

# الحقيبة التدريبية لتأهيل معلمي ومعلمات مادة المهارات الحياتية والأسرية للمرحلة الابتدائية



إعداد وتنفيذ

فريق من مشرفات المادة

أ. نبيهه بنت علي الرجيعي

أ. سهام بنت حميد الكردي      أ. وفاء بنت عبدالرحمن العفيجي

أ. عائشة بنت فائز الشهري

العام الدراسي ١٤٤٣هـ / ٢٠٢١م



## المقدمة:

انطلاقاً من حرص وزارة التعليم في المملكة العربية السعودية على تطوير المنظومة التعليمية بكافة عناصرها لاسيما المعلم الذي يعدّ هو الركن الأساس في الارتقاء بالمناهج التعليمية في مختلف التخصصات الدراسية من خلال أدائه لأدواره المهمة داخل حجرة الصف وخارجها من شرح للدروس والدعم الذي يقدمه لطلابه في مختلف مراحل عملية التعلم لتحقيق نتائج التعلم المنشودة.

وفي هذا السياق تأتي هذه الحقيبة التدريبية لتأهيل المعلمين والمعلمات ذوي التخصصات الأقرب لتدريس مقررات مادة المهارات الحياتية والأسرية في المرحلتين الابتدائية والمتوسطة، خاصة إعادة تأهيل المعلمين في قطاع البنين حيث أقرت وزارة التعليم في المملكة العربية السعودية تدريس هذه المادة لفئة الطلاب أول مرة، حيث كان تدريسها مقتصرًا على فئة الطالبات فقط لعدة عقود مضت.

ويأتي ذلك انسجاماً مع رؤية المملكة العربية السعودية ٢٠٣٠ التي تنص على (المجتمع الحيوي) كأحد منطلقاتها الرئيسية، وعلى مبدأ (جودة الحياة)، حيث تسهم مادة المهارات الحياتية والأسرية في تحقيق هذه المنطلقات وتحسين جودة الحياة من خلال تضمينها لعدد من المجالات الفرعية منها: التغذية والوعي الصحي، والعلاقات الأسرية والاجتماعية، وتنمية الذات والعناية الشخصية، وترشيد الاستهلاك في المجتمع السعودي وغيرها من المجالات الحيوية.

وتتضمن هذه الحقيبة التعريف بمفهوم مجال تعلم مادة المهارات الحياتية والأسرية ومجالاتها الفرعية، وأهم طرق التدريس المقترحة، واستعراض آلية تقويم المادة وأهم أساليب وأدوات التقويم في المرحلتين الابتدائية والمتوسطة.

وختماً نأمل أن تحقق هذه الحقيبة التدريبية الهدف من إعدادها من خلال الإسهام بتأهيل المعلمين والمعلمات لتدريس مقررات مادة المهارات الحياتية والأسرية، وتقديم الدعم اللازم لهم في هذا المجال من جميع الجوانب.

نسأل الله تعالى التوفيق والسداد للجميع وأن يكون هذا العمل خالصاً لوجهه الكريم.

فريق عمل إعداد الحقائق التدريبية

لتأهيل معلمي ومعلمات مادة المهارات الحياتية والأسرية



## مادة المهارات الحياتية والأسرية وتطورها في مراحل التعليم العام:

دفع التطور العلمي والتدفق الكمي للعلوم بعملية التعليم للتطوير والتغيير ، ومن هذه العلوم "التربية الأسرية " حيث عرفت الموسوعة الأمريكية التربية الأسرية بمصطلحات متعددة منها : الاقتصاد المنزلي ، علوم الأسرة والمستهلك ، كما تعرف بأنها مجال مهني وتعليمي يهتم بدراسة الاقتصاد وإدارة المنزل للأسرة والمجتمع ، إضافة إلى التغذية وعلوم الأطعمة ، والملابس والنسيج (محاسن شمو، ٢٠١٢) وقد بدأ هذا المصطلح في الانتشار بين الأوساط العلمية والتربوية ، ويفضل البعض استخدامه في تعليم الصغار والشباب من الجنسين بنين وبنات ، وفي الأوساط غير المتخصصة بشكل عام ، في حين يستخدم مصطلح الاقتصاد المنزلي في المستويات الأعلى من التعليم ، وعلى مستوى التخصصات العلمية الدقيقة (كوثر كوجك ، لولو داوود ، ١٩٩٥).

وحيث ان المرأة نصف المجتمع وطاقة بشرية ضخمة به ، وهي أساس العنصر الإنتاجي الذي يعطي المجتمع كافة احتياجاته من الموارد البشرية ، فهي تعنى بشئون أبنائها ، وترعاهم ، وتغرس فيهم القيم ، وتربيههم التربية الصالحة ، ولا شك أن مساهمتها الفعالة في مختلف جوانب التنمية سوف يساعد على دفع عجلة التقدم بالمجتمع (فريال الحربي ، ٢٠١٤) لذا ركز علم "الاقتصاد المنزلي سابقا" مقرراته بالتعليم العام على تعليم الطالبة المهارات اليدوية فقط (التدبير المنزلي ، والتفصيل والحياسة ) مع عدم الاهتمام بتنميتها في الجانب العلمي ، وعدم ربط مجالاته مع مشكلات البيئة المحيطة بها (حسناء أكرم ، ٢٠١١) ، إلا أنه استبدل بمسمى "التربية الأسرية" قبل سنوات قليلة والتي تركز محور اهتمامها على الفتاة والأسرة والمجتمع ، كما تم إقرار تدريس المادة في قطاع البنات منذ الصف الأول ابتدائي وحتى المرحلة الثانوية بعد أن كان تدريسها يبدأ من الصفوف العليا من المرحلة الابتدائية ، وذلك نظراً لأهمية المادة في إكساب الطالب للمهارات الحياتية التي يحتاجها في حياته اليومية منذ نعومة أظفاره ، كما أنها تدعم كثير من السلوكيات الحميدة لدى الطالب نحو أسرته ومجتمع وبيئة .

فهي تساهم بفاعلية في حل المشكلات الأسرية والمجتمعية ؛ حيث بُنيت مجالاتها على أساس الاحتياجات الفعلية للأسرة والمجتمع، وصيغت بصورة أكثر مرونة وسلاسة لتناسب التغيرات المجتمعية الطارئة التي يمكن أن تنعكس على الأسرة محدثة تغيراً وتنوعاً في احتياجاتها واحتياجات المجتمع (هيام أبو الجحد ، ٢٠١٤) كما يركز مقرر التربية الأسرية في جميع مراحل التعليم العام على تعليم الطالبة القدرة على اتخاذ القرار السليم ، وحسن التصرف في مواقف الحياة المختلفة ، وإيجاد الحلول لما قد يصادفها من مشكلات مرتبطة بجميع جوانب الحياة الأسرية والعملية على أساس علمي (نجاة عوض آل عاطف ، ١٤٣٤).

وقد أقرت وزارة التعليم في المملكة العربية السعودية خلال هذا العام الدراسي ١٤٤٣هـ تغيير مسمى التربية الأسرية إلى مسمى جديد وهو (المهارات الحياتية والأسرية) وتعميم تدريسها على قطاعي البنين/البنات معاً.

وقد تعرضت مجالات التربية الأسرية سابقاً للمهارات الحياتية والأسرية حالياً كغيرها من العلوم إلى التغيرات التي تحدث في المجتمع، فأضيف إليها كل ما هو جديد بهدف زيادة فعاليتها، وهذا التغيير سيكون له تأثير –بإذن الله- في تكوين اتجاه إيجابي لدى المعلم/المعلمة





من غير ذوي التخصص نحو تدريس هذه المادة، حيث أن اتجاهات المعلم سلباً أو إيجاباً نحو مهنة التدريس لها أهمية واضحة في مجال التعليم، فالاتجاهات الايجابية تجعله أكثر فهماً لما هو مطلوب منه، ويتكيف مع وضع مادته وطلابه، وكلما ازداد الاتجاه الايجابي لدى المعلم نحو تدريس مواد تخصصه كلما زادت كفاءته التربوية، وظهر ذلك على أدائه واهتماماته، وتحقيق أهدافه، (فريد الغامدي، ١٤٣٢) كما توضح فريال الحربي (٢٠١٤) في استعراضها للعديد من الدراسات أن الرضا عن العمل والاقتناع به يدفع الفرد إلى بذل أقصى الجهود لإنجازه، ويشكل دافعا للإنجاز، لذلك فإن عطاء الفرد وكفاءته المهنية دليل على مدى رضاه عن عمله، وإحساسه بالنجاح والتقدم فيه، ويزداد هذا العطاء بمقدار ما يوفر له العمل من إشباع لحاجاته ودوافعه واستغلال لطاقاته.

لذلك من المهم جداً تكوين اتجاه إيجابي نحو المادة بجميع مجالاتها المختلفة لدى المعلمين بوجه خاص لاسيما وأنهم سيقومون بتدريس المادة لأول مره في قطاع البنين، وذلك انطلاقاً من كون الطالب اليوم هو جزء لا يتجزأ من أسرته له حقوق وعليه واجبات أسرية واجتماعية، كما أنه رب الأسرة في المستقبل، وكما ورد في الحديث الشريف (النساء شقائق الرجال)، أخرجه الإمام أحمد في باقي مسند الأنصار من حديث أم سليم بنت ملحان برقم ٥٨٦٩، ومعناه أنهن مثيلات للرجال إلا ما استثناه الشارع، كما أن الرجل شريك في تأسيس الأسرة وهي اللبنة الرئيسة في تكوين المجتمع وله دور لا يمكن تجاهله في نطاق الأسرة كزوج وأب ومربي لأبنائه.

تحليل المحتوى لمقررات المهارات الحياتية والأسرية في المرحلتين الابتدائية والمتوسطة:

يسهم تحليل محتوى مقررات مادة المهارات الحياتية والأسرية في المرحلتين الابتدائية والمتوسطة في فهم أعمق لمجال تعلم المادة والمجالات الفرعية التي تندرج تحتها، وبالتالي الوعي بتوجهاتها الحالية والمستقبلية والعمل على تطويرها في المستقبل بما يدعم نتائج التعلم المتوقع تحقيقها لدى الطلاب والطالبات من خلال تدريسها.

وقد أظهرت نتائج تحليل المحتوى لمقررات المهارات الحياتية والأسرية للمرحلتين الابتدائية والمتوسطة تضمنها لعدة مجالات فرعية، حيث تضمنت مقررات المادة في المرحلتين ستة مجالات فرعية على النحو الآتي:

المجالات الفرعية لمادة المهارات الحياتية في مقررات المرحلتين الابتدائية والمتوسطة

- ✓ التغذية والتوعية الصحية.
- ✓ العناية الشخصية وتنمية الذات.
- ✓ العلاقات الأسرية والاجتماعية.
- ✓ السكن وتأثيره وأدواته.
- ✓ إدارة المنزل واقتصاديات الأسرة (ترشيد المستهلك).
- ✓ الملابس والنسيج.



وتتفاوت هذه المجالات من حيث الوزن النسبي لها في مقررات المادة بين المرحلتين الابتدائية والمتوسطة بما يتفق مع احتياجات المرحلة العمرية للطلاب والطالبات، كما يظهر من الجداول الآتية:

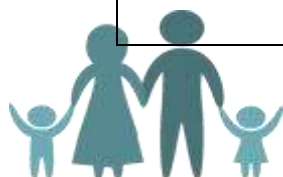
جدول (١): قائمة الموضوعات في المقررات الدراسية لمادة المهارات الحياتية والأسرية وربطها بمجالات التعلم للمادة (المرحلة الابتدائية)

الوحدة الدراسية	الصف	عدد الدروس	موضوعات الدروس	المجال الذي يتبعه
صحتي وسلامتي	الأول	٢	الإمساك بالقلم حمل الحقيبة	العناية الشخصية وتنمية الذات
	الثاني	٢	تقليم الأظافر ترتيب الشعر	
	الثالث	٣	معاني الرموز الإرشادية. السلامة في تناول الدواء. القائمة الصحيحة.	التغذية والتوعية الصحية
	الرابع	٣	نظافة الجسم أثناء الاستحمام. سلامة العينين والأذنين. العناية بالفم والأسنان.	
	الخامس	٢	العلامات الحيوية (درجة الحرارة - النبض) التعامل مع الأدوية	
	السادس	٣	بشرتي العناية بشعري وأظفري التعامل مع الأجهزة الإلكترونية	
شخصيتي	الأول	١	- من أنا؟	العناية الشخصية وتنمية الذات
	الثاني	١	- كيف أتصرف عند مقابلة الآخرين؟	
	الثالث	١	كيف أتصرف إذا خرجت أُمي من المنزل.	



تابع جدول (١): قائمة الموضوعات في المقررات الدراسية لمادة المهارات الحياتية والأسرية وربطها بمجالات التعلم للمادة  
(المرحلة الابتدائية)

الوحدة الدراسية	الصف	عدد الدروس	موضوعات الدروس	المجال الذي يتبعه
وقتي	الأول	١	أيام الأسبوع	مهارات الحياتية
	الثاني	٢	التقويم الهجري التقويم الميلادي	
	الثالث	١	الساعة	
مسكني	أول	٤	بيتي ملابسي العالي مطبخي	السكن وتأثيثه وأدواته
	ثاني	٥	عائلي الأجهزة الذكية ملابسي غرفتي مطبخي	
	ثالث	٤	تعاملي في مدرستي تعاملي مع ضيوفي تعاملي أثناء زهتي تعاملي مع بيتي	العلاقات الأسرية والاجتماعية
	الرابع	١	غرفتي	السكن وتأثيثه وأدواته
	الخامس	١	المسكن الصحي	
	السادس	١	الحوادث داخل المسكن	
ملبسي	الرابع	٢	الملابس المدرسية والملابس الداخلية. الجوارب والحذاء.	الملابس والنسيج
	الخامس	١	ترتيب الملابس وحقيبة السفر	
	السادس	١	اختيار الملابس	



تابع جدول (١): قائمة الموضوعات في المقررات الدراسية لمادة المهارات الحياتية والأسرية وربطها بمجالات التعلم للمادة (المرحلة الابتدائية)

الوحدة الدراسية	الصف	عدد الدروس	موضوعات الدروس	المجال الذي يتبعه
غذائي	الأول	٤	الماء الحليب الفواكه والخضروات وجبة الفطور	التغذية والتوعية الصحية
	الثاني	٤	آداب الطعام الأطعمة المفيدة سلطة الفواكه والخضروات حلوى الموز مع العسل	
	الثالث	٣	المجموعات الغذائية الشطائر التمر	
	الرابع	٣	الخضروات. الفواكه الحليب ف ٢	
	الخامس	٣	العناصر الغذائية الوجبات الخفيفة ٢ الخبز ف ٢	
	السادس	٥	القهوة التمر الشاي العجائن تطبيقات على العجائن اللينة (الفطائر المحلاة)	





تابع جدول (١): قائمة الموضوعات في المقررات الدراسية لمادة المهارات الحياتية والأسرية وربطها بمجالات التعلم للمادة  
(المرحلة الابتدائية)

الوحدة الدراسية	الصف	عدد الدروس	موضوعات الدروس	المجال الذي يتبعه
مناسبي	الأول	٣	اليوم الوطني شهر رمضان العيدان (عيد الفطر / عيد الأضحى) المولود الجديد	العلاقات الأسرية والاجتماعية
	الثاني	٣	أسبوع المرور أسبوع النظافة أسبوع الشجرة	
	الثالث	٣	يوم المعلم يوم الغذاء العالمي يوم الصحة العالمي	
مجتمعي	الرابع	٢	آداب التعامل داخل المنزل كيف اختار صديقاً	العلاقات الأسرية والاجتماعية
	الخامس	١	آداب التعامل خارج المنزل	
	السادس	١	التعامل مع المشكلات الاجتماعية	
مهاراتي في الحياة	الرابع	٢	كيف تنضم وقتك؟ كيف تكون مجتهداً في الصف	العناية الشخصية وتنمية الذات
	الخامس	٢	كيف تذاكر؟ كيف تجيب عن اسئلة الاختبار؟	
	السادس	١	المصرف الشخصي	إدارة المنزل واقتصاديات الأسرة (ترشيد المستهلك)



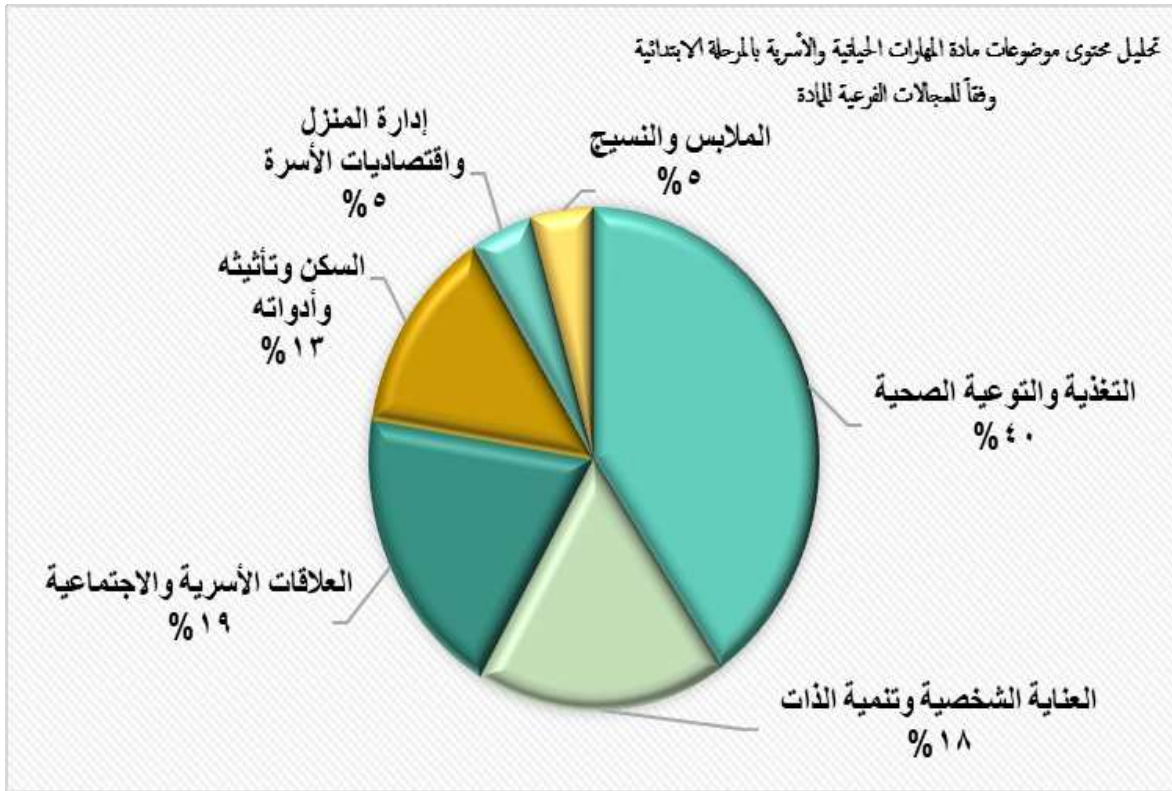
تابع جدول (١): قائمة الموضوعات في المقررات الدراسية لمادة المهارات الحياتية والأسرية وربطها بمجالات التعلم للمادة (المرحلة الابتدائية)

الوحدة الدراسية	الصف	عدد الدروس	موضوعات الدروس	المجال الذي يتبعه
بيئي	الرابع	٢	العناية بالكتاب العناية بالصف / المحافظة على المرافق العامة في المدرسة	التغذية والتوعية الصحية
	الخامس	١	التلوث داخل المنزل	
	السادس	١	التخلص من النفايات الصلبة	
ترشيد الاستهلاك	الرابع	١	ترشيد استهلاك الماء	إدارة المنزل واقتصاديات الأسرة (ترشيد المستهلك)
	الخامس	١	ترشيد استهلاك الكهرباء	
	السادس	١	الدعاية والإعلان وأثرهما على سلوك المستهلك.	

جدول (٢): تحليل محتوى موضوعات مادة المهارات الحياتية والأسرية بالمرحلة الابتدائية وفقاً للمجالات الفرعية للمادة

المجال الفرعي للمادة	عدد الدروس	الوزن النسبي في المقررات
التغذية والتوعية الصحية	٣٦	٤٠,٤٤ %
العناية الشخصية وتنمية الذات	١٦	١٧,٩٧ %
العلاقات الأسرية والاجتماعية	١٧	١٩,١٠ %
السكن وتأثيره وأدواته	١٢	١٣,٤٨ %
إدارة المنزل واقتصاديات الأسرة (ترشيد المستهلك)	٤	٤,٤٩ %
الملابس والنسيج	٤	٤,٤٩ %
المجموع	٨٩	١٠٠ %





والرسم البياني أعلاه يوضح النسب الإجمالية للمجالات الفرعية في مقررات مادة المهارات الحياتية والأسرية في المرحلة الابتدائية:

النتائج الإحصائية في الجداول ١، ٢ أعلاه يتضح من الجدول الخاص بتحليل محتوى مقررات المهارات الحياتية والأسرية والوزن النسبي لمجالاتها الفرعية في المرحلة الابتدائية، أن مجال التغذية والتوعية الصحية قد احتل المرتبة الأولى في مقررات المادة من حيث الوزن النسبي له في المقررات ونسبة تجاوزت ٤٠%، يليه مجال العناية الشخصية وتنمية الذات بنسبة تبلغ تقريباً ١٨%، بينما تفاوتت النسب للمجالات الأربعة الأخرى، حيث تراوحت من ١٩,١٠% في مجال العلاقات الأسرية والاجتماعية إلى ٤,٥٠% تقريباً في مجالي: الملابس والمنسوجات وإدارة المنزل واقتصاديات الأسرة (ترشيد المستهلك).



جدول (٣): قائمة الموضوعات في المقررات الدراسية لمادة المهارات الحياتية والأسرية وربطها بمجالات التعلم للمادة  
(المرحلة المتوسطة)

الوحدة	الصف	عدد الدروس	اسم الدرس	المجال الذي تتبعه
المهارات الحياتية	الأول المتوسط	٣	فن التعامل	العناية الشخصية وتنمية الذات
			اختيار الصديق	
			تنظيم الوقت	
	الثاني المتوسط	٤	الشخصية المثالية	
			الثقة بالنفس	
			اتخاذ القرار	
			فن اللقاء والحوار	
	الثالث المتوسط	٣	كيف تكون فعالاً؟	
			آداب الزيارة	العلاقات الأسرية والاجتماعية
			قواعد الحديث فن الاستماع	
المهارات الاسرية	الأول المتوسط	٣	الإدارة المنزلية والإسهام في اعمال المنزل	إدارة المنزل واقتصاديات الأسرة (ترشيد المستهلك)
			ترتيب الموائد	
			مناديل المائدة	
	الثاني متوسط	٢	الأجهزة المنزلية	السكن وتأثيثه وأدواته
			ثقافة المستهلك	إدارة المنزل واقتصاديات الأسرة (ترشيد المستهلك)
	الثالث المتوسط	٢	الميزانية وموارد الاسرة	
			استهلاك الغذاء	التغذية والتوعية الصحية



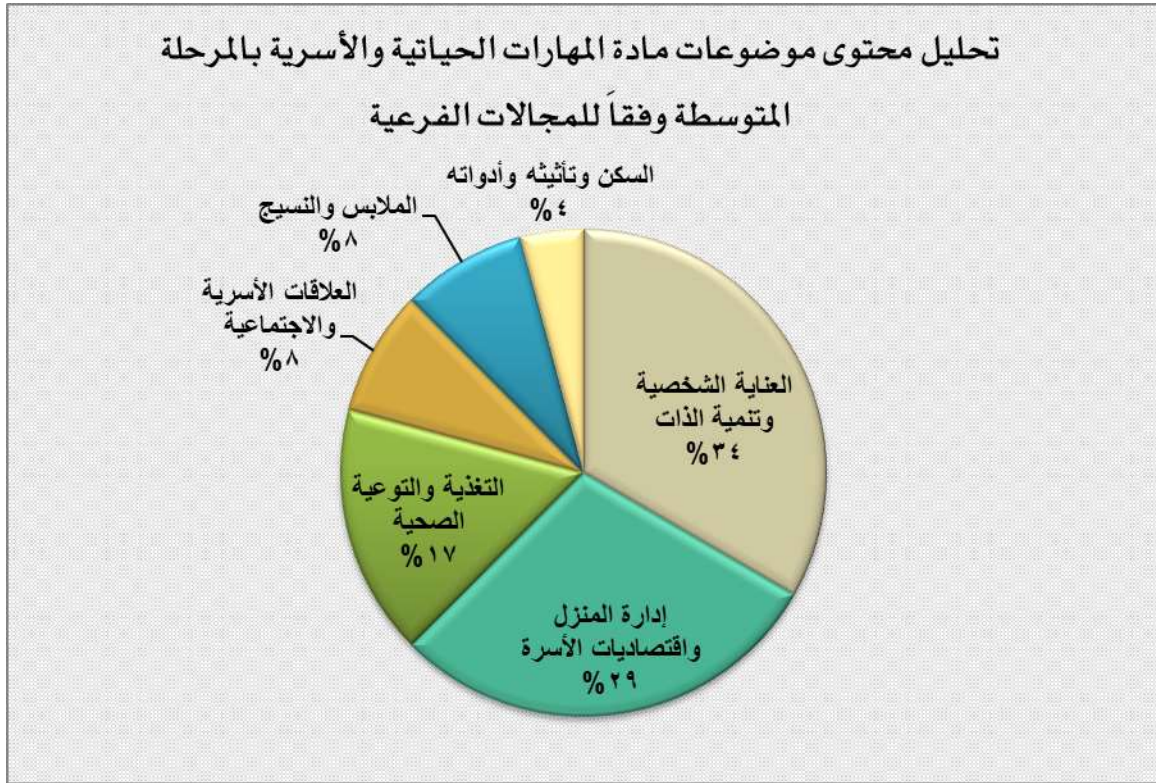
تابع جدول (٣): قائمة الموضوعات في المقررات الدراسية لمادة المهارات الحياتية والأسرية وربطها بمجالات التعلم للمادة (المرحلة المتوسطة)

الوحدة	الصف	عدد الدروس	اسم الدرس	المجال الذي تتبعه
الغذاء والتغذية	الأول المتوسط	٢	الحساء	التغذية والتوعية الصحية
			السلطات	
	الثالث المتوسط	٢	حفظ الأطعمة	
			أصناف من بيثي دقيق القمح (البر)	
العناية والملبسة	الثاني المتوسط	٢	البطاقة الارشادية	الملابس والنسيج
			تنظيف الملابس	
الامن والسلامة	الثالث متوسط	١	اسعاف الحوادث المنزلية	إدارة المنزل واقتصاديات الأسرة (ترشيد المستهلك)
المجموع الكلي للدروس في الفصلين		٤٨		

جدول (٤): تحليل محتوى موضوعات مادة المهارات الحياتية والأسرية بالمرحلة المتوسطة وفقاً للمجالات الفرعية للمادة

المجال الفرعي للمادة	عدد الدروس	الوزن النسبي في المقررات
العناية الشخصية وتنمية الذات	١٦	٣٣,٣٣%
إدارة المنزل واقتصاديات الأسرة (ترشيد المستهلك)	١٤	٢٩,١٦%
التغذية والتوعية الصحية	٨	١٦,٦٦%
العلاقات الأسرية والاجتماعية	٤	٨,٣٣%
الملابس والنسيج	٤	٨,٣٣%
السكن وتأثيره وأدواته	٢	٤,١٦%
المجموع	٤٨	١٠٠%





والرسم البياني أعلاه يوضح النسب الإجمالية للمجالات الفرعية في مقررات مادة المهارات الحياتية والأسرية في المرحلة المتوسطة:

النتائج الإحصائية في الجداول ٣، ٤ أعلاه، يتضح من الجدول الخاص بتحليل محتوى مقررات المهارات الحياتية والأسرية والوزن النسبي لمجالاتها الفرعية في المرحلة المتوسطة أن مجال العناية الشخصية وتنمية الذات ٣٣%، يليه مجال إدارة المنزل واقتصاديات الأسرة (ترشيد المستهلك) بنسبة تبلغ تقريباً ٢٩%، بينما ما تفاوتت النسب للمجالات الأربعة الأخرى، حيث تراوحت من ١٦,٦٦% في مجال العلاقات الأسرية والاجتماعية، إلى ٤,١٦% تقريباً في مجال السكن وتأثيثه وأدواته.

ونسنعرض الآن أهم المجالات الفرعية للمادة وانعكاسها في الوحدات الدراسية في مقررات مادة المهارات الحياتية والأسرية بالمرحلة الابتدائية.





## فهرس المحتويات

م	الموضوع	الصفحة
١	دليل البرنامج	١٤
٢	الأساليب التدريبية	١٥
٣	الوسائل المستخدمة	١٦
٤	إرشادات للمدرسين/ات	١٧
٥	إرشادات للمتدربين/ات	١٨
٦	اليوم الأول (الجلسة الأولى)	٢٠
٧	اليوم الأول (الجلسة الثانية)	٤٩
٨	اليوم الثاني (الجلسة الأولى)	٧٨
٩	اليوم الثاني (الجلسة الثانية)	١١٣
١٠	المراجع	١٤٦



## دليل البرنامج التدريبي

### اسم البرنامج:

تأهيل معلمي ومعلمات المرحلة (الابتدائية) لتدريس مادة المهارات الحياتية والأسرية.

### الهدف العام:

تنمية مهارات معلمي ومعلمات المرحلة الابتدائية لتدريس مادة المهارات الحياتية والأسرية.

### الأهداف التفصيلية:

يتوقع من المتدرب/ة في نهاية البرنامج التدريبي أن يكون قادراً على أن:

١. يوضح أهمية مادة المهارات الحياتية والأسرية كعلم من علوم الحياة.
٢. يتعرف على مجال تعلم (المهارات الحياتية والأسرية).
٣. يعدّد المجالات المتنوعة لمادة المهارات الحياتية والأسرية.
٤. يصف كل مجال من مجالات مادة المهارات الحياتية والأسرية في المرحلة الابتدائية.
٥. يستنتج أهم طرق التدريس الفاعلة لتدريس المادة في المرحلة الابتدائية.
٦. يطبق أنشطة عملية لكل مجال من مجالات المادة في المرحلة الابتدائية بفاعلية.
٧. يتعرف على آلية تقويم مادة المهارات الحياتية والأسرية في المرحلة الابتدائية.

### الفئة المستهدفة:

معلمي ومعلمات المرحلة الابتدائية ذوي التخصصات الأقرب لتدريس مادة المهارات الحياتية والأسرية.

### مدة البرنامج:

(٨) ساعات تدريبية مقسمة على يومين تدريبيين، بواقع: ٤ ساعات يومياً.



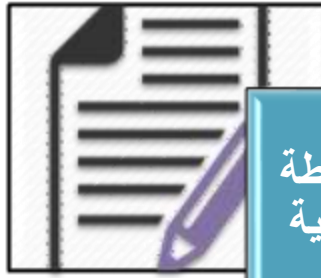


## الأساليب التدريبية وأدوات التقييم

سيتم تقديم البرامج التدريبي باستخدام مجموعة متنوعة من الأساليب التدريبية منها:



مناقشات  
جماعية



الأنشطة  
العملية



تدريب  
عن بعد



الفيديوهات  
التوضيحية



لعب  
الأدوار



العصف  
الذهني



## أدوات التقويم:

- تقويم قبلي وبعدي.
- تقويم مرحلي (الأنشطة التدريبية، التغذية الراجعة اليومية).
- تقويم البرنامج التدريبي (استمارات تقويم البرنامج من حيث: الأهداف، المحتوى، الأساليب والأنشطة، المدرب، بيئة التدريب، التقويم).
- مسح بعدي.

## أدوات قياس أثر التدريب:

- الملاحظة.



## إرشادات عامة للمدرسين/ات

أختي المدربة:

كي يكون التدريب فعال نأمل مراعاة الإرشادات التالية:

- الإعداد الجيد والاطلاع على حقيبة المدربة.
- التأكد من توفر جميع الأدوات اللازمة وجاهزية كل شيء قبل بدء الدورة.
- اختيار بعض المتدربين عشوائياً لعرض المادة العلمية.
- يتم عرض المجموعات بعد نهاية كل نشاط.
- الحرص على تنفيذ الخطة.
- البدء في الوقت المحدد وتعرف على المتدربين.
- وضع أهداف الدورة.
- ركز على احتياجات المتدربين.
- كن مبدع من بداية الدورة إلى نهايتها.
- اهتم بالعلاقات الإنسانية كن متواضع ولا تدعي العلم كن قدوة المتدربين.
- اهتم بالتفاعل اللفظي وغير اللفظي.
- شجع المتدربين على الأسئلة وعلى تبادل الخبرات.
- حول المعارف إلى مهارات وابتعد عن التفاصيل وركز على النقاط الهامة.
- نوع الأساليب والوسائل التدريبية.
- لا تقرأ حرفياً من المذكرة.
- تقبل النقد وكن صبور وتصرف بذكاء في المواقف الحرجة.



## إرشادات عامة للمتدربين/ات

أخي المتدرب / أختي المتدربة:

حتى نتعلم ونبدع نأمل مراعاة الإرشادات التالية:

- تقيدك بوقت البرنامج الساعة ٨:٣٠ يساعد في إنهاء البرنامج في الوقت المحدد ١٢:٣٠.
- حضورك لجميع الجلسات يمنحك شهادة حضور البرنامج.
- إغلاق الجوال في قاعة التدريب يساعدك على التركيز.
- المشاركة الفعالة وتبادل الخبرات هدف أساسي للبرنامج التدريبي.
- العمل الجماعي يساعد في بناء الأفكار المتعددة.
- أحرص على بناء علاقات طيبة مع الآخرين أثناء البرنامج التدريبي.
- طلب المساعدة من المدربة في حال ظهور عطل أو خلل في الأجهزة أثناء التدريب يساعدك في استيعاب البرنامج.
- الممارسة العملية المستمرة للمهارة المكتسبة في البرنامج التدريبي تضمن عدم فقدانها.
- تعبئة نموذج تقييم البرنامج بدقة يساعد في تطوير البرنامج.



# اليوم الأول

الجلسة	الزمن
الأولى أولاً: التهيئة ثانياً: مجال الغذاء والتغذية والتوعية الصحية	١٢٠ دقيقة
استراحة	٢٠ دقيقة
الثانية أولاً: مجال العناية الشخصية وتنمية الذات ثانياً: مجال السكن (أثاث وتصميم داخلي)	١٠٠ دقيقة



# الجلسة الأولى

الزمن: ١٢٠ دقيقة

## موضوعات الجلسة

أولاً : التهيئة

ثانياً : الغذاء والتغذية والتوعية الصحية

وحدة (غذائي)



## المجال / الغذاء والتغذية والتوعية الصحية

### وحدة (غذائي)

الأهداف	موضوعات الجلسة
يتوقع من المتدرب أن	
يحدد مفهوم الغذاء.	مفهوم الغذاء.
يستنتج أهمية وحدة (غذائي) في مقررات مادة المهارات الحياتية والأسرية.	أهمية وحدة غذائي في مقررات مادة المهارات الحياتية والأسرية.
يميز بين المجموعات الغذائية والعناصر الغذائية.	الفرق بين المجموعات الغذائية والعناصر الغذائية.
يقارن بين مصادر البروتين في الأغذية.	مصادر البروتين في الأغذية.
يكون وجبات غذائية متوازنة.	الوجبات الغذائية المتوازنة
يناقش المهارات المتعلقة بأنشطة الوحدة.	الأنشطة التعليمية
يقترح طرق تدريس مناسبة لموضوعات الوحدة .	طرق تدريس الوحدة



## المقدمة

قال الله تعالى: (فَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا وَاشْكُرُوا نِعْمَتَ اللَّهِ إِنَّ كُنتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ) سورة النحل: ١١٤

عندما خلق الله الإنسان خلق معه حاجاته الضرورية التي لا يمكن الاستغناء عنها لأنها سبب في استمرار حياته، ومن بين هذه الحاجات الضرورية الغذاء، الذي يعد وقود الحياة بالنسبة للإنسان فهو الذي يمد جسمه بالطاقة والحيوية التي تبقى على قيد الحياة.

فصحة الإنسان ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالتغذية لذلك تم تضمين وحدة غذائي في مقررات المهارات الحياتية والأسرية للمرحلة الابتدائية. لأهمية هذه المرحلة العمرية التي تتطلب برنامجاً غذائياً خاصاً يلبي احتياجات النمو من جهة ويتمشى مع الوزن والكتلة من جهة أخرى وتزويده بأساسيات التغذية، ولإكساب المتعلم الممارسات الصحية السليمة في الغذاء خلال حياته اليومية، للحصول على صحة مثالية - بإذن الله.

والمأمل في كتاب الله سبحانه وتعالى يقف مسبحاً لأعجازه لأنه أحصى كل شيئاً عدداً بما في ذلك أنواع الطعام والشراب. ونظراً لوجود العديد من العادات الغذائية الخاطئة وما يترتب على ذلك من انتشار أمراض سوء التغذية مثال: السمنة وما يصاحبها من امراض. جمعت وحدة غذائي أهمية العناصر الغذائية لجسم الإنسان.

الوحدة الدراسية	الصف	أمثلة على عناوين الدروس
غذائي	الأول	الماء - الحليب- الفواكه الخضروات- وجبة الفطور.
	الثاني	آداب الطعام- الأطعمة المفيدة - سلطة الفواكه والخضروات - حلوى الموز مع العسل.
	الثالث	المجموعات الغذائية - الشطائر - التمر.
	الرابع	الخضروات- الفواكه - الحليب.
	الخامس	العناصر الغذائية- الوجبات الخفيفة - الخبز.
	السادس	القهوة- التمر - الشاي- العجائن، تطبيقات على العجائن اللينة (العجائن المخلاة).







غذائي			الوحدة التدريبية
مفهوم الغذاء	موضوع النشاط	(١/١/١)	رقم النشاط
تأمل ذاتي/عصف ذهني	أسلوب وطريقة العرض	٥ دقائق	مدة النشاط
تحديد مفهوم الغذاء			الهدف من النشاط
عزيزي المشارك /عزيزتي المشاركة : ■ بعد الاطلاع على المادة العلمية (١/١/١) مستعين بمصادر المعرفة الممكنة حدد مفهومًا إجرائيًا للغذاء. ..... ..... ..... ..... ..... .....			







غذائي		الوحدة التدريبية	
أهمية وحدة غذائي في مقررات المهارات الحياتية والأسرية	موضوع النشاط	(٢/١/١)	رقم النشاط
عروض توضيحية/التفكير الناقد.	أسلوب وطريقة العرض	٧دقائق	مدة النشاط
يستنتج أهمية تدريس وحدة غذائي في المنهج.		الهدف من النشاط	
عزيزي المشارك /عزيزتي المشاركة :			
▪ بعد مشاهدة مقطع الفيديو عن النحلة الغذائية الصحية على الرابط ( <a href="https://youtu.be/oJcFBEeXcTc">https://youtu.be/oJcFBEeXcTc</a> )			
أجب على السؤال التالي :			
-أستنتج أهمية إدراج وحدة غذائي بمقررات المهارات الحياتية والأسرية.			
.....			
.....			
.....			
.....			
.....			
.....			



غذائي		الوحدة التدريبية	
الفرق بين المجموعات الغذائية والعناصر الغذائية	موضوع النشاط	(٣/١/١)	رقم النشاط
محاورة ومناقشه - تفكير ناقد	أسلوب وطريقة العرض	٥ دقائق	مدة النشاط
يميز بين المجموعات الغذائية والعناصر الغذائية.		الهدف من النشاط	

عزيزي المشارك/عزيزتي المشاركة :

المهمة الأولى:

■ امامك مجموعه من الصور، استنتج منها مسمى المجموعات الغذائية.

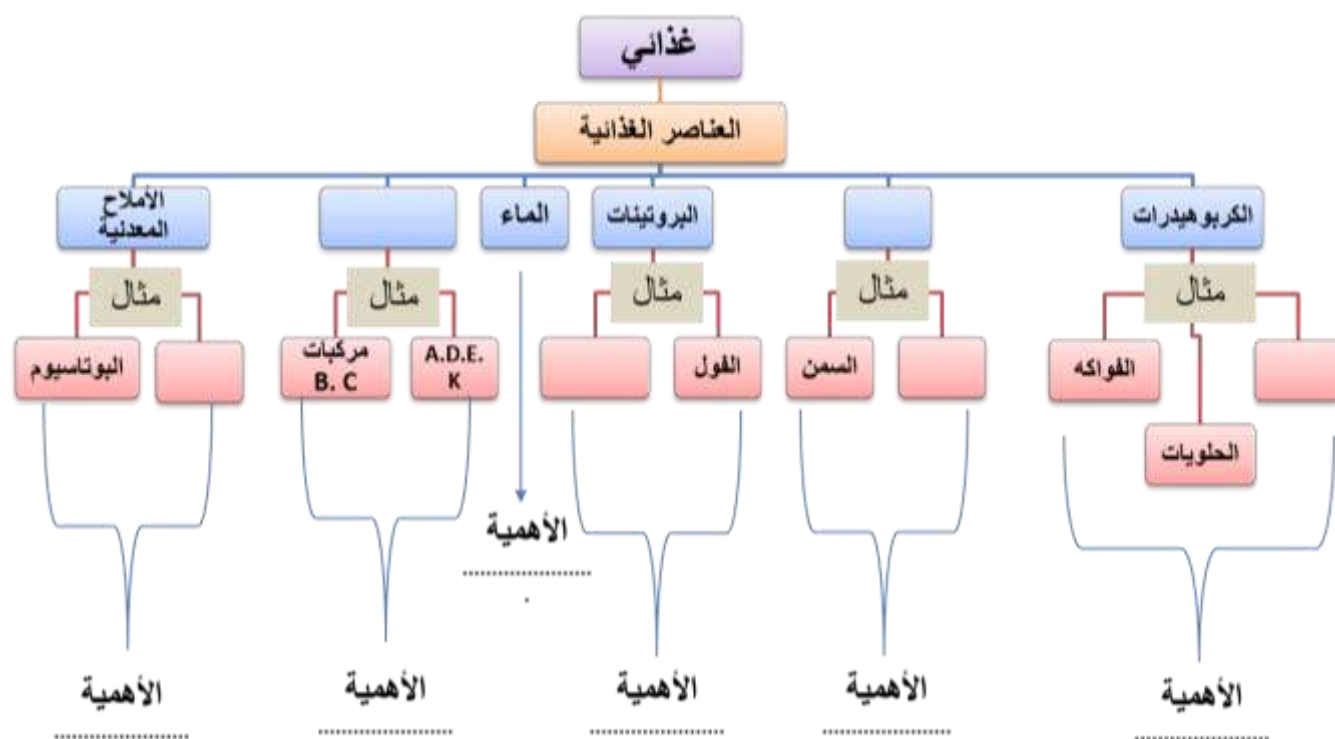
			
مجموعة .....	مجموعة .....	مجموعة .....	مجموعة .....





## المهمة الثانية:

- أكمل الخريطة الافتراضية التالية بالعناصر الغذائية. مع ذكر أهمية كل عنصر.



## المادة العلمية (٢/١/١)

من اجل الحصول على نظام غذائي صحي ومتوازن يجب تناول أطعمه تنتمي للمجموعات الغذائية الأربع.

المجموعات الغذائية الأربع هي: الحبوب، الفواكه والخضروات، الألبان، اللحوم والبقول.

تحتوي الأغذية المصنعة من الحبوب مثل المكرونة والخبز وحبوب الذرة على الكربوهيدرات والألياف والمعادن والفيتامينات التي تشكل مصدراً هاماً للطاقة، فالحبوب الكاملة التي لم يتم معالجتها أو تكريرها هي الاختيار الأصح وذلك لأنها تحتفظ بمعظم عناصرها الغذائية.



مجموعة الحبوب

توفر الفواكه العناصر الغذائية اللازمة بما في ذلك فيتامين (أ) و(ج) والبوتاسيوم، إلى جانب أنها مصدراً هاماً للألياف. توفر الخضروات المواد الغذائية الضرورية بما في ذلك فيتامين (أ) و(ج) وحمض الفوليك والمغنسيوم والحديد وتعتبر مصدراً هاماً للألياف ومنخفضة الدهون كما تحتوي الخضروات على كمية سكر أقل من الفاكهة لذا يسمح بتناول الكثير منها يوميا.



مجموعة الفواكه والخضروات

تشمل هذه المجموعة الزبادي، الحليب والأجبان. توفر الألبان الكالسيوم والبروتين وفيتامين (أ) و(د). ينصح بتناول منتجات الألبان ذات الدهون المنخفضة لأنه هناك بعض منتجات ذات نسبة دهون عالية.



مجموعة الألبان

مصدر هام للبروتينات الحيوانية عالية القيمة الغذائية وتشمل هذه المجموعة على اللحوم الحمراء للأبقار والأغنام واللحوم البيضاء للدواجن والاسماك إضافة إلى البقوليات (القول - العدس) المكسرات.



مجموعة اللحوم والبقول





العناصر	المصادر	الأهمية
البروتينات	الحليب ومشتقاته، البيض، اللحوم، البقوليات.	أساسية لنمو الجسم وتكوين أنسجته.
الكربوهيدرات	الأرز، الخبز ومشتقاته، المكرونة، التمور.	أغذية أساسية لإمداد الجسم بالطاقة فهي مصادر الطاقة الأولى التي يعتمد عليها الجسم، وهي من أكثر المواد الغذائية استهلاكاً في حياتنا اليومية.
الدهون	توجد الدهون في صفار البيض، الزيت، الفستق السوداني، اللوز، السمسم، والذرة.	عنصر هام ومصدر أساسي للطاقة، ولكن لا يجب الإفراط فيها حتى لا نصاب بالسمنة، لأنها تتراكم في الجسم.
الماء	السوائل والمشروبات التي يتناولها الإنسان منها: ماء الأغذية: تحتوي الأغذية على كميات متفاوتة من الماء مثل الفواكه والخضروات والحليب. الماء الناتجة من عمليات الأيض الداخلية.	يعتبر محرك لكل وظائف الجسم فالماء مادة مذيبة وبواسطة العصارات الهضمية تتحلل العناصر الغذائية، ويتميز الماء بقدرته على إذابة الأملاح كالبوتاسيوم والصوديوم ونقلها داخل الجسم.
الأملاح المعدنية	أمثلة على بعض مصادر الأملاح المعدنية: الكالسيوم: اللبن، السلمون، السمسم، الفواكه المجففة. الحديد: اللحوم الحمراء، البيض، الخضروات الورقية. الفسفور: البروتينات.	مساعدة الجسم في بناء الأنسجة من عظام وأسنان وغضاريف وعضلات، كما تدخل الأملاح المعدنية بصناعة الهرمونات والإنزيمات داخل الجسم.
الفيتامينات	تنقسم الفيتامينات إلى مجموعتين: فيتامين تذوب بالدهون (أ، د، هـ، ك). فيتامين (أ): الجزر، البطاطا، السبانخ، زيت كبد الحوت فيتامين (د): صفار البيض، الزيت، السمك. فيتامين (هـ): جنين القمح، المكسرات، الخضروات ذات اللون الأخضر. فيتامين (ك): الكرنب، السبانخ، البروكلي فيتامينات تذوب بالماء (ب، ج) فيتامين (ج): البرتقال، الجوافة، الليمون. فيتامين (ب ١): الخميرة البيرة، القمح. فيتامين (ب ٣): الفول السوداني، اللحم البقري. البيوتين: الحليب K البيض، الكبد. حمض الفوليك: الخضروات الورقية، الحبوب الكاملة. فيتامين (ب ١٢): اللحوم، الدجاج، السمك.	تزيد من مناعة الجسم والوقاية من الأمراض. ضرورية لنمو الخلايا وعمل الأعضاء. تساعد في تأخير علامات الشيخوخة والوقاية من أمراض القلب.







البروتينات: يحتاج إليها الجسم من أجل  
النمو وتعويض الأنسجة التالفة

مصادرها



بروتين نباتي



بروتين حيواني

الدهون: تزود الجسم بالطاقة والحرارة

مصادرها



دهون نباتية



دهون حيوانية

الأملاح المعدنية

ومن أمثلتها



اليود



الكالسيوم



الحديد

الكربوهيدرات: المصدر الرئيسي للطاقة

مصادرها



النشويات



السكريات



الماء

الفيتامينات والأملاح المعدنية:

أساسية للنمو والحفاظ على الصحة والوقاية من الأمراض، ويحتاج  
الجسم إلى كميات قليلة منها وتتوفر في أغلب الأطعمة بكميات مختلفة.  
أولاً: الفيتامينات: ومن أمثلتها:  
فيتامين أ - ب المركب - ج - د وغيرها.



الخضروات

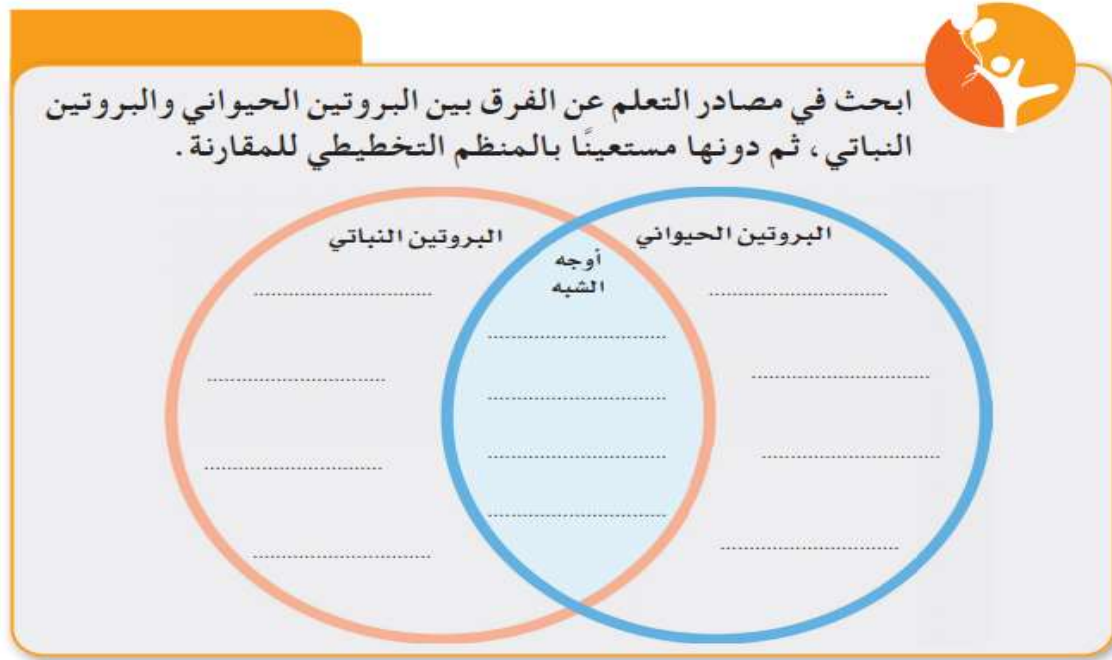


الفواكه





غذائي			الوحدة التدريبية
مصادر البروتين	موضوع النشاط	(٤/١/١)	رقم النشاط
مقارنة (مخطط فن)	أسلوب وطريقة العرض	٥ دقائق	مدة النشاط
يقارن بين مصادر البروتين في الأغذية			الهدف من النشاط



## المادة العلمية (٣/١/١)

تعرف البروتينات (proteins) بأنها مركبات معقدة، وتتكون البروتينات من الأحماض الأمينية التي تتصل ببعضها البعض لتكون سلاسل طويلة.

البروتينات هي مواد غذائية أساسية للإنسان، ويطلق عليها أغذية البناء والنمو نظراً لدورها في بناء أنسجة الجسم ونموه. هناك مجموعتان مختلفتان من البروتينات الغذائية:

البروتينات الكاملة (الحيوانية): وتوجد في اللحم والسمك والدواجن والحب والبيض واللبن وتحتوي على الأحماض الأمينية الأساسية.

البروتينات الغير كامله (النباتية): تحتوي على بعض الأحماض الأمينية الأساسية وتوجد هذه البروتينات في الأطعمة مثل الحبوب والبقوليات.

البروتينات الحيوانية أفضل في قيمتها الغذائية من البروتينات النباتية لأنها تحتوي على جميع الأحماض الأمينية الأساسية. وتكمن أوجه الاختلاف بين البروتينات الحيوانية والنباتية في عدد الأحماض الأمينية الموجودة فيها، فبعض منتجات الحيوانات هي مصادر كاملة للبروتين توفر جميع الأحماض الأمينية التسعة وتفتقر جميع المنتجات النباتية واحد أو أكثر من الأحماض الأمينية الأساسية وهذا يجعل البروتينات النباتية أقل كفاءة في توفير التغذية الكاملة من البروتين، أما أوجه الشبه فكلاهما مهمان للعضلات والجلد والشعر والأظافر. تشير بعض المراجع إلى ان بروتين فول الصويا يعتقد انه ذو قيمة حيوية عالية رغم انه من البروتينات النباتية

### مصادرها



بروتين نباتي



بروتين حيواني



غذائي			الوحدة التدريبية
الوجبات الغذائية المتوازنة	موضوع النشاط	(٥/١/١)	رقم النشاط
التفكير الناقد	أسلوب وطريقة العرض	٥ دقائق	مدة النشاط
يكون وجبات غذائية متزنة.			الهدف من النشاط
<p>المهمة الأولى:</p> <p>قال تعالى (كُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ) الأعراف ٣١</p> <p>عزيزي المشارك:</p> <p>■ بعد القراءة المتأنية للآية القرآنية وبالتعاون مع أفراد مجموعتك ناقش المهمات التالية:</p> <p>- ما الأفكار التي تتمحور حولها الآية القرآنية؟</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>المهمة الثانية:</p> <p>بعد قراءة المادة العلمية (٤/١/١) وبناء على معرفتك بالمجموعات الغذائية الأربعة صمم ثلاث وجبات غذائية متزنة، مع تحديد مصادر الأطعمة وفق الجدول التالي:</p>			
المجموعة الغذائية			نوع الوجبة
الحبوب	الفاكهة والخضروات	الألبان	اللحوم والبقول
فطور			
غداء			
عشاء			



## المادة العلمية (٤/١/١)

لا يمكننا الحصول على غذاء متوازن عند تناول وجبة واحدة فقط بل بتنوع الأطعمة خلال عدة وجبات ويتناول مجموعة من العناصر الغذائية التي تختلف من حيث القيمة الغذائية وتكون عناصرها متكاملة لإعطاء الطاقة اللازمة للجسم. هناك نوعين من أنواع الوجبات الغذائية وكلاهما جيدان من حيث الصحة الغذائية.

الوجبة الغذائية المتوازنة: تلك التي تحتوي على عدة عناصر غذائية هامة مثل الكربوهيدرات بأنواعها والبروتينات والفيتامينات والدهون والاملاح المعدنية والماء كما ان احتوائها لتلك المواد تكون بالنسب المسوح بها مثال (دجاج – شوربة خضروات بها مكرونة)

الوجبة المتكاملة: أي انما لا ينقصها شي من العناصر الغذائية تحتوي على الكربوهيدرات والبروتينات والفيتامينات والدهون وأيضاً الاملاح المعدنية والماء.

### طريقة إعداد الوجبات الغذائية المتوازنة:

عند إعداد الوجبة الغذائية ينبغي:

١. اختيار صنف أو أكثر من أغذية البناء (البروتينات)، مثل: اللحوم والطيور والبقول والحليب ومنتجاته.
٢. اختيار صنف أو أكثر من أغذية الوقاية (الفواكه والخضار)، مثل: التفاح والبرتقال والخيار والطماطم.
٣. إكمال الوجبة بعد ذلك بإضافة الأصناف الملائمة من أغذية الطاقة والحرارة (الكربوهيدرات)، مثل: الأرز والمعكرونة والخبز.

مثال (الدجاج مع أحد أنواع الخضار والأرز) سوف تكون وجبة متكاملة احتوت على الكربوهيدرات والبروتينات والفيتامينات والدهون والأملاح المعدنية والماء.

ومن أجل ضمان تغذية سليمة يجب اتباع النصائح التالية تناول ثلاث وجبات رئيسية في اليوم بالإضافة على وجبتين رئيسيتين خفيفتين:

ويجب تقسيم الحصص الغذائية اليومية على الوجبات الثلاث

(فطور \_ غذاء \_ عشاء)

ويجب تناول الوجبة الغذائية في الوقت المعتاد، وأخذ الوقت كافي لتناول الوجبة الغذائية مع تنوع العناصر الغذائية.





غذائي			الوحدة التدريبية
أنشطة تعليمية	موضوع النشاط	(٦/١/١)	رقم النشاط
التفكير الناقد	أسلوب وطريقة العرض	٥ دقائق	مدة النشاط
يناقش المهارات المتعلقة بأنشطة الوحدة.			الهدف من النشاط
عزيزي المشارك: عزيزي المشاركة			
تأمل الأنشطة التعليمية التالية. واستخرج المهارات المتعلقة لكل نشاط.			
.....			
.....			
.....			
.....			
.....			
.....			
.....			
.....			





الصف الثاني الابتدائي الفصل الثاني- ص ٦٢



الصف الرابع الابتدائي الفصل الثاني- ص ٧٤



الصف الأول الابتدائي الفصل الثاني- ص ٤٧

## السبب والنتيجة



الصف الثالث الابتدائي الفصل الثاني- ص ٥٠





غذائي			الوحدة التدريبية	
طرق تدريس الوحدة		موضوع النشاط	(٧/١/١)	رقم النشاط
تفكير ابداعي	أسلوب وطريقة العرض	٥دقائق		مدة النشاط
يقترح طرق تدريس مناسبة لدروس الوحدة.		الهدف من النشاط		
عزيزي المشارك /عزيزتي المشاركة : - اقترح طرق تدريس مناسبة لموضوعات وحدة غذائي. ..... ..... ..... ..... ..... ..... ..... ..... .....				



## تابع الجلسة الأولى

الزمن: ١٢٠ دقيقة

تابع ثانياً: الغذاء والتغذية والتوعية الصحية

وحدة (صحتي وسلامتي)





## المجال / الغذاء والتغذية والتوعية الصحية

### وحدة (صحي وسلامي)

الأهداف	موضوعات الجلسة
يتوقع من المتدرب أن	
يصوغ مفهوم إجرائي عن الصحة والسلامة.	مفهوم الصحة والسلامة.
يستنتج أهمية تدريس وحدة صحي وسلامي.	أهمية تدريس وحدة صحي وسلامي.
يناقش المهارات المتعلقة بأنشطة الوحدة.	الأنشطة التعليمية
يقترح طرق تدريس مناسبة لدروس الوحدة.	طرق تدريس الوحدة.



## المقدمة

تعد المحافظة على صحة الفرد وسلامته من أولويات مجتمعتنا وينبثق ذلك من تعاليم ديننا الإسلامي الذي وضع منهجاً متكاملًا يضمن للإنسان حياة صحية، حيث تظهر الحفاظ على الصحة في العديد من الآيات القرآنية، ومن ذلك قوله تعالى «ولا تلقوا بأيديكم إلى التهلكة» سورة البقرة آية ١٩٥، وقوله عز وجل «ولا تقتلوا أنفسكم إن الله كان بكم رحيماً» سورة النساء آية ٢٩، هذا بالإضافة إلى العديد من الأحاديث النبوية التي تشدد على أهمية الحفاظ على الصحة العامة للإنسان، ومن ذلك قوله صلى الله عليه وسلم: «نعمتان مغبون فيهما كثير من الناس، الصحة والفراغ»، كذلك قوله: «سلوا الله اليقين والمعافاة، فما أوتي أحد بعد اليقين خيراً من العافية»، وأن هناك العديد من القواعد الصحية منها التركيز على الجانب الوقائي كتجنب الإسراف في المأكول والمشرب وعدم إدخال الطعام على الطعام، كذلك نظافة الفم والأسنان من خلال الحث على استعمال السواك وكثرة الوضوء، بالإضافة إلى القواعد الأخرى مثل تجنب الأمراض المعدية والاهتمام بالحجر الصحي والابتعاد عن العدوى لقول الرسول صلى الله عليه وسلم: «وقرّ من الجذوم فرارك من الأسد» والمؤسسات التعليمية عليها مسؤولية عظيمة لتعزيز الصحة في المجتمع لأن الشباب والأطفال يقضون معظم وقتهم فيها وهي من الأدوات التي تصل إلى العائلة بأكملها.

وفي كثير من دول العالم، ينظر إلى الصحة على أنها استثمار بشري ووطني يستحق كل ما يبذل فيه من موارد .

ولكون المملكة العربية السعودية جزءاً فاعلاً في النظام العالمي، فإنها تحرص دائماً على رفع مستوى الوعي بالممارسات الصحية والوقائية لمواطنيها ومن سبلها لذلك إضافة وحدة تعنى بالصحة والسلامة لطلاب التعليم العام في مادة المهارات الحياتية والأسرية.

الوحدة الدراسية	الصف	أمثلة على عناوين الدروس
صحي وسلامي	الأول	الإمساك بالقلم - حمل الحقيبة.
	الثاني	تقليم الأظافر - ترتيب الشعر.
	الثالث	معاني الرموز الإرشادية - السلامة في تناول الدواء - القامة الصحيحة
	الرابع	نظافة الجسم أثناء الاستحمام - سلامة العينين والأذنين - العناية بالفم والأسنان.
	الخامس	العلامة الحيوية - (درجة الحرارة - النبض) - التعامل مع الأدوية.
	السادس	بشرقي - العناية بشعري وأظفاري - التعامل مع الأجهزة الإلكترونية.





الوحدة التدريبية			صحتي وسلامي
رقم النشاط	(١/٢/١)	موضوع النشاط	مفهوم الصحة والسلامة
مدة النشاط	٥دقائق	أسلوب وطريقة العرض	عصف ذهني، النقاش والحوار
الهدف من النشاط	يصُغ المشارك مفهوماً إجرائياً عن الصحة والسلامة.		
عزيزي المشارك/ عزيزتي المشاركة : ذكرت العديد من المفاهيم للصحة والسلامة، بعد الاطلاع على مصادر التعلم (شبكة الأنترنت)، صيغ مفهوماً إجرائياً للصحة والسلامة.  .....  .....  .....  .....  .....  .....  .....  .....			



## المادة العلمية (١ / ٢ / ١)

### مفهوم الصحة:

عرفت منظمة الصحة العالمية **World Health Organization** الصحة على أنها حالة من الرفاه والسلامة البدنية، والعقلية، والاجتماعية، وليست مجرد غياب المرض أو العجز، والتي تتمثل في الحفاظ على الجسم قدر المستطاع باتباع النصائح والتدابير الوقائية اليومية للتقليل من احتمالية إصابته بالأمراض.

### مفهوم السلامة:

هو علم يسعى لحماية الإنسان ووقايته من المخاطر لمنع الخسائر في الأرواح والممتلكات قدر الإمكان.

### ويمكن تعريف الصحة والسلامة إجرائياً بأنها:

العلم الذي يهتم بالحفاظ على سلامة وصحة الافراد الجسدية والنفسية في مختلف مراحل العمر من المخاطر التي قد يتعرض لها سواء كان داخل المنزل أو خارجه.



## المادة العلمية (١ / ٢ / ٢)

ترتبط الصحة والسلامة في كل نواحي حياة الفرد الجسدية والنفسية والعقلية، ولتحقيق تنشئة أجيال واعية فكرياً، وعقلياً، وجسدياً حرصت وزارة التعليم بتقديم المعرفة والمهارات والخبرات لطلابها في جميع المراحل الدراسية بالتدرج في تقديم المحتوى العلمي الذي يدعم توعيتهم بالطرق الصحيحة للعناية بأنفسهم ومن حولهم.

ومن هذا المنطلق شملت وحدة صحي وسلامي بكتاب المهارات الحياتية والأسرية على ما هي القواعد والإرشادات التي تحافظ على اجسام الطلاب سليمه ومعافاه وماهي مصادر الأخطار التي يجب الابتعاد عنها.

ويتضح ذلك من التنوع في موضوعات دروس الوحدة بدءاً من الطرق الصحيحة للإمساك بالقلم وطرق حمل الحقيبة وذلك من خلال استراتيجيات تربوية مدروسة والعديد من الأنشطة التعليمية التي توضح الهدف من الوحدة كما عنت الوحدة بتعليمهم طرق تقليل الأظافر وترتيب الشعر والعناية بالبشرة وسلامة ونظافة الجسد والعينين والأذنين والحفاظ على الأسنان مما يعود عليهم بالمنفعة النفسية والجسدية بالإضافة لقراءة الرموز واللوحات الإرشادية بمختلف اشكالها لتسهم في إنشاء جيل واعٍ.

ولم تقتصر وحدة صحي وسلامي على ذلك فقط بل استخدمت العديد من الأدوات لتقريب المفاهيم للأطفال حيث عنت الوحدة بتدريبهم على معرفة العلامات الحيوية من درجة حرارة ونبض وكيفية التعامل الصحيح مع الأدوية نهاية الى تدريبهم على كيفية التعامل مع الأجهزة الإلكترونية التي لا يخلو منها منزل.

أمثلة على دروس وحدة صحي وسلامي:

الوحدة الدراسية	الصف	أمثلة على عناوين الدروس
صحي وسلامي	الأول	الإمساك بالقلم / حمل الحقيبة
	الثاني	تقليم الأظافر / ترتيب الشعر
	الثالث	معاني الرموز الإرشادية. / السلامة في تناول الدواء. / القامة الصحيحة.
	الرابع	نظافة الجسم أثناء الاستحمام. / سلامة العينين والأذنين. / العناية بالفم والأسنان.
	الخامس	العلامات الحيوية (درجة الحرارة- النبض) / التعامل مع الأدوية
	السادس	بشري / العناية بشعري وأظفاري / التعامل مع الأجهزة الإلكترونية





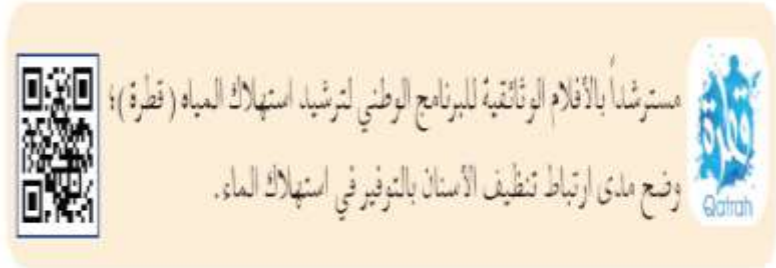
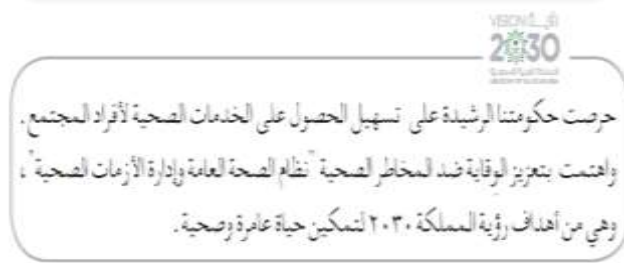
الوحدة التدريبية			صحتي وسلامتي
رقم النشاط	(٢/٢/١)	موضوع النشاط	أهمية تدريس وحدة صحتي وسلامتي
مدة النشاط	٥دقائق	أسلوب وطريقة العرض	النقاش والحوار
الهدف من النشاط	يستنتج المشاركون أهمية تدريس وحدة صحتي وسلامتي.		
عزيزي المشارك/عزيزتي المشاركة:			
▪ بعد الاطلاع على المادة العلمية السابقة ( ١ / ٢ / ٢ ) استنتج أهمية تدريس وحدة صحتي وسلامتي.			
.....			
.....			
.....			
.....			
.....			
.....			
.....			
.....			
.....			

المادة العلمية ( ١ / ٢ / ٣ )



## أهمية تدريس وحدة صحي وسلامي:

- فهم الأفكار ذات العلاقة بالصحة والمرض.
- يتعلم طرق الوقاية للحفاظ على جسمه سليماً معافى.
- معرفة الأدوات التي تؤذي صحته ويجب الابتعاد عنها.
- القدرة على تحسين سلوكه الصحي والإقلال من المخاطر.
- القدرة على وضع الأهداف ومهارات اتخاذ القرار موضع التنفيذ فيما يتعلق بصحته وسلامته.
- القدرة على تحليل تأثير الثقافة، أو الإعلام، أو التقنية، أو أي عوامل أخرى على صحته وسلامته.
- التعرف على دور وخدمات مؤسسات المجتمع الصحية مثال ذلك كما وردت في عرض الدروس:





الوحدة التدريبية			صحتي وسلامي
رقم النشاط	(٣/٢/١)	موضوع النشاط	أنشطة تعليمية
مدة النشاط	٥ دقائق	أسلوب وطريقة العرض	التفكير الناقد
الهدف من النشاط		يناقش المهارات المتعلقة بأنشطة الوحدة.	
عزيزي المشارك/ عزيزتي المشاركة :			
تأمل الأنشطة التعليمية التالية. واستخرج المهارات المتعلقة لكل نشاط.			
.....			
.....			
.....			
.....			
.....			
.....			
.....			
.....			







ماذا لو لم نستحم فترة طويلة؟ ناقش ذلك مع زملائك، ثم دون إجابتك في المخطط التنظيمي الآتي:



### السبب والنتيجة

عدم الاستحمام لفترة طويلة.	
الاستحمام المنتظم وعند الحاجة.	

### التفكير الإبداعي



ماذا لو لم نعلم أظفار المولود الصغير؟

١٢

### نشاط (٢)



أغمض عينيك لحظات وامش داخل الغرفة...  
ماذا يحدث لك؟



### نشاط ٢

لَمْ يُضَافِ الْمَاءُ إِلَى مَسْحُوقِ الْمُضَادِّ  
الْحَيَوِيِّ قَبْلَ الْإِسْتِعْمَالِ؟

.....

.....





الوحدة التدريبية			صحتي وسلامي	
رقم النشاط	(٤/٢/١)	موضوع النشاط	طرق تدريس الوحدة	
مدة النشاط	٥دقائق	أسلوب وطريقة العرض		تفكير ابداعي
الهدف من النشاط		يقترح طرق تدريس مناسبة لدروس الوحدة.		
عزيزي المشارك/ عزيزتي المشاركة:				
- اقترح طرق تدريس مناسبة لموضوعات وحدة صحتي وسلامي.				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				



# تابع اليوم الأول

## الجلسة الثانية

الزمن: ١٠٠ دقيقة

## موضوعات الجلسة

أولاً: مجال العناية الشخصية وتنمية الذات

وحدة (وقتي - المهارات الحياتية)



## المجال / العناية الشخصية وتنمية الذات

### وحدة (وقتي - المهارات الحياتية)

الأهداف	موضوعات الجلسة
يتوقع من المتدرب أن	
يجل مفهوم المهارات الحياتية.	مفهوم المهارات الحياتية.
يحدد أهداف وحدة المهارات الحياتية.	أهداف وحدة المهارات الحياتية.
يستنتج أهمية تدريس وحدة المهارات الحياتية.	أهمية تدريس وحدة المهارات الحياتية
يناقش كيفية تقييم المهارات الحياتية.	تقييم المهارات الحياتية.
يقترح طرق تدريس مناسبة لدروس الوحدة.	طرق تدريس الوحدة.



## المقدمة

يعد المتعلمين النواة الأساسية لبناء المجتمع وعليهم تعقد الآمال في تحقيق مستقبل أفضل، وفي ظل المتغيرات العالمية المتسارعة في مختلف المجالات العلمية والتقنية والانفتاح المعرفي وفي ظل رؤية المملكة العربية السعودية ٢٠٣٠ والتي تهدف لتحقيق الريادة في مختلف المجالات. مما يجعل عملية انشاء متعلمين قادرين على التكيف مع متغيرات الحياة وتحقيق الاستفادة من قدراتهم وامكاناتهم لاكتساب المهارات اللازمة وتوظيفها للوصول إلى الأهداف المأمولة أصبحت ضرورة قصوى.

ويتم ذلك عن طريق مرورهم بخبرات تعليمية تضعهم أمام تحديات ومواقف حياتيه مختلفة، توعيتهم على أهم قضاياهم، وتدريبهم على احتمال الضغوط، ومواجهة الصعوبات اليومية.

لذلك اقرت وزارة التعليم تدريس مقرر المهارات الحياتية والأسرية من الصف الأول ابتدائي إلى الصف الثالث متوسط ليركز على تقديم مجموعة من المهارات للمتعلمين مضمنة في وحدة مستقلة بعنوان المهارات الحياتية للصفوف العليا و وحدة وقتي للصفوف الدنيا ليكتسب المتعلمين عدد من المهارات الهامة ومنها مهارة المحافظة على الوقت ولتأكيد على أهميته بدأت بالتركيز على اسماء أيام الأسبوع والشهور بالتقويم الهجري و الميلادي والفرق بينهما لنتقل لتنمية مهارة تحديد الأوقات في درس الساعة ولتتطور المهارات إلى كيفية تنظيم الوقت و اكسابه كيف يكون مجتهد في الصف وبعض المهارات المرتبطة بها مثل طريقة المذاكرة والمراجعة اليومية والإجابة على أسئلة الاختبار ولتستمر المهارات لتشمل طريقة محافظة المتعلم على المصروف الشخصي كما يتضح توزيعها بالتدرج في صفوف المرحلة الابتدائية كما في الجدول التالي:

الوحدة الدراسية	الصف	أمثلة على عناوين الدروس
المهارات الحياتية	الأول	- أيام الأسبوع.
	الثاني	- التقويم الهجري / - التقويم الميلادي
	الثالث	- الساعة.
	الرابع	- كيف تنظم وقتك؟ / - كيف تكون مجتهد في الصف؟
	الخامس	- كيف تذاكر؟ / - كيف تجيب على اسئلة الاختبار؟
	السادس	- المصروف الشخصي.





المهارات الحياتية			الوحدة التدريبية
مفهوم المهارات الحياتية	موضوع النشاط	(١/٢/١)	رقم النشاط
قراءة فاعلة، خرائط مفاهيم، عصف ذهني، النقاش والحوار	أسلوب وطريقة العرض	٥ دقائق	مدة النشاط
يحلل مفهوم المهارات الحياتية.			الهدف من النشاط
<p>عزيزي المشارك / عزيزتي المشاركة:</p> <p>المهمة الأولى:</p> <p>بعد الاطلاع على المادة العلمية (١/١/٢) حلل العناصر الأساسية المكونة لتعريف مفهوم المهارات الحياتية .</p> <p>المهمة الثانية:</p> <p>- لماذا تنوعت مفاهيم المهارات الحياتية من وجهة نظرك .</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>			



## المادة العلمية (١/٢/١)

تنوعت التعريفات للمهارات الحياتية بأنها:

- مجموعة من المهارات التي يقوم بها الفرد ويترجمها على شكل سلوك تمكنه من التعامل بفاعلية مع التحديات والعقبات التي تواجهه في حياته اليومية.
- قدرة الفرد على التعامل بإيجابية مع مشكلاته الحياتية الشخصية والاجتماعية وتشمل مهارة إدارة الوقت، الاتصال الاجتماعي، حسن استخدام الموارد، التفاعل مع الآخرين، احترام العمل وغيرها.
- تعتبر بمثابة الأدوات التي تساعد الفرد على تعلم طرق التواصل مع البيئة والمجتمع بفاعلية وإيجابية من أجل تحسين علاقته مع الآخرين واكتسابه مهارة تحمل المسؤولية وهي مستمرة ومتغيرة ومتطورة.
- المهارات التي تساعد التلاميذ على التكيف مع المجتمع الذي يعيشون فيه، وتركز على النمو اللغوي، والقدرة على تحمل المسؤولية والتوجه الذاتي والمهارات المنزلية والأنشطة الاقتصادية والتفاعل الاجتماعي.
- مجموعة من المهارات التي تعمل على تمكين الفرد من التعامل بفاعلية مع الحياة التي يعيشها بمواقفها المتغيرة، من خلال إيجاد تواصل فعال مع الآخرين، وتفكير متفتح وإيجابي يتقبل كل ما هو جديد، وقدرة على إدارة الأزمات بروية وتأمل ومرونة، وعلى حل المشكلات بطرق إبداعية، وذلك من خلال التخطيط وتحديد الأهداف والعمل على بلوغها.
- مجموعة من الأنماط السلوكية التي تمكن الطلاب من تحمل المسؤولية وإدارة حياتهم من خلال القيام باختيارات حياتية صحية واكتساب القدرة على مقاومة الضغوط السلبية لكي يتعاملوا بثقة وكفاءة مع أنفسهم مع مجتمعاتهم.



## المادة العلمية (٢/٢/١)

عند مراجعة المراجع التربوية للمهارات الحياتية يتضح تعدد التعريفات لهذا المفهوم وتنوعها وقد يعزى ذلك إلى:

- عدم توفر قائمة محددة لهذه المهارات.
- اتساع مجالات المهارات الحياتية وتداخلها مع المجالات الأخرى مثل (المهارات الاجتماعية ومهارات التفكير).
- تنوع خصائصها مثل (اختلافها باختلاف المجتمع، التطور والاستمرارية).

إلا أنه يمكن استنتاج اتفاق معظمها على فكرة أساسية وهي إعداد المتعلم واكسابه مهارات تساعده على التكيف مع متغيرات الحياة. وتحقيق ذلك يعد من أهم غايات ونواتج عملية التعلم.



### العناصر الأساسية في مفهوم المهارات الحياتية

تصنيف المهارات الحياتية:

هناك تصنيفات عديدة للمهارات الحياتية وتم تصنيف المهارات بما يتوافق مع طبيعة مقرر المهارات الحياتية والأسرية للمرحلة الابتدائية:

مهارات معرفة الذات: تتضمن فهم المتعلم لذاته وخصائصه، وإمكاناته وقدراته واحتياجاته.

مهارات الاتصال والتواصل مع الآخرين: هي المهارات التي تساعد المتعلم على التفاعل والتواصل الإيجابي وبناء علاقات مع الآخرين.

مهارات فكرية: وهي قدرات عقلية تم تصنيفها إلى ثلاث مهارات أساسية مهارة حل المشكلات واتخاذ القرار، مهارة التفكير الإبداعي، مهارة التفكير الناقد.







المهارات الحياتية			الوحدة التدريبية
مفهوم المهارات الحياتية	موضوع النشاط	(٢/٢/١)	رقم النشاط
النقاش والحوار	أسلوب وطريقة العرض	٥ دقائق	مدة النشاط
يحدد أهداف وحدة المهارات الحياتية.			الهدف من النشاط
<p>عزيزي المشارك / عزيزتي المشاركة:</p> <p>- حدد أهداف تدريس وحدة المهارات الحياتية في مقرر المهارات الحياتية والأسرية.</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>			



## المادة العلمية (٣/٢/١)

### أهداف تعليم المهارات الحياتية

أن وحدة المهارات الحياتية كغيرها من الوحدات تبنى من خلال مجموعة من الأهداف الرئيسية التي تسعى إلى تحقيقها منها:

- التنمية الشاملة لشخصية المتعلم المعرفية والمهارية والقيمية والاتجاهات.
- تزويد المتعلم بالمعلومات والمواقف والخبرات التي تساعد على مواجهة تحديات الحياة.
- الاستفادة من قدرات المتعلم في توظيف معلوماته وخبراته في التعامل بفاعلية مع حياته.
- القدرة على التكيف والتعامل الأمثل مع المتغيرات اليومية.
- التفاعل الاجتماعي والتواصل الإيجابي مع الآخرين.
- اكتساب مهارات التفكير العلمي.
- اطلاع المتعلم على التقنيات الحديثة.

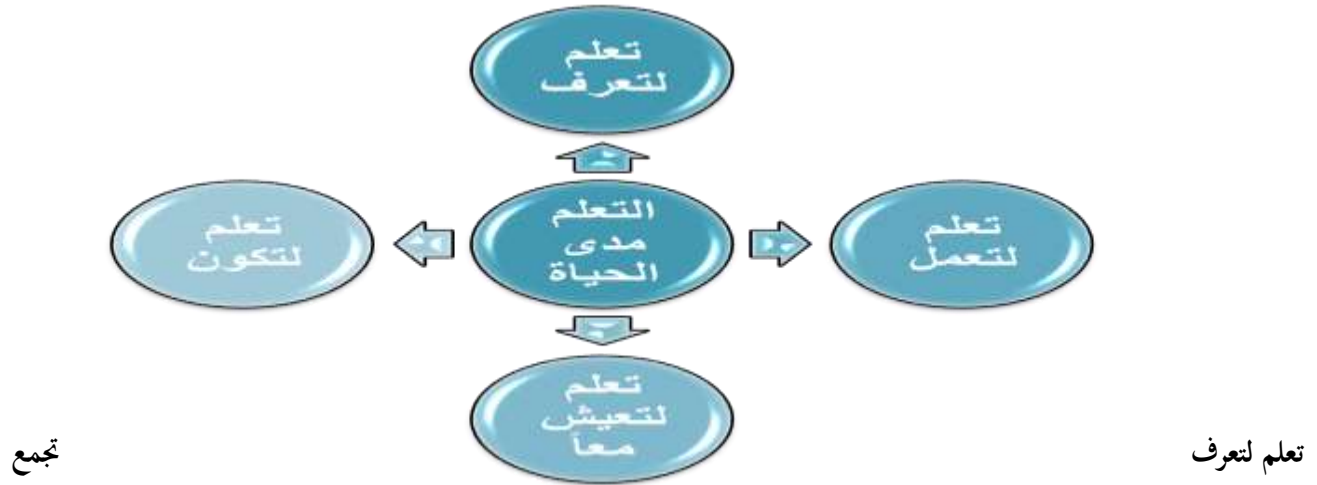




المهارات الحياتية			الوحدة التدريبية
أهمية المهارات الحياتية	موضوع النشاط	(٣/٢/١)	رقم النشاط
تأمل، ملاحظة واستنتاج، مناقشة	أسلوب وطريقة العرض	٥ دقائق	مدة النشاط
يستنتج أهمية تدريس المهارات الحياتية.			الهدف من النشاط
<p>عزيزي المشارك / عزيزتي المشاركة:</p> <p>– إن التوجه العالمي نحو مفهوم (التعلم مدى الحياة) لم يَعدْ مسألة اختيارية، بل بات ضرورة حتمية لمواجهة التحديات المعاصرة. من خلال اطلاعك على مصادر التعلم المختلفة، استنتج أهمية تدريس المهارات الحياتية في ضوء مفهوم التعلم مدى الحياة.</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>			



تعتبر قدرة النظام التعليمي على تحقيق نواتج تعلم يكون المتعلم فيها متمكن من الاستمرار في التعلم طوال حياته وتطبيقه ما تعلمه في مواجهة المستجدات المعاصرة أي قادر على التعلم مدى الحياة دلاله واضحة على نجاح العملية التعليمية. ويرتكز مفهوم التعلم مدى الحياة على أربعة أعمدة أساسية وهي:



بين المعرفة العامة والتخصصية، تعلم لتعمل لاكتساب مهارات مهنية ومعالجة المواقف المستجدة، تعلم لتعيش معاً وذلك لتفاعل الإيجابي مع الآخرين، تعلم لتنمية مهاراتك الذاتية مثل الاستقلالية وتحمل المسؤولية. ويعد مدخل المهارات الحياتية أحد الطرق الهامة لتمكين المتعلم من التعلم مدى الحياة والتطور بما يتلاءم مع الاحتياجات المستقبلية، لذلك يعد تدريس مجال المهارات الحياتية ذو أهمية لتركيزه على ما يأتي:

- الاستفادة من إمكانات المتعلم الذاتية.
- اكساب المتعلم الثقة في ذاته لقدرة على إدارة ضغوط الحياة ومواجهة مشكلاتها.
- اشباع احتياجات ومتطلبات المتعلم.
- تنمية التواصل والتفاعل الإيجابي مع الآخرين.
- تنمي قدرات ذهنية مثل (التخطيط - اتخاذ القرار - حل المشكلات - التفكير الناقد).
- تنمي القدرات الشخصية مثل (تحمل المسؤولية - التعاون)
- مواكبة مستجدات الحياة وتغيرها.
- تلبية متطلبات وحاجة المجتمع الحالية والمستقبلية.



المهارات الحياتية			الوحدة التدريبية	
رقم النشاط		(٤/٢/١)	موضوع النشاط	
مدة النشاط		٥ دقائق	تقييم المهارات الحياتية	
الهدف من النشاط		ناقش كيفية تقييم المهارات الحياتية.		
عزيمي المشارك:				
- امامك مجموعة من أنشطة دروس الوحدة في المقررات الدراسية من خلالها ناقش كيفية تقييم المعلم للمهارات الحياتية.				

#### مصادر المصروف الشخصي،



#### الصف السادس الابتدائي

#### نشاط (١)

طوّر خريطة مصادر المصروف الشخصي أعلاه بإضافة بعض المصادر الأخرى للمصروف.

#### نشاط (٣)



في الشكل الآتي وقعت سارة في بعض الأخطاء أثناء المذاكرة، اكتشفي تلك الأخطاء ثم ساعديها على المذاكرة بطريقة صحيحة.

#### الصف الخامس الابتدائي

#### نشاط (٣)

نفذي عملاً فنياً إبداعياً في وقت فراغك، ثم اعرضيه على معلمتك وزميلاتك وشرحي لهن طريقة عمله.

#### الصف الرابع الابتدائي





المهارات الحياتية			الوحدة التدريبية	
طرق تدريس الوحدة		موضوع النشاط	(٥/٢/١)	رقم النشاط
تفكير ابداعي	أسلوب وطريقة العرض	٥دقائق		مدة النشاط
يقترح طرق تدريس مناسبة لدروس الوحدة.		الهدف من النشاط		
عزيزي المشارك/ عزيزتي المشاركة:				
- اقترح عدد اً من طرق التدريس المناسبة لموضوعات وحدة المهارات الحياتية.				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				



# تابع اليوم الأول

## تابع الجلسة الثانية

الزمن: ١٠٠ دقيقة

## موضوعات الجلسة

ثانياً: مجال السكن (أثاث وتصميم داخلي)

وحدة (مسكني)







## المجال / مجال السكن (أثاث وتصميم داخلي)

### وحدة (مسكني)

الأهداف	موضوعات الجلسة
يتوقع من المتدرب أن	
يستنتج مفهوم المسكن.	مفهوم المسكن.
يصنف أنواع البيوت.	يصنف أنواع البيوت.
يستنتج أبرز الممارسات الخاطئة في التعامل مع الأجهزة الذكية.	الأجهزة الذكية
يقترح حلول لمعالجة بعض مشكلات التعامل مع الزملاء.	مواقف تعليمية.
يبرر أهمية تضمين ترشيد استهلاك الماء في المقررات الدراسية.	ترشيد استهلاك الماء
يقترح طرق تدريس مناسبة لدروس الوحدة.	طرق تدريس الوحدة.



## المقدمة

وحدة مسكني تنسجم مع الأهداف الإستراتيجية لوزارة التعليم بما يساهم في تحقيق رؤية المملكة العربية السعودية ٢٠٣٠ والتي تنص على اكساب المتعلم المعارف والمهارات والسلوكيات الحميدة، ليكون ذا شخصية مستقلة.

تناولت وحدة مسكني التعريف بالمسكن الذي يعتبر الملاذ الآمن للتعلم في حضن وطنه فهو يشعره بالطمأنينة والخصوصية. كما تناولت الوحدة موضوعات لها أثر إيجابي في تحسين مستوى الطلاب وسلوكياتهم في التعامل مع الزملاء والمحافظة على الممتلكات العامة.

الوحدة الدراسية	الصف	أمثلة على عناوين الدروس
مسكني	الأول	بيتي - ملابس - العابي - مطبخي.
	الثاني	عائلي - الأجهزة الذكية - ملابس - غرفتي - مطبخي.
	الثالث	تعاملي في مدرستي - تعاملي مع ضيوفي - تعاملي أثناء نزهتي - تعاملي مع بيتي.
	الرابع	غرفتي.
	الخامس	المسكن الصحي.
	السادس	الحوادث داخل المسكن



مسكني			الوحدة التدريبية
رقم النشاط	(١/٢/١)	موضوع النشاط	مفهوم مسكني
مدة النشاط	٥ دقائق	أسلوب وطريقة العرض	نموذج فراير
الهدف من النشاط			استنتاج مفهوم المسكن.

عزيزي المشارك/ عزيزتي المشاركة:

▪ بعد الاطلاع على المادة العلمية (١/٢/١) حدد مفهومك للمسكن ودونه باستخدام نموذج فراير.

تعريف المفهوم

خصائص المفهوم

الأمثلة الدالة

الأمثلة غير الدالة

المسكن



## المادة العلمية (١/٢/١)

يسعى الإنسان دائماً لحماية نفسه ويتضح ذلك بشكل كبير منذ القدم في محاولته الدائمة لاختيار المكان المناسب لحياته.

المُسْكِن: كلمة أصلها الاسم (مُسْكِنٌ) في صورة مفرد مذكر وجذرها (سكن) وجذعها (مسكن) وتحليلها (ال + مسكن).

معنى المسكن في معجم المعاني الجامع: المنزل الذي يستقر ويبقى فيه.

ويعرف المسكن على أنه البناء الذي يأوي الإنسان ويشمل هذا المأوى على كل الضروريات والتسهيلات والتجهيزات التي يحتاجها ويرغب فيها الفرد لضمان تحقيق الصحة الطبيعية والعقلية والسعادة الاجتماعية له ولأسرته.

سمى الله البيوت سكناً أي موصوفاً للراحة فقال تعالى في سورة النحل الآية ٨٠ (وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُمْ مِنْ بُيُوتِكُمْ سَكَنًا وَجَعَلَ لَكُمْ مِنْ جُلُودِ الْأَنْعَامِ بُيُوتًا تَسْتَخِفُّونَهَا يَوْمَ ظَعْنِكُمْ وَيَوْمَ إِقَامَتِكُمْ وَمِنْ أَصْوَابِهَا وَأَوْبَارِهَا وَأَشْعَارِهَا أَثَاءًا وَمَتَاعًا إِلَى حِينٍ).

والسكن - سكنة يعني أنه بعيداً عن الأصوات المزعجة وعن الحشرات والحيوانات المقلقة وموجود فيه وسائل الراحة.

تغيرت أنماط السكن وأساليبه وأشكاله واستخداماته عبر التاريخ الإنساني وتطورت مع تطور مفاهيم الإنسان وثقافته وبيئته وعلومه وابتكاراته المتجددة.

وفي ظل المستجدات وتحقيقاً لرؤية المملكة ٢٠٣٠ وبرنامج التحول الوطني ٢٠٢٠ انطلق برنامج الإسكان في عام ٢٠١٨ م بهدف خلق بيئة حيوية للأسر السعودية وللمجتمع ككل وركز البرنامج منذ بدايته على وضع معايير جديدة لتطوير قطاع الإسكان وتمكين الأسر السعودية من الحصول على خيارات سكنية وحلول تمويلية متنوعة تساهم في زيادة نسبة تملك الأسر السعودية للمسكن الأول.





مكاني			الوحدة التدريبية
أنواع البيوت	موضوع النشاط	(٢/٢/٢)	رقم النشاط
تصنيف مستويات هرم بلوم	أسلوب وطريقة العرض	٥ دقائق	مدة النشاط
يصنف أنواع البيوت			الهدف من النشاط
<p>عزيزي المشارك/ عزيزتي المشاركة:</p> <p>تأمل الصورة التي أمامك وبالتعاون مع أعضاء مجموعتك نفذ المهمات التالية:</p> <p>لِلْبُيُوتِ أَشْكَالٌ كَثِيرَةٌ، مِنْهَا:</p> 			
<p>المهمة الأولى:</p> <p>- دَوِّنْ أكبر عدد من الأسئلة حول الصور التي أمامك. (لا تقيد نفسك بأسئلة ذات اتجاه واحد)</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>			



المهمة الثانية : تأمل هرم بلوم لمهارات التفكير ثم صنف اسئلتك في المهمة الأولى وفق تصنيف هرم بلوم لمستويات التفكير.



السؤال	تصنيف مستويات هرم بلوم





الو-  
رقم  
مدة  
أسد  
الهد

### لعض أنشطة المحدة

الصف الخامس الابتدائي

ف ١: ص ٢٨



### ١ ضع الجمل الآتية في الحقول المناسبة حسب رقم كل جملة:

- ١ يعطي المكان منظرًا جميلًا وجذابًا ويضفي عليه البهجة .
- ٢ يتغزل برودة الأرضية .
- ٣ تساعد على الرؤية بسهولة وتجنب إجهاد العين .
- ٤ يخفف من حدة الأصوات التي تحدث نتيجة المشي وغيره .
- ٥ تحقق الأمان في البيت فهي تقلل وقوع الحوادث .
- ٦ تحافظ على صحة أفراد الأسرة .
- ٧ تكسب جمال المنظر والرائحة الطيبة .

السجاد

النظافة

الإضاءة

الصف الأول الابتدائي

ف ٢: ص ١٣



بَيْتِي لَهُ عُنْوَانُ:

فِي مَدِينَةٍ: .....

فِي حَيٍّ: .....

فِي شَارِعٍ: .....

رَقْمُ بَيْتِي: .....

أَعْرِفُ رَقْمَ هَاتِفِ بَيْتِي.

رَقْمُ الْهَاتِفِ يُكْتَبُ وَيُقْرَأُ مِنَ الْيَسَارِ إِلَى الْيَمِينِ.







## المادة العلمية (٢/٢/٢)

### ❖ مهارة الملاحظة:

هي إحدى مهارات جمع المعلومات وتنظيمها ويقصد بها استخدام واحد أو أكثر من الحواس الخمس للحصول على معلومات عن شيء، أو ظاهرة تقع عليها الملاحظة، وتتضمن المشاهدة والمراقبة والإدراك، وتقترن عادة بوجود سبب قوي أو هدف يستدعي تركيز الانتباه ودقة الملاحظة.

### ❖ مهارة التذكر:

هي إحدى مهارات جمع المعلومات وتعني تلك المهارة الفكرية التي تستخدم من أجل ترميز المعلومات والاحتفاظ بها في الذاكرة طويلة المدى.

### ❖ مهارة المقارنة:

هي إحدى مهارات جمع وتنظيم المعلومات ويقصد بها التعرف على أوجه الشبه وأوجه الاختلاف بين شئين أو أكثر عن طريق تفحص العلاقات بينهما والبحث عن نقاط الاتفاق ونقاط الاختلاف، ورؤية ما هو موجود في أحدها ومفقود في الآخر. وقد تكون المقارنة مفتوحة، أو مغلقة محددة. وفي كل الحالات تمثل المقارنة عملية تلخيص مركز لموضوع المقارنة إما عن طريق الملاحظة المباشرة لأشياء ملموسة أو بصورة لأشياء مجردة.

### ❖ مهارة التصنيف:

هي إحدى مهارات جمع المعلومات وتنظيمها وتعني إيجاد نظام لتبويب الأشياء أو المفردات وفصلها ضمن فئات لكل منهما خصائص أساسية تميزها عن الفئات الأخرى. وهي مهارة لا تخلو من عناصر إبداعية، وقد تكون من أهم مهارات التعلم والتفكير الأساسية لأنها ترتبط بمعظم خبراتنا التعليمية في مختلف العلوم والمواد الدراسية.



### ❖ مهارة التوضيح:

وهي إحدى مهارات جمع المعلومات وتنظيمها وتعني القيام بشرح أو تبسيط أو تأويل أو أكثر، بغرض كشف معناها أو غموضها بحيث تصبح في متناول الأفهام. وقد يستعان في ذلك بأدوات التوضيح المناسبة مثل ضرب الأمثلة، واستخدام التشبيهات أو وسائل الإيضاح مثل الرسوم والصور والألوان واللوحات وغيرها.

### ❖ مهارة التفسير:

إحدى مهارات معالجة المعلومات وتحليلها والتي وضعها بلوم ضمن مهارات الاستيعاب. وتعني استخلاص الاستنتاجات والتعرف على التضمينات وإضفاء معنى للخبرة وتعليلها، وقد يكون موضوع التفسير مادة مكتوبة أو مسموعة أو مرئية.

### ❖ مهارة الترتيب:

هي إحدى معالجة جمع المعلومات وتنظيمها، وتعني وضع المفاهيم، أو الأشياء، أو الحوادث التي ترتبط فيما بينهما بصورة أو بأخرى في سياق متدرج وفقاً لمعيار معين يجعل المدركات ذات معنى ودلالة بعد تنظيمها في مجموعات لكل منها عنوان يميزها عن غيرها.

### ❖ مهارة التطبيق:

هي إحدى مهارات معالجة المعلومات وتحليلها ويقصد بها استخدام المفاهيم والقوانين والحقائق والنظريات التي سبق تعلمها المتعلم لحل مشكله له في موقف جديد.

### ❖ مهارة التخليص:

هي إحدى مهارات معالجة المعلومات وتحليلها ويقصد بها إعادة صياغة المادة المسموعة أو المرئية أو المكتوبة عن طريق مسح المفردات والأفكار وفصل ما هو أساسي عما هو غير أساسي، ومعالجة المفاهيم والأفكار الواردة بلغة من يقوم بالتخليص، بهدف استخلاص لب الموضوع والأفكار الرئيسية المرتبطة به ثم التعبير عنها بإيجاز ووضوح، ويتطلب من التلخيص تحليل المادة وتقييم مدى أهمية مكوناتها، واتخاذ قرار حول ما يمكن حذفه أو إبقاؤه.





مسكني	الوحدة التدريبية
مسكني	الوحدة التدريبية

### كفاك ثرثرة يا مهند

شاهدت والدتي مهند علامات الحزن تظهر على وجهه، عند عودته من المدرسة، فسألته: ما بك يا ولدي؟ فقال غاضباً: في حصة مادة الرياضيات تذكرت لعبتي الجديدة، فحدثت زميلي أيمن عنها بصوت منخفض، لكن المعلم سمعني، وقال لي: توقف عن الحديث، وانتبه للدرس، فسكت، ثم تذكرت أنني لم أخبر أيمن عن ثمن اللعبة، ومن أين اشتريتها؟ وكيف تعمل؟

عندما عاودت الحديث معه زجرني المعلم أمام زملائي قائلاً: كفاك ثرثرة يا مهند.

س1: ما رأيك في تصرف مهند؟ ولماذا؟

س2: تخيل موقف والدته من تحدثه أثناء شرح الدرس.

### رجاء أعيد لي قلّمي

لما بدأت حصة الرسم الكتابي، قالت المعلمة: جهّز أقلامك، وكراساتكن يا عزيزاتي! أنا سأكتب العبارة على السبورة بخط النسخ، وعليكن محاكاتها، وسوف أمر بينكن: لأرى كتابتكن الرائعة. شعرت ليلي بالقلق؛ فالمعلمة ستوبخها، لعدم إحضارها قلماً، بسرعة هائلة اختطف قلم زميلتها سارة عندما كانت تحاكي ما كتبه المعلمة، فصرخت سارة مذهولة: رجاء أعيد لي قلّمي، لقد أخذت قلّمي الأسود، ولم تعيده لي، فقالت ليلي: وهذا قلمك الأزرق، لن أعيده إلا بعد أن أكتب العبارة كاملة. فجأةً وقفت سارة قائلةً بصوت مبجوح: يا معلمتي عذراً، لا أستطيع الكتابة، فقد أخذت ليلي قلّمي.

س1: هل أنت مع أو ضد ليلي؟ ولماذا؟

س2: حدد المشكلة التي تعاني منها ليلي، ثم اقترح حلاً مناسباً لها؟



[illegible]

## المادة العلمية (٣/٢/١)

يعرف ترشيد الاستهلاك بأنه الاستعمال الأمثل للموارد والأموال والاعتدال والتوازن في الأنفاق والسعي لتحقيق منفعة الانسان وعدم المبالغة في البذل. وذلك عبر إجراءات وخطط واعية توجه الفرد للطريق الأمثل لتحقيق تنمية مستدامة هدفها حفظ حقوق الافراد في الحاضر والمستقبل.

الماء شريان الحياة وسر من أسرار وجودها. جعله الله حياة ومعاشاً به تستمر الحياة على وجه الأرض. ولا شك ان ترشيد استهلاك المياه يعكس الالتزام بالمبادئ الإسلامية السامية لديننا الإسلامي الحنيف التي نهينا دوماً على عدم الإسراف، كما أن الترشيد يعد مؤشراً على المواطنة الصالحة ورمزاً للتحضر وإسهاماً حقيقياً في حماية البيئة.

لذلك يجب أن يكون كل منا قدوة في بيئته ناصحاً ومؤدباً ومرشداً بل وحازماً محاسباً إذا لزم الأمر في حالة الإسراف في الحياة المنزلية فالمسؤولية تقع على عاتق الجميع بداية من البيت ومروراً بوسائل الإعلام وأئمة المساجد والمدارس والجامعات وكافة المؤسسات الاجتماعية والتربوية. أن رفع مستوى الوعي المائي لدى افراد المجتمع يعتبر خياراً استراتيجياً للمملكة العربية السعودية في ظل مناخها الصحراوي القاري الذي يفتقر إلى الموارد الطبيعية والأنهار وشح الأمطار وقلة المخزون من المياه الجوفية والتي في أغلبها غير متجددة.

تماشياً مع اهداف رؤية ٢٠٣٠ الطموحة يسعى برنامج التحول الوطني بقيادة وزارة البيئة والمياه والزراعة إلى تحقيق استفادة مستدامة للموارد المائية المتجددة وغير المتجددة للاستفادة منها بطريقة مستدامة. بما يشمل التخطيط لتنمية مصادرها والاستخدام الأمثل والفعال لها.





مسكني			الوحدة التدريبية
رقم النشاط	(٦/٢/١)	موضوع النشاط	طرق تدريس الوحدة
مدة النشاط	٥ دقائق	أسلوب وطريقة العرض	تفكير ابداعي
الهدف من النشاط		يقترح طرق تدريس مناسبة لدروس الوحدة.	
عزيزي المشارك/ عزيزتي المشاركة:			
- اقترح عدد من طرق التدريس المناسبة لموضوعات وحدة مسكني.			
.....			
.....			
.....			
.....			
.....			
.....			
.....			
.....			
.....			



## اليوم الثاني

الجلسة	الزمن
الأولى أولاً: مجال العلاقات الأسرية والاجتماعية ثانياً: مجال الملابس والنسيج	١٢٠ دقيقة
استراحة	٢٠ دقيقة
الثانية أولاً: هيا نتعلم لغة الإشارة ثانياً: التقويم	١٠٠ دقيقة



# الجلسة الأولى

الزمن: ١٢٠ دقيقة

## موضوعات الجلسة

أولاً : مجال العلاقات الأسرية والاجتماعية

وحدة (شخصيتي - مجتمعي - مناسبتني)

ثانياً : مجال الملابس والنسيج

وحدة (ملبسي)





## المجال / العلاقات الأسرية والاجتماعية

### وحدة (شخصي - مجتمعي)

الأهداف	موضوعات الجلسة
يتوقع من المتدرب أن	
يصيغ مفهوم المهارات الاجتماعية.	مفهوم المهارات الاجتماعية.
يستنتج أهمية تدريس المهارات الاجتماعية	أهمية تدريس المهارات الاجتماعية.
تحديد أهم المهارات الاجتماعية.	أهم المهارات الاجتماعية.
يحلل تضمين المهارات الاجتماعية في الأنشطة التعليمية.	الأنشطة التعليمية
يقترح طرق تدريس مناسبة لموضوعات الوحدة .	طرق تدريس الوحدة



## المقدمة

يعد الإنسان كائناً اجتماعياً يميل إلى العيش وسط جماعة لبشعر بالأمن والاستقرار والانتماء، ويكتسب الفرد عن طريق علاقاته بمن حوله مختلف المعايير والمهارات الاجتماعية والخلقية والاتجاهات النفسية الهامة، التي تساعد على أن يعيش حياته بطريقة توافق معايير مجتمعه. ومن أمثلة هذه المهارات الاجتماعية التعاون والإيثار والتكافل الاجتماعي وحل المشكلات وغيرها. ومن منطلق اهتمام وزارة التعليم بإيجاد جيل متكامل الشخصية متزن قادر على تحقيق أهداف خطط التنمية والتكيف مع المتغيرات المتسارعة من حولهم، حرصت على تنمية مهارات الطلاب الاجتماعية وقدراتهم لتعايش مع مشكلات المستقبل وإيجاد حلول لها. ومن طرقها في ذلك التأكيد على اكسابهم المهارات الاجتماعية في مختلف المقررات الدراسية، كما تم تخصيص مجال كامل لتدريس العلاقات الاجتماعية والأسرية بمقرر مادة المهارات الحياتية والأسرية للمرحلة الابتدائية بمسمى وحدة شخصيتي للصفوف الدنيا و وحدة مجتمعي للصفوف العليا وتنوعت دروسها كما يتضح في الجدول التالي:

الوحدة الدراسية	الصف	أمثلة على عناوين الدروس
شخصيتي و مجتمعي	الأول	- من أنا؟
	الثاني	- كيف أتصرف عند مقابلة الآخرين؟
	الثالث	كيف أتصرف إذا خرجت أُمي من المنزل.
	الرابع	آداب التعامل داخل المنزل / كيف اختار صديقي
	الخامس	آداب التعامل خارج المنزل
	السادس	التعامل مع المشكلات الاجتماعية





الوحدة التدريبية			شخصيتي و مجتمعي
رقم النشاط	(١/١/٢)	موضوع النشاط	مفهوم المهارات الاجتماعية.
مدة النشاط	٥دقائق	أسلوب وطريقة العرض	عصف ذهني ، النقاش والحوار
الهدف من النشاط		يصيغ مفهوم المهارات الاجتماعية .	
<p>عزيزي المشارك/ عزيزتي المشاركة:</p> <p>بعد الاطلاع على أمثلة عناوين دروس الوحدة والرجوع إلى مصادر التعلم على شبكة الأنترنت، صيغ بأسلوبك مفهوم المهارات الاجتماعية.</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>			



## المادة العلمية (١/١/٢)

ظهرت العديد من التعريفات للمهارات الاجتماعية ومنها :

- تلك المهارات والسلوكيات اللازمة للأفراد التي تساهم أن يسلوكوا بطريقة مقبولة اجتماعية.
- سلوك الشخص الماهر اجتماعياً الذي يتصل مع الآخرين بأسلوب يحقق فيه حقوقه ورغباته لدرجة مقبولة، ويحترم بذلك حقوق الشخص الآخر ورغباته ومتطلباته ويشترك معه في هذه الحقوق.
- وتعتبر المهارات الاجتماعية قدرة الفرد على التعبير عن المشاعر الايجابية والسلبية في سياق العلاقة بين الاشخاص، وتشمل الاستجابات المناسبة اللفظية وغير اللفظية، فالمهارات الاجتماعية سلوك مكتسب يهدف الى التفاعل الاجتماعي، والتدعيم الايجابي مع الآخرين، ومعالجا للازمات، وتعاملا مع المواقف المفاجئة الطارئة التي من الممكن أن يتعرض لها الفرد.
- عادات وسلوكيات مقبولة اجتماعيا يتدرب عليها المتعلم إلى درجة الإتقان والتمكن من خلال التفاعل الاجتماعي الذي يعد بمثابة مشاركة بين التلاميذ في مواقف الحياة اليومية وتفيد في إقامة علاقات مع الآخرين.
- مجموعة من الأنماط السلوكية التي تعطي الفرد القدرة على التفاعل الاجتماعي الإيجابي المقبول مع البيئة الاجتماعية سواء في المدرسة أو الأسرة أو مع جماعة الأفراد.





الوحدة التدريبية			شخصيتي و مجتمعي
رقم النشاط	(٢/١/٢)	موضوع النشاط	أهمية تدريس المهارات الاجتماعية .
مدة النشاط	٥دقائق	أسلوب وطريقة العرض	النقاش والحوار
الهدف من النشاط	يستنتج أهمية تدريس المهارات الاجتماعية .		
عزيزي المشارك/ عزيزتي المشاركة:			
من خلال المادة العلمية ( ١ - ١ - ٢ ) استنتج أهمية تدريس المهارات الاجتماعية .			
.....			
.....			
.....			
.....			
.....			
.....			
.....			
.....			
.....			



## المادة العلمية (٢/١/٢)

إن الإنسان لا يستطيع ممارسة دوره في الحياة اليومية وتلبية جميع طموحاته دون أن يتفاعل مع جماعات متعددة، يؤثر فيها ويتأثر بها، ويتحدد سلوكه بناءً على هذا التفاعل. وللمؤسسة التعليمية دوراً هاماً في مواصلة المتعلم نموه النفسي والاجتماعي وإعداده لمتطلبات الحياة المستقبلية، فلم يعد يقتصر دورها على تزويده بالمعارف والمعلومات فحسب بل يمتد إلى تزويده بالمهارات الشخصية والاجتماعية التي تؤهله لخوض معارك الحياة الى جانب اكسابه القيم والاتجاهات التي يحتاجها .

وتحدد المهارات الاجتماعية لدى الفرد مدى قدرته على التفاعل الاجتماعي مع المواقف المختلفة وما يمكن أن يطرأ عليها من تغير بطريقة ناجحة تلاقي قبولاً من الاطراف التي يتعامل معها مثل أفراد أسرته وأقرانه وكل من يقابلهم في حياته الاجتماعية .

وكثيراً ما يواجه الفرد مواقف اجتماعية صعبة تتطلب قدراً كبيراً من التحكم في الانفعالات وضبط النفس من أجل النجاح في مواجهة هذه المواقف لهذا ترتبط المهارات الاجتماعية لدى الشخص بمدى ثباته الانفعالي الذي يساعده على التحكم في انفعالاته في مختلف المواقف.



## المادة العلمية (٣/١/٢)

أهمية تدريس المهارات الاجتماعية لطلاب في مادة المهارات الحياتية والأسرية:

- من أكثر المجالات المرتبطة بأهداف المادة مباشرة وهي اكساب الطالب للمهارات داخل الأسرة وخارجها.
- أحد عوامل الصحة النفسية المهمة للفرد، لما لها من دور بارز في عملية التوافق الاجتماعي.
- تزيد من ثقة الفرد في ذاته وتبعث على الرضا في الحياة.
- اساسية لنجاح الفرد في تفاعلاته الاجتماعية والشخصية، والدراسية والانفعالية والمعرفية.
- تزيد من قدرة الفرد على مواجهة المشكلات الحياتية وإيجاد حلول لها سوى (شخصية أو مجتمعية)





الوحدة التدريبية			شخصيتي و مجتمعي
رقم النشاط	(٣/١/٢)	موضوع النشاط	أهم المهارات الاجتماعية .
مدة النشاط	٥ دقائق	أسلوب وطريقة العرض	خرائط مفاهيمية ، النقاش والحوار
الهدف من النشاط		تحديد أهم المهارات الاجتماعية.	
عزيزي المشارك/ عزيزتي المشاركة: هناك العديد من المهارات الاجتماعية التي يجب أن يكتسبها الطالب أثناء دراسته للمرحلة الابتدائية، حدد هذه المهارات في خريطة مفاهيمية.			







الوحدة التدريبية			شخصتي و مجتمعي	
رقم النشاط	(٤/١/٢)	موضوع النشاط	الأنشطة التعليمية.	
مدة النشاط	٥ دقائق	أسلوب وطريقة العرض		التحليل، مناقشة
الهدف من النشاط		يحلل تضمنين المهارات الاجتماعية في الأنشطة التعليمية.		

عزيزي المشارك/ عزيزتي المشاركة:

- امامك مجموعة من أنشطة دروس الوحدة من خلالها حل تضمنين المهارات الاجتماعية في الأنشطة التعليمية .

كيف التصرف عند مقابلة الآخرين؟

التعاون والمشاركة المجتمعية

بال تعاون مع زملائي في المجموعة، أكمل التصرف السليم والخاطئ، ونسجته في الفراغات الآتية:

التصرف السليم

- أستم للآخرين.
- 
- أشاركهم في اللعب.
- 
- أظهر في وجه المتحدث ولا أقطع.
- أأدبهم بأدبهم وأخبرهم بأخلاقهم.

النتيجة

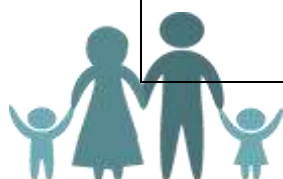
- شخصية إيجابية.
- تصرفت مع.
- محاورة.

التصرف الخاطئ

- لا أستم ولا أزعج الآخرين.
- لا أستم لكلامهم ولا ألبس المتحدث.
- لا أكلم وأكلم الضمت.
-

النتيجة

- شخصية إيجابية.
- أقبل إلى القبول.
- الأصناف بالمثل غير المقبول فيه.





كَيْفَ أَتَصَرَّفُ إِذَا خَرَجْتُ أُمِّي مِنَ الْمَنْزِلِ؟

هل تَصْطَحِبُكِ أُمُّكَ مَعَهَا كُلَّمَا خَرَجْتَ مِنَ الْمَنْزِلِ؟

تياسة  
وليبة



أ. أحيط الصورة التي تمثل شخصيتي بدائرة:



ب. أنا أقدر في الصف:



ج. من هواياتي:



أُسْرَتِي الْعَزِيزَةُ



أَبْدَأُ الْيَوْمَ دِرَاسَةَ دَرَسٍ جَدِيدٍ أَتَعَلَّمُ فِيهِ كَيْفَ أُعْرِفُ بِنَفْسِي وَهَذَا نَشَاطٌ نَسْعُدُ بِتَنْفِيذِهِ أُسْرَةً وَاحِدَةً، مَعَ وَافِرِ الْحُبِّ -ابْنِكُمْ / ابنتِكُمْ.

نشاط:

عزيزي الأب / عزيزتي الأم، ساعدا أبناءكما على التعريف بأنفسهم من خلال كتابة أسمائهم كاملة بشكل صحيح:

اسم العائلة

اسم الأب

الاسم الأول

.....

.....

.....





الوحدة التدريبية			شخصيتي و مجتمعي	
رقم النشاط	(٥/١/٢)	موضوع النشاط	طرق تدريس الوحدة	
مدة النشاط	٥دقائق	أسلوب وطريقة العرض		تفكير ابداعي
الهدف من النشاط		يقترح طرق تدريس مناسبة لدروس الوحدة.		
عزيزي المشارك/ عزيزتي المشاركة:				
- اقترح عدد من طرق التدريس المناسبة لموضوعات وحدة شخصيتي ومجتمعي				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				



# تابع الجلسة الأولى

الزمن: ١٢٠ دقيقة

تابع أولاً : مجال العلاقات الأسرية والاجتماعية

وحدة (مناسباتي)





المجال

## / العلاقات الأسرية والاجتماعية

### وحدة (مناسبتى)

الأهداف	موضوعات الجلسة
يتوقع من المتدرب أن	
يستقرأ أهم مفاهيم وحدة مناسبتى.	مفاهيم وحدة مناسبتى.
يستنتج أهمية تضمين وحدة مناسبتى في مقررات المهارات الحياتية والأسرية في الصفوف المبكرة.	أهمية وحدة مناسبتى.
يوضح دور الأنشطة الأسرية (أسرتى العزيزة) في وحدة مناسبتى.	دور الأنشطة الأسرية في وحدة مناسبتى
يقترح طرق تدريس مناسبة لدروس الوحدة.	طرق تدريس الوحدة.



## المقدمة

تولي سياسة التعليم في المملكة العربية السعودية جل اهتمامها لتنمية ورعاية المتعلم ويظهر ذلك في عدد من الجوانب ضمن الضوابط الأخلاقية لاستعمال المعرفة، كما تحرص سياسة التعليم في المملكة على تربية المواطن المؤمن ليكون لبنة صالحة في بناء أمته، ويشعر بمسؤوليته لخدمة بلاده والدفاع عنها. ومن هذا المنطلق أتى الاهتمام بالمناسبات الدينية والوطنية والعالمية لتوافق ما سبق وترسخ هذه القيم وتؤكد لها من خلال المناهج المقررة والتي كان لمقررات المهارات الحياتية والأسرية منها النصيب الأكبر، فقد تضمنت وحدة دراسية تحت مسمى (مناسباتي) تحوي عدد من المناسبات الدينية كشهر رمضان، العيدين والمناسبات الوطنية كاليوم الوطني، الاجتماعية و الأسرية كفرحة المولود الجديد. ثم العالمية كأسبوع المرور، أسبوع الشجرة، يوم الغذاء العالمي ويوم المعلم... إلخ من الموضوعات التي تطرقت إليها وحدة مناسباتي. يتم من خلالها تزويد المتعلم بالقدر المناسب من المعلومات الثقافية والخبرات المختلفة التي تجعل منه عضواً فاعلاً في المجتمع، وتعزز المهارات والقيم المتوافقة مع رؤية تنمية وطنية طموحة شاملة للفرد والمجتمع.

الوحدة الدراسية	الصف	أمثلة على عناوين الدروس
مناسباتي	الأول	اليوم الوطني - شهر رمضان - العيدان (عيد الفطر / عيد الأضحى) - المولود الجديد.
	الثاني	أسبوع المرور - أسبوع النظافة - أسبوع الشجرة.
	الثالث	يوم المعلم - يوم الغذاء العالمي - يوم الصحة العالمي.



مناسبي			الوحدة التدريبية
مفاهيم وحدة مناسبي	موضوع النشاط	(١/١/٢)	رقم النشاط
الاستقراء والاستنباط	أسلوب وطريقة العرض	٥ دقائق	مدة النشاط
يستقرأ أهم مفاهيم في وحدة مناسبي			الهدف من النشاط

عزيزي المشارك:

تأمل أهداف وحدة مناسبي في الصور التالية ثم استقرأ من خلالها أهم المفاهيم التي سيكتسبها المتعلم من خلال دراسة الوحدة .



الصف الثاني الابتدائي

- الأهداف
- يتوقع من المتعلمة في نهاية الوحدة:
- أن توضح مفهوم أشروع الشؤور.
  - أن تقترح طريقة فعالة للتوعية بأهمية ربط حزام الأمان.
  - أن تربط بين أشروع الطقوس وتعاليم الدين الإسلامي الحنيف.
  - أن تفسر أهمية المحافظة على نظافة مدرستها.
  - أن تشرح أهمية تفعيل أشروع الشجرة.



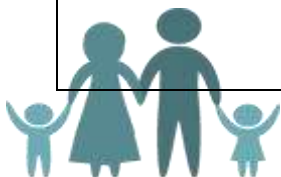
الصف الأول الابتدائي

- الأهداف
- يتوقع من المتعلمة في نهاية الوحدة:
- أن تصف مظاهر شهر رمضان المبارك.
  - أن توضح مفهوم العيد بدقة.
  - أن تميز بين عيد الفطر وعيد الأضحى.
  - أن تصف مظاهر عيد الفطر وتقوم بتأليف قصيدة.
  - أن تقارن بين الشؤور الكبير والشؤور الصغير في التعامل مع الشؤور الجديد.



الصف الثالث الابتدائي

- الأهداف
- يتوقع من المتعلمة في نهاية الوحدة:
- أن تعبر عن حبها وولائها للوطن.
  - أن توضح أهمية دور المعلم في المجتمع.
  - أن تشرح أهمية يوم الغذاء العالمي.
  - أن توضح أهمية يوم الصحة العالمي.

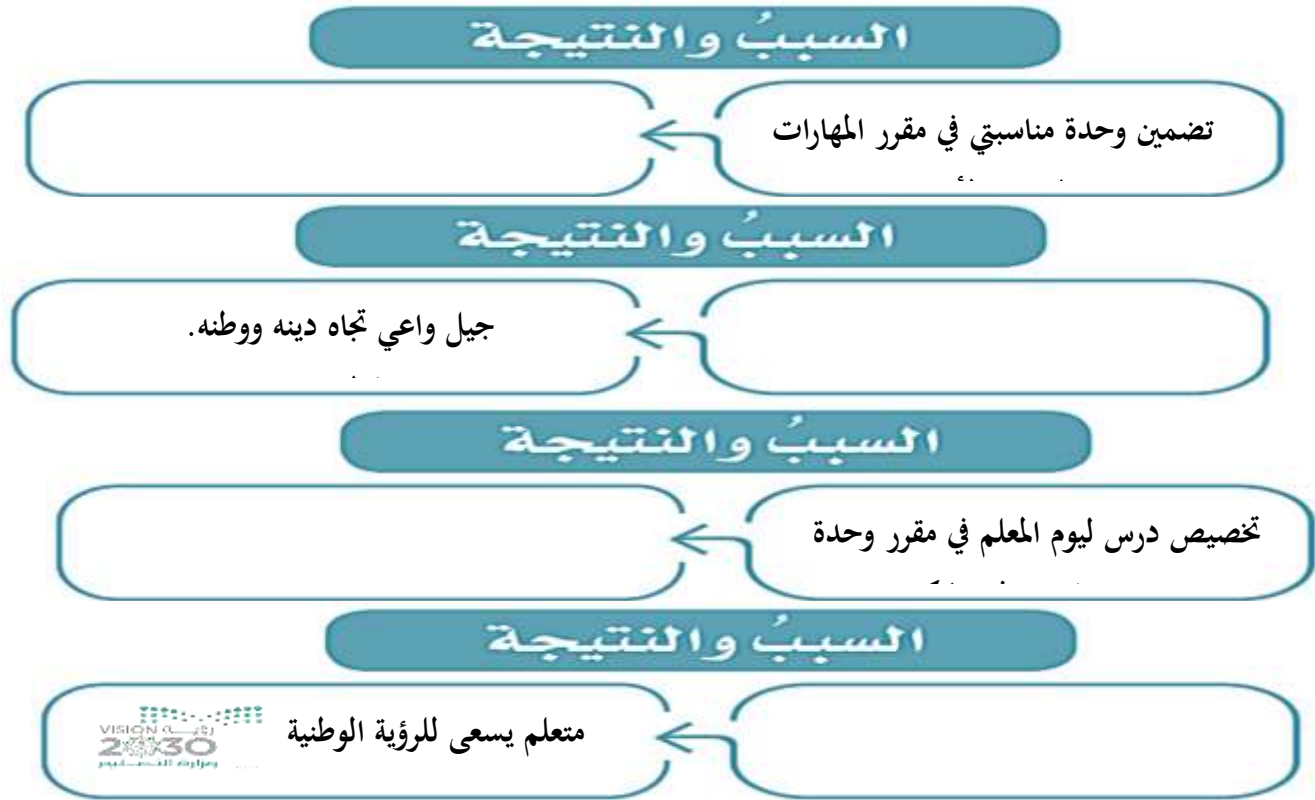




الوحدة التدريبية			مناسبتى
رقم النشاط	(٢/١/٢)	موضوع النشاط	أهمية وحدة مناسبتى
مدة النشاط	٥ دقائق	أسلوب وطريقة العرض	تفكير ناقد
الهدف من النشاط	يستنتج أهمية تضمين وحدة مناسبتى في مقررات المهارات الحياتية والأسرية في الصفوف المبكرة.		

عزيزي المشارك/ عزيزتي المشاركة:

بعد الاطلاع على المقررات الدراسية في وحدة مناسبتى حدد السبب أو النتيجة في كل مما يلي:







الوحدة التدريبية			مناسبي
رقم النشاط	(٣/١/٢)	موضوع النشاط	دور الأنشطة الأسرية في وحدة مناسبي
مدة النشاط	٤ دقائق	أسلوب وطريقة العرض	مهارات التفكير الناقد
الهدف من النشاط			يوضح دور الأنشطة الأسرية (أسري العزيرة) في وحدة مناسبي
عزيزي المشارك/ عزيزتي المشاركة:			
من خلال الاطلاع على المادة العلمية (٣/١/٢) حدد ما يلي:			
■ المهمة الأولى : حدد المناسبة التي يتحدث عنها النشاط.			
.....			
.....			
■ المهمة الثانية : استنتج قيمة تربوية مرتبطة بالنشاط (نشاط أسري العزيرة).			
.....			
.....			
■ المهمة الثالثة: لماذا تم تصنيف النشاط كنشاط أسري.			
.....			
.....			
■ المهمة الرابعة : ما دور المعلم في الأنشطة الأسرية.			
.....			
.....			





(المادة العلمية ١/١/٢)

## أُسْرَتِي الْعَزِيزَةُ



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

نشاط:



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

اسْتَمْتِعِي بِقِرَاءَةِ الْقِصَّةِ ثُمَّ لَوْنِي الْإِجَابَةَ الصَّحِيحَةَ.

اشْتَرَى أَبُو سَعَادَ خُرُوفَ الْأُضْحِيَّةِ فِي يَوْمِ عَرَفَةَ وَقَامَ بِذَبْحِهِ بَعْدَ صَلَاةِ الْعِيدِ، سَأَلْتُ سَعَادَ أَبَاهَا: يَا أَبِي... لِمَ ذَبَحْتَ الْخُرُوفَ؟ فَرَدَّ الْأَبُ:

لِلْإِحْتِفَالِ  
بِالْمَوْلُودِ الْجَدِيدِ

اِقْتِدَاءً بِسُنَّةِ النَّبِيِّ  
إِبْرَاهِيمَ عَلَيْهِ السَّلَامُ

إِكْرَامًا  
لِلضُّيُوفِ



شَاهَدْتُ سَعَادَ أَبَاهَا وَهُوَ يَقَطِّعُ الْأُضْحِيَّةَ ثَلَاثَةَ أَجْزَاءٍ فَسَأَلْتُهُ عَنِ السَّبَبِ: أَجَابَ: سَنَأْكُلُ ثُلُثًا، وَنُهْدِي ثُلُثًا، وَنَتَصَدَّقُ بِثُلُثٍ.

سَاعَدْتُ سَعَادَ وَالِدَيْهَا فِي تَوْزِيعِ الْأُضْحِيَّةِ وَحَمِدَتِ اللَّهُ عَلَى نِعْمَتِهِ.





الوحدة التدريبية			مناسبي	
رقم النشاط	(٤/١/٢)	موضوع النشاط	طرق تدريس الوحدة	
مدة النشاط	٥ دقائق	أسلوب وطريقة العرض		تفكير ابداعي
الهدف من النشاط		يقترح طرق تدريس مناسبة لدروس الوحدة.		
عزيزي المشارك/ عزيزتي المشاركة:				
- اقترح عدد من طرق التدريس المناسبة لموضوعات وحدة شخصيتي ومجتمعي				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				



# تابع الجلسة الأولى

الزمن: ١٢٠ دقيقة

ثانياً: مجال الملابس والنسيج والاشغال اليدوية

وحدة (ملبسي)





## المجال / الملابس والنسيج والأشغال اليدوية

### وحدة (ملبسي)

الأهداف	موضوعات الجلسة
يتوقع من المتدرب أن	
يعلل أهمية إدراج وحدة ملبسي في مقررات مادة المهارات الحياتية والأسرية في الصفوف العليا.	أهمية وحدة ملبسي.
يصمم خريطة معرفية لموضوعات الوحدة في مقرر المهارات الحياتية والأسرية	موضوعات وحدة ملبسي.
يستخرج القيم التربوية المرتبطة بوحدة ملبسي.	القيم التربوية المرتبطة بالوحدة
يناقش المهارات المتعلقة بأنشطة وحدة ملبسي	أنشطة الوحدة
يقترح طرق تدريس مناسبة لدروس الوحدة.	طرق تدريس الوحدة.



## المقدمة

بنيت وحدة ملبسي في مقررات المهارات الحياتية والأسرية على هدي النبي صلى الله عليه وسلم في العناية بالمظهر الشخصي، وقد أرشد النبي صلى الله عليه وسلم أمته أن تكون حسنة الثياب كريمة المظهر؛ فعَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ مَسْعُودٍ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: «لَا يَدْخُلُ الْجَنَّةَ مَنْ كَانَ فِي قَلْبِهِ مِثْقَالُ ذَرَّةٍ مِنْ كِبَرٍ». قَالَ رَجُلٌ: إِنَّ الرَّجُلَ يُحِبُّ أَنْ يَكُونَ ثَوْبُهُ حَسَنًا وَنَعْلُهُ حَسَنَةً؟ قَالَ: «إِنَّ اللَّهَ جَمِيلٌ يُحِبُّ الْجَمَالَ. الْكِبَرُ: يَطْرُقُ الْحَقُّ، وَغَمَطُ النَّاسِ» رواه مسلم. وقال تعالى {يَا بَنِي آدَمَ قَدْ أَنْزَلْنَا عَلَيْكُمْ لِبَاسًا يُؤَارِي سَوَاتِكُمْ وَرِيشًا وَلِبَاسُ التَّقْوَى ذَلِكَ خَيْرٌ ذَلِكَ مِنْ آيَاتِ اللَّهِ لَعَلَّهُمْ يَذَكَّرُونَ} (سورة الأعراف: ٣٦)

وذلك لما للثياب من أهمية في ستر العورة، وحسن المظهر والوقاية من الحر والبرد وما يضر بصحة الإنسان. وفي حال كانت الملابس نظيفة وذات مظهر مرتب ينعكس ذلك على صحة الجسم والوقاية من الأمراض. عندما يكتسب الانسان مظهراً خارجياً وأنيقاً ومرتباً مما يعز ثقتة بنفسه وشعوره بالراحة والسعادة ويعطي انطباعاً جيداً عن الإنسان وتزيد من قبوله في مجتمعه. ولذلك جاءت وحدة ملبسي ملبية للمطالب ومساهمة في تحقيق أهداف مقررات المهارات الحياتية والأسرية في الصفوف العليا من المرحلة الابتدائية.

الوحدة الدراسية	الصف	أمثلة على عناوين الدروس
ملبسي	رابع	الملابس المدرسية- الملابس الداخلية- الجوارب والحذاء.
	خامس	ترتيب الملابس وحقيبة السفر.
	سادس	اختيار الملابس.





ملبسي			الوحدة التدريبية
أهمية وحدة ملبسي	موضوع النشاط	(١/١/٢)	رقم النشاط
تأمل ذاتي - تحليل	أسلوب وطريقة العرض	٥ دقائق	مدة النشاط
يعلل أهمية إدراج وحدة ملبسي في مقررات مادة المهارات الحياتية والأسرية في الصفوف العليا			الهدف من النشاط
<p>- عن عائشة - رضي الله عنها - أُنْهَما سُئِلَتْ: ما كان النَّبِيُّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَعْمَلُ في بَيْتِهِ؟ قالت: كان يَخِيطُ ثَوْبَهُ وَيَخْصِفُ نَعْلَهُ وَيَعْمَلُ ما يَعْمَلُ الرِّجَالُ في بيوْتِهِم</p> <p>الراوي: عائشة أم المؤمنين   المحدث: ابن حبان   المصدر: صحيح ابن حبان</p> <p>الصفحة أو الرقم: ٥٦٧٧   خلاصة حكم المحدث: أخرجه في صحيحه</p> <p>عزيزي المشارك/ عزيزي المشاركة:</p> <p>■ المهمة الأولى :</p> <p>بعد تأملك للحديث السابق والاطلاع على مصادر التعلم المتاحة، استخرج ما يستفاد منه.</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>■ المهمة الثانية :</p> <p>علل أهمية إدراج وحدة ملبسي في مقررات المهارات الحياتية والأسرية.</p> <p>.....</p> <p>.....</p>			





ملبسي			الوحدة التدريبية
موضوعات وحدة ملبسي	موضوع النشاط	(٢/١/٢)	رقم النشاط
تفكير ابداعي	أسلوب وطريقة العرض	٥ دقائق	مدة النشاط
يصمم خريطة معرفية لموضوعات وحدة ملبسي في مقرر المهارات الحياتية والأسرية			الهدف من النشاط
<p>عزيزي المشارك/ عزيزي المشاركة:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>■ عزيزي المشارك</li><li>■ بعد الاطلاع المادة العلمية (٢ / ١ / ١) صمم خريطة معرفية لموضوعات وحدة ملبسي من مقررات المهارات الحياتية والأسرية للصفوف العليا.</li></ul>			





## المادة العلمية (١-١-٢)

### الصف الخامس الابتدائي



### الصف الرابع الابتدائي



### الصف السادس الابتدائي





ملبسي			الوحدة التدريبية
القيم التربوية المرتبطة بوحدة ملبسي	موضوع النشاط	(٤/١/٢)	رقم النشاط
تأمل - ملاحظة واستنتاج	أسلوب وطريقة العرض	٤ دقائق	مدة النشاط
يستخرج القيم التربوية المرتبطة بوحدة ملبسي			الهدف من النشاط
عزيزي المشارك/ عزيزتي المشاركة:			
<ul style="list-style-type: none"><li>من خلال الخريطة التي صممتها وتصفحك لكتب المادة المقررة للصفوف العليا استخرج اهم القيم التربوية المرتبطة بوحدة ملبسي.</li></ul>			
.....			
.....			
.....			
.....			
.....			
.....			
.....			
.....			
.....			





ملبسي			الوحدة التدريبية
أنشطة الوحدة	موضوع النشاط	(٥/١/٢)	رقم النشاط
التفكير الناقد	أسلوب وطريقة العرض	٥ دقائق	مدة النشاط
يناقش المهارات المتعلقة بأنشطة وحدة ملبسي			الهدف من النشاط
<p>عزيزي المشارك/ عزيزتي المشاركة:</p> <p>■ من خلال الاطلاع على الصور التالية دون المهارات المتعلقة بكل نشاط وناقش ذلك.</p>			



### نشاط (١)



استنتج مما سبق الفرق بين غسل الجوارب الملونة والجوارب البيضاء:



الجوارب الملونة



الجوارب البيضاء

وزارة

نوع المهارة:

.....

### نشاط (٢)



سم بعض الحيوانات التي يُصنع الحذاء من جلدها؟

.....

نوع المهارة:

.....

### نشاط (٣)



اختر الحذاء المناسب للمدرسة.



وزارة

نوع المهارة:

.....





### نشاط (٤)

## الصف الرابع الابتدائي

فواز طالب في الصف الرابع ، عبّر عن رأيك في كيفية تعامله مع ملابسه ، وفقاً لما يأتي :



### كيفية تعامل فواز مع ملابسه

يغير ملابسه الداخلية يومياً .

يجهز ملابسه المدرسية بعد الاستيقاظ من النوم صباحاً .

لا يخلع ملابسه المدرسية عند عودته إلى المنزل .



### نشاط (٤)

اقترح طرائق حديثة لتنظيف الأحذية الرياضية .





## الصف الخامس الابتدائي

### نشاط (٢)



ما الاحتياطات التي يجب الأخذ بها عند حفظ الملابس (الصيفية أو الشتوية) للموسم القادم؟

.....

عند مشاركة أحد إخوتك خزانة الملابس، ينبغي أن تتفق معه على تقسيم أجزائها بينكما للاستفادة منها على أحسن وجه.

### نشاط (٣)



اجمع صورًا تتضمن أفكارًا إبداعية لتصميمات خزائن ملابس تفي بتنظيم احتياجاتك الشخصية.



### نشاط (٤)

## الصف الخامس الابتدائي



صنف المحتويات في الصور الآتية بين لوازم حقيبة اليد ولوازم حقيبة السفر.

حقيبة اليد	حقيبة السفر







### نشاط (۱)

تشتهر المملكة العربية السعودية بالكثير من الملابس التقليدية الجميلة التي نفتخر بها وتختلف من منطقة إلى أخرى.

من خلال خريطة وطننا الحبيب صل كل زي تراثي بمنطقته:







الوحدة التدريبية			مناسبي	
رقم النشاط	(٦/١/٢)	موضوع النشاط	طرق تدريس الوحدة	
مدة النشاط	٥ دقائق	أسلوب وطريقة العرض		تفكير ابداعي
الهدف من النشاط		يقترح طرق تدريس مناسبة لدروس الوحدة.		
عزيزي المشارك/ عزيزتي المشاركة:				
- اقترح عدد من طرق التدريس المناسبة لموضوعات وحدة شخصيتي ومجتمعي				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				
.....				



# تابع اليوم الثاني

## الجلسة الثانية

الزمن: ١٠٠ دقيقة

## موضوعات الجلسة

أولاً: هيا نتعلم لغة الإشارة





## الموضوع (هيا نتعلم لغة الإشارة)

الأهداف	موضوعات الجلسة
يتوقع من المتدرب أن	أهمية تعلم لغة الإشارة
يستنتج أهمية تعلم لغة الإشارة.	مفاهيم خاطئة عن لغة الإشارة
يحدد المفاهيم الخاطئة عن لغة الإشارة	أدوات لغة الإشارة
يصنف أدوات لغة الإشارة	طرق تعلم لغة الإشارة
يقترح طرق لتعلم لغة الإشارة	



## المقدمة

إن المجتمعات لم تعد تقتصر خططها وجهودها التعليمية على العاديين من أبنائها، بل اتسع النطاق ليشمل جميع فئات ذوي الاحتياجات الخاصة ومن بين هذه الفئات الصم، ويمكن أن يكون شخص فاقد لحاسة السمع منذ الولادة أو قبل تعلمه الكلام، أو شخص ضعيف السمع يعاني نقصاً في حاسة السمع، بدرجة لا تسمح بالاستجابة الطبيعية للأغراض التعليمية والتفاعل مع العاديين إلا من خلال استخدام بعض المعينات أو باستخدام طرق تواصل خاصة.

ظهرت لغة خاصة بهذه الفئة تسمى لغة الإشارة للصم وحظيت باهتمام كبير، بعد أن أصبحت لغة معترف بها في جميع أنحاء العالم، وينظر إليها على أنها اللغة الأم للفرد الأصم.

وهي لغة قائمة بذاتها، وتعتبر بمثابة اللغة المرئية للاتصال بين الصم وكذلك بين الصم والعاديين.

وذكرت المراجع التربوية عدد من التعريفات للغة الإشارة منها:

- هي عبارة عن مجموعة من الرموز ترى ولا تسمع، تم تشكيلها عن طريق تحريك الأذرع والأيدي في أوضاع مختلفة، وحركات الأيدي هنا تحمل محل الكلمات المنطوقة، وتعطينا تعبيرات الوجه وحركات الجسم إشارات مرئية تحمل محل التعبير الصوتي، وتحل العيون محل الأذن في استقبال الرسالة.

- لغة الإشارة هو مصطلح يطلق على وسيلة التواصل غير الصوتية التي يستخدمها ذوو الاحتياجات الخاصة سمعياً (الصم).

- وتعرف أيضاً بأنها عبارة عن رموز حركية بصرية تستعمل بترتيب ونظام معين تعتمد بشكل أساسي على استخدام اليدين في التعبير عن الأفكار، من خلال ما يعرف بنظام الرموز اليدوية الخاصة تمثل بعض الكلمات أو المفاهيم أو الأفكار المعينة.

ولتسهيل عملية دمج فئة الصم مع بقية افراد المجتمع ضُمن ملحق في نهاية كل وحدة دراسية بمادة المهارات الحياتية والأسرية بمفردات مترجمة بلغة الإشارة بعنوان (هيا نتعلم لغة الإشارة) .





هيا نتعلم لغة الإشارة			الوحدة التدريبية
هيا نتعلم لغة الإشارة	موضوع النشاط	(١/٢ / ٢)	رقم النشاط
عصف ذهني ، النقاش والحوار	أسلوب وطريقة العرض	٥ دقائق	مدة النشاط
استنتاج أهمية تعلم لغة الإشارة.			الهدف من النشاط
<p>عزيزي المشارك / عزيزتي المشاركة:</p> <p>اشارت بعض البحوث في نتائجها أن الأطفال الصم من أبوين أصميين أفضل في تحصيلهم الدراسي من الأطفال لأبوين سامعين، ويرجع ذلك إلى عنصر حاسم، وهو اكتساب هؤلاء لغة في وقت مبكر واتصالهم المستمر بمن هم متمكنون من هذه اللغة.</p> <p>من خلال هذه النتيجة اكتب مقدمة توجهها لطلابك في مادة المهارات الحياتية والأسرية توضح لهم أهمية تعلمهم للغة الإشارة. ثم شاركها مع بقية المتدربين عن طريق الدردشة للمناقشة.</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>			



## المادة العلمية ( ٢ / ٢ / ١ )

أهمية تعلم لغة الإشارة:

- تزويد الطلاب بحصيلة مناسبة من المفردات الإشارية لإيجاد نوع من التواصل بين أفراد المجتمع السامعين والصم.
- الوعي بمجتمع الصم، وزيادة الاهتمام بتوعية الآخرين بشأنهم.
- لقاء وتكوين صداقات جديدة مع أفراد مختلفين داخل مجتمع الصم .
- تساعد الأصم على التعبير عن ذاته وحاجاته المختلفة وميوله.
- يساهم في خروج الأصم من عالم العزلة إلى عالم منفتح على الآخرين، مما يؤدي به إلى التوازن والتكيف وتنمية قدراته للمساهمة في الحياة الاجتماعية.
- يحسن الرؤية المحيطية ووقت رد الفعل أفضل، نظرًا لأنه يركز على الصورة أي تحسين القدرات البصرية.
- النمو الذهني المرتبط بالنمو اللغوي وتعلم اللغة الشفوية أو الإشارية يولد لدى الفرد المفاهيم والصور الذهنية -



## المادة العلمية ( ٢ / ٢ / ٢ )

يعتقد الكثير من الناس أن لغة الإشارة ليست لغة حقيقية وأنها ليست سوى نظام متطور من الإيماءات. كما أنها لغة عالمية أي مشتركة بين جميع الصم حول العالم، إلا أنه اشارت بعض الدراسات إلى وجود حوالي ٣٠٠ نوع من لغات الإشارة تختلف من منطقة إلى أخرى تماماً كاختلاف اللغات المنطوقة بين البلدان واختلاف اللهجات المحلية بين المناطق. ويلاحظ تطور لغات الإشارة، مثل اللغات المنطوقة، بشكل طبيعي نتاج لتفاعل مجموعات الأشخاص الذين يتواصلون بها ؛ ومدى تأثيرها باختلاف المنطقة وثقافتها. ومن أمثلة هذه اللغات لغة الإشارة العربية الرسمية الموحدة، بالإضافة إلى ظهور عدد من لغات الإشارة المحلية كلغة الإشارة السعودية. وقد تطورت لغة الإشارة السعودية من خلال تفاعل مجتمع الصم السعودي، وتمتاز بمحتوى غني من المفردات الإشارية وبتطويرها المستمر لمواكبة التطور المتسارع في مختلف المجالات، وتم ذلك عن طريق إشراك الأفراد الصم بالأنشطة الاجتماعية والثقافية والعلمية، والرياضية، والترفيهية وغيرها. تم اصدار قاموس لغة الإشارة السعودية وتم الإفادة منه في إضافة مفردات مترجمة بلغة الإشارة في كتاب مادة المهارات الحياتية والأسرية.



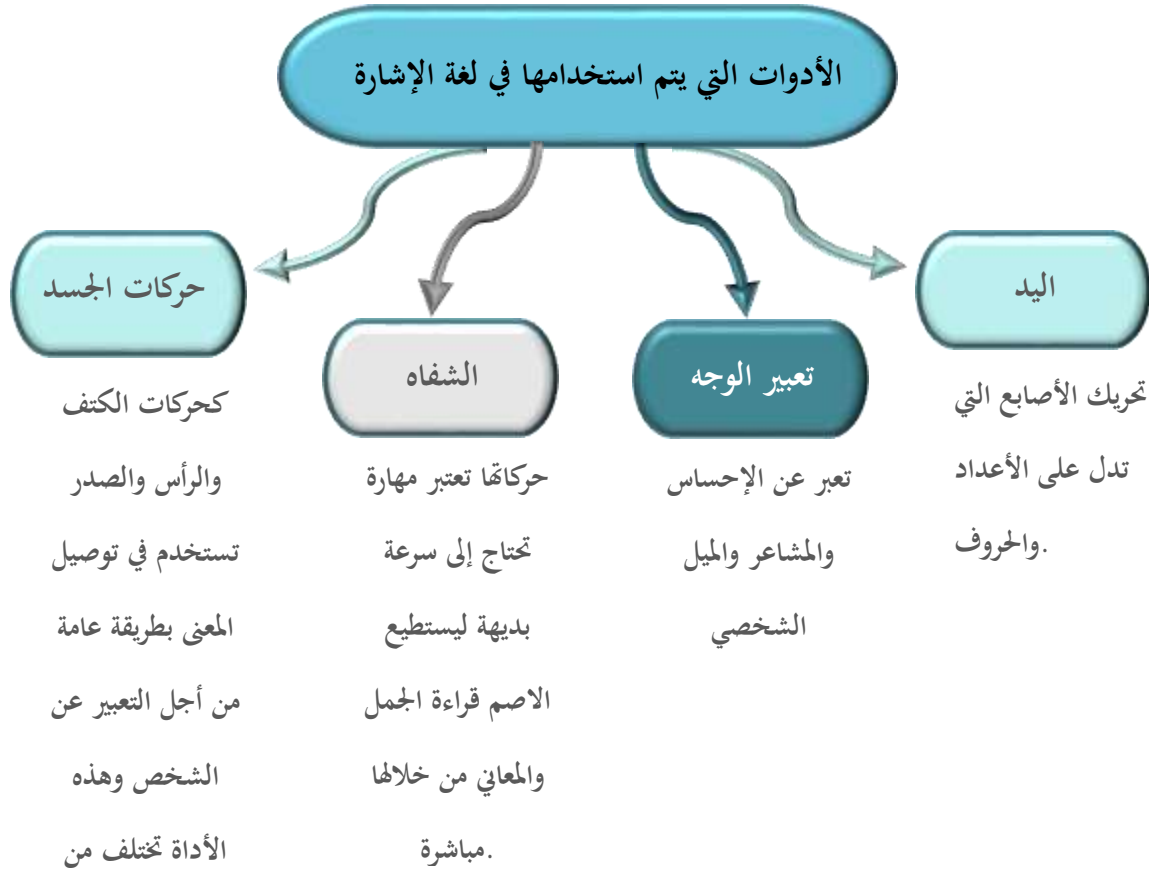


هيا نتعلم لغة الإشارة			الوحدة التدريبية
رقم النشاط	( ٢ / ٢ / ٢ )	موضوع النشاط	طرق تعلم لغة الإشارة
مدة النشاط	٥ دقائق	أسلوب وطريقة العرض	النقاش والحوار ، القراءة الفاعلة
يحدد المفاهيم الخاطئة عن لغة الإشارة.			الهدف من النشاط
<p>عزيزي المشارك / عزيزتي المشاركة:</p> <p>بعد الاطلاع على المادة العلمية ( ٢ / ٢ / ٢ ) اجب عن الآتي :</p> <p>١ - ضع عنوان للمادة العلمية.</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>٢ - حدد المفاهيم الخاطئة عن لغة الإشارة .</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>			





## المادة العلمية ( ٢ / ٢ / ٣ )



وهذه الأدوات للغة الإشارة تحدث في وقت واحد وليس في تتابع مثل خروج الأصوات في اللغة المحكية. مكان إلى آخر  
فلغة الإشارة ليست مجرد اليدين بل يساهم في إنتاجها اتجاه نظره العين وحركة الجسم والكتفين والفم والوجه وكثيراً ما تكون هذه  
الإشارات غير اليدوية هي الدلالة في تحديد المعنى



هيا نتعلم لغة الإشارة			الوحدة التدريبية
المفاهيم الخاطئة عن لغة الإشارة	موضوع النشاط	( ٣ / ٢ / ٢ )	رقم النشاط
قراءة الصور ، العصف الذهني	أسلوب وطريقة العرض	٥ دقائق	مدة النشاط
يقتح طرق لتعلم لغة الإشارة .			الهدف من النشاط
<p>عزيزي المشارك / عزيزي المشاركة:</p> <p>تأمل الصور التالية الواردة في كتاب المهارات الحياتية والأسرية ثم قدم مقترح لطرق تعلم لغة الإشارة.</p>			
<div style="display: flex; flex-wrap: wrap; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>What is your name? ما اسمك؟</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>Pencil قلم رصاص</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>Ablution الوضوء</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>Physician طبيب</p> </div> </div>			



# تابع اليوم الثاني

## تابع الجلسة الثانية

الزمن: ١٠٠ دقيقة

## موضوعات الجلسة

ثانياً: التقويم





## الموضوع (التقويم)

الأهداف	موضوعات الجلسة
يتوقع من المتدرب أن	أهمية التقويم الصفي
يوضح أهمية التقويم التربوي.	المقدمة
يشرح أساليب التقويم البديل	مسرد المصطلحات
يصنف أنواع التقويم وفقاً للآلية المتبعة	أهمية التقويم الصفي
يفرق بين التقويم التقليدي والتقويم المستمر	مفهوم التقويم الصفي
يتعرف على الآلية المتبعة في تقويم مادة المهارات الحياتية والأسرية في المرحلة المتوسطة.	أساليب التقويم البديل
يذكر أدوات التقويم المناسبة في تقويم مادة المهارات الحياتية والأسرية في المرحلة المتوسطة.	تصنيف أنواع التقويم وفقاً للآلية المتبعة.
يوضح كيفية توزيع درجات مادة المهارات الحياتية والأسرية وفقاً للائحة تقويم الطالب المعتمدة لهذا لعام الدراسي ١٤٤٣ هـ في ضوء نظام الفصول الدراسية الثلاثة	الفرق التقويم التقليدي والتقويم المستمر
	الآلية المتبعة في تقويم مادة المهارات الحياتية والأسرية في المرحلة المتوسطة.
	أدوات التقويم المقترحة لتقويم مادة المهارات الحياتية والأسرية في المرحلة المتوسطة.
	نموذج توزيع درجات مادة المهارات الحياتية والأسرية وفقاً للائحة تقويم الطالب المعتمدة لهذا لعام الدراسي ١٤٤٣ هـ في ضوء نظام الفصول الدراسية الثلاثة
	عرض نموذج لسجل المتابعة الخاص بمعلم مادة المهارات الحياتية والأسرية للمرحلة المتوسطة وفق الفصول الدراسية الثلاثة.



## المقدمة

يعتبر التقويم من أهم المراحل في العملية التعليمية، فهو عنصر أساسي من عناصر المنهج إلا أنه يختلف عن هذه العناصر في قدرته البالغة علي التأثير فيها تأثيراً ملموساً ، حيث أنه قد يؤدي إلي إحداث تعديل في بعض الأهداف إذا ثبت عدم صلاحيتها أو استحاله بلوغها أو عدم مناسبتها للطلاب .

وللتقويم أثر مائل بالنسبة للمحتوى إذ قد يؤدي إلي تعديله أو إعادة صياغة بعض أجزائه أو الحذف منه أو الإضافة إليه بما يضمن تحقيق نتائج التعلم المنشودة ، وكذلك الحال بالنسبة لطرق التدريس والوسائل التعليمية و الأنشطة المصاحبة فقد يؤدي إلي التعديل فيها أو في أسلوب استخدامها ، وعلي ذلك يمكن القول أن التقويم يهدف إلى الكشف عن جوانب القوه والضعف في أداء المعلم ومحاولة علاجها ، مما يعني أن التقويم ليس غاية في حد ذاته وإنما هو وسيلة تستهدف تحسين العملية التعليمية بكافة عناصرها وتعديل المسار بما يكفل تحقيق نتائج التعلم . نحو بلوغ الأهداف المنشودة .

ومن هنا فإن هذه الجلسة التدريبية تتناول مجال التقويم في مادة المهارات الحياتية والأسرية من جميع جوانبه..

- التقويم الصفي.
- أساليب التقويم البديل .
- أنواع التقويم وفقاً للآلية المتبعة.
- التقويم التقليدي والتقويم المستمر .
- الآلية المتبعة في تقويم مادة المهارات الحياتية والأسرية في المرحلة المتوسطة.
- أدوات التقويم المناسبة في تقويم مادة المهارات الحياتية والأسرية في المرحلة المتوسطة. ( الملاحظة -المشاريع -التقارير ...)
- كيفية توزيع درجات مادة المهارات الحياتية والأسرية وفقاً للائحة تقويم الطالب المعتمدة لهذا لعام الدراسي ١٤٤٣هـ في ضوء نظام الفصول الدراسية الثلاثة





ويفترض أن تتأزر أساليب وأدوات التقويم المتبعة في مادة المهارات الحياتية والأسرية لتحقيق الهدف الأساسي منها وهو قياس مستوى التحصيل الدراسي للطلاب بالمادة مع مراعاة خصائص المرحلة العمرية للطلاب في المرحلة المتوسطة ،بالإضافة إلى قياس مدى تحقق نتائج التعلم المنشودة سواء على مستوى المعارف أم المهارات أم القيم الاتجاهات الوجدانية ، كما أن التقويم يسهم في تحديد مواطن القوة والضعف سواء في مستوى أداء المعلم ،ويقدم للمعلم التغذية الراجعة التي يحتاجها لتطوير مستوى أدائه ،وتحسين مستوى التحصيل الدراسي للطلاب في المادة ،وبالتالي التوصل إلى الأساليب العلاجية المناسبة لكافة نواحي القصور أو المعوقات التي حالت دون بلوغ الطلاب للأهداف المنشودة.





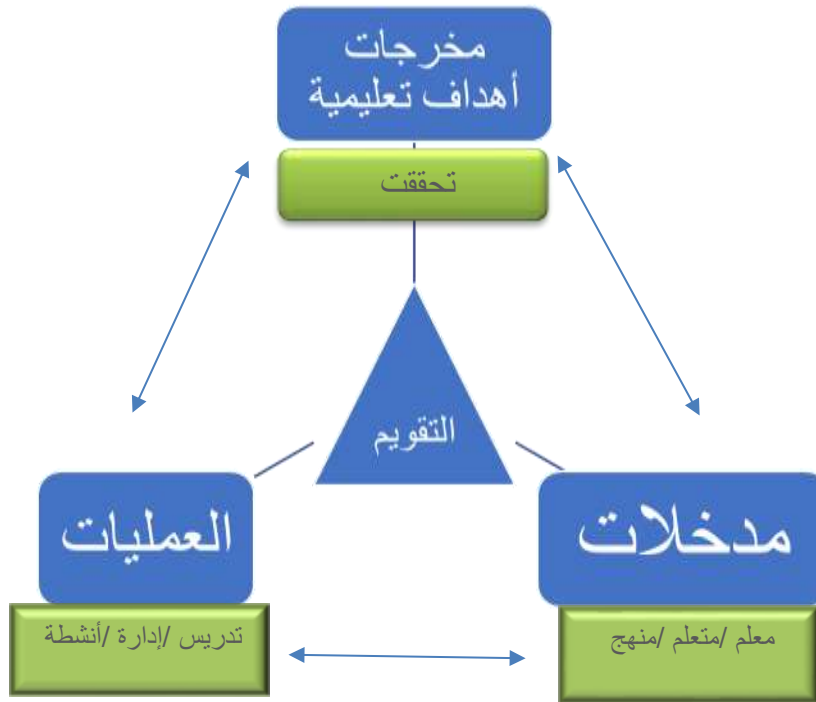
## مسرد المصطلحات

المصطلح	المفهوم
التقويم الصفّي	يعرف بأنه العملية التشخيصية الوقائية العلاجية التي تستهدف مواطن القوى والضعف في التدريس بقصد تحسين عملية التعليم والتعلم و تطويرها بما يحقق أهداف المادة الدراسية و هو عملية منهجية تقوم على أسس علمية، تستهدف إصدار الحكم بدقة وموضوعية على مدخلات وعمليات ومخرجات أي نظام تربوي، ومن ثم تحديد جوانب القوة والقصور في كل منها تمهيدا لاتخاذ قرارات مناسبة لإصلاح ما قد يتم الكشف عنه من نقاط الضعف والقصور
التقويم البديل	هو اتجاه في التقويم التربوي يقوم على وضع الطالب في مواقف حقيقية أو تحاكي الواقع ورصد استجاباته فيهو يقيس التقويم البديل أداء الطالب في مواقف حقيقية قريبة بقدر الإمكان من الواقع، حيث يقوم الطالب بأداء مهام، وتكليفات مشابهة للمهام الحياتية خارج المدرسة.
التقويم المستمر	يعرف بأنه العملية التقويمية التي يقوم بها المعلم أثناء عملية التعلم ، وهو يبدأ مع بداية التعلم و يواكب أثناء سير الحصة الدراسية
نواتج التعلم	محصلة لما تم إكسابه للمتعلمين من معارف ومهارات وقيم، من خلال ممارسة الأنشطة الصفية واللاصفية باستخدام مصادر المعرفة المختلفة. ويمكن القول إن نواتج التعلم هي أهداف المادة الدراسية بعد تحققها، بالإضافة إلى ما خططت المدرسة والمعلم إكسابه للمتعلمين من معارف ومهارات وقيم، من خلال ممارسة الأنشطة: الصفية، واللاصفية ، باستخدام مصادر المعرفة المختلفة
التغذية الراجعة	شكل من أشكال التصحيح والإرشاد والتوجيه الفوري، وهي تُعبر عن تدخّلات المُعلِّم التي تُهدف إلى التصحيح عند تلقّي جوابٍ من المُتعلِّم؛ فهي عبارة عن إجراء تصحيحيّ قائم على مبدأ توضيح الرؤيا، سواءً كانت للمُتعلِّم، أو المُعلِّم، أو أيّ شخص يُمارس التغذية الراجعة بشكل عامّ
أساليب التقويم	طرق وإجراءات منهجية يطبقها المعلم أثناء عملية التقويم باستخدام أدوات تقويم متنوعة لجمع المعلومات وتحليلها واستخلاص نتائجها وإصدار الحكم عليها لقياس نواتج التعلم .
أدوات التقويم	وسائل جمع المعلومات عن أداء الطالب : مثل /الاختبارات (الكتابية -الشفهية-العملية )والواجبات المنزلية /وملاحظات المعلمين /..... إلخ .
المهمة الأدائية	المهمة الأدائية هي أي نشاط تعليمي أو تقييمي يطلب من الطلاب القيام به لإثبات معرفتهم وفهمهم .أو أداء يكون بمثابة دليل على التعلم / وكفاءتهم. و تؤدي مهام الأداء إلى إنتاج منتج ملموس و
التقويم الإلكتروني	ويعتمد على بيئة On Demand هو نظام تفاعلي للتعليم من بعد يقدم للمتعلم وفقا للطلب الكترونية رقمية متكاملة ، تستهدف بناء المقررات وتوصيلها بواسطة الشبكات الإلكترونية والإرشاد والتوجيه وتنظيم الاختبارات وإدارة المصادر والعمليات وتقويمها.



## الهدف الأساسي من التقويم الصفي :

هو تحسين العملية التعليمية كما أكد ذلك د/ أبو علام : “تحسين التعلم هو الهدف الأسمى لعملية التقويم، حيث نقوم أداء الطلاب بهدف التعرف على نواحي القوة والضعف في أدائهم تمهيدا لعلاج جوانب الضعف وتأكيداً على جوانب القوة ودعمها وليس الغرض من التقويم بأي حال من الأحوال تحديد مستوى الطلاب فقط .





## يمكن تلخيص أهم مبادئ التقويم الصفّي كالآتي:

- أن يرافق التقويم عملية التعليم والتعلم في جميع مراحلها بغرض تحديد نقاط ضعف كل طالب في كل مرحلة حتى بلوغ مستوى الأداء المطلوب.
- أن يقوم على استخدام أدوات وأساليب تقويم مناسبة لما يراد تقويمه
- أن يقوم على تقديم أنشطة حقيقية وواقعية ذات صلة بشؤون الحياة والمهارات المطلوبة للعيش والمنافسة والإسهام في حل المشكلات.
- أن تؤكد أنشطته على التقصي والاكتشاف وحل المشكلات اتخاذ القرارات وتحقيق الذات والسعي لتحقيق الأهداف.
- أن يراعي الفروق الفردية ويسمح بالتفرد والابتكار، يجعل إنجازات الطالب الفرد مادة للتقويم دون المقارنة مع الآخرين
- أن يحثّ على التعاون بين الطلاب في أداء الأنشطة والمهام التعليمية والعمل كفريق لإنجازها
- أن يقدم تغذية راجعة فورية تساعد المتعلم على إجراء مقارنة مع نفسه وتحديد نقاط ضعفه، والعمل على وضع الخطط وتنفيذها لمعالجة الضعف.
- أن يسهم في نمو شخصية الطالب معرفياً و مهارياً ووجدانياً واجتماعياً.





## أساليب التقويم البديل :

- الاختبارات (الشفوية - الكتابية - العملية)
- الواجبات المدرسية
- المشاركة داخل الفصل ( تفاعل في حل الأنشطة - المشاركة الفعالة)
- التسميع الشفوي وهي ابضا المراجعة العملية للدرس
- ملاحظة الأداء الخاص بالطلاب
- تقويم الأعمال الكتابية (من بحث - تقارير - ملخصات - خرائط ...)





الوحدة التدريبية		تقويم مادة المهارات الحياتية والأسرية	
رقم النشاط	(١/٢/٢)	موضوع النشاط	تصنيف التقويم وفقاً للآلية المتبعة
مدة النشاط	٤ د	أسلوب وطريق العرض	البحث والاستقصاء /حوار ومناقشة
الهدف من النشاط		يقارن المتدرب بين أنواع التقويم من حيث الآلية المتبعة (مستمر /تقليدي منتهي باختبار فصلي)	
أخي المتدرب / أختي المتدربة :			
قارن بين التقويم التقليدي والتقويم المستمر من حيث الآلية المتبعة ؟			
التقويم التقليدي		التقويم المستمر	

<https://cutt.us/gr9Jy>







## النشرة المعرفية (١/٥/٢)

التقويم المستمر	التقويم التقليدي
موضوعية التقويم وعدالته	تنخفض الموضوعية وتتأثر بذاتية المقوم
تتنوع أساليب التقويم المستخدمة .	أساليب التقويم في الغالب الاختبارات
تسهم أساليبه في خفض شعور الطلاب بالقلق والتوتر	الاختبارات تشكل ضغوطاً كبيرة على الطلاب
يوظف مهارات تفكير العليا (التأمل - التحليل - التركيب )	التغذية الراجعة لا تقدم بصورة فورية
يحقق التواصل الفعال بين المعلم والطلاب وبين الطلاب مع بعضهم البعض .	يوظف مهارات تفكير محدودة (التذكر - الاستيعاب )
التغذية الراجعة فورية ومستمرة	ينخفض التواصل بين المعلم والطالب ويعتمد على الاعمال والإجابات الفردية
مرونة عالية في تحديد الزمان والمكان واختيار أسلوب التقويم	مقيدة بزمان ومكان وأسلوب التقويم محدد سلفاً

## تصنيف أنواع التقويم وفقاً للآلية المتبعة

## مفهوم التقويم المستمر الاصطلاحي:

أسلوب محدد ومقنن بإجراءات وضوابط معينة لتقويم تحصيل الطلاب بشكل مستمر أسلوب وعملية إجرائية هدفها رفع كفاية تحصيل الطلاب لجميع المهارات المراد استيعابها .

## خصائص التقويم المستمر

- شامل لظروف التعلم وبيئته.
- يركز على سلوك المتعلم ومهاراته
- يراعي نفسية الطالب وشخصيته .
- يعمل على حفز الطالب على بذل المزيد من الجهد .
- يوفر من خلال أساليبه وأدواته فرصاً متكافئة لجميع الطلاب .
- يقدم معلومات مستمرة عن مستوى تقدم الطلاب





### مفهوم التقويم التقليدي المنتهي بالاختبارات :

يتبنى التقويم التقليدي فلسفة تربوية تؤكد على إبراز الفروق الفردية ، وتشجع على إثارة التنافس من أجل حصول الفرد على مركز نسبي متفوق بين أقرانه دون محاولة تحديد ما يمتلكه الفرد من مهارات وظيفية و أخلاقية وسلوكيه ايجابية بناءة، فنظرة الضيقة للتقويم التقليدي تركز على ما اختزنه المتعلم في ذهنه من معلومات محددة لم تعد تناسب المتطلبات الحالية والمستقبلية في هذا القرن.





الوحدة التدريبية		تقويم مادة المهارات الحياتية والأسرية	
رقم النشاط	(٢/٢/٢)	موضوع النشاط	التقويم البديل
مدة النشاط	٤ د	أسلوب وطريق العرض	البحث والاستقصاء / حوار ومناقشة
الهدف من النشاط		يوضح مفهوم التقويم المستمر	
<p>أخي المتدرب / أختي المتدربة :</p> <p>لقد تم توضيح الفرق بين مفهوم التقويم التقليدي والتقويم المستمر .</p> <p>فما هو التقويم البديل أو التقويم الحقيقي؟</p> <p>كيف برأيك يمكن تطبيقه في بعض مجالات مادة المهارات الحياتية والأسرية ؟</p> <p><a href="https://cutt.us/JW74K">https://cutt.us/JW74K</a></p> 			



## النشرة المعرفية (١/٥/٢)

### مفهوم التقويم الحقيقي أو الأصيل أو البديل (الواقعي)

هو اتجاه في التقويم التربوي يقوم على وضع الطالب في مواقف حقيقية أو تحاكي الواقع ورصد استجاباته فيهو يقيس التقويم البديل أداء الطالب في مواقف حقيقية قريبة بقدر الإمكان من الواقع، حيث يقوم الطالب بأداء مهام، وتكليفات مشابجة للمهام الحياتية خارج المدرسة.

### مميزات التقويم البديل (الواقعي)

- شامل لا يقتصر على قياس المعرفة فقط، بل يشمل جوانب أخرى كالاتجاهات والقيم والمهارات.
- يستثير عمليات التفكير العليا ومهارات التقصي والاكتشاف عند الطلبة.
- تكون المهام المطروحة للطلبة واقعية مرتبطة بالحياة اليومية التي يعيشها الطلبة.
- يوفر التنوع والمرونة، بما يخدم المعلم والمتعلم ويراعي الفروق الفردية بين الطلبة وأنماط تعلمهم.
- يتيح المساواة والعدالة بإتاحة الفرص المتكافئة لجميع الطلبة؛ للمشاركة والتعاون بين الأقران لإنجاز المهام.
- يستند على محكات ومؤشرات؛ لتقدير الأداء بما يحقق الصدق في نتائج التعلم.
- يقدم التغذية الراجعة بما يتيح فرص متعددة للطلاب للتحسين من أدائه في المستقبل.
- ديمقراطي يسمح للطلاب المشاركة في تقييم ذاته؛ ليدرك ما يحققه من تقدم أثناء تعلمه.



الوحدة التدريبية		تقويم مادة المهارات الحياتية والأسرية	
رقم النشاط	(٣/٢/٢)	موضوع النشاط	مقارنة بين التقويم البديل والتقويم التقليدي
مدة النشاط	٤ د	أسلوب وطريق العرض	البحث والاستقصاء /حوار ومناقشة
الهدف من النشاط		مقارنة بين التقويم البديل والتقويم التقليدي	
أخي المتدرب / أختي المتدربة : قارن بين التقويم البديل والتقويم التقليدي . <a href="https://cutt.us/NOC8p">https://cutt.us/NOC8p</a> 			

### مقارنة بين التقويم البديل والتقويم التقليدي

التقويم التقليدي	التقويم البديل





النشرة التعريفية للنشاط (٣/٢/٢)

## مقارنة بين التقويم البديل والتقويم التقليدي

التقويم البديل	التقويم التقليدي
يأخذ شكل مهام حقيقية مطلوب أدائها	يأخذ شكل اختبار تحصيلي (أسئلة كتابية مطلوب من الطالب الإجابة )
يتطلب من الطلاب تطبيق معارفهم ومهاراتهم لإنجاز المهمة	يتطلب من الطلاب تذكر معلومات سبق دراستها
يوظف الطلاب مهارات التفكير العليا لأداء المهمة (التطبيق - التحليل - التركيب - التقييم )	يوظف الطلاب مهارات التفكير الدنيا لإنجاز المهمة (التذكر ، والاستيعاب )
يستغرق إنجاز المهمة وقتا طويلا نسبيا يمتد لعدة ساعات أو أيام .	تستغرق الإجابة عنها وقتا قصيرا نسبيا ( ١٥ إلى ٢٠ دقيقة )
يمكن أن يتعاون مجموعة من الطلاب في إنجاز المهمة	يجيب عليه الطلاب فرديا
يتم تقدير أداء الطلاب في المهمة اعتمادا على قواعد	يتم تقدير أداء الطلاب في الامتحان بناء على إجاباته الصحيحة .
يتم تقييم الطلاب بعدة أساليب اختبارات الأداء ، حقائب الإنجاز ، المهام الادائية والمشاريع .	يقتصر تقويم الطلاب على الاختبارات الكتابية





تقويم مادة المهارات الحياتية والأسرية		الوحدة التدريبية	
أساليب وأدوات التقويم في مادة المهارات الحياتية والأسرية	موضوع النشاط	(٤/٢/٢)	رقم النشاط
البحث والاستقصاء / حوار ومناقشة	أسلوب وطريق العرض	٤ د	مدة النشاط
يوضح أساليب وأدوات التقويم في مادة المهارات الحياتية والأسرية		الهدف من النشاط	
اخي المتدرب/ أختي المتدربة			
اقترح مجموعة من أدوات التقويم التي تتوقع ملائمتها لتدريس مادة المهارات الحياتية والأسرية في ضوء ما تم عرضه من مجالات للمادة ؟			
<a href="https://cutt.us/UmOku">https://cutt.us/UmOku</a>			
			



## النشرة التعريفية (٤/٢/٢)

### أدوات التقييم المقترحة لمادة المهارات الحياتية والأسرية في المرحلة المتوسطة

هي أدوات مرتبطة بأساليب واستراتيجيات التعلم تقوم على تعزيز التفرد على المستوى الفردي

#### • الاختبارات القصيرة ( الشفوي -التحريري):

من أجل الحكم على مستوى تحصيل الطلاب، ومدى استيعابهم لما يتلقونه، وفهمهم للموضوعات التي درسوها، وهي وسيلة أساسية، تساعد في تحقيق الأهداف التعليمية المرجوة من المقرر الدراسي، وتعدّ أيضاً قوة فاعلة تكشف عن مدى فاعلية طرق، وأساليب التدريس المتبعة وهي وسيلة عادلة تعطي نتائج فورية .

ملاحظة : (لا يعني مادة تقييم مستمر إن هذه الأداء لا تستخدم )

#### • مهام أدائية داخل الحجرة الدراسية أو خارجها ويأتي منها :

الواجبات : الواجب المنزلي هو أي نشاط موجه يقوم به الطالب خارج الصف الدراسي بهدف التمكن من المادة العلمية والتأكد من تحقق الأهداف التعليمية .

إعداد بحوث مصغرة: بحسب المرحلة العمرية

المشاريع: وينطلق مفهوم المشروع من انه : " مركب من جميع الأنشطة والفعاليات التي تستخدم الموارد المتاحة من اجل الحصول على مردودات نفعية معينة ". ويمر المشروع بمراحل عديدة بدءا من المرحلة الأولية والتي تبدأ بفكرة المشروع وانتهاء بالنتائج المتوخاة منه

التقارير المكتوبة: التقرير هو شكل من أشكال إيصال المعلومات، والتي تكون مصبغة بحيث تكون معدّة بشكل شبه نهائي للوصول إلى المستقبل. يمكن أن تكون التقارير على شكل مكتوب مثل التقارير الصحفية أو مصور مثل التقارير الإخبارية المصورة





تلخيص وحدة دراسية : عند كتابتك للملخصات الدراسية سوف تكون قادرًا على تذكر المزيد من المعلومات والتعلم بشكل أكثر فعالية نظرًا لأنك تكتب المعلومات بكلماتك الخاصة. إذا كنت قادرًا على تلخيص الأفكار الواردة في المادة بشكل موجز، فهذا دليل واضح على فهمك الجيد للمعلومات الواردة فيها.

.سجلات القصص: وهي دفاتر تلصق على صفحاتها الصور أو قصصات الصحف

خرائط المفاهيم ( خرائط التفكير )

تصميم الاستبيانات .: يستخدم الاستبيان لجمع المعلومات من مجموعة معينة من الأشخاص، هذه المعلومات يتم جمعها عن طريق ملء مجموعة أسئلة بالأجوبة المناسبة لها لكي يتم استخدام هذا الاستبيان وهذه المعلومات في عملية التحليل الإحصائي من خلالها وتكون مستوها بحسب المرحلة العمرية والهدف منها .

المقابلات الشفهية: الهدف منها صقل الشخصية ودعم أسلوب المناقشة والحوار .

أشرطة فيديو منزلية

. تصميم رسومات

. تصميم ملفات صوتية

. مواد بصرية ووسائط إلكترونية من صور وفيديوهات وملفات ملتميديا

ملفات الإنجاز وهي وسيلة لتقويم ما تعلمه الطالب تعتمد على عدة أعمال، قد يستغرق جمعها السنة بأكملها، والجمع يجب أن يكون هادفاً وموثقاً لأعمال الطالب والتي تعكس مدى جهده وتقدمه وتحصيله إنجازاته في مجال أو مقرر ما بشكل تراكمي. ويمكن أن تشكل ملفات الإنجاز الأساس لأنواع أخرى من التقويم، كما يمكن أن تكون مكوناتها أحد أدوات أنواع التقويم الأخرى.

• المشاركة والتفاعل ويأتي منها :

تطبيقات أنشطة صفية

مشاركة .



صدرت قبل أيام قليلة لائحة تقويم الطالب لعام ١٤٤٣هـ من قبل الإدارة العامة للقبول والتقويم في وكالة التعليم العام بوزارة التعليم واليكم هذا الاستعراض السريع لأبرز ماورد في هذه اللائحة من مواد :

تتوزع أساليب التقويم وأدواته لضمان قياس أنواع ومستويات متعددة من مخرجات التعلم وتوفير بيانات شاملة عن أداء الطالب.

يتم تقويم الطلاب في مادة المهارات الحياتية والأسرية بالمرحلة الابتدائية وفق اللائحة الصادرة أعلاه تقويمياً مستمراً، على النحو الآتي :

يتم تقويم الطلاب تقويمياً مستمراً وفق قوائم المهارات في نظام نور وليس وفق الدرجات، أي وفق أربع مستويات أداء كما في النظام السابق -للتقويم المستمر بحيث يصنف الطلاب إلى أربع فئات (متفوق-متقدم-متمكن-غير مجتاز):



- متفوق: لمن أنجز ٩٥% فأكثر من المهارات ، ويرمز له بالرمز (١)
  - متقدم: لمن أنجز ٨٥% إلى أقل من ٩٥% من المهارات ، ويرمز له بالرمز (٢)
  - متمكن : لمن أنجز ٧٥% إلى أقل من ٨٥% من المهارات ويرمز له بالرمز (٣)
  - غير مجتاز: لمن كان إنجازه أقل من ٧٥% من المهارات ، ويرمز له بالرمز (٤).
- تقويم الطلاب من الصف الثالث وحتى الصف السادس ابتدائي :

يتم تقويم الطلاب تقويماً مستمراً وفق الدرجات ،بحيث يقوم الطالب في نهاية العام الدراسي من (١٠٠) درجة ،وفق التوزيع الآتي للدرجات كما نصت عليه اللائحة :

توزيع درجات المواد الدراسية لجميع الصفوف						
توزيع درجات الصف الثالث الابتدائي " تعليم عام "						
م	المادة الدراسية	صحة القراءة	الترتيب	تطبيق التجويد	الحفظ	المجموع
١	القرآن الكريم	٤٥	١٠	١٠	٣٥	١٠٠
م	المادة الدراسية	المهام الأرائية		المشاركة والتفاعل		المجموع
		واجبات	بحوث مشروعات تقارير	تطبيقات أنشطة صفية	مشاركة	
٢	الدراسات الإسلامية ، التوحيد	٥	١٠	١٥	١٠	٤٠
٣	الدراسات الإسلامية ، اللغة	٥	١٠	١٥	١٠	٤٠
٤	اللغة العربية	٥	١٠	١٥	١٠	٤٠
٥	اللغة الإنجليزية	١٠	٠	١٥	١٥	٤٠
٦	التربية الفنية	١٥	٢٠	٢٠	١٥	٢٠
٧	المهارات الحياتية والأسرية	٢٠	٢٠	٢٠	٢٠	-
م	المادة الدراسية	واجبات	مهام أدائية*	مشاركة	اختبار تحريري قصير	اختبار نهاية الفصل
٨	الرياضيات	١٠	٢٠	١٠	٢٠	٤٠
٩	العلوم	١٠	٢٠	١٠	٢٠	٤٠

آلية توزيع الدرجات في مادة المهارات الحياتية والأسرية في المرحلة المتوسطة

توزيع درجات المواد الدراسية لجميع الصفوف							
المرحلة المتوسطة							
الصف الأول المتوسط							
م	تعليم عام	تحفيظ القرآن الكريم	نوع التقويم	نوع الاختبار			المجموع
				شفهي	عملي	تحريري	
المادة الدراسية							
١٦	المهارات الحياتية والأسرية	المهارات الحياتية والأسرية	مستمر	✓	✓	✓	١٠٠





ونلاحظ من الجدول أعلاه أن تنوع التقويم المعتمد لمادة المهارات الحياتية والأسرية هو التقويم المستمر وقد تم تصنيف الاختبارات القصيرة المعتمدة إلى شفهي و عملي وتحريري .

والمجموع النهائي للتقويم في مادة المهارات هو ١٠٠ درجة .

توزيع درجات المواد الدراسية لجميع الصفوف							
توزيع درجات الصف الأول المتوسط "تعليم عام"							
م	المادة الدراسية	المهام الأدائية		المشاركة والتفاعل		اختبار تحريري قصير	اختبار نهاية الفصل
		واجبات	بحوث مشروعات تقارير	تطبيقات أنشطة صفية	مشاركة		
٩	المهارات الحياتية والأسرية	٢٠	٢٠	٢٠	٢٠	٢٠	-
	المجموع						١٠٠

وهنا نلاحظ أن مجموع الدرجات من ١٠٠ درجة وموزعة في مادة المهارات الحياتية والأسرية

إلى مهام أدائية ويأتي تحتها الواجب من ٢٠ درجة و(البحث المشروع التقرير) جميعا من ٢٠ درجة

والمشاركة والتفاعل أيضا مقسوم إلى تطبيقات أنشطة صفية ( هذا دلالة على أهمية الأنشطة الصفية ) و مشاركة في الحصة الدراسية

ومن أساليب التقويم الاختبارات وعليها أيضا ٢٠ درجة ، بحيث يكون المجموع النهائي ١٠٠ درجة

آلية احتساب الدرجات في نظام الانتساب في المرحلة المتوسطة

توزيع درجات المواد الدراسية لجميع الصفوف				
التقويم الختامي للطلاب المنتسبين للتعليم العام للصفوف من الثالث الابتدائي وحتى الثالث المتوسط				
م	المواد الدراسية	المهام الأدائية*	اختبار نهاية الفصل	المجموع
١٢	المهارات الحياتية والأسرية	٤٠	٦٠	١٠٠

ويطلب من الطالب في المهام الأدائية أما مشروع أو عدة واجبات بما يتناسب مع الخلفية الاقتصادية والاجتماعية للطالب.





**نموذج توزيع الدرجات : سجل متابعة وفق الية الفصول الثلاثة**

[illegible]

يتمدد السجل إلى احدى عشر أسبوعاً، نظراً لكون الثلاثة عشر أسبوع المخصصة للفصل الدراسي الواحد شاملة الاختبارات النهائية لمدة أسبوعين ،لهذا تم التقسيم بهذا الشكل المقترح مع إضافة أسبوع لاستكمال تقييم الطلاب وتفعيل الخطط العلاجية .

وفيما يأتي ، نموذج لسجل متابعة المعلم لدرجات الطلاب في مادة المهارات الحياتية والأسرية:

م	اسم الطالب /ة	سجل رصد الدرجات				
		المهام الادائية		المشاركة والتفاعل		المجموع
		الواجب	بحث /مشروع /تقرير	تطبيقات أنشطة صفية	مشاركة	
		٢٠	٢٠	٢٠	٢٠	١٠٠





## بعض الأخطاء والممارسات في مجال التقويم المستمر :

- عدم الرصد بشكل منتظم فيدخل فيه النسيان وعدم المصداقية .
- الرصد باستخدام الرموز أو إشارات دون استخدام الدرجة بشكل واضح .
- رفع درجات الطلاب بشكل مبالغ فيه فيفقد المصداقية والعدل بين الطلاب .
- عدم وجود شواهد وإجراءات واضحة في حال انقاص الطلاب .
- عدم وضع معايير واضحة في المهام الادائية توضح أسباب النقص لدى الطلاب .
- عدم الجدية في تصحيح الواجبات والمهام الادائية مما يسبب اهمال الطلاب .

### خاتمة :

التقويم جزء حيوي من عملية التعليم والتعلم يجب أن يُخطط له جيداً ويُعطى لها الوقت الكافي لإعداد أدواته، فالمعيار الحقيقي لأي مداخل أو أساليب جديدة يجب أن يقوم على جعل الطلاب يعملون على أداء مهمات ذات معنى وقيمة بالنسبة لهم وتبدو كنشاطات تعلم يمارس فيها الطلاب مهارات التفكير العليا، وأن يشارك الطلاب في تقويم أنفسهم لمعرفة مدى تقدمهم نحو الأهداف . و التقويم عملية مخططة لها تبدأ أثناء التخطيط للدرس وتستمر إلى الوصول لتحقيق الأهداف

-تم بحمد الله-



## المراجع العربية

- القرآن الكريم .مصحف الملك فهد.
- مقررات مادة المهارات الحياتية والأسرية للمرحلة الابتدائية (١٤٤٣هـ) الفصل الدراسي الأول. وزارة التعليم : المملكة العربية السعودية-
- مقررات مادة التربية الأسرية الصف الرابع ، الخامس ، السادس ابتدائي (١٤٤٢هـ) الفصل الدراسي الثاني .وزارة التعليم : المملكة العربية السعودية.
- المذكرة التفسيرية والقواعد التنفيذية لللائحة تقويم الطالب ١٤٤٣
- لائحة تقويم الطالب لعام ١٤٤٣هـ.
- إبراهيم، جمعة محمد ( ٢٠٢١ م ) . فعالية برنامج تدريبي باستخدام لغة الإشارة العربية الموحدة . بحث منشور بمجلة كلية التربية بالإسماعلية - العدد الخمسون. (ص ٤٧- ٧٤).
- صالح، صفاء توفيق الحاج ( ٢٠١٥ م ). التربية الصحية في المدارس الأساسية. مركز ديونو و لتعليم التفكير.عمّان.
- القطامي ، نايبة ؛ رفاعي ، عالية ( ٢٠٠١ م). نمو الطفل ورعايته . دار الشروق .عمّان.
- جاك ديلور وآخرون (١٩٩٧) . التعلم ذلك الكنز الكامن. تقرير اللجنة الدولية للتربية للقرن الحادي والعشرين، تعريب حامد عبد الحميد حامد، دار النهضة العربية: القاهرة.
- الحلوة، طرفة بنت إبراهيم. ( ٢٠١٤ م ). المهارات الحياتية لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن في ضوء التحديات المعاصرة. بحث منشور بمجلة العلوم التربوية، العدد ( ٣ ) الجزء ٢ . ١٧٧٠ - ٢١٨ .
- السيد، أحمد جابر (٢٠٠١م) . استخدام برنامج قائم على نموذج التعلم البنائي الاجتماعي وأثره في التحصيل وتنمية بعض المهارات الحياتية لدى التلاميذ الصف الخامس الابتدائي. بحث منشور بمجلة دراسات في المناهج وطرق التدريس . العدد ٧٣ . ١٣ - ٤٧ .
- اللقاني .احمد، علي الجمل (٢٠١٣ م ) معجم مصطلحات التربية المعرفية في المناهج وطرق التدريس، عالم الكتب، الطبعة الثالثة . القاهرة
- مختار ، غريب ؛ جلول، قوادري (٢٠١٩م).المهارات الحياتية المطلوبة في بناء المشروع الشخصي للتلميذ. بحث منشور بمجلة دراسات في علوم الانسان والمجتمع. مجلد ٢ عدد ٣٠
- الشماس ، عيسى ؛ حمدي،لميس إبراهيم ( ٢٠١٣ م ) . العلاقة بين المهارات الاجتماعية والمستوى الأخلاقي لدى الأطفال في مرحلة الطفولة المتأخرة. بحث منشور بمجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية. المجلد ٣٥. العدد ٥. (١٥١- ١٧٢).
- القحطاني ، أمل سعيد علي ( ٢٠٢٠ م ) . أثر استخدام استراتيجية عباءة الخبير في تدريس الدراسات الاجتماعية في تنمية مهارة القدرة على حل المشكلات وتنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى طالبات الصف الثاني المتوسط. بحث منشور بالمجلة التربوية. العدد ٧٨. (١٠٥٠- ١٠٨٧).



-توات ، عدنان ( ٢٠١٤ ) . المهارات الاجتماعية لدى تلاميذ التعليم الثانوي بولاية المدية. بحث منشور بمجلة المجلة الجزائرية للطفولة والتربية. العدد ٣ . ( ٣٩١ - ٤٣٣ ) .

- الزهيري، إبراهيم عباس ( ٢٠٠٣ ) . تربية المعاقين والموهوبين ونظم تعليمهم في إطار فلسفي وخبرات عالمية، دار الفكر العربي، القاهرة
- الليقاني ، أحمد حسين ، القرشي ،أمير ( ١٩٩٩ م ) .مناهج الصم " التخطيط والبناء " .عالم الكتب : القاهرة.
- القريوتي ، يوسف وآخرون ( ٢٠٠٦ م ) . المدخل إلى التربية الخاصة . دار القلم : دبي.
- محمد، عبدالله أحمد ( ٢٠١٧ م ) دور لغة الإشارة والإيماء في تشكيل الصورة الذهنية للتعبير لدى الصم . بحث مقدم لنيل درجة الماجستير في علم النفس - تخصص تربية خاصة . جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا.
- سابا،نرجس: ٢٠٠٥، الطهي علم وفن ،دار المعارف.
- وزارة التعليم : ٢٠٢٢، المهارات الحياتية والاسرية للصف الأول والثاني والثالث متوسط.
- برنامج التطوير المهني لمعلمات التربية الاسرة والصحية في المناهج المطورة، ١٤٣٣هـ
- عبدالقادر ، منى خليل ( ٢٠٠٥ م ) . كتب اساسيات علم التغذية . مجموعة النيل العربية.
- الدخيل ، مشاري حمد ( ٢٠١٢ م ) . الدليل الغذائي السعودي "النخلة الغذائية الصحية" . وزارة الصحة . الإدارة العامة للتغذية.
- بشر ، أمين صالح .حقائق غذائية و إرشادات عملية .
- المدني ، خالد علي . كتاب التغذية و الصحة.
- العامر ، هدى أحمد . كتاب تنمية مهارات التفكير رؤية إشرافية في تطوير الذات
- زيتون ،حسن حسين . التفكير أساسياته و أنواعه تعليمه و تنمية مهاراته.
- سليمان ، سناء ( ٢٠١١ م ) . ترشيد استعمال المياه.
- قطرة ( البرنامج الوطني لخفض استهلاك المياه )
- علام، صلاح الدين ( ٢٠٠٩ ) . التقويم التربوي البديل أسسه النظرية والمنهجية وتطبيقاته الميدانية. القاهرة: دار الفكر العربي.
- السعدوي، عبدالله. ( ٢٠١٨ ) . دليل المعلم للتقويم المعتمد على الأداء من النظرية إلى التطبيق. الرياض: مكتب التربية العربي لدول الخليج.
- السعدوي، عبدالله. ( ٢٠١٦ ) . دليل التقويم المعتمد على المعايير. الرياض: مكتب التربية العربي لدول الخليج.
- محمد، العبسي. ( ٢٠١٠ ) . التقويم الواقعي في العملية التدريسية. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- علام، صلاح الدين محمود. ( ٢٠٠٩ ) . التقويم التربوي البديل أسسه النظرية والمنهجية وتطبيقاته الميدانية. القاهرة: دار الفكر العربي.
- النجار، يسرى عبد الرحيم يوسف. ( ٢٠١٨ ) . توظيف استراتيجيات التقويم الواقعي وأدواته في تقويم طلبة المرحلة الأساسية العليا في المدارس الحكومية في منطقة الزرقاء الأولى - الأردن. مجلة العلوم التربوية والنفسية: المركز القومي للبحوث غزة، ٢(٢)، ١ - ١٩ .
- وزارة التعليم. ( ٢٠١٩ ) . التعليم ورؤية السعودية ٢٠٣٠ . تم الاسترداد من وزارة التعليم: <https://www.moe.gov.sa>
- العبسي، محمد مصطفى. ( ٢٠١٠ ) . التقويم الواقعي في العملية التدريسية. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- الحربي، علياء بنت سعيد بن علي. ( ٢٠١٨ ) . مستوى استخدام معلمات العلوم لأساليب التقويم البديل المتضمنة في كتب العلوم بالمرحلة الابتدائية في مدينة بريدة (رسالة ماجستير). جامعة القصيم، القصيم.



- مواقع الالكترونية

<https://www.alukah.net/sharia/0/32841/#ixzz74ZkFgVjI>

مواقع الدرر السنية

[/https://www.dorar.net](https://www.dorar.net)

موقع اسلام اونلاين

[/https://islamonline.net](https://islamonline.net)

المراجع الأجنبية

- Bryce, G. Y. (2010). The use of authentic assessment in eligibility determination for early childhood intervention programs (Unpublished Masters dissertation). University of Central Oklahoma, Oklahoma.
- Crocker, W, A. (2013). Authentic assessment: Evaluating applications of knowledge in higher education. Teaching Support Centre, Western University, 69, 1-3.
- "Medical Definition of Health", [www.medicinenet.com](http://www.medicinenet.com), Retrieved 23-8-2021
- <https://cudoo.com/> ، منشور على موقع "HOW TO LEARN SIGN LANGUAGE? مقال"
- <https://rv-sonastik.ead.ee/> ، منشور على موقع "What is International Sign? مقال"
- Winters, M. H. (2014). High school general education and special education teachers' use of portfolios for students with learning disabilities (Unpublished Doctoral dissertation). Argosy University of Chicago

