التعليمي | beadaya.com



وزارة التعليم
Ministry of Education
2022 - 1444