

التربية المهنية

الصف السابع

الفصل الدراسي الثاني

7

فريق التأليف

د. موسى حبيب محمد (رئيسًا)

أ.د. منعم عبد الكريم السعيدة ختام عثمان الطورة لبنى مصباح الزيدات

د. زبيدة حسن أبو شويمة (منسقًا)

الناشر: المركز الوطني لتطوير المناهج

يسرّ المركز الوطني لتطوير المناهج استقبال آرائكم وملحوظاتكم على هذا الكتاب عن طريق العناوين الآتية:



06-5376262 / 214



06-5376266



P.O.Box: 2088 Amman 11941



@nccdjor



feedback@nccd.gov.jo



www.nccd.gov.jo

قرّرت وزارة التربية والتعليم تدريس هذا الكتاب في مدارس المملكة الأردنية الهاشمية جميعها، بناءً على قرار المجلس الأعلى للمركز الوطني لتطوير المناهج في جلسته رقم (2025/8)، تاريخ 2025/10/16 م، وقرار مجلس التربية والتعليم رقم (2025/161)، تاريخ 2025/12/4 م، بدءاً من العام الدراسي 2025 / 2026 م.

ISBN: 978 - 9923 - 41 - 893 - 2

المملكة الأردنية الهاشمية
رقم الإيداع لدى دائرة المكتبة الوطنية:
(2025/2/1176)

بيانات الفهرسة الأولية للكتاب:

عنوان الكتاب: التربية المهنية، كتاب الطالب: الصف السابع، الفصل الدراسي الثاني

إعداد/ هيئة: المركز الوطني لتطوير المناهج - عمان: المركز، 2025

رقم التصنيف: 375.001

الطبعة: الطبعة الأولى

الواصفات: / تطوير المناهج / المقررات الدراسية / مستويات التعليم / المناهج /

عدد الصفحات: ج2 (104) ص

يتحمل المؤلف كامل المسؤولية القانونية عن محتوى مصنفه، ولا يعتبر هذا المصنف عن رأي دائرة المكتبة الوطنية.

المراجعة التربوية

أ. د. أحمد عيسى الطويسى

تصميم وإخراج

عبد الرحمن محمود التعمري

التحرير اللغوي

محمد صالح شنيور



قائمة المحتويات

الصفحة

المقدمة

5



6

الوحدة (1): المخبوزات والحلويات

8

الدّرس (1): إعداد المخبوزات والحلويات



18

الوحدة (2): نظافة اليافعين وسلامتهم

20

الدّرس (1): النظافة الشخصية لليافعين

26

الدّرس (2): وسائل العناية بالنظافة الشخصية



32

الوحدة (3): الذكاء العاطفي والذكاء الاجتماعي

34

الدّرس (1): مهارات الذكاءين العاطفي والاجتماعي



42

الوحدة (4): القيادة الناجحة

44

الدّرس (1): القائد الناجح

54

الوحدة (5): الغطاء النباتي

الزراعة



56

الدَّرسُ (1): زراعة الخضراوات وخدمتها

70

الدَّرسُ (2): زراعة الأشجار الحرجية وخدمتها

78

الوحدة (6): الصناعات المنزلية

الصناعة



80

الدَّرسُ (1): صناعة الصابون

87

الدَّرسُ (1): إنتاج الملابس

96

الوحدة (7): مهارات الضيافة

السياحة
والفندقة



98

الدَّرسُ (1): خدمة الطعام

الحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين، وبعد؛ فانطلاقاً من الرؤية الملكية السامية الهادفة إلى تطوير منظومة التعليم، وانسجاماً مع جهود المركز الوطني لتطوير المناهج بالتعاون مع وزارة التربية والتعليم، يأتي هذا الكتاب ليكون رافداً معرفياً ومهارياً يسهم في إعداد جيل واع ومؤهل لمواكبة تطورات العصر.

يُعدّ كتاب التربية المهنية للصف السابع الأساسي امتداداً لرؤية وزارة التربية والتعليم في الأردن، حيث يتماشى مع الإطار العام للمناهج الأردنية والإطار الخاص بالتربية المهنية، مستهدفاً بناء شخصية الطلبة وتنمية وعيهم الذاتي، وتعزيز قدرتهم على اتخاذ قرارات مستقبلية مدروسة فيما يتعلق بسوق العمل. كما يسعى الكتاب إلى توجيههم نحو أهمية التعليم المهني، وتنمية مهاراتهم الريادية، وتعزيز تفكيرهم الإبداعي والابتكاري.

وإيماناً بأهمية التعلم النشط، صُمم محتوى الكتاب استناداً إلى دورة التعلم الخماسية التي تجعل الطلبة محور العملية التعليمية، حيث تتنوع عناصر الدرس بين الاستكشاف، والتعلم الذاتي، والأنشطة العملية، والتقويم التكويني، والتوجيه المهني، بالإضافة إلى مشروعات تطبيقية تعزز التعلم عن طريق التجربة. يتضمن الجزء الثاني من الكتاب سبع وحدات دراسية تغطي موضوعات أساسية، هي: المخبوزات والحلويات، نظافة اليافعين وسلامتهم، الذكاء العاطفي والذكاء الاجتماعي، القيادة الناجحة، الغطاء النباتي، الصناعات المنزلية، ومهارات الضيافة. وبدراستها، يكتسب الطلبة مهارات جوهرية تشمل التفكير النقدي، والعمل الجماعي، وإدارة الوقت، وحل المشكلات، والتواصل الفعال، مما يسهم في إعدادهم لحياة مهنية ناجحة.

وفي هذه الطبعة الأولى (التجريبية)، نضع هذا الكتاب بين أيدي الطلبة والكوادر التعليمية، ونأمل أن يكون وسيلة فاعلة لتحقيق أهداف التعلم المستدام، ونؤكد استعدادنا الدائم لاستقبال الملاحظات والتغذية الراجعة من الميدان التربوي، لتطوير المحتوى وتعزيز جودته بما يخدم مسيرة التعليم في وطننا العزيز.

والله وليّ التوفيق

المركز الوطني لتطوير المناهج

المخبوزات والحلويات

الاقتصاد

المنزلي



تُعَدُّ صناعة المخبوزات والحلويات من المجالات الحيوية في حياتنا اليومية؛ لما لها من أهمية في توفير الغذاء وتقديم الضيافة. وقد شهدت هذه الصناعة تطورًا كبيرًا واهتمامًا واسعًا عبر الزمن.



الفكرة العامة

قائمة الدروس:

الدرس (1): إعداد المخبوزات والحلويات.



الفكرة الرئيسة

- تَفَنَّنَتِ الشعوبُ في صنعِ المخبوزاتِ والحلوياتِ وتزيينها بأشكالٍ جميلةٍ ومُمَيَّزَةٍ، ومعَ تطوُّرِ الأدواتِ وطرقِ التحضيرِ، أصبحتْ هذهِ الصناعاتُ تجمعُ بينَ الفنِّ والمهارةِ والمعرفةِ.

ماذا سأتعلَّمُ؟

- الموادُّ والأدواتُ المُستخدَمةُ في صنعِ المخبوزاتِ والحلوياتِ.
- أنواعُ المخبوزاتِ.
- تحضيرُ بعضِ المخبوزاتِ والحلوياتِ (البيتزا، الكيكُ الأساسي).

المفاهيمُ والمصطلحاتُ

- Bakeries المخبوزاتُ
- Bread الخبزُ
- Sweets الحلوياتُ
- Kitchenware أدواتُ المطبخ

القيَمُ والاتجاهاتُ

- النظافةُ والترتيبُ، التعاونُ والعملُ الجماعيُّ، الإبداعُ في التقديمِ، الالتزامُ بسلامةِ الغذاءِ.



أَتَهيأُ

أَتأملُ الصورَ الآتيةَ التي تظهرُ فيها مخبوزاتٌ متنوعةٌ، ثمَّ أجيبُ عما يليها:



- أَسَمِّي هذهِ الأنواعَ مِنَ الطعامِ.
- أختارُ صورةً ممَّا سبقَ، ثمَّ أُخَمِّنُ المكوِّناتِ الأساسيةَ لتحضيرِ مثلِ هذهِ المخبوزاتِ.

أصنّف بنفسِي

أصنّف الأطعمة الآتية في الجدول إلى مخبوزاتٍ أو حلوياتٍ، ثمّ أجب عما يليه:

البسكويت، الخبز، الفطيرة المَحلاة (كعكة المقلاة)، الكنافة، كعك الشاي، البيتزا، الهريسة، خبز البرغر، البقلاوة، المعجنات.

المخبوزاتُ	الحلوياتُ

- ما المكوّن الأساسي المشترك في إعداد كل نوع من هذه الأطعمة؟
- كيف أميز أنّ صنفاً ما يُعدّ من المخبوزات أو من الحلويات؟

◆ أَسْتَنْجُ أَنّ:

- المخبوزاتِ أطعمةٌ تُصنّع من الدقيق وتُخبز في الفرن، مثل: الخبز، والفطائر.
- الحلوياتِ أطعمةٌ طعمها حلو، وتُحضّر من السكر والدقيق ومكوّناتٍ إضافية، وقد تكون مخبوزةً تُقدّم ساخنةً أو باردةً.



هل تساءلت يوماً كيف تُحضّر المخبوزات أو الحلويات بطريقة دقيقة في البيت أو المخبز؟ يكمن السرُّ في لذة طعم هذه المخبوزات في استخدام المكونات المناسبة لها والأدوات والأجهزة المناسبة، مثل الفرن والخلاط، ومن المهم أن نتعلّم كيف نستخدم هذه الأدوات بشكل آمن وصحيح، خاصة داخل مشغل التربية المهنية.



الأدوات والأجهزة المستخدمة في تحضير المخبوزات والحلويات

نشاط 1

بناءً على ما تعلّمت سابقاً، أكتب اسم كل من الأدوات الموجودة في الصور الآتية:

.....



.....



.....



.....



.....



المخبوزات

لأَتعرّف الموادّ المُستخدمة في إعدادِ المخبوزاتِ والحلوياتِ أنظرُ الجدولَ (1) الآتي.
الجدولُ (1): مُكوّناتُ المخبوزاتِ واستخداماتها.

الصورة	الاستخدام	المادة
	يُستخرجُ من أنواعٍ مختلفةٍ من الحبوب، وأكثرها استخداماً هو دقيق القمح.	الدقيق
	يتوفّر بأشكالٍ مُتعدّدة، مثل: المسحوق (البودرة أو الباودر)، أو الحبيبات الناعمة والخشنة. وهناك أيضاً السكر البني.	السكر
	منها الجامدة مثل الزبدة والسمن، ومنها السائلة مثل زيت الدُرّة أو دوار الشمس.	الموادّ الدهنيّة
	يُفضّل إخراجُه من الثلاجة بوقتٍ سابقٍ واستخدامه بدرجّة حرارة الغرفة.	البيض
	يُضافُ بكميّاتٍ قليلةٍ إلى العجائن لتحسين نكهتها.	الملح
	مثل: الماء، والحليب، واللبن الرائب، وعصير الفواكه.	السوائل
	تساعدُ على رفع العجينة وزيادة حجمها، مثل: الخميرة، والبيكنج باوذر.	الموادّ الرافعة
	مثل: الفواكه، والتوابل (الهيل، والقرفة)، والمُكسّرات، والفانيليا، وتُستخدمُ لتحسين النكهة والمظهر.	موادّ أخرى



إعداد البيتزا

تمرين 1

المعلومات النظرية

تعد البيتزا من أشهر الأطباق المخبوزة، ويمكن تحضيرها بطرق صحية ومُتنوعة حسب الدوافع الشخصية. تُصنع من عجينة أساسها دقيق القمح، وتُشكل غالباً بشكل دائري، ثم تُغطى بصلصة البندورة والجبن، مع إمكانية إضافة مكونات أخرى، مثل الخضراوات أو اللحوم. في هذا التمرين سنتعلم طريقة إعداد البيتزا باستخدام مكونات بسيطة وخطوات واضحة وسهلة.

المواد والأدوات:

وعاء عميق للعجن، مرق العجين (الشوبك)، صفيحة (صينية) فرن، سكين، قفازات، مريول مطبخ. دقيق (3 أكواب)، سكر (ملعقة كبيرة)، ماء (كوب ونصف)، ملح (ملعقة صغيرة)، خميرة فورية (ملعقة كبيرة)، زيت (كمية قليلة)، كاتشاب أو صلصة بيتزا، جبن مبشور، زيتون مقطع.

متطلبات الصحة والسلامة العامة:

- غسل اليدين جيداً قبل البدء بالعمل.
- ارتداء المريول والقفازات.
- التأكد من نظافة الأدوات ومكان العمل داخل مشغل التربية المهنية.
- استخدام الأدوات بحذر وإشراف المعلم / المعلمة.
- استخدام الكوب نفسه عند المعيار.

خطوات العمل:

1 تحضير المكونات الجافة:

- أنخل الدقيق في وعاء كبير.
- أضيف الملح والخميرة والسكر (لا أكثر من السكر؛ كي لا تتوقف الخميرة عن العمل).
- أخلط جيداً حتى تتوزع المكونات.



2 إعداد العجينة:

- أضيف الزيت، ثم الماء تدريجياً.
- أعجن باليد أو باستخدام آلة العجن؛ حتى نحصل على عجينة متماسكة.



- أغطّيها، وأتركها في مكانٍ دافئٍ مدةً تتراوح بين 10-20 دقيقة؛ حتّى يتضاعف حجمها.

3 تشكيل العجينة:

- أقسم العجينة إلى قسمين، وأشكّل كلّ قسمٍ على شكل كرة.
- أفرد العجينة بسمك 1/2 سم في صفيحة (صينية) مدهونة بالقليل من الزيت.
- أترك العجينة لترتاح قليلاً قبل إضافة الحشوة.



4 إضافة الحشوة:

- أدهن سطح العجينة بصلصة البيتزا الجاهزة أو الكاتشاب.
- أوزّع الخضراوات والجبن حسب الرغبة.



5 الخبز:

- أسخن الفرن مسبقاً على درجة حرارة 200 مئوية باشراف المعلم / المعلمة.
- أضع الصفيحة (الصينية) في الفرن لمدة 20 دقيقة؛ حتّى تنضج البيتزا ويذوب الجبن.



6 التقديم:

- أخرج البيتزا من الفرن، وأتركها لتبرد قليلاً.
- أقطّعها، وأقدّمها ساخنة.



✓ أتحقّق

أعدّد الموادّ الأساسية التي تُستخدم في عملِ المخبوزات.

الحلويات

تُعَدُّ الحلويات جزءاً مهماً من المائدة العربية، وتُقدَّم غالباً بعد الوجبات الرئيسية. وتتنوع الحلويات في مكوناتها وطريقة تحضيرها، لكنها تشترك في كونها مصدراً للبهجة في المناسبات المختلفة.



تتميز الحلويات الشرقية باستخدام المكسرات والقطر والسمن، مثل الهريسة، في حين تعتمد الحلويات الغربية على الشوكولاتة والكرامة، مثل الكيك. وفي هذا الدرس ستتعرف طريقة إعداد الكيك باستخدام خطوات بسيطة ومكونات متوفرة.

إعداد الكيك الأساسي

تمرين 2



المعلومات النظرية:

تُعَدُّ الكيك الأساسية من أكثر أنواع الكيك استخداماً في المناسبات، وتمتاز بقشرة رقيقة وهشة، ولُب مسامي خالٍ من الفراغات والثقوب.

المواد والأدوات:

بيض (4 بيضات)، سكر (كوب واحد)، دقيق (كوبان)، حليب سائل (كوب واحد)، مسحوق الخبز/ بيكنج باودر (ملعقتان صغيرتان)، ملح (ربع ملعقة صغيرة)، فانيليا (ملعقتان صغيرتان)، زبدة (ثلاثة أرباع كوب).

خطوات العمل:



1 تحضير المكونات الجافة: أنخل الدقيق مع الملح ومسحوق الخبز/ بيكنج باودر؛ حتى أوزع المكونات وأدخل الهواء فيها، وتأكد من استخدام مواد طازجة بدرجة حرارة الغرفة؛ لأن ذلك يساعد على تماسك الخليط ونضج الكيك بشكل أفضل.



2 تحضير الفرن والصينية: أدهن الصفيحة (الصينية) بالزبدة باستخدام الفرشاة، ثم أرشها بالدقيق حتى لا تلتصق الكيكة.

- أشعل الفرن على درجة حرارة (175 مئوية)، قبل الخبز بـ 10 دقائق على الأقل.



3 إعداد خليط الكيك: أستخدم وعاء لأخفق البيض مع نصف كمية السكر؛ حتى يصبح الخليط فاتح اللون وهشاً (على أن يكون الخفق باتجاه واحد).

- أضيف خليط البيض إلى الزبدة، وأخلط بلطف باستخدام المعلقة الخشبية.



- أبدأ بإضافة الدقيق والحليب السائل بالتناوب إلى الخليط السابق، وأحرص على الخلط حتى أحصل على خليط متجانس دون تكتلات.



4 الخبز: أصب الخليط في الصفيحة (الصينية) المدهونة، وأسوي سطحه باستخدام المعلقة.

- أضع الصفيحة (الصينية) في الفرن على درجة حرارة بين (180-190 مئوية)، وأحرص على عدم فتح باب الفرن قبل مرور 20 دقيقة.



- بعد مرور الوقت، أدخل طرف السكين في الكيكة، فإذا خرج نظيفاً دل ذلك على نضجها.
- أخرج الصفيحة (الصينية) من الفرن، وأتركها من 5-10 دقائق، ثم أقلب الكيكة على قاعدة سلكية لتبرد.

5 التقديم: أقدم الكيكة في طبق الضيافة بشكل جميل.



الأضرار الصحية للإفراط في تناول الخبز الأبيض والحلويات

- **مشكلات هضمية:** يحتوي الخبز الأبيض والحلويات على نسبة قليلة من الألياف، وهذا يؤدي إلى صعوبة في الهضم والإصابة بالإمساك وأمراض القولون.
- **زيادة دهون البطن:** فكثر تناولها تسبب تراكم الدهون في منطقة البطن، وتؤثر في صحة القلب.
- **رفع مستوى السكر في الدم:** نتيجة افتقار الخبز الأبيض إلى الألياف فإن عملية الهضم تتم بسرعة، ولاحتوائه على سكريات سريعة الامتصاص تُجهّد البنكرياس، خاصة لدى مرضى السكري.
- **زيادة الجوع:** لأنه يوفر طاقة سريعة للجسم، فيخزنه الجسم على هيئة دهون، وهذا يؤدي إلى الشعور السريع بالجوع بعد تناوله.

الربط مع ذوي الاحتياجات الخاصة



يسهم التعليم الدامج في ترسيخ مبدأ تكافؤ الفرص ضمن البيئات الصفية والمهنية، وذلك بتوفير بيئة تعليمية تسمح لجميع الطلبة، على اختلاف قدراتهم، بالمشاركة الفاعلة. ويؤدي دمج الأشخاص ذوي الإعاقة في مهن إعداد المخبوزات إلى تنمية اتجاهات إيجابية لديهم نحو تقبل الآخر، وتعزيز روح التعاون والمساواة.

التقويم



1. أكمل الفراغ بما يناسبه في كل مما يأتي:

- أ- من مكونات المخبوزات:
- ب- من أشكال السكر:
- ج- من الأمثلة على المواد الرافعة:

2. أفسر:

- لماذا لا تترك عجينة الكيك خارج الفرن لمدة طويلة قبل خبزها؟

3. أعدت سلمى قالبَ كيكٍ، لكنّه لم يكن بالمستوى المطلوب. أقدم لها النصائح والإرشادات التي تساعدُها على تحسين النتيجة في المرات القادمة.

أثناء الخبز	قبل الخبز

التوجيه والإرشاد المهني:

التخطيط الاقتصادي في المنزل

تعدُّ مهارة إعدادِ المخبوزات والحلويات من المهارات الأساسية في مجال الضيافة، إذ يرتبطُ حسنُ الضيافة ارتباطاً وثيقاً بجودة الأطعمة المُقدَّمة للضيوف. وتتيح هذه المهارة فرصةً مُميَّزةً لاستكشاف عالم الطهي والإبداع، الذي يجمعُ بين الفن والدقة، ويفتح آفاقاً واسعةً للعمل في قطاعاتٍ مُتنوعةٍ، مثل الفنادق والمطاعم، أو حتى إطلاق مشروع خاص، ويُعدُّ تخصصُ الضيافة خياراً واعداً لمن يجدُ متعةً في تحضير الأطباق وتقديمها بأسلوب احترافيٍّ يُسعدُ الآخرين.

مشروعي:

أتعاون مع مجموعتي على إعداد طبق حلويات بسيط أو نوع من المخبوزات، باتباع الخطوات الصحيحة، مع توضيح طريقة التقديم المناسبة وكيفية ترتيب طاولة الضيافة المنزلية.

المسابقة المهنية:

- نتنافس مع المجموعات الأخرى في تنفيذ المشروع، ثم تُقيم لجنة التحكيم (المُكوَّنة من معلمين/ معلمات وأولياء أمور) المشاريع وفق المعايير الآتية:
- الطعم.
 - الشكل النهائي.
 - نظافة منطقة العمل.
 - ترتيب التقديم (عرض الطبق).
 - العمل الجماعي والتنظيم.

نظام اليافعين وسلامتهم

السلامة
والصحة
والبيئة



الفكرة
العامة

تمتدُّ مرحلة اليافعين من سنِّ 10 إلى 19 سنة. وتشملُ تغيُّراتٍ جسديةً وعقليةً واجتماعيةً ونفسيةً كبيرةً. ويتكوَّنُ فيها نمطُ شخصية الفردِ وطموحاته المُستقبلية؛ لذا لا بدَّ من الاهتمامِ بصحتنا في هذه المرحلة من الجوانبِ كافةً، بدنيةً ونفسيةً واجتماعيةً.



قائمة الدروس:

الدّرسُ (1): النظافةُ الشخصيةُ لليافعينَ.

الدّرسُ (2): وسائلُ العنايةِ بالنظافةِ الشخصيةِ.



أَتَهَيَّأُ



الفكرة الرئيسة

- تشمل النظافة الشخصية لليافعين مجموعة من الممارسات اليومية، مثل الاستحمام المنتظم، وتنظيف الأسنان، وغسل اليدين بشكل متكرر، وتغيير الملابس الداخلية والجوارب يومياً، واستخدام مُزيل العرق.

ماذا سأتعلّم؟

- أهمية النظافة الشخصية.
- أساليب العناية بالنظافة الشخصية وطرائقها، في مرحلة اليافعين.

المفاهيم والمصطلحات

- النظافة الشخصية

Personal Hygiene

اليافعون Young People

القيم والاتجاهات

- تقدير أهمية النظافة والمحافظة عليها، الاهتمام بالصحة، الاستعمال الآمن لوسائل النظافة.



يؤدي إهمال النظافة الشخصية إلى آثار سلبية متعدّدة، من أبرزها التعرّض لمشكلات صحية خطيرة، مثل: الأمراض المعدية، والالتهابات الجلدية، كما ينعكس ذلك على الجانب النفسي والاجتماعي للفرد.



أضع إشارة (✓) أمام السلوك الصحي، وإشارة (x) أمام السلوك غير الصحي في ما يأتي:

• () قضم الأظافر كطريقة للتعامل مع التوتر والضغط النفسي.

• () استخدام مسحة قطنية لتنظيف الأذنين.

• () تنظيف الأنف باستخدام الأصابع دون منديل صحي.

• () غسل اليدين بعد الانتهاء من استخدام الحمام.

• () تغيير فرشاة الأسنان مدة طويلة.

• () السهو المتكرر عن استخدام خيط الأسنان.

• () تقشير الحبوب التي تظهر على الوجه يوميًا.

• () عدم تنظيف الأدوات والأشياء التي تُستخدم يوميًا.

◆ **أستنتج** أن من الضروري مراجعة السلوكات الخاصة بالنظافة الشخصية؛ لتمييز العادات الصحية من

غير الصحية، ومن ثم تعزيز الصحة الجسدية والنفسية.



أولاً: فوائد النظافة الشخصية

تُعَدُّ النظافة الشخصية من الركائز الأساسية للحفاظ على الصحة العامة، وذلك عن طريق التزام عناصر النظافة الشخصية الآتية:



نشاط 1

أشارك زملائي / زميلاتي مناقشة كيفية تحقيق فوائد أهمية النظافة الشخصية، وذلك بالتزام كل شخص العادات الصحية اليومية الخاصة بالنظافة الشخصية.

✓ أتحقّق

أعدّ أربعة من فوائد أهمية النظافة الشخصية لليافعين.

ثانيًا: كيفية المحافظة على النظافة الشخصية لليافعين

تتطلب المحافظة على النظافة الشخصية لليافعين التزام بعض العادات اليومية، مثل: الاستحمام المنتظم، وتنظيف الأسنان، وغسل اليدين، وارتداء الملابس النظيفة، واستخدام مُزيل العرق، وقصّ الأظافر، وتغيير الجوارب بشكل يومي. وتسهم هذه الممارسات البسيطة في تعزيز الصحة العامة والوقاية من الأمراض، وتنعكس إيجابًا على الراحة النفسية والمظهر الشخصي.



وقد تعلّمنا في صفوفٍ ماضية بعض هذه الممارسات، وسوف نركّز في هذه المرحلة على مُمارساتٍ جديدةٍ غيرها.

نشاط 2

أدرس الجدول الآتي، وأصل بخط بين كل إجراء من إجراءات النظافة الشخصية والفائدة المُتحققة منه (أتعامل مع كل ثلاثة إجراءات معًا):

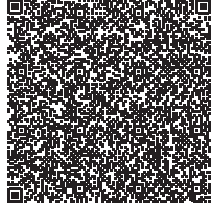
الاستحمام المنتظم	يمنع تسوس الأسنان ورائحة الفم الكريهة، ويسهم في صحة اللثة.
تنظيف الأسنان	خط الدفاع الأول ضد الجراثيم، ويجب غسلها بانتظام خاصة قبل الأكل وبعده، وبعد استخدام الحمام.
غسل اليدين	يساعد على إزالة العرق والأوساخ والبكتيريا، مما يقلل من فرص نمو الفطريات والروائح الكريهة.
ارتداء الملابس النظيفة	يساعد على التخلص من رائحة العرق، ويحافظ على الانتعاش.
استخدام مزيل العرق	يمنع تراكم الأوساخ تحتها، ويحافظ على المظهر الصحي.
قص الأظافر	يمنع تراكم البكتيريا والروائح الكريهة، ويجب تغيير الملابس المبللة بالعرق فورًا.
تغيير الجوارب يوميًا	غسل الشعر بانتظام بشامبو وبلسم مناسبين يجعله صحيًا ولامعًا.
العناية بالبشرة	استخدام غسول مناسب ومُرطب ملائم لنوع البشرة يسهم في حمايتها من الجفاف والالتهابات.
العناية بالشعر	يمنع تراكم العرق والروائح الكريهة.

✓ أتتحقق

أعدد خمسة من إجراءات النظافة الشخصية التي ينبغي لليافعين التزامها، مع بيان دور كل إجراء في تعزيز الصحة العامة والوقاية من الأمراض.



تسهم النظافة الشخصية لدى الفتيان والفتيات في مراحل النمو المختلفة في بناء صحة جسدية ونفسية متوازنة، وخاصة مع التغيرات الجسدية والهرمونية التي ترافق مرحلة البلوغ وما بعدها.



أستخدم رمزي الاستجابة السريعة (QR Code) المجاورين؛ لأتعرّف مزيداً عن الإجراءات المتعلقة بالنظافة الشخصية لكل من الفتيان والفتيات.

التقويم



1. **الفكرة الرئيسة:** ما أهمية المحافظة على النظافة الشخصية لليافعين؟

2. **التفسير:** أذكر فائدة واحدة لكل إجراء من إجراءات النظافة الشخصية الآتية:

- الاستحمام المنتظم:
- غسل اليدين المتكرر:
- قص الأظافر:
- تغيير الجوارب بشكل يومي:
- استعمال مزيل العرق:

3. **التفكير الناقد:** أكمل الجدول الآتي بإجراءات النظافة الشخصية لدى اليافعين، ثم أقيم كيف

يسهم كل منها في تعزيز الصحة الجسدية والنفسية، وأوضح أيها أراه أكثر تأثيراً، ولماذا.

ارتداء الملابس النظيفة	الاستحمام المنتظم
	غسل اليدين
العناية بالشعر	
	العناية بالبشرة



أتأمل الصورة الآتية، ثم أجب عما يليها:



- ما الخطوات الأساسية لغسل الشعر بطريقة صحية؟ وهل تختلف حسب نوع الشعر؟
- كيف نسيطر على تكون العرق أو على رائحته على الأقل؟

الفكرة الرئيسة

- تُعد النظافة الشخصية ضرورةً وذلك باتّباع مجموعة من العادات الصحية المنتظمة واستخدام الأدوات الخاصة.

ماذا سأتعلّم؟

- العناية بالنظافة الشخصية وفق قواعد السلامة والصحة والبيئة.

المفاهيم والمصطلحات

- وسائل النظافة الشخصية
Personal Hygiene Means
مزيل العرق Deodorant
مانع التعرّق Antiperspirant

القيم والاتجاهات

- الاستعمال الصحيح لوسائل النظافة الشخصية، المحافظة على وسائل النظافة الشخصية، الاختيار الصحيح لوسائل النظافة الشخصية، احترام خصوصية الآخرين.

أستكشفُ



أتأملُ الصورة المُجاورة، ثمَّ
أجيبُ عمّا يأتي:
● هل سبق أن استخدمتُ
الموادَّ الظاهرة في
الصورة؟
● ما فائدة استخدامها؟

◆ **أستنتجُ** لتنظيف الشعر نستخدمُ الشامبو، ولإزالة رائحة العرق نستخدمُ ما يُسمّى مُزيل رائحة العرق.

أقرأُ وأتعلّمُ



أولاً: الطريقة الصحيحة لغسل الشعر

تُعَدُّ العناية بالشعر جزءاً مهماً من النظافة الشخصية، ولكي
أغسل شعري بطريقة صحيحة أتبع الخطوات الآتية:

- 1 أبلّل شعري جيداً بالماء الفاتر؛ تجنباً لجفاف الشعر وفروة الرأس الناتج عن الماء الساخن.
- 2 أضع كميةً مناسبةً من الشامبو في راحة يدي، ثم أبدأُ
بذلك فروة رأسي بلطفٍ باستخدام أطراف أصابعي
بحركات دائرية، وأحاولُ عدم فرك الشعر؛ تفادياً لتلفه.

3 أشطفُ الشعرَ جيّدًا بالماءِ الفاتر؛ حتى تزولَ بقايا الشامبو.

4 أضعُ البلسمَ على أطرافِ شعري فقط، ثم أتركُه بضعَ دقائقَ حسبَ التعليماتِ، ولا أضعُ شيئًا منه على فروة رأسي.

5 أجفّفُ شعري بلطفٍ باستخدامَ منشفةٍ ناعمةٍ دونَ فركٍ شديدٍ. يمكنُ أيضًا أن أستخدمَ مُجفّفَ الشعرِ بدرجةٍ حرارةٍ مُنخفضةٍ، أو أتركُه ليَجفّ طبيعيًّا في الهواءِ.

6 أتجنّبُ تمشيّطَ شعري المُبلّلِ حتى يجفّ؛ تجنّبًا لتكسّره.

ولضمانِ نظافةِ الأدواتِ المُستخدمةِ في غسلِ الشعرِ وسلامتها، يُنصَحُ باتّباعِ الآتي:

اختيارُ الأدواتِ
المُناسبةِ لنوعِ
الشعرِ؛ لضمانِ
أفضلِ النتائجِ.

4

تجنّبُ تعريضها
للموادِ الكيميائيةِ
القاسيةِ.

3

تخزينُها في مكانٍ
جافٍّ بعيدًا عنِ
الرطوبةِ.

2

تنظيفُها بانتظامٍ بعدَ
كلِّ استخدامٍ.

1

نشاط 1

من الملاحظ أن الحفاظ على أدوات النظافة الشخصية يتطلب وضعها في مكان جاف بعيدًا عن الرطوبة. ناقش سبب أهمية هذا الإجراء، وأبين النتائج التي قد تترتب على إهماله.

أتحقّق ✓

- أوضّح خطوات غسل الشعر وفق ترتيبها الصحيح.
- كيف أحافظ على أدوات غسل الشعر الخاصة بي؟
- هل استخدامي لنوع معين من شامبو الشعر يعني بالضرورة أنه مناسب لأفراد أسرتي الآخرين؟ لماذا قد تختلف احتياجات الشعر من شخص لآخر؟

ثانيًا: استخدام مُزيل رائحة العرق



تُعَدُّ إزالة رائحة العرق من الأمور الضرورية للمحافظة على النظافة الشخصية، ويُستخدَم من أجل ذلك مُزيل رائحة العرق الذي يُخفيها عن طريق تعطيل نشاط البكتيريا المُسبِّبة لها، وغالبًا ما يحتوي على الكحول والعمُور، ويمكن أيضًا استخدام مانع التعرُّق الذي يقلِّل كمية العرق عن طريق سدِّ الغُدِّ العرقية مُؤقَّتًا، مما يحدُّ من إفراز العرق. أيُّهُما أفضل؟ ولماذا؟

ويبيِّن الشكل الآتي خطوات استخدام مُزيل رائحة العرق ووصف كلِّ منها:



- أوضّح الفرق بين مُزيل رائحة العرق ومانع التعرّق.
- ما الخطوات المُتَّبعة في استعمال مُزيل رائحة العرق بشكل صحيح؟
- هل استخدامي لنوع معيّن من مُزيل رائحة العرق يعني بالضرورة أنّه مُناسب لجميع الأفراد الآخرين؟



يمكن استخدام موادّ طبيعية، مثل: الليمون، وخلّ التفاح، والشبّة البيضاء، والبقدونس؛ لإزالة رائحة العرق، عن طريق خصائصها المضادّة للبكتيريا والمُنظّمة للحموضة. يمكن تحضير مُزيلات عرق طبيعية من هذه الموادّ، أو استخدامها بصورتها الأصليّة، مع التأكّد من اختبارها على منطقة صغيرة من الجلد؛ لتجنّب التهيج.

الربط مع العلوم



تُعَدُّ الرطوبة من أبرز العوامل المؤثّرة في نموّ البكتيريا، إذ يشكّل الماء عنصراً أساسياً لبقائها وتكاثرها، فالبكتيريا تعتمد على توفرّ الماء داخل البيئة المحيطة بها للقيام بعملها، وهذا ما يجعل الأماكن ذات الرطوبة المرتفعة بيئات مناسبة لتكاثرها وانتشارها.

التقويم



1. الفكرة الرئيسة:

- ما الخطوات الصحيحة لتنظيف الأسنان باستخدام الفرشاة؟
- كيف يؤدّي الاستحمام بطريقة صحيّة ومفيدة للجسم؟
- ما الطريقة السليمة لغسل الشعر وضمان نظافته وصحة فروة الرأس؟
- ما الأسلوب الصحيح لاستخدام مُزيل رائحة العرق؟

2. التفسير: أفسر أهمية كلِّ مما يأتي:

- لا يوضعُ الغطاءُ على فرشاةِ الأسنانِ مباشرةً بعدَ الاستخدامِ.
- تُتركُ فرشاةُ الأسنانِ لتجفَّ وهي في وضعِ رأسيٍّ.
- تجنَّبُ تمشيطِ الشعرِ المُبلَّلِ.
- تجنَّبُ فركِ الجسمِ بشدَّةٍ أثناءَ تجفيفه بعدَ الاستحمامِ.
- تركُ مُزيلِ رائحةِ العرقِ ليُجفَّ تمامًا قبلَ ارتداءِ الملابسِ.

التوجيه والإرشاد المهني:

تُعَدُّ صالوناتُ الحلاقةِ ومراكزُ العنايةِ الشخصيةِ منَ المهنِ المتاحةِ في بلادنا، وهي مجالاتٌ مفتوحةٌ أمامَ الأفرادِ الراغبينَ في العملِ بها، شرطَ الحصولِ على التدريبِ المهنيِّ المناسبِ والترخيصِ الرسميِّ الذي يضمنُ جودةَ الخدمةِ وسلامةَ الزبائنِ، وهي مهنةٌ تعتمدُ على المهارةِ والدقةِ، ممَّا يجعلُها خيارًا عمليًّا لمنْ يسعى إلى بناءِ مسارٍ مهنيٍّ سريعٍ وفعَّالٍ.

مشروعي:

أتعاونُ معَ مجموعتي على تصميمِ مطويةٍ تتعلَّقُ بالنظافةِ الشخصيةِ لليافعينَ، ونوزَّعُها على طلبةِ الصفوفِ الأخرى (السابعُ فأعلى).

المسابقة المهنية:

بعدَ توزيعِ المطويةِ التوعويةِ، نشاركُ بإشرافِ معلِّمنا/ معلِّمتنا، في تصميمِ استبانةٍ تقيسُ مدى التزامِ زملائنا/ زميلاتنا إجراءاتِ النظافةِ الشخصيةِ، مثل: الاستحمامِ المنتظمِ، ومدَّةِ الاستحمامِ، وغسلِ الشعرِ، واستخدامِ مُزيلِ رائحةِ العرقِ. نُطبِّقُ الاستبانةَ على طلبةِ الصفِّ السابعِ فأعلى، ويُمنَحُ الصفُّ الأكثرُ التزامًا جائزةً تشجيعيةً؛ تقديرًا لجهوده.

الذكاء العاطفي والذكاء الاجتماعي

المهارات
الحياتية



الفكرة
العامة

الذكاء العاطفي هو قدرة الإنسان على فهم مشاعره ومشاعر الآخرين، مثل الفرح أو الحزن، وكيفية التعامل معها بطريقة مناسبة. أما الذكاء الاجتماعي فهو فهم الإنسان العلاقات بين الناس، ومعرفة كيف يتفاعل معهم بشكل جيد باستخدام مهارات مثل التعاون والتواصل واحترام الآخرين.

قائمة الدروس:

الدرس (1): مهارات الذكاءين العاطفي والاجتماعي.



أتأمل الصورة الآتية، ثم أجيب عما يليها:



- أصف ما أشاهده في الصورة.
- لم يواسي الأشخاص الفتاة؟
- هل يمكن أن يُصنّف هذا التصرف على أنّه ذكاء عاطفي؟ لماذا؟

الفكرة الرئيسة

- يفيدُ الذكاءُ العاطفيُّ والذكاءُ الاجتماعيُّ في تحسينِ صحةِ الإنسانِ النفسيةِ والجسديةِ، ويساعدهُ على النجاحِ والتفوّقِ في حياته العملية والاجتماعية.

ماذا سأتعلّم؟

- التواصلُ السليمُ مع الآخرين بذكاءٍ.
- تحديدُ المشاعر السلبية وتقويمُها.
- التعاطفُ مع الآخرين.

المفاهيم والمصطلحات

- الذكاءُ الاجتماعيُّ
Social Intelligence
- الذكاءُ العاطفيُّ
Emotional Intelligence

القيم والاتجاهات

- احترامُ الآخرين، الحرصُ على التواصل الاجتماعيّ الإيجابيِّ، التعاطفُ مع الآخرين.



أقرأ الموقفَ الآتي:

قال يوسف: اصطحبْتُنِي والدتي إلى العيادةِ الطبية، فاستقبلتنا الطبيبةُ بلُطفٍ، وتعاملتْ معي باحترامٍ، وأصغتْ إلى شكوايَ باهتمامٍ، وأتاحتْ لوالدتي حضورَ الفحصِ والمساهمةَ في شرحِ حالتي الصحية. وعندما تأثرتُ والدتي وبكتُ حزناً على مرضي، بادرتِ الطبيبةُ إلى طمأنيتها بكلماتٍ دافئةٍ، عبّرتُ بها عن مشاعرٍ نبيلةٍ وعاطفةٍ إنسانيةٍ جميلةٍ.

● أذكرُ مواقفَ مشابهةً مررتُ بها، وشعرتُ فيها باهتمامِ الآخرين أو تعاطفهم، سواءً في المدرسةِ أو المنزلِ أو في أماكنَ أخرى.



أولاً: الذكاء الاجتماعي

يُظهرُ الشخصُ الذي يتمتعُ بذكاءٍ اجتماعيٍّ عالٍ مجموعةً من الصفاتِ التي تساعدُهُ على التفاعلِ الإيجابيِّ مع الآخرين، وبناءِ علاقاتٍ قويّةٍ معهم. وتتبعُ هذه الصفاتُ من قدرتهِ على التكيفِ، ومرونتِهِ في التعاملِ، واستقلاليتهِ في التفكيرِ. ومن أهمِّ هذه الصفاتِ وممارساتِها:

كيفية ظهورها في الحياة اليومية للشخص

الصفة

يُنصِتُ للآخرين باهتمامٍ، ويُظهرُ أَنَّهُ يفهمُ كلامَهُم عن طريقِ ردودِهِ وتعابيرِهِ.

الاستماعُ النشطُ والفعالُ

يشعرُ بما يشعرُ بِهِ الآخرونَ، ويساندُهُم عندما يمرُّونَ بمواقِفَ صعبةٍ أو يحتاجونَ إلى الدعمِ.

التعاطفُ وفهمُ المشاعرِ

يتحدَّثُ بوضوحٍ، ويستخدمُ نبرةَ الصوتِ وتعبيراتِ الوجهِ ولغةَ الجسدِ بطريقةٍ تساعدُهُ على إيصالِ فكرتِهِ.

التواصلُ الفعالُ (لفظيٌّ وغيرُ لفظيٍّ)

يعبِّرُ عن أفكارِهِ بطريقةٍ تجذبُ الآخرينَ، ويشجِّعُهُم على التفكيرِ الإيجابيِّ والعملِ بجدٍّ.

القدرةُ على الإلهامِ

يحرصُ على بناءِ علاقاتٍ طيبةٍ مع مَنْ حولَهُ، ويهتمُّ بانطباعِ الآخرينَ عنه من خلالِ سلوكِهِ وأخلاقِهِ.

إدارةُ العلاقاتِ والسمعةِ

لا يتسرَّعُ في الكلامِ أو الفعلِ، بل يفكِّرُ جيِّداً، ويتحكَّمُ في مشاعِرِهِ قبلَ أنْ يتفاعلَ مع المواقِفِ المختلفةِ.

التفكيرُ قبلَ التصرُّفِ

نشاط 1

يمكنُ تطويرُ الذكاء، ولكنَّ ذلكَ يحتاجُ إلى جهدٍ. أتعاونُ معَ زملائي/ زميلاتي على دراسةِ الشكلِ الآتي؛ لتعرّفَ ممارساتِ تنميةِ الذكاءِ الاجتماعيِّ.



✓ أتحقّق

- ما صفاتُ الشخصِ الذكيِّ اجتماعيًّا؟
- كيفَ أطوّرُ ذكائيَ الاجتماعيَّ؟

ثانيًا: الذكاءُ العاطفيُّ



أستخدمُ رمزَ الاستجابةِ السريعةِ (QR Code) المجاورَ؛ لأشاهدَ معَ زملائي/ زميلاتي مقطعًا مرئيًّا (فيديو) عنِ الفرقِ بينَ الذكاءِ العاطفيِّ والذكاءِ الاجتماعيِّ.

الذكاءُ العاطفيُّ هوَ قدرةُ الشخصِ على فهمِ مشاعره والتحكّمِ بها، بالإضافةِ إلى فهمِ مشاعرِ الآخرينَ والتعاملِ معها بشكلٍ جيّدٍ، ويشملُ أيضًا إدارةَ الذاتِ، وتنظيمَ العلاقاتِ معَ الآخرينَ. ويتكوّنُ الذكاءُ العاطفيُّ منَ خمسِ صفاتٍ أساسيةٍ، هي:

ملاحظ الصفه في الشخص

الصفه

يمكنه معرفه مشاعره، وفهم كيف تؤثر في تصرفاته، ويعرف نقاط قوته وضعفه، ويستطيع تحديد عواطف الآخرين وفهمها.

الوعي الذاتي

يعبر عن مشاعره بطريقة مناسبة، ويتعامل بمرونة مع التغيرات، ويحل الخلافات بهدوء واحترام، ويدرك مدى تأثير سلوكه في الآخرين.

التحكم الذاتي

يشجع نفسه على النجاح المستمر دون انتظار تحفيز الآخرين له.

التحفيز الذاتي

يتعامل مع الآخرين باحترام وفاعلية، ويشعر بالراحة والسعادة أثناء التواصل معهم.

المهارات الاجتماعية

يفهم مشاعر الآخرين، ويتعامل معهم بناءً على هذا الفهم.

التعاطف

نشاط 2



أستخدم رمز الاستجابة السريعة (QR Code) المجاور؛ لأشاهد مقطعاً مرئياً (فيديو) عن تحسين الذكاء العاطفي، وألخص أبرز النقاط الواردة فيه.

أتحقق ✓

- بم يتميز الشخص الذكي عاطفياً؟

- كيف أطور ذكائي العاطفي؟

يرى العلم الحديث أنَّ الذكاء ليس نوعاً واحداً، بل إنَّ كلَّ شخصٍ يمكنُ أن يتميَّز بأنواعٍ متعدِّدةٍ من الذكاء، ويمكنُ تطويرُ هذه الذكاءات بالتدرُّب على المهاراتِ الخاصَّةِ بكلِّ نوعٍ. ويوضِّحُ الشَّكْلُ الآتي أنواعَ الذكاءاتِ المُتعدِّدةِ:



الربط مع التربية الإسلامية

تتجلَّى التربيةُ الإسلاميةُ في صميمِها في تطويرِ الذكاءِ العاطفيِّ والاجتماعيِّ، حيثُ تُرشدنا إلى ضرورةِ الوعيِّ بالذاتِ، وكظمِ الغيظِ، وضبطِ الانفعالاتِ السلبيةِ من خلالِ تعاليمِ القرآنِ الكريمِ والسنةِ النبويةِ التي تزرعُ قيمَ المحبةِ والتعاونِ والتعاطفِ. كما تشجِّعُ على بناءِ علاقاتٍ إنسانيةٍ قويةٍ عبرَ الحكمةِ في الدعوةِ إلى الله تعالى، والجدالِ بالتي هي أحسنُ، مع تأكيدِ أهميةِ التفاوضِ وحُسنِ الاستماعِ للآخرينَ، وفهمِ احتياجاتِهِمْ. قالَ رسولُ اللهِ ﷺ: «مَثَلُ الْمُؤْمِنِينَ فِي تَوَادُّهِمْ وَتَرَاحُمِهِمْ وَتَعَاطُفِهِمْ، مَثَلُ الْجَسَدِ إِذَا اشْتَكَى مِنْهُ عَضْوٌ تَدَاعَى لَهُ سَائِرُ الْجَسَدِ بِالسَّهْرِ وَالْحُمَّى» [أَخْرَجَهُ الْبُخَارِيُّ].



1. الفكرة الرئيسة:

- أ- أوضح المقصود بكل من: الذكاء الاجتماعي، والذكاء العاطفي.
- ب- أبين الأفعال التي تدل الآخرين على أنني شخص ذو ذكاء اجتماعي.
- ج- أبين الأفعال التي تدل الآخرين على أنني شخص ذو ذكاء عاطفي.

2. التفسير: كيف أطور لدي الذكاء الاجتماعي والعاطفي؟

3. التفكير الناقد: أفكر في كل موقف مما يأتي، وأحدد إن كان يدل على ذكاء اجتماعي أو عاطفي،

أو يدل على نقص في الذكاء:

- أظهر الاحترام لمعلمي / لمعلمتي أثناء شرح الدرس.
- أبدت رنا انزعاجاً من زميلتها حين طلبت منها قلمًا.
- رحّب ليث بصديقه فرحاً بتسجيله هدفاً في مباراة كرة القدم.
- واصل يحيى اللعب رغم أن لاعباً من الفريق الآخر كان يتألم على الأرض.
- استطاعت مديرة المدرسة فهم موقف أبي سامر وتهدئته حين غضب من تعرض ابنه للتنمر.
- أقام شخص حفلًا لتخرجه رغم وجود مناسبة حزينة في بيت جاره.
- يستقبل موظف / موظفة دائرة حكومية متلقي الخدمة باحترام.
- يفهم معلّم / معلّمة مشاعري حين أحزن بسبب تدني علامتي في أحد الامتحانات.

التوجيه والإرشاد المهني:



يُعَدُّ التدريبُ على الذكاء الاجتماعي والعاطفي مسارًا مهنيًا مستقبليًا، وذلك من خلال تطوير المهارات الشخصية والمهنية عبر الالتحاق بدورات تدريبية متخصصة في هذا المجال تؤهل لسوق العمل.

مشروعي:



أتعاون مع مجموعتي على تنفيذ مشروع يتناول الذكاء العاطفي والاجتماعي، نسعى عن طريقه إلى تعزيز الوعي وزيادة الفهم بأهمية هذه المهارات وكيف يمكننا تطويرها؛ لتحسين حياتنا اليومية. يشمل مشروعنا: تنفيذ حملات توعية تركز على الجوانب الأساسية للذكاء العاطفي والاجتماعي. وفي نهاية المشروع نُعدُّ تقريرًا يوضح ما قمنا به وما تعلّمناه.

المسابقة المهنية:



نتنافس مع المجموعات الأخرى في الحصول على جائزة أفضل تقرير للمشاريع التي نفّذناها.

القيادة الناجحة

ريادة
الأعمال



تسهم القيادة الناجحة في بناء فرق قوية والعمل معاً لتحقيق الأهداف،
وتشكل عنصراً رئيساً في نجاح رواد الأعمال في المستقبل.



الفكرة
العامة

قائمة الدروس:
الدَّرْسُ (1): القائد الناجحُ.

القائد الناجحُ



أَتأملُ الصورةَ الآتيةَ، ثُمَّ أَجيبُ عَمَّا يليها:



- برأيي، ما الأسبابُ التي ساعدتْ هذا الفريقَ على الفوزِ؟
- هلْ لقائدُ الفريقِ دورٌ في هذا النجاحِ؟ كيفَ؟
- أتخيّلُ نفسي قائدَ هذا الفريقِ، ما الخطواتُ التي سأَتَّبِعُها لضمانِ الفوزِ؟

الفكرةُ الرئيسةُ

- يتميَّزُ القائدُ الناجحُ بصفاتٍ ومهاراتٍ تساعدُهُ على التأثيرِ في الآخرين وتحفيزِهِمْ.

ماذا سأَتعلَّمُ؟

- صفاتُ القائدِ الناجحِ.
- تمييُزُ أنواعِ القيادةِ.
- المشاركةُ في نشاطٍ جماعيٍّ يعزِّزُ العملَ بروحِ القائدِ المسؤولِ.

المفاهيمُ والمصطلحاتُ

- القيادةُ Leadership
- القائدُ The Leader
- مهاراتُ القيادةِ Leadership Skills

القيَمُ والاتجاهاتُ

- تعزيزُ روحِ المسؤوليةِ، الاحترامِ، القيادةُ بالأخلاقِ، العملُ بروحِ الفريقِ، اتخاذُ القرارِ، الثقةُ بالنفسِ، الطموحُ والريادةُ.

ما هي القيادة؟



أستخدم رمز الاستجابة السريعة (QR Code) المجاور؛ لأشاهد مقطعاً مرئياً (فيديو) يعرض محتوى عن القيادة، ثم أشارك في نقاشٍ للإجابة عما يأتي:

- من الشخص الذي يبدو أنه يقود الفريق؟ أوضّح إجابتي.
- هل القائد هو دائماً من يعطي التعليمات ويصدر الأوامر؟
- أتخيّل أنني قائد لفريق يعمل لتحقيق هدفٍ معيّن، كيف سأساعدُهُم على النجاح؟
- ◆ **أستنتج:** القيادة ليست مجرد إدارة، بل هي فنُّ التأثير الإيجابي.

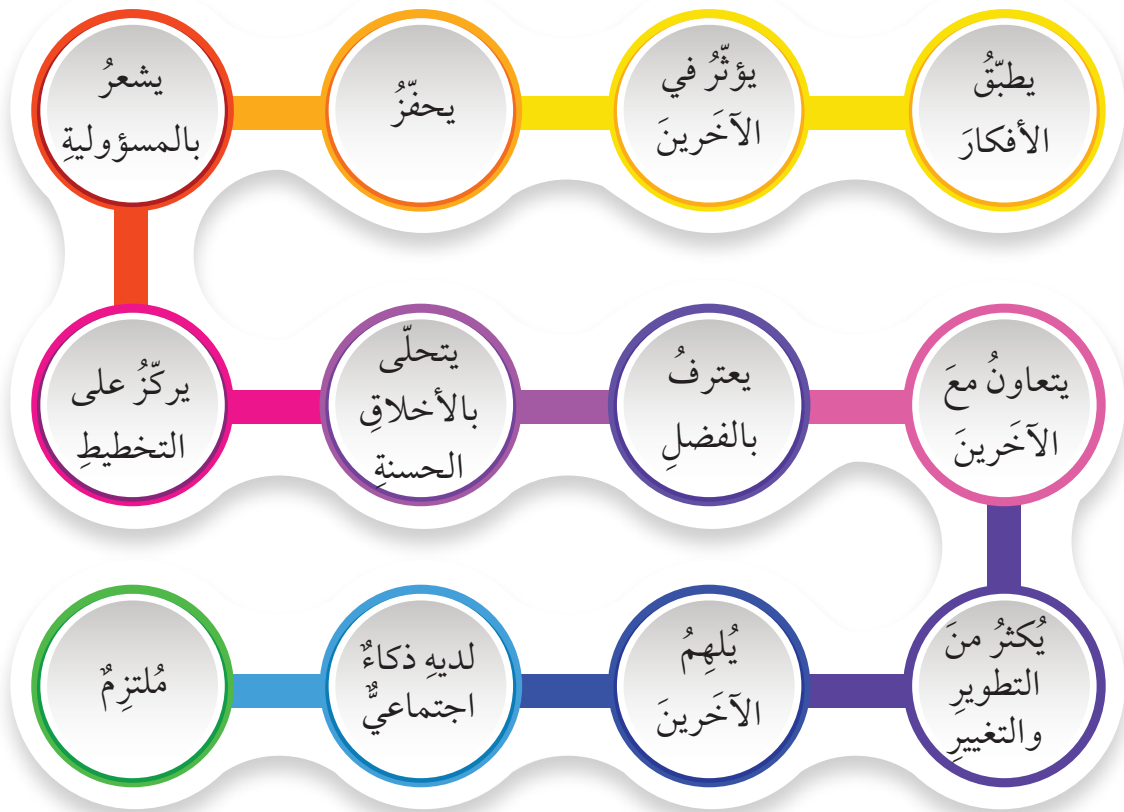
القائد

هو الشخص الذي يتكرّر ويطوّر نفسه ويتميّز في كلّ عملٍ يقوم به، وهو من يلهم الآخرين، ويحفّزهم للعمل كفريقٍ واحدٍ لتحقيق الأهداف، ويتعامل مع الصعوبات بثقةٍ واحترامٍ.



صفات القائد الناجح

يمتاز القائد الناجح بمجموعة من الصفات، منها ما هو موضح في الشكل الآتي:



ولأتعرف أنواع القيادة، تأمل الشكل الآتي:

أنواع القيادة



أستنتج نوع القيادة في كلٍّ من المواقف الآتية:

الموقف الأول:

في إطار التحضير لمعرض فني في المدرسة، نسخ أحد الطلبة لوحة مشهورة وادّعى أنها من إبداعه. وحين اكتشف المعلم الأمر، لم يوبّخه أمام الآخرين، بل اختار أن يتحدث معه على انفراد، وقال له: «أنت فعلاً تملك موهبة، لكن من المهم أن نتحلّى بالصدق، وأن نعرض أعمالنا الخاصة التي تعبنا في إنجازها.

نوع القيادة:

الموقف الثاني:

قرّرت معلّمة الحاسوب تنفيذ مشروع تصميم موقع إلكتروني للمدرسة. وبدلاً من إعداد الخطة بنفسها، دعت مجموعة من الطالبات المهتمات بالتصميم والبرمجة والرسم والكتابة، وجمعتهن في ورشة عمل. قالت لهنّ: «أنتن من سيصمّم هذا الموقع، ما رأيكنّ أن نقسم المهام حسب اهتماماتكنّ؟» فتبادلن الأفكار وتعاونن كفريق، تحت إشراف المعلّمة.

نوع القيادة:

الموقف الثالث:

قبل أيام من انطلاق بطولة كرة السلة بين مدارس المنطقة، شعر بعض لاعبي فريق المدرسة بالتوتر من مواجهة فريق قوي. لاحظ المعلم ذلك، فجمعهم في الملعب وقال: «وصولكم إلى هذه البطولة لم يكن صدفة، بل نتيجة لتدريبكم وجهودكم، أنتم تمثلون مدرستنا بكل فخر، وأنا أو من بقدرات كل واحد منكم»، ثم عرض لهم لقطات من مبارياتهم السابقة، وعلّق على اللحظات القويّة والمهارات

المُمَيِّزَة. وفي النهاية قال: «الفوزُ مُهِمٌّ، لكنَّ الأهمَّ هو الحماسُ والثقة والتعاونُ. أنا فخورٌ بكم وبهذا الأداء المُمَيِّز».

نوع القيادة:

✓ أتتحقق

ما أنواع القيادة؟



لعبة المواقف القيادية

نشاط 2

الهدف: تعرّف نقاط القوة والضعف، وتمييز الصفات التي نحتاج إليها في حياتنا.

خطوات العمل:

أتعاون مع مجموعتي على اختيار شخصية من الصور السابقة، أو أرسّم في مخيلتي صورةً لإحدى شخصيات الفريق تميّز صاحبها ببعض الصفات، وأستعين



بالجدول الآتي يوضح نقاط القوة والضعف عند بعض الأشخاص، ثم أجب عما يليه:

نقاط القوة عند بعض الأشخاص	نقاط الضعف عند بعض الأشخاص
• الثقة بالنفس • القدرة على تحمل المسؤولية • التواصل الفعال • المبادرة • اتخاذ القرار • الانضباط • الأمانة • الصبر • الإصرار على تحقيق الأهداف	• ضعف تقبل النقد • التهور والاندفاع • عدم الاستماع للطرف الآخر • سرعة الانفعال والغضب • التهرب من المسؤولية • الحساسية المفرطة • الكذب في بعض الأحيان • عدم تقديم الدعم • عدم المبادرة إلى قيادة المجموعة

أحدّد الصفات التي تميّز الشخصية التي اخترتها (من حيث نقاط القوة والضعف)، وأدونها في الجدول الآتي:

نقاط القوة	نقاط الضعف
.....	
.....	
.....	

• كيف يمكن لأعضاء الفريق مساعدة هذه الشخصية وتشجيعها على التغيير الإيجابي.

شخصية الصف القيادية

نشاط 3

الهدف: تحديد الصفات والمهارات التي يجب أن تتوافر في الشخصية القيادية داخل الصف.

خطوات العمل:

1 أشارك مجموعتي التفكير في الصفات والسلوكيات التي ينبغي أن تتوافر في شخصية الصف القيادية.

2 أتعاون مع مجموعتي على قراءة البطاقة المُعدَّة مُسبقًا؛ بهدف تعرّف مَنْ يناسب هذا الدور من الزملاء/ الزميلات:

الشخصية القيادية في الصفّ

الاسم

اخترتُ هذا الطالب/ هذه الطالبة لأنني أرى فيه/ فيها القدرة على:

1-

2-

3-

وامتلاك صفات قيادية، مثل:

1-

2-

3-

أمثلة على مواقف ظهرت فيها صفات القيادة:

1-

2-

3-

لو كنتُ قائدًا/ قائدةً للصفّ، ما المبادرات أو الأفكار التي سأقترحها لتحسين صفّي:

1-

2-

3-

الاسم:

التوقيع:

التاريخ:

3 تُمنح كل مجموعة وقتًا كافيًا لقراءة بطاقات الطلبة الذين عبّروا عن رغبتهم في تمثيل الصفّ، وتقييم مدى ملائمتهم للدور القيادي.

- 4 أنفق مع مجموعتي على أهم الصفات والمهارات التي يجب أن تتوافر في الشخصية القيادية، ويبدون رأيهم بالموافقة أو الاعتراض على ما ورد في النشرات.
- 5 تعرض المجموعات ما تتوصل إليه، وتعلن عن الشخصية القيادية التي اختارتها.
- 6 نجيب عن السؤال الآتي: لم يعد توفر الصفات القيادية مهمًا في من يمثل الصف؟



جائزة سمو ولي العهد الحسين بن عبد الله الثاني للعمل التطوعي

جائزة الحسين بن عبد الله الثاني
للمعمل التطوعي
AL HUSSEIN BIN ABDULLAH II
AWARD FOR VOLUNTARY SERVICE



في الخامس عشر من كانون الأول لعام 2021، أطلق سمو ولي العهد الأمير الحسين بن عبد الله جائزة تحمل اسمه؛ بهدف نشر ثقافة العمل التطوعي في المجتمع الأردني. تسعى الجائزة إلى تمكين الأفراد والمؤسسات من تطبيق معايير التميز في مبادراتهم ومشاريعهم الوطنية، وتهدف إلى تحفيز المتميزين وتقدير جهودهم، وتسليط الضوء على قصص نجاحهم الملهمة. تُفتح أبواب المشاركة أمام جميع من يقيم على أرض المملكة الأردنية الهاشمية ممن تبلغ أعمارهم 16 عامًا فأكثر.



أستخدم رمز الاستجابة السريعة (QR Code) المجاور، لزيارة الموقع الرسمي لجائزة سمو ولي العهد الحسين بن عبد الله الثاني للعمل التطوعي، وأتعرف المزيد عن الجائزة.



تأسس مركز إعداد القيادات الشبابية عام 1993، وهو مركز يتبع لوزارة الشباب، ويعمل بشكل مستقل في تنظيم شؤونه المالية والإدارية. يهدف المركز إلى:

- تطوير مهارات القيادات الشبابية والرياضيين، ومساعدتهم على اكتساب الخبرات اللازمة.
- تعزيز دور الشباب القيادي في المجتمع، بنشر ثقافة القيادة الشبابية وقيمتها.
- تقديم الإرشاد المهني للقيادات الشبابية، وتوفير فرص تدريبية لهم داخل الأردن وخارجه.

التقويم



1. أرتب الكلمات المبعثرة لأحصل على تعريف لمفهوم مهارات القيادة:

للمجموعة - في الآخرين - وتوجيه - الأهداف - سلوكهم - القدرة - لتحقيق - على التأثير

.....

.....

2. أكتب كلمة (نعم) بجانب المعلومة الصحيحة، وكلمة (لا) بجانب المعلومة غير الصحيحة في ما يأتي:

- القائد الناجح يفرض رأيه بالقوة على أعضاء فريقه. ()
- تركز القيادة التشاركية على التعاون. ()
- يتصف القائد الذي يستمع للآخرين بالفشل. ()
- تسهم المشاركة في جائزة ولي العهد للعمل التطوعي على تنمية روح القيادة والمسؤولية لدى الطلبة. ()
- من أدوار القائد في القيادة الأخلاقية اتخاذ قرارات عادلة. ()
- دور القائد في القيادة التحفيزية مصدر للإلهام والدافعية. ()



التوجيه والإرشاد المهني:

تُعَدُّ معرفة مهارات القيادة وأنواعها المختلفة جزءاً مهماً من التوجيه والإرشاد المهني الذي تقدّمه وزارة التربية والتعليم، بهدف مساعدة الطلبة على اختيار التخصص الدراسي المناسب لمهاراتهم وميولهم، فالطالب الذي يتمتّع بصفات القائد الناجح، مثل تحمّل المسؤولية، والعمل الجماعي، واتخاذ القرارات، يمكن توجيهه نحو تخصصات تعليمية تنمي هذه القدرات، مثل ريادة الأعمال، أو الإدارة، أو مجالات الضيافة والفندقة التي تعتمد على مهارات القيادة والتنظيم.

وعن طريق الأنشطة الصفية واللاصفية، واللقاءات مع شخصيات قيادية من المجتمع المحلي، تتاح للطلبة فرصة تعرّف ميولهم والتخطيط المبكر لمسارهم الأكاديمي أو المهني.



مشروعي:

أتعاون مع مجموعتي على تنظيم حملة مدرسية تهدف إلى ترسيخ قيم الاحترام والسلوك الإيجابي بين الطلبة. تتضمن الحملة تصميم ملصقات توعوية، وتقديم فقرات إذاعة مدرسية، وتنفيذ أنشطة صفية تعاونية. يتناوب الطلبة أداء أدوار قيادية في مراحل التخطيط والتنفيذ، بما يسهم في تنمية مهاراتهم في القيادة التشاركية، ويعزز قدرتهم على التحفيز والعمل الجماعي.



المسابقة المهنية:

أشارك مجموعتي تنظيم حملة تطوعية بعنوان «الصف المناوب»، تُنفَّذ خلال يوم دراسي كامل في المدرسة. تتضمن الحملة: توزيع المهام القيادية بين الطلبة، وتنفيذ أنشطة تطوعية لتنظيف الحديقة المدرسية، وتنظيم الفقرات الإذاعية، والمساهمة في إدارة شؤون المدرسة اليومية.

الغطاء النباتي

الزراعة



تُعَدُّ زراعة الخضراوات والأشجار الحرجية جزءاً من الغطاء النباتي في الأردن، إذ يشكّل ما نسبته 03.5% من إجمالي مساحة اليابسة في المملكة، ويسهم هذا الغطاء النباتي في تحسين البيئة، وحماية الغلاف الجوي، والتخفيف من آثار التغير المناخي.



الفكرة العامة

قائمة الدروس:

- الدَّرسُ (1): زراعةُ الخضراواتِ وخدمتها.
الدَّرسُ (2): زراعةُ الأشجارِ الحَرَجِيَّةِ وخدمتها.





أتأمل الصورة الآتية، ثم أجيب عما يليها:



● ماذا تُسمّى المُنتجات التي أراها في الصورة؟

● كيف يتم إنتاجها؟

الفكرة الرئيسة

- تمرُّ زراعة الخضراوات بعدة مراحل أساسية تضمن نمواً صحياً وإنتاجاً جيّداً.

ماذا سأتعلم؟

- زراعة الخضراوات في المواسم والبيئات الصحيحة.
- خدمة الخضراوات المزروعة بالري، والتسميد، والرّش بطرق آلية حديثة.

المفاهيم والمصطلحات

- زراعة الخضراوات

Vegetable Cultivation

Irrigation الري

Fertilization التسميد

Spraying الرّش

القيم والاتجاهات

- احترام مهنة الزراعة، تقدير جهود المزارعين، المحافظة على المزروعات، تقدير قيمة المُنتجات الزراعية الوطنية.



أتأملُ الصورتين الآتيتين، ثم أجيبُ عما يليهما:



● أصنّف في الجدول أدناه الخضراوات الآتية إلى خضراوات صيفية أو شتوية حسب الموسم المُفضّل لزراعتها: البندورة، الخيار، الملفوف، القرنبيط (الزهرة)، الباذنجان، البامية، السبانخ، الجزر، الملوخية، البطاطا، البصل، الثوم، الفلفل.

خضراوات شتوية	خضراوات صيفية

أستخدمُ محركَ البحثِ Google؛ للتأكد من صحة تصنيفي.

◆ **أستنتج:** في الزراعة المكشوفة يُزرع كل نوع من الخضراوات في موسمِهِ المناسب؛ لأنَّ بعض الخضراوات تنمو جيّداً في فصل الصيف، في حين تنجح زراعة أنواع أخرى في الشتاء. أمّا في الزراعة المحمية، فيمكن زراعة خضراوات صيفية في الشتاء، وشتوية في الصيف، وهذا يساعد على توفير المُنتجات طوال العام.

زراعة الخضراوات

تبدأ زراعة الخضراوات بعدّة خطواتٍ أساسيةٍ تهدفُ إلى توفيرِ أفضلِ الظروفِ لنموّ النباتِ، وهي: اختيارُ المكانِ المناسبِ، وتحضيرُ التربةِ، واختيارُ البذورِ أو الشتلاتِ، والزراعةُ، والرّيُّ، والعنايةُ بالنباتاتِ وخدمتها.

أولاً: اختيارُ المكانِ المناسبِ



يتضمّنُ الشكلُ الآتي العناصرَ البيئيةَ المناسبةَ لزراعةِ الخضراواتِ:

العنصر	الوصف
التربة	تربةٌ خصبةٌ غنيةٌ بالموادّ العضوية، جيدةٌ التصريفِ للماءِ ومعتدلةُ الحموضة.
الماء	كميةٌ كافيةٌ من الماءِ للرّيِّ، مع تجنّبِ الإفراطِ الذي قد يؤدي إلى تعفنِ الجذور.
الضوء	ضوءٌ شمسٍ مباشرٌ لمدةٍ 6-8 ساعاتٍ يوميّاً، أو ضوءٌ اصطناعيٌّ عند الحاجة.
الهواء	تهويةٌ جيدةٌ حولِ النباتاتِ، وتجنّبُ الأماكنِ المغلقةِ التي تساعدُ على انتشارِ الأمراضِ.
درجة الحرارة	تختلفُ درجةُ الحرارةِ المناسبةُ لكلِّ نوعٍ من الخضراواتِ، ولكن بشكلٍ عامٍّ، معظمُ الخضراواتِ تنمو بشكلٍ جيّدٍ في درجاتِ حرارةٍ مُعتدلةٍ.
العناصرُ الغذائية	استخدامُ أسمدةٍ تحتوي على عناصرٍ غذائيةٍ أساسيةٍ (مثل النيتروجين، والفوسفور، والبوتاسيوم NPK).
الرطوبة	رطوبةٌ مناسبةٌ للتربةِ والنباتِ، مع الحذرِ من الرطوبةِ الزائدةِ التي قد تسبّبُ أمراضاً فطريةً.
سهولة الوصول	اختيارُ مكانٍ يسهلُ الوصولُ إليه للعنايةِ بالنباتاتِ.
الحماية	توفيرُ حمايةٍ للنباتاتِ من الرياحِ القويةِ أو الأمطارِ الغزيرةِ.

نشاط 1

أناقش مع مجموعتي مدى توفر هذه العناصر في بيئتنا المحلية، وكيفية توفيرها إذا لم تكن متوفرة.

ثانيًا: تحضير التربة للزراعة



لكي تنمو النباتات بشكلٍ صحيٍّ، نبدأ بتحضير التربة باتباع الخطوات الآتيتين:

1

حراثة التربة

نستخدم أدوات مناسبة لخلخلة التربة، حسب مساحة الأرض، وذلك بهدف فتح مسامات التربة وإزالة الأعشاب الضارة التي قد تؤذي النبات.

2

التسميد

تحسن جودة التربة باستخدام السماد العضوي (مثل روث الحيوانات)، أو السماد الطبيعي (مثل بقايا النباتات المتخمرة).

نشاط 2



أستخدم رمز الاستجابة السريعة (QR Code) المجاور؛ لأشاهد مع زملائي / زميلاتي مقطعاً مرئياً (فيديو) أتعرف عن طريقه مزيداً من التفاصيل والخطوات العملية لتحضير التربة.

✓ أتتحقق

- ما العناصر البيئية المناسبة لزراعة الخضراوات؟

- ما خطوات تحضير التربة للزراعة؟

ثالثاً: اختيارُ البذورِ أو الشتلاتِ



يمكنُ زراعةُ الخضراوات بطريقتين، هما:

- 1 زراعةُ البذورِ مباشرةً في التربة، أو في أوعيةٍ صغيرةٍ مثلِ الصواني الزراعية، ثمَّ نقلُها لاحقاً إلى الأرضِ.
- 2 استخدامُ الشتلاتِ الجاهزة التي نشتريها منَ المشتلِ، وهي طريقةٌ تمثِّلُ خياراً أسرعَ؛ لأنَّها تقلِّلُ منَ الوقتِ اللازمِ للحصولِ على المُنتجاتِ، مقارنةً بزراعةِ البذورِ منَ البداية.



رابعاً: الزراعةُ

1 زراعةُ البذورِ

تُتَّبَعُ في زراعةِ البذورِ عدَّةُ خطواتٍ مُرتَّبةٍ كالآتي:

1 اختيارُ العمقِ المناسبِ

- البذورُ الصغيرةُ (مثلُ بذورِ البقدونسِ والنعناعِ، والبرسيمِ) تُزَرَعُ على عمقٍ أقلَّ منَ 1 سم.
- البذورُ المتوسطةُ (مثلُ بذورِ البندورة، والباذنجان، والفلفلِ) تُزَرَعُ على عمقٍ بينَ 0.5 و 1.25 سم.
- البذورُ الكبيرةُ (مثلُ بذورِ الفاصولياء، والخيارِ، والقرعِ) تُزَرَعُ على عمقٍ بينَ 2.5 و 5 سم.

2 التغطيةُ

- بعدَ الزراعةِ، أَعْطِي البذورَ طبقةً خفيفةً منَ التربة؛ للحفاظِ على الرطوبةِ.

3 الضغط على التربة

- في الأراضي الخفيفة التي يغلب عليها الرمل يُضغَط بلطف فوق البذور؛ لتلتصق بالتربة.
- في الأراضي الثقيلة التي يغلب عليها الطين يُكتَفَى بضغط خفيف جداً.

4 الري

- أروي التربة جيداً بعد الزراعة، وتأكد من أنها رطبة وليست مُشبعة بالماء.

3 نشاط



أستخدم رمز الاستجابة السريعة (QR Code) المجاور؛ لأشاهد مع زملائي / زميلاتي مقطعاً مرئياً (فيديو) يشرح خطوات زراعة الخضراوات من البذور في المنزل.

2 زراعة الشتلات



4 نشاط



أستخدم رمز الاستجابة السريعة (QR Code) المجاور؛ لأشاهد مع زملائي / زميلاتي مقطعاً مرئياً (فيديو) يعرض الخطوات العملية لزراعة البندورة بالشتلات، وأسجلها في دفثري.

تُتَّبَعُ في زراعة الشتلات عدّة خطواتٍ مُرتَّبةٍ كالآتي:

- 1 أحفر حفرةً بعمقٍ يناسبُ حجمَ جذورِ الشتلة، بحيثُ تدخلُ الجذورُ كاملةً داخلَ الحفرة.
- 2 أمسكُ الشتلةَ بلطفٍ من قاعدة الساق، وتأكدُ من عدم إتلافِ الجذور.
- 3 أضعُ الشتلةَ داخلَ الحفرة، بحيثُ يكونُ مستوى التربة حولها مساوياً لمستوى التربة في وعائها الأصلي.
- 4 أملأُ الحفرةَ بالتربة حولَ الجذور؛ لتثبيتِ الشتلة في مكانها.
- 5 أضغطُ بلطفٍ على التربة حولَ الشتلة؛ لتثبيتها من دون إيذاءِ الجذور.
- 6 أروي الشتلة مباشرةً بعد الزراعة، وتأكدُ من أن التربة رطبةً وليست مُشبعةً بالماء.

ملحوظة: سواءُ زرعتُ البذورَ أو الشتلات، فمن الضروريّ ريّ النباتات بانتظام، خاصّةً في أيام الجفاف أو ارتفاع درجات الحرارة، ويجبُ الانتباهُ إلى عدم الإفراط في الريّ؛ لأنّ زيادةَ الماء قد تؤدي إلى تعفنِ الجذور وتلفِ النبات.

زراعة شتلة خضراوات في أصيص

1 تمرين



المواد والأدوات:

أصيصٌ بحجمٍ مناسبٍ وفيه فتحاتٌ لتصريف المياه، شتلة خضراوات، تربة من البيئة المحيطة.

مُتطلّباتُ الصحة والسلامة العامة:

- ارتداءُ القفازات، العمل في مكانٍ صحيّ.

خطواتُ العمل:

- 1 أختارُ أصيصاً بحجمٍ مناسبٍ، وتأكدُ من وجود فتحاتٍ في أسفلهِ لتصريفِ الماء؛ منعاً لتعفنِ الجذور.
- 2 أضعُ في الأصيصِ خليطاً من التربة الجيدة، ويمكنُ ترطيبها قليلاً لتصبح جاهزةً للزراعة.
- 3 أخرجُ الشتلة من أصيصها القديم أو من صينية الزراعة بلطفٍ دون شدِّ الساق، مع الحرص على الحفاظ على كتلة الجذور سليمة قدر الإمكان.

- 4 إذا كانتِ الجذورُ مُلتفَّةً بشدَّةٍ، أفكُها برفقٍ، وأتجنَّبُ إزالةَ الكثيرِ منَ التربةِ عنها.
- 5 أحفرُ داخلَ الأُصيصِ الجديدِ حفرةً صغيرةً تناسبُ حجمَ الشتلةِ، ثمَّ أضعُ الشتلةَ فيها، وأُعطِّي الجذورَ بالكاملِ بالتربةِ.
- 6 أُضيفُ مزيدًا منَ التربةِ حولَ الشتلةِ؛ لتغطيةِ الجذورِ جيِّدًا منَ جميعِ الجهاتِ.
- 7 أضغطُ على التربةِ برفقٍ؛ لتثبيتها، وأتأكَّدُ منَ عدمِ وجودِ فراغاتٍ هوائيةٍ حولَ الجذورِ.
- 8 أسقي التربةَ برفقٍ؛ لتصبحَ رطبةً، ممَّا يساعدُ على تثبيتِ الشتلةِ ونموِّها بشكلٍ صحيٍّ.

✓ أتحقَّقُ

- أبينُّ خطواتَ تحضيرِ التربةِ لزراعةِ الخضراواتِ.
- أشرحُ خطواتَ زراعةِ الخضراواتِ منَ البذورِ.
- أشرحُ خطواتَ زراعةِ الخضراواتِ منَ الشتلاتِ.

خامسًا: خدمةُ الخضراواتِ:

تشملُ خدمةُ الخضراواتِ مجموعةً منَ العملياتِ، أهمُّها: الريُّ، والتسميدُ، ومكافحةُ الآفاتِ (الرُّش) بالمبيداتِ.

1 ريُّ الخضراواتِ

يُفَضَّلُ ريُّ الخضراواتِ في الصباحِ الباكرِ أوِ المساءِ؛ حتى لا يتبخَّرَ الماءُ بسببِ حرارةِ الشمسِ، معَ ضرورةِ التأكُّدِ منَ أنَّ التربةَ رطبةٌ بعمقٍ كافٍ حتى تصلِ المياهُ إلى جذورِ النباتاتِ. ويُفَضَّلُ استخدامُ الريِّ بالتنقيطِ؛ لتوصيلِ الماءِ مباشرةً إلى الجذورِ، ولأنَّهُ يقلِّلُ منَ الهدرِ، علمًا أنَّ الخضراواتِ تحتاجُ عادةً إلى حوالي



2.5 سم³ من الماء أسبوعياً. ويوضح الشكل الآتي العوامل المؤثرة في الري المطلوب للخضراوات:

نوع الخضراوات

تختلف احتياجات الري من نبات لآخر.

نوع التربة

تؤثر قدرة التربة على الاحتفاظ بالماء في وتيرة الري.

الطقس

تؤثر درجات الحرارة والرطوبة في كمية المياه التي تحتاج النباتات إليها.

نشاط 5

أناقش زملائي / زميلاتي في تأثير كل عامل من العوامل السابقة في كمية المياه التي تحتاج الخضراوات إليها، ونحدد ما إذا كان هذا التأثير يؤدي إلى زيادة أو نقص في الري المطلوب.

نشاط 6



أستخدم رمز الاستجابة السريعة (QR Code) المجاور؛ لأشاهد مقطعاً مرئياً (فيديو) عن طريقة الري الصحيحة للخضراوات، وأسجل ما فيه من معلومات.

أتحقق ✓

ما العوامل الأساسية المؤثرة في ري الخضراوات؟

2 تسميد الخضراوات



يعد التسميد من الخدمات الزراعية الرئيسة التي تهدف إلى تزويد النبات بالعناصر الغذائية الضرورية لنموه وتطوره، وتكمن أهمية هذه الخدمة في دورها في رفع إنتاجية المحاصيل وتحسين جودتها، وهذا بدوره ينعكس على صحة الإنسان والبيئة. السماد في الصورة المجاورة هو المادة البيضاء الموزعة على سطح التربة.

تتنوع الأسمدة المستخدمة في الزراعة بين الأسمدة العضوية (تُستخرج من مصادر طبيعية مثل: بقايا النباتات، وروث الحيوانات)، والأسمدة الكيميائية. ويُراعى في خدمة التسميد تلبية احتياجات النباتات المختلفة ومراحل نموها.

ولكي يكون التسميد فعالاً وآمناً، لا بد من مراعاة الإرشادات الآتية:

الإرشاد	التوضيح
اختبار التربة	يُفضّل إجراء تحليل مخبري للتربة قبل البدء بالتسميد؛ لتحديد العناصر الغذائية المتوفرة فيها ومعرفة ما ينقصها بدقة، مما يساعد على اختيار السماد المناسب وفقاً لنتائج التحليل المخبري للتربة.
اختيار السماد المناسب	ينبغي اختيار نوع السماد وفقاً لطبيعة الخضراوات المزروعة، ووفقاً للمرحلة التي تمرُّ بها في دورة نموها، سواء كانت في مرحلة الإنبات أو الإزهار أو الإثمار.
تجنُّب الإفراط في التسميد	قد يؤدي استخدام كميات زائدة من السماد إلى إلحاق الضرر بالنبات، ويؤثر سلباً في جودة المحصول.
الرِّيُّ المُنتظَّم بعد التسميد	يُعدُّ ريّ النباتات بعد التسميد خطوة ضرورية، إذ يُسهّل امتصاص العناصر الغذائية من قبل الجذور، ويمنع تراكم المواد الضارة في التربة.
الاستعانة بخبراء الزراعة	يُنصَح بالتشاور مع مهندسين زراعيين أو مختصين في مجال التسميد، للحصول على توجيهات دقيقة تناسب مع نوع المحصول وظروف البيئة المحلية.

أ أنواع الأسمدة

تتنوع الأسمدة التي تُستخدم لتغذية الخضراوات، ويُراعى في اختيارها طبيعة النبات ومرحلة نموه. وفي ما يأتي أبرز نوعين من أنواع الأسمدة وأهم خصائصهما:

الأسمدة الكيميائية

هي أسمدة مركبة تحتوي على النيتروجين والفوسفور والبوتاسيوم، وهي عناصر أساسية لنمو النبات، وهناك أسمدة كيميائية تُرش على أوراق النباتات مباشرة.

الأسمدة العضوية

هي أسمدة طبيعية تُحسن خصائص التربة وتزيد خصوبتها. ومن الأمثلة عليها: السماد البلدي، والكمبوست، والسماد الأخضر.

ب مراحل التسميد

تمر خدمة التسميد بعدة مراحل مُرتبطة بدورة حياة النبات، ويُراعى في كل مرحلة نوع السماد وكميته وطريقة استخدامه؛ لضمان تحقيق الفائدة المرجوة. وهذه المراحل هي:

التسميد الوقائي

يتم في بعض الحالات لتجنب نقص العناصر الغذائية، أو لعلاج بعض المشكلات.

التسميد أثناء النمو

يتم خلال مراحل النمو المختلفة للنبات، وتعدل أنواع الأسمدة وكمياتها حسب احتياجات النبات.

التسميد التحضيري

يتم قبل الزراعة أو مع بدايتها، ويهدف إلى تحسين خصائص التربة وتزويدها بالعناصر الغذائية الأساسية.

تحقق

- أذكر نوعي الأسمدة.
- أشرح مراحل التسميد.
- أوضح أهم الإرشادات التي يجب اتباعها لتسميد الخضراوات بشكل صحيح.



3 مُكَافَحَةُ الْآفَاتِ بِالْمُبِيدَاتِ (الرُّشِّ)

تُرَشُّ الخضراواتُ أحياناً بمبيداتٍ حشريةٍ أو فطريةٍ؛ وذلك بهدف حمايتها من الآفات والأمراض.

لكن يجب أن يتم هذا الرش بحذر؛ لأن استخدام المواد بطريقة غير صحيحة قد يلحق الضرر بالإنسان أو البيئة.

ولتحقيق الفائدة وتجنب الأضرار، من المهمّ التزام الإرشادات الآتية:

الإرشاد	التوضيح
اختيار المبيد المناسب	ينبغي اختيار المبيد الملائم لنوع الآفة أو المرض الذي قد يصيب الخضراوات، مع التزام تعليمات الاستخدام والجرعة الموصى بها.
تحديد الوقت المناسب للرش	يُفَضَّلُ رش الخضراوات في الصباح الباكر أو في المساء؛ لتفادي تأثير درجات الحرارة المرتفعة على فعالية المبيد.
الرش بطريقة صحيحة	يجب رش جميع أجزاء النبات بشكل متساوٍ، مع توجيه الرش من الأعلى إلى الأسفل؛ لضمان التغطية الكاملة.
تجنب الرش وقت الرياح	يُمنَعُ الرش في الأيام التي تهب فيها رياح قوية؛ لتفادي انتقال المبيدات إلى أماكن غير مرغوبة.
استخدام معدات الوقاية الشخصية	يجب ارتداء القفازات والنظارات والأقنعة أثناء الرش؛ لحماية الجسم من أي ضرر.
التخلص من العبوات الفارغة	ينبغي التخلص من العبوات الفارغة للمبيدات والأسمدة بطريقة آمنة، وعدم تركها في متناول أيدي الأطفال.

نشاط 7



أستخدم رمز الاستجابة السريعة (QR Code) المجاور؛ لأشاهد مع زملائي / زميلاتي مقطعاً مرئياً (فيديو) يتحدث عن المبيدات الحشرية والفطرية الكيميائية، وأسجل ما أتعلمهُ حول المفاهيم الآتية:

مبيد كيميائي، مبيد طبيعي، فترة التحريم، عينة من الإصابة، صيدلية زراعية، الوقت المفضل لرش المبيدات، متوسط عيار المبيد للمبيدات الحشرية، مدة تكرار الرش، الرش من أعلى إلى أسفل، إرشادات السلامة (كمامة، وقفازات)، عينة تجريبية.

- لِمَ نرُشّ الخضراوات؟
- ما الإرشاداتُ اللازمُ اتباعُها عندَ مُكافَحةِ الآفاتِ بالمُبيداتِ (بالرُشّ)؟

تحضيرُ خليطٍ طبيعيٍّ طاردٍ لحشرةِ المَنِّ

تمرين 2



المكوّنات: رأسُ ثومٍ، بصلةٌ صغيرةٌ، فلفلٌ حارٌّ (ملعقةٌ صغيرةٌ)، سائلٌ غسيلٍ (ملعقةٌ كبيرةٌ)، ماءٌ (لترٌ)، الأطباق.

طريقةُ التحضير:

- أمزجِ الثومَ والبصلَ والفلفلَ الحارَّ في مُحضّرةٍ طعامٍ للحصولِ على عجينةٍ.
- أضيفِ الماءَ إلى العجينةِ، وأتركِ الخليطَ منقوعاً لمدةِ ساعةٍ.
- أصفّي الخليطَ باستخدامِ قطعةٍ من قماشِ الشاشِ.
- أضيفِ سائلَ غسيلِ الأطباقِ إلى المحلولِ المُصفّى، وأخلطُ جيّداً.

طريقةُ الاستخدام:

- أسكبُ السائلَ الناتجَ في أداةِ رُشّ مناسبةٍ تُنتِجُ رذاذاً.
- يرشّ الخليطُ على النباتاتِ المُصابةِ بحشرةِ المَنِّ.
- تأكّدْ من تغطيةِ جميعِ أجزاءِ النباتِ، خاصةً السطحَ السفليّ للأوراقِ حيثَ تكثُرُ الآفاتُ.
- يُستخدمُ أقلُّ ضغطٍ ممكنٍ لتحقيقِ رذاذٍ ناعمٍ يضمنُ تغطيةً فعّالةً للنباتِ.
- لا يجوزُ استخدامُ كمّيّةٍ أكبرَ من الموصى بها؛ لأنّ ذلكَ يزيدُ من فعاليّتهِ، بل قد يُلحقُ الضررَ بالنباتِ أو البيئةِ.



السماذ العضوي مادة طبيعية تتج من تحلل بقايا النباتات والحيوانات، ويُستخدم لتحسين جودة التربة وزيادة خصوبتها، مما يساعد النباتات على النمو بشكل أفضل. ومن هنا، يمكن استخدام بقايا الخضراوات والفواكه سماً طبعياً إذا خُمرت بطريقة صحيحة، لتغذية نباتات أخرى والاستفادة منها بدلاً من رميها.

التقويم



1. الفكرة الرئيسة:

- ما الخطوات الرئيسة لزراعة شتلة خضراوات في أصيص؟
- أعدد المهام الرئيسة لخدمة الخضراوات.

2. الاستنتاج: كيف يؤدي الري أحياناً إلى تعفن جذور النباتات؟

3. التفسير:

- ما سبب موت بعض الشتلات بعد زراعتها وعدم نموها؟
- لماذا تتأذى بعض النباتات أحياناً عند رشها؟

4. التفكير الناقد: إذا ظهرت زهور على أشتال النباتات وهي ما تزال صغيرة: هل نتركها أم نزيلها؟ أبرر إجابتي.

زراعة الأشجار الحرجية وخدمتها



أَتِهْيَأْ

أَتَأْمَلُ الصُّورَةَ الْآتِيَةَ، ثُمَّ أَجِيبُ عَمَّا يَلِيهَا:



- ما الفائدةُ مِنْ زِراعةِ الأشجارِ الحرجية؟
- أَذكرُ أشجارًا حرجيةً شائعةً في منطقتي.

أَسْتَكْشِفُ



الأخطارُ التي تواجهُ الأشجارَ الحرجيةَ



- أَسْتَخْدِمُ رَمَزَ الاستجابةِ السريعةِ (QR Code) المجاور؛ لأشاهدَ مقطعًا مرئيًا (فيديو) تُعرَضُ فيه بعضُ الأخطارِ التي تهددُ الأشجارَ الحرجيةَ في الأردن، ثُمَّ أَناقِشُ زملائي / زميلاتي في إجابتي السؤاليين الآتيين:
- ما السلوكاتُ غيرُ السليمةِ في التعاملِ معَ الأشجارِ والغاباتِ؟
 - أقدمُ حلولًا لحماية الغاباتِ.

الفكرةُ الرئيسةُ

- تنتشرُ الأشجارُ الحرجيةُ في الأردن ما يقاربُ (1.2%) مِنْ إجماليِّ مساحةِ المملكةِ الأردنية الهاشمية، وهي نسبةٌ محدودةٌ تعكسُ التحديات البيئية التي تواجهُ الغطاءَ النباتي.

ماذا سأتعلَّمُ؟

- زراعةُ الأشجارِ الحرجيةِ.
- طرقُ خدمةِ الأشجارِ الحرجيةِ.
- تقديمُ خدمةٍ تطوعيةٍ في الاهتمامِ بزراعةِ الأشجارِ الحرجيةِ.

المفاهيمُ والمصطلحاتُ

- الأشجارُ الحرجيةُ Forest Trees
- خدمةُ الأشجارِ Tree Service
- المبادراتُ التطوعيةُ Voluntary Initiatives

القيمُ والاتجاهاتُ

- غرسُ قيمِ الانتماءِ للأرضِ، الوعيِ بأهميةِ الأشجارِ الحرجيةِ، المحافظةُ على الأشجارِ الحرجيةِ.

♦ **أُستنتج** أنَّ إهمالَ الأشجارِ الحَرَجِيَّةِ ينتجُ عنه فقدانُ المواردِ الخشبية، وانقراضُ بعضِ أنواعِ النباتاتِ، ونُفوقُ الحيواناتِ التي تعيشُ في الغاباتِ، ويسببُ زيادةَ نسبةِ ثاني أكسيدِ الكربونِ في الغلافِ الجويِّ.

أقرأ وأتعلَّم

الأشجارُ الحَرَجِيَّةُ

تُعدُّ الأشجارُ الحَرَجِيَّةُ مِنَ العناصرِ الأساسيةِ في البيئةِ الطبيعية؛ لِمَا لَهَا مِنْ دورٍ بيئيٍّ مُهمٍّ (مثل حفظِ التربةِ مِنَ الانجرافِ)، إضافةً إلى فوائدٍ إنتاجيةٍ مثل استخراجِ الصمغِ. وتُعرَّفُ الأشجارُ الحَرَجِيَّةُ بأنَّها أشجارٌ ضخمةٌ دائمةُ الخضرة، تنمو طبيعياً في الغاباتِ والمناطقِ الجبلية. وتُقسَمُ إلى نوعين رئيسيين، هما:

2

الأشجارُ الحَرَجِيَّةُ عريضةُ الأوراقِ، مثلُ: البلوطِ، والزَّنْزَلَخْتِ «المظلَّة»، والكينيا.



1

الأشجارُ الحَرَجِيَّةُ المخروطيةُ، مثلُ: السَّرْوِ، والعرعرِ، والصنوبرِ.



✓ **أتحقَّق**

أبيِّنْ نوعي الأشجارِ الحَرَجِيَّةِ، ثمَّ أعْطِ مثالا على كُلِّ نوعٍ.

مواعيد زراعة الأشجار الحرجية وأماكنها

تُزرع الأشجار الحرجية عادةً في شهر كانون الثاني، وتستمر زراعتها حتى منتصف شهر آذار. **أفكر: لماذا؟** وتزرع هذه الأشجار في المناطق غير المناسبة لزراعة الأشجار المثمرة، مثل: الأراضي الصخرية، والمناطق المنحدرة، والجبال. **أفكر: لماذا؟**

✓ أتتحقق

أحدّد أماكن زراعة الأشجار الحرجية.



زراعة شجرة الخروب

تمرين 1

المعلومات النظرية:

تعدّ شجرة الخروب من الأشجار الحرجية عريضة الأوراق، وتتميز بقدرتها العالية على تحمل الجفاف، مما يجعلها مناسبة للبيئات القاسية. وهي شجرة دائمة الخضرة، تُعرف بظلالها الواسعة وفوائدها الصحية المتعددة.

تنتج هذه الشجرة ثماراً على شكل قرون بيضاء اللون تحتوي على: بذور، ولبّ حلو المذاق يُستخدم بديلاً طبيعياً للسكر. وتُستخرج من ثمارها منتجات غذائية مثل العصير والدبس، ما يعزّز من قيمتها الاقتصادية والغذائية.

المواد والأدوات:

غرس شجرة حرجية (الخروب)، أدوات زراعية (فأس، مجرفة، مشط زراعي، مقصّ تقليم، سكين، مرش ماء)، ماء، سماد عضوي.

متطلبات الصحة والسلامة العامة:

- الحذر عند التعامل مع الأدوات الزراعية، والعمل تحت إشراف المعلم/ المعلمة.
- ارتداء ملابس العمل والقفازات.
- الحذر الشديد عند حفر الجور في الأراضي الصخرية والمنحدرة.

خطوات العمل:

- 1 أحضر المواد والأدوات اللازمة للعمل، بعد اختيار الموقع المناسب للزراعة، مثل: الحديقة المدرسية، أو أرصفة الطرق، أو الساحات العامة، أو الغابات.
- 2 أستخدم الفأس والمجرفة لحفر جورة بعمق وقطر (40 × 40 سم).
- 3 أخلط التراب الناتج عن الحفر بالسماد العضوي المُتحلل (السماد البلدي).
- 4 أفتح الكيس المحيط بالغرسه باستخدام السكين وأنزعهُ برفق، مع الحفاظ على التربة المحيطة بالجذور (الطوبارة) سليمة.
- أنبه:** إذا كانت الجذور خارجة من الكيس، أستخدم مقص التقليم لإزالتها عند مستوى الثقب.
- 5 أضع الغرسه بالكامل في منتصف الجورة بشكلٍ قائمٍ ومستقر.
- 6 أردم التربة المخلوطة بالسماد حول الغرسه، وأرضها باليد لتثبيتها، ثم أكمل ردَم الجورة حتى تمتلئ، مع رص التربة بالقدم. **أفكر: لماذا؟**
- 7 أنشئ حوضاً حول الغرسه إذا كانت الأرض مُستوية، أما في الأراضي المنحدرة فأشكّله على هيئة هلال، ثم أروي الغرسه مباشرة بكمية كافية من الماء.
- 8 أنظف الأدوات التي استخدمتها، وأعيدها إلى مكانها المُخصّص، وأترك المكان نظيفاً بعد الانتهاء من العمل.



نشاط 1

أُسهم في الحفاظ على الثروة الحرجية عن طريق زراعة غرسة مناسبة لبيئة منطقتي أو في حديقة مدرستي، والتزم بحمايتها ورعايتها.



طرق خدمة الأشجار الحرجية

تُعَدُّ العناية بالأشجار الحرجية بعد زراعتها خطوة أساسية لضمان نموها واستدامتها، إذ تسهم هذه الخدمة في حمايتها من الأخطار البيئية والبشرية، مثل الحيوانات الرعوية أو العبث بأغصانها. ومن أبرز أساليب الخدمة التي تُقدَّم للغراس:

1 الريُّ المنتظم كلَّ أسبوعين خلال السنوات الأولى من عمر الغرسة، وخاصةً في فترات الجفاف الطويلة.

2 تسميد الأشتال باستخدام السماد العضوي، وذلك في فصل الشتاء أو الربيع؛ لتعزيز نموها الطبيعي.

3 التقليم بعد مرور سنة إلى سنتين من الزراعة؛ بهدف إزالة الأغصان الميتة أو التالفة، وتحسين الشكل العام للغرسة وتقويتها.

4 إزالة الأعشاب الضارة من المنطقة المحيطة بالغرسة؛ لتجنب منافستها على الماء والغذاء.

المبادرات التطوعية

عن أنس بن مالك رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ: «ما من مسلم يغرُس غرسًا، أو يزرع زرعًا، فيأكل منه طير، أو إنسان، أو بهيمة، إلا كان له به صدقة» [رواه البخاري].

استلهامًا من هذا التوجيه النبوي الكريم، انطلقت في الأردن سلسلة من المبادرات التطوعية الهادفة إلى زراعة الأشجار الحرجية، دعمًا للمبادرة الوطنية التي أطلقت عام 2020م، بهدف غرس عشرة ملايين شجرة خلال عشر سنوات؛ لمواجهة آثار التغير المناخي وتراجع معدلات الهطول المطري. وقد شاركت في هذه الجهود مبادرات مجتمعية متميزة، مثل: بالتطوع نسمو، بلدي أجمل، مزيّنة بالأشجار، ازرع شجرة لأجلهم، وقد أتيحت فرص للأشخاص ذوي الإعاقة للمشاركة الفاعلة في الأنشطة البيئية، مما عزز اندماجهم المجتمعي.

وأسهمت وزارة التربية والتعليم في دعم هذه المبادرات، عن طريق إشراك الطلبة في حملات التشجير، ونشر الوعي البيئي، وتعزيز ثقافة حماية الأشجار الحرجية ومكافحة التصحر؛ لما لها من ارتباط وثيق بمستقبل الأردن الزراعي.

ويُحتفل في المملكة سنويًا بعيد الشجرة في الخامس عشر من كانون الثاني؛ تأكيدًا لأهمية الغطاء النباتي ودوره في الحفاظ على البيئة.





أنشئت الحديقة النباتية الملكية في تل الرمان بمبادرة ملكية من سمو الأميرة بسمة بنت علي بهدف الحفاظ على الغطاء النباتي في الأردن، وتمكين المجتمع المحلي من المفاهيم البيئية «أفكاراً تساعد على فهم العلاقة بين الإنسان والبيئة، مثل: التلوث»، وكيفية المحافظة عليها، حيث تضم الحديقة الملكية على أكثر من (600) نوع من النباتات المحلية النادرة، وتبلغ مساحتها (1700) دونم.

التقويم



1. **الفكرة الرئيسة:** أيبين فوائد زراعة الأشجار الحرجية.
2. أضع إشارة (✓) بجانب العبارة الصحيحة، وإشارة (✗) بجانب العبارة غير الصحيحة في ما يأتي:
 - تبلغ نسبة الأشجار الحرجية في الأردن 3.50% من إجمالي المساحة. ()
 - يُعدّ البلوط من الأمثلة على الأشجار الحرجية عريضة الأوراق. ()
 - موعد زراعة الأشجار الحرجية في شهر كانون الثاني. ()
 - يُفضّل ريّ الغراس الحرجية مرة كل أسبوعين، خاصة في السنوات الأولى من عمر الغرسة. ()
 - تسهم المبادرات التطوعية في تعميق مفهوم العمل التطوعي لدى الشباب. ()
3. **أفسر** كلاً مما يأتي:
 - إذا كانت الجذور خارجة من الكيس، يُستخدم مقص التقليم لإزالتها عند مستوى الثقب.
 - إزالة الأعشاب الضارة من المنطقة المحيطة بالغراس خلال السنوات الأولى من عمرها.
4. أوضّح أهمية شجرة الخروب.

التوعية والإرشاد المهني:



تُعَدُّ مهنة الطَّوَّافِ مِنْ أَهَمِّ المِهَنِ المتصلة بحراسة الغابات وحمايتها مِنَ العابثين، إذْ يتولَّى الطَّوَّافُ مسؤولية منع التعدي على الأشجار الحرجية، سواءً بالقطع الجائر، أو الإتلاف المُتعمَّد، أو إشعال الحرائق. ويُمارسُ الطَّوَّافُ دوره كضابط عدلية بالتنسيق مع وزارة الزراعة ومديرية الأمن العام؛ لضمان تطبيق القوانين والمحافظة على الثروة الحرجية، وصون البيئة الطبيعية.

مشروعي:



أُسهم في استثمار حصص النشاط الحُرِّ في مدرستي بزراعة الخضراوات في الحديقة المدرسية، وغرس الأشجار الحرجية حولها؛ تعزيزاً لجمال البيئة المدرسية، وترسيخاً لقيم العمل التطوعي والوعي البيئي.

المسابقة المهنية:



أشارك في مسابقة مدرسية تهدف إلى تصميم لوحة فنية تعبر عن أهمية الأشجار الحرجية وضرورة الحفاظ عليها، بالتعاون مع معلِّم / معلِّمة التربية الفنية، ومعلِّم / معلِّمة التربية المهنية.

الصناعات المنزلية

الصناعة



تُعَدُّ الصناعات المنزلية اليدوية نمطاً إنتاجياً محدود الحجم، ومع ذلك تؤدي دوراً فاعلاً في دعم الاقتصاد الوطني والتخفيف من البطالة، إذ تلبي العديد من هذه الصناعات، مثل صناعة الصابون، وإنتاج الملابس يدوياً، احتياجات سوق يفضل الجودة والأصالة، ويبحث عن منتجات تتسم بالجودة العالية.



الفكرة العامة



قائمة الدروس:
الدّرسُ (1): صناعةُ الصابونِ.
الدّرسُ (2): إنتاجُ الملابسِ.



الفكرة الرئيسة

- يسهم الصابون المصنَّع يدويًا في المنزل باستخدام الزيوت الطبيعية، في معالجة مشاكل البشرة، مثل جفاف البشرة، إذ يمتاز بقدرته على الترطيب وتحسين المظهر العام للجلد.

ماذا سأتعلَّم؟

- طرق إنتاج الصابون.
- إنتاج قطع من الصابون.

المفاهيم والمصطلحات

- الصابون Soap
- الصودا الكاوية Caustic Soda
- الزيت المستعمل Used Oil
- التصبن Saponification

القيم والاتجاهات

- المحافظة على النظافة الشخصية، تقدير العمل اليدوي، الحذر عند التعامل مع المواد الكيميائية، ارتداء معدات الوقاية.



أتهياً

أَتأمل الصور الآتية، ثم أجيب عما يليها:



● ما الفرق بين الصابون والمُنظفات من حيث التركيب؟

أستكشفُ



الصودا الكاوية «هيدروكسيد الصوديوم»

أتأملُ الصورة المجاورة، ثم أجيبُ عما يأتي:

- ما الاستخدام المنزلي الشائع للصودا الكاوية؟
- أذكرُ ضررًا يمكن أن ينتج عن سوء استخدام الصودا الكاوية داخل المنزل.
- ما الإجراء الآمن عند التعامل مع الصودا الكاوية؟

◆ **أستنتجُ** أن الصودا الكاوية مادة كيميائية قلوية وذات تأثير قوي، مما يستدعي التعامل معها بحذر داخل المنزل؛ لتفادي الإصابات المُحتملة، مثل حروق الجلد.

أقرأُ وأتعلّمُ

الصابونُ



أدركُ الإنسان منذ القدم أهمية الصحة الجسدية، فحرصَ على نظافة مسكنه وملبسه وأدواته المنزلية؛ تجنبًا للأمراض ومُسبباتها. وقد استُخدم الصابون في بداياته على هيئة مرهم؛ لما له من خصائص علاجية، ثم تطور استخدامه ليصبح وسيلة أساسية للحفاظ على النظافة والصحة العامة.

ويُعرف الصابون علميًا بأنه مادة تُستخدم مع الماء لتقليل التوتر السطحي، مما يساعد على إزالة الشوائب والدهون الموجودة فيها من سطح البشرة، وذلك بفضل خاصية فيزيائية تُعرف بالرغوة.

✓ **أتحقّقُ**

أوضّح مفهوم الصابون.

طرقُ صناعةِ الصابونِ في المنزلِ

يُصنَعُ الصابونُ في المنزلِ بطريقتينِ رئيسيتين، هما:

الطريقة الباردة

1

تتميّزُ بأنّها بسيطةٌ وسهلةُ التنفيذِ، ومُنخفضةُ التكلفةٍ ولا تحتاجُ إلى مهارةٍ عاليةٍ عندَ تصنيعِ الصابونِ، وتتميّزُ قطعُ الصابونِ الناتجةُ عنها بلونها الأبيضِ الناصعِ. وعلى الرغمِ من تسميتها «الباردة»، فإنَّ خلطَ الصودا الكاويةِ بالماءِ يُولّدُ حرارةً قد تقتربُ من درجةِ الغليانِ؛ لذا يُفضَّلُ وضعُ وعاءِ الصابونِ في حمّامٍ باردٍ (ماءٍ وثلجٍ) قبل الخلطِ لتقليلِ درجةِ الحرارة وضمانِ السلامةِ.

الطريقة الحارّة (الساخنة)

2

تحدثُ فيها عمليةُ التصبُّنِ أثناء الطهيِ على النارِ، ممّا يجعلها أكثرَ سرعةً من الطريقةِ الباردةِ، وهي طريقةٌ آمنةٌ، إذ يمكنُ استخدامُ الصابونِ مباشرةً بعد أن يبردَ، كما تحتفظُ قطعُ الصابونِ برائحةِ الزيوتِ العطريةِ المضافةِ إليها بشكلٍ أفضلٍ.

✓ اتّحقّقْ

أبَيِّنْ سببَ وضعِ وعاءِ الصابونِ في حمّامٍ باردٍ عندَ تصنيعِ الصابونِ.

صناعةُ الصابونِ بالطريقةِ الحارّةِ (الساخنة)

1 تمرين

المعلوماتُ النظريةُ:

لزيادةِ الرغوةِ في الصابونِ المُصنَّعِ منزلياً يمكنُ إضافةُ السكّرِ إلى الماءِ، ولزيادةِ صلابتهِ يضافُ الملحُ قبلَ إضافةِ الصودا الكاويةِ إلى الخليطِ.

الموادُّ والأدواتُ:

زيتُ الزيتونِ (700 غم)، الصودا الكاوية (100 غم)، ماءٌ (200 غم)، زيوتُ عطريةٌ، موادُّ مُلوّنةٌ طبيعيةٌ (تضافُ حسبَ الرغبةِ)، ميزانٌ حسّاسٌ، وعاءٌ بلاستيكيٌّ، فرنٌ غازٍ، ملعقةٌ خشبيّةٌ، وعاءٌ ستانلس ستيل، قوالبُ خشبيّةٌ أو قوالبُ سيليكون.

مُتطلّباتُ الصّحةِ والسّلامةِ العامّةِ:

- ارتداءُ المِريولِ والقفازاتِ والكِمامةِ والنظاراتِ الواقيةِ قبلَ البدءِ بالعملِ.
- الحذرُ عندَ التعاملِ معَ الصّودا الكاويةِ وفرنِ الغازِ، واستخدامُهُما تحتَ إشرافِ المِعَلِّمِ/ المِعَلِّمةِ.
- الحرصُ على استخدامِ ملعقةٍ خشبيةٍ عندَ خلطِ الموادِّ، وتحتَ إشرافِ المِعَلِّمِ/ المِعَلِّمةِ.
- تجنُّبُ وضعِ المُكوّناتِ في وعاءٍ مصنوعٍ من الألمنيومِ أو الحديدِ.

خطواتُ العملِ:

- 1 أجهّزِ الموادَّ والأدواتِ اللازمةَ للعملِ.
- 2 أضعُ الماءَ في وعاءٍ بلاستيكيٍّ، ثمَّ أضيفُ الصّودا الكاويةَ تدريجيًّا (وليسَ العكسَ)، **أفكّرُ: لماذا؟** وأحرّكُ الخليطَ باستخدامِ ملعقةٍ خشبيةٍ، **أفكّرُ: لماذا؟**، ثمَّ أتركُه ليهْدَأَ تمامًا.
- 3 أضعُ زيتَ الزيتونِ في وعاءٍ ستانلس ستيل، ثمَّ أضيفُ إليه محلولَ الصّودا الكاويةِ، وأحرّكُ جيّدًا.
- 4 أضعُ الوعاءَ على نارٍ مُتوسّطةٍ، وأستمرُّ في التحريكِ حتّى يصلَ الخليطُ إلى درجةِ الغليانِ.
- 5 أوصلُ التحريكَ حتّى يصبحَ الخليطُ متجانسًا، ويتغيّرُ لونهُ، وتزدادُ كثافتهُ، ممّا يدلُّ على انتهاءِ التفاعلِ.
- 6 أضيفُ الزيوتَ العطريةَ أو الروائحَ الطّبيعيةَ حسبَ الرغبةِ.
- 7 أتركُ الخليطَ حتّى يبردَ تمامًا قبلَ سكبِهِ.
- 8 أسكبُ الخليطَ في قوالبٍ مخصّصةٍ للتشكيلِ، وأتركُه لمدّةِ 24 ساعةً حتّى يتماسكُ.
- 9 بعدَ إخراجِ قطعِ الصابونِ من القوالبِ، أضعُها في مكانٍ جافٍّ؛ ليجفَّ تمامًا.
- 10 أغلّفُ قطعَ الصابونِ، ثمَّ ألصقُ عليها بطاقةَ البيانِ التعريفيةَ.
- 11 أنظفُ الأدواتَ التي استخدمْتُها بحذرٍ، وأتركُ مكانَ العملِ نظيفًا.
- 12 أغسلُ يديَّ جيّدًا بالماءِ والصابونِ بعدَ الانتهاءِ من العملِ دونَ إشرافٍ.



يحتوي الجدول الآتي مُلَوَّنَاتٍ وروائحٍ طبيعيةٍ يمكنُ إضافتها إلى الصابون:

الروائح الطبيعية	الْمُلَوَّنَاتُ الطبيعيةُ/ اللونُ
النعناعُ	الكرَكُمُ (الأصفرُ)
اللافندرُ	البقدونسُ (الأخضرُ)
الفانيليا	القَرْفَةُ/ القَرْنَفُلُ (البُنِّيُّ)
زيتُ الياسمينِ/ زيتُ الليمونِ/ زيتُ اليانسونِ	البَابَرِيكا (البرتقاليُّ)

صناعةُ الصابونِ بالطريقةِ الباردةِ

نشاط 1



أستخدمُ رمزَ الاستجابةِ السريعةِ (QR Code) المجاورَ؛ لأشاهدَ مقطعاً مرئياً (فيديو) عن صناعةِ الصابونِ بالطريقةِ الباردةِ، ثمَّ أتعاونُ معَ أفرادِ مجموعتي على تطبيقِ الخطواتِ بإشرافِ معلمي/ معلمي، باستخدامِ الموادِّ والأدواتِ نفسها دونَ الحاجةِ إلى فرنِ الغازِ.

أُنَبِّهُ: أستخدمُ الخلَّاطَ اليدويَّ لتسريعِ عمليةِ التصبُّنِ.



صناعة الصابون من الزيوت المستعملة في المنزل



بدلاً من التخلص من الزيت المستعمل في المطبخ، يمكن إعادة تدويره لصناعة الصابون الطبيعي، مما يساهم في حماية البيئة من التلوث، ويتم ذلك وفق الخطوات الآتية:

- يُصفى الزيت باستخدام قطعة قماش نظيفة؛ لإزالة الشوائب العالقة به.

- يضاف إليه الدقيق والنشا والمادة العطرية، ويُحرّك الخليط جيداً حتى تتجانس المكونات.

- يُحضّر محلول من الماء الساخن والصودا الكاوية، ويضاف تدريجياً إلى الخليط مع التحريك المستمر باستخدام ملعقة خشبية، حتى يصبح الخليط متماسكاً ومتجانساً القوام.

- يُسكب في قوالب خاصة، ويوضع في الشمس حتى يجف ويتماسك تماماً.

أستخدم رمز الاستجابة السريعة (QR Code) المجاور؛ لأشاهد مقطعاً مرئياً (فيديو) عن صناعة الصابون من الزيوت المستعملة في المنزل.



الربط مع الصحة



أكد خبراء الرعاية الصحية أهمية غسل اليدين بالماء والصابون بوصف ذلك وسيلة فعالة للوقاية من الأمراض المعدية، خصوصاً لدى الأطفال، وفي عام 2008م خُصّص يوم الـ 15 من شهر تشرين الأول من كل عام ليكون اليوم العالمي لغسل اليدين؛ بهدف نشر الوعي الصحي بأهمية هذه العادة الوقائية، لا سيما بين الأطفال دون سن الخامسة.

أشارك بفقرة في الإذاعة المدرسية لتوعية الطلبة بأهمية غسل اليدين بالطريقة الصحيحة، وذلك تحت إشراف مسؤول/ مسؤولة الصحة المدرسية.



1. **الفكرة الرئيسة:** أضع إشارة (✓) بجانب المعلومة الصحيحة، وإشارة (x) بجانب المعلومة

غير الصحيحة في ما يأتي:

- يجب استخدام أواني ستانلس ستيل عند غلي مكونات الصابون بالطريقة الساخنة. ()
- المكونات الأساسية الثلاثة لصناعة الصابون هي: الزيت، والصودا الكاوية، والماء. ()
- تضاف الزيوت العطرية عند تصنيع الصابون للحصول على روائح طبيعية للمنتج. ()
- توضع الصودا الكاوية في وعاء بلاستيكي، ثم يوضع الماء فوقها. ()

2. **أفسر** كلاً مما يأتي:

- استخدام ملعقة خشبية عند تحريك خليط المواد الخاصة في تصنيع الصابون.
- يُفضل إضافة الملح عند صناعة الصابون في المنزل.
- توفر الماء الجاري بالقرب من محطة العمل أثناء تحضير الصابون.

3. **التفكير الناقد:** كيف يساعد تدوير الزيت المستعمل في المنزل على الحد من التلوث البيئي.



أبحثُ في شبكةِ الحروفِ عنِ الكلماتِ الآتيةِ وأشطبُ حروفَها أفقيّاً وعموديّاً، ثمَّ أكوّنُ منَ الحروفِ المُتبقّيةِ الكلمةَ الضائعةَ.
شريطُ قياسٍ، مقصٌّ، إبرةٌ، مسطرةٌ، طباشيرُ التّأشيرِ، كشتبانٌ، خيطٌ، دبّوسٌ.

ب	ا	ب	ك	س	خ
ر	ش	ط	ش	أ	ي
ي	ي	س	ت	ي	ط
ش	ر	و	ب	ق	ا
أ	ا	ب	ا	ط	
ت	ل	د	ن	ي	ة
ع	ط	س	م	ر	ر
ل	ر	ة	ل	ش	ب
	ة	ص	ق	م	إ

الكلمةُ الضائعةُ تدلُّ على أداةٍ لحفظِ موادِّ الخياطةِ وأدواتِها:

.....

الفكرةُ الرئيسيّةُ

■ يسهمُ إنتاجُ الملابسِ في توفيرِ فرصِ عملٍ مُتنوّعةٍ، ويتيحُ للأفرادِ التعبيرَ عنَ ذوقِهِمُ الشخصيِّ، ويساعدُ على تنميةِ المهاراتِ اليدويّةِ، والقدرةِ على اختيارِ الأقمشةِ بجودةٍ مناسبةٍ، وتوفيرِ مُتّجاتٍ بأسعارٍ متفاوتةٍ تراعي احتياجاتَ مختلفِ الفئاتِ المجتمعيّةِ.

ماذا سأتعلمُ؟

- طرقُ إنتاجِ الملابسِ.
- إنتاجُ قطعةِ ملابسٍ بسيطةٍ.
- إصلاحُ قطعةِ ملابسٍ.

المفاهيمُ والمصطلحاتُ

- إنتاجُ الملابسِ
Clothing Production
- غرزةُ الشّالّةِ Running Stitch
- الخياطةُ المنزليّةُ Home Sewing
- الخياطةُ الصناعيّةُ Industrial Sewing
- إصلاحُ الملابسِ Clothing Repair

القيمُ والاتّجاهاتُ

- احترامُ العاملينَ والعاملاتِ في مهنةِ الخياطةِ، ترشيّدُ الاستهلاكِ أثناءَ خياطةِ الملابسِ، الحذرُ عندَ استعمالِ أدواتِ الخياطةِ.



الخياطة اليدوية

تُعَدُّ الخياطة اليدوية من المهارات السهلة التي يمكن تعلُّمها بسرعة، إذ تعتمد على ربط أجزاء القماش باستخدام الإبرة والخيط، بغرز الإبرة في وجهي القماش بشكلٍ مُتتابع. ومن أولى الغرز التي يتعلَّمها المبتدئون: غرزة الشلالة، وهي نوعٌ من غرزة السراجة المتساوية، لكنها تتميز بأن طول الغرزة فيها أقصر من غرزة السراجة المتساوية.

تنفيذ غرزة الشلالة

نشاط 1



- 1 يوجّه المعلم/ المعلمة الطلبة للعمل بشكلٍ فرديٍّ ضمنَ مجموعاتٍهم داخلَ مشغلِ التربية المهنية، مع تأكيد التزام الخطوات المحددة.
 - 2 يوزّع المعلم/ المعلمة الأدوات اللازمة على كلِّ طالبٍ/ طالبةٍ، وتشمل: قطعة قماشٍ، مقصًا، إبرة، خيطًا، مسطرة، قلم رصاصٍ أو طباشيرٍ تأشيرٍ.
 - 3 أستخدم المسطرة وقلم الرصاص أو طباشير التأشير لرسم خطٍّ مستقيمٍ مُتقطعٍ على القماش، بحيث يكون طول كلِّ غرزة (3) ملم والمسافة الفاصلة بين الغرز (3) ملم.
 - 4 أدخل الخيط في الإبرة كما تعلمت سابقًا في الصف السادس الأساسي.
 - 5 أبدأ من الجهة الخلفية للقماش برفع الإبرة إلى نقطة البداية.
 - 6 أدخل الإبرة مرةً أخرى إلى الأسفل عبر قطعة القماش على مسافة غرزة واحدة من نقطة البداية.
 - 7 أخرج الإبرة من الخلف إلى الأعلى على مسافة غرزة واحدة تقريبًا من الغرزة السابقة.
 - 8 أكرّر هذه الخطوات مع الحفاظ على المسافات المحددة بين الغرز.
- أقيم عملي، وأحدّد نقاط القوة والضعف التي واجهتني أثناء تنفيذ غرزة الشلالة.
 - أناقش مع مجموعتي إجابات الأسئلة الآتية:
 - ما التحديات التي واجهتنا أثناء تنفيذ غرزة الشلالة؟
 - أحدّد استخدامات غرزة الشلالة.
 - أبين أهمية هذه المهارة في الحياة اليومية أو المهنية.
- ♦ **أستنتج** أن غرزة الشلالة من الغرز الثابتة، وهي سلسلة من الغرز المستقيمة تعتمد على تحريك الإبرة إلى الأعلى وإلى الأسفل على مسافة منتظمة.

إنتاج الملابس

تتميز قطع الملابس المُنتجة بتنوعها في الشكل واللون والتصميم، وهي عملية مُنظمة تمرُّ بسلسلةٍ من الخطوات، تبدأ بتحضير المواد الخام مثل الأقمشة ومُستلزماتِها، ثمَّ تحويلها إلى مُنتجٍ نهائيٍّ تامِّ الصنع وجاهزٍ للاستخدام.

✓ اتحقق

أوضح مفهوم إنتاج الملابس.

طرق إنتاج الملابس

تُقسَّم طرق إنتاج الملابس إلى قسمين، هما:

1 الخياطة المنزلية «خياطة التواصل»:

هي مهارةٌ يدويةٌ يُنفَّذ فيها الخياطُ/ الخياطةُ جميعَ مراحلِ إنتاجِ قطعةِ الملابس، بدءًا من التصميم وحتى الإنهاء. تُستخدمُ في هذه العملية أدواتٌ بسيطةٌ، مثل الإبرة والخيط أو ماكينة الخياطة، لربط قطع القماش ببعضها البعض، وتحويلها إلى ملابس جاهزة، مثل:

الفساتين، والبدايات الرجالية، وملابس الأطفال، والعباءات، وغيرها حسب طلب الزبون. وتبرز أهمية هذه الطريقة في أنَّها تُنفَّذ حسب الطلب، مما يتيح للزبون اختيار نوع القماش والتصميم المناسب له، وهي مصدر دخل جيد لمن يتقنها.

2 الخياطة الصناعية

هي الخياطة التي تتم داخل المصانع باستخدام ماكينات خياطة مُتخصَّصة تهدف إلى إنتاج الملابس بكميات كبيرة وبجودة عالية. وتُعدُّ هذه الطريقة من أكثر أساليب الإنتاج كفاءة؛ نظرًا لما توفره من سرعة في الإنتاج، ودقة في المقاسات والتصميم، وتوفير في التكاليف بسبب الإنتاج الضخم. يُقسَّم العمل إلى مراحل مُحددة يتولَّى كلُّ خياط/ خياطة مسؤولية تنفيذ جزء مُعيَّن من عملية الإنتاج، مثل: تركيب السحابات، وتركيب الأكمام، وتثبيت الأزرار.





المعلومات النظرية:

عند إنتاج قطع الملابس، يجب تفقد القماش؛ للتأكد من خلوه من العيوب عن طريق فحص طبقة واحدة منه أمام الضوء.

المواد والأدوات:

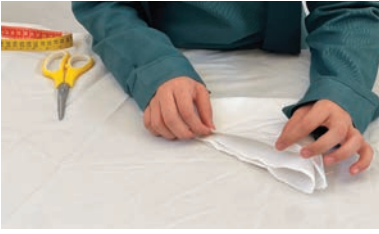
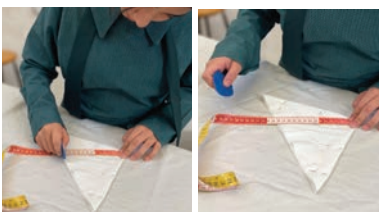
قطعة قماش، إبر، خيط، مقص، شريط القياس أو مسطرة، صابون التأشير، دبابيس.

متطلبات السلامة والصحة العامة:

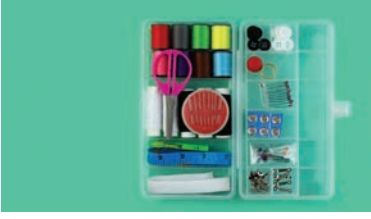
- الحذر عند استخدام المقص، وبإشراف المعلم / المعلمة.
- الجلوس بطريقة صحيحة أثناء العمل.

خطوات العمل:

الخطوة	الصورة التوضيحية
1) أجهز المواد والأدوات اللازمة للعمل، وأغسل يدي جيدًا بالماء والصابون.	
2) أقص قطعة قماش مربعة طول ضلعها (30 سم).	
3) ثني قطعة القماش لتشكيل مثلث قائم الزاوية.	

الخطوة	الصورة التوضيحية
4 أكرّر العملية مرّةً أخرى لتصبح قطعة القماش على أربع طبقات.	
5 أثبتت قطعة القماش باستخدام الدبابيس.	
6 أثبتت شريط القياس من جهة الزاوية القائمة.	
7 أنزل أسفل الزاوية مسافة مقدارها (1 سم) و(15 سم) على التوالي.	
8 أحرك شريط القياس على مسافات متباعدة مع ثباته على الزاوية، ثم أقيس نفس المسافات في الخطوة السابقة (رقم 7).	
9 أصل بين المسافات، مع تشكيل قوسين؛ أحدهما على بُعد (1 سم) والآخر على بُعد (15 سم)، وأقصّ عليهما.	

الخطوة	الصورة التوضيحية
10 أنزل مسافة (2 سم) أسفل القوس الأول من جهة الحافة المثبتة المغلقة، وأرسم منها خطاً عمودياً بطول (2 سم)، وأقص عليه.	
11 أفرد قطعة القماش على سطح مستو.	
12 أمسك بالقماش من مسافة (2 سم) التي قصتها، وأشكّل الشكل النهائي للفستان.	
13 أثنى الحافة السفلية للفستان بمقدار (0.5 سم) إلى الداخل، أو حسب نوع القماش، وأستخدم غرزة الشلالة كما تعلمت سابقاً لتثبيت حافة الفستان.	
14 أزين الفستان بأسلوب الخاص، وأحفظه في ملف إنجازي.	 

الخطوة	الصورة التوضيحية
15 أنظف الأدوات المستخدمة، وأعيدها إلى مكانها المخصص، وأترك المكان نظيفاً.	



إصلاح الملابس



تهدف عملية إصلاح الملابس إلى إطالة عمر استخدام القطعة، والحفاظ على مظهرها، وتقليل التكاليف، خاصةً عندما تتعرض الملابس لبعض العيوب نتيجة سوء الاستعمال (مثل التمزق)، أو بسبب الاستهلاك المتكرر الذي يؤدي إلى الاهتراء.

وينصح عند إصلاح الملابس في المنزل التزام الإرشادات الآتية:

- معالجة التمزقات الصغيرة وخياطتها يدوياً باستخدام إبر وخيوط بلون مماثل للون القماش، أو باستخدام طريقة الإبليل، وذلك بثبيت قطعة صغيرة ذات تصميم مناسب فوق منطقة التمزق أو الاهتراء، مثل مفصل ساعد اليد «الكوع» أو الركبة؛ بهدف إصلاحها أو تزيينها.
 - استبدال الأزرار المفقودة، مع تثبيتها بخيوط قوية وبلون مناسب للزر، بحيث تتحمل الاستخدام اليومي.
 - إصلاح السحابات المعطلة، وذلك بوضع سحابات جديدة بدلاً من المكسورة، أما إذا كان السحاب عالقاً فأضع قليلاً من الصابون لتسهيل حركته دون إتلافه.
 - إزالة البقع عن الملابس قبل إصلاحها، باستخدام منظفات مناسبة.
- أستخدم رمز الاستجابة السريعة (QR Code) المجاور؛ لأشاهد مقطعاً مرئياً (فيديو) أتعلم عن طريقه خطوات إعادة تثبيت الأزرار بعد وقوعها.





يسعى المجلس الأعلى لحقوق الأشخاص ذوي الإعاقة إلى دمج الأشخاص ذوي الإعاقة في سوق العمل عن طريق قطاع صناعة الألبسة في الأردن، فأطلق مشروع «قميصي» الذي يهدف إلى فتح آفاق مهنية عادلة ومستدامة أمام هذه الفئة، بتوفير بيئة عمل آمنة ودامجة تقدّر الكفاءات دون تمييز. يركز المشروع على تدريبهم في مجالات صناعة الملابس وتصميم الأزياء، مع مراعاة احتياجاتهم الخاصة.

التقويم



1. **الفكرة الرئيسة:** أذكر فائدتين من فوائد إنتاج قطعة الملابس بنفسني.
2. أكمل الفراغ بما يناسبه في كل مما يأتي:
 أ- تُسمى طريقة الخياطة التي ينفذها خياط واحد/ خياطة واحدة وتشمل جميع مراحل إنتاج قطعة الملابس:
 ب- عملية مُنظمة ذات خطوات متسلسلة يتم فيها تحويل الأقمشة ومستلزماتها إلى منتج نهائي تام الصنع، هي:
 ج- أحد أشكال غرزة السراجة المتساوية، ومن أولى الغرز التي يتعلّمها المبتدئون في الخياطة، هي:
 3. **أفسّر:** الحرص على تحضير القماش قبل قصه عند إنتاج قطعة الملابس.
4. أذكر ثلاث نصائح أساعد بها أسرتي عند إصلاح الملابس.



التوجيه والإرشاد المهني:

تعدُّ مهنةُ صناعةِ الصابونِ من المهنِ التقليديةِ القديمةِ التي توارثتها الأجيالُ عبرَ الزمنِ، وانتشرتْ هذهِ المهنةُ انتشاراً واسعاً في الأردن؛ لقلّةِ تكلفةِ الموادِّ الخامِ، وارتفاعِ الطلبِ على الصابونِ الطبيعيِّ المُصنَّعِ منزلياً، مما يحققُ دخلاً للأسرةِ عندَ بيعِ المُنتَجِ.



مشروعي:

- أتعاونُ معَ مجموعتي على تنفيذِ مشروعٍ في مدرستنا لإنتاجِ الصابونِ الطبيعيِّ، ثمَّ نبيعهُ.
- أتعاونُ معَ مجموعتي على تدويرِ بقايا الأقمشةِ لإنتاجِ ملابسٍ لُدُمى بطريقةٍ مُميّزةٍ لدعمِ أطفالِ مركزِ الحسينِ للسرطانِ.



المسابقةُ المهنية:

أشاركُ مشروعي في المعرضِ السنويِّ الذي تنظّمهُ مديريةُ التربيةِ والتعليمِ في منطقتي بمناسبةِ الاحتفالِ بالأعيادِ الوطنيةِ.

مهارات الضيافة

السياحة
والفندقة



تسهم آداب خدمة الطعام في تقديم خدمة راقية ومُرضية للضيوف،
ويعكس صورة إيجابية عن العاملين والعاملات في المجال الفندقي،
ويُعدُّ الخطوة الأولى في طريق التميُّز في عالم الفندقة والسياحة.



الفكرة
العامة

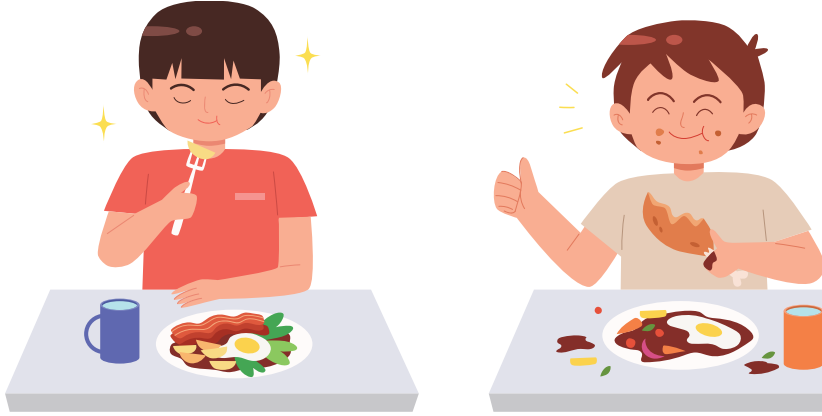
قائمة الدُّروس:

الدَّرسُ (1): خدمةُ الطَّعامِ.

أتهياً



أتأمل الصورة الآتية، ثم أجيب عما يليها:



- ما الذي يلفت انتباهي في كلا الصورتين؟
- أيُّ الطفلين يظهر أنه يلتزم آداب تناول الطعام؟ أوضّح السبب.
- ما التصرف غير المناسب الذي لاحظته في إحدى الصورتين؟
- كيف يؤثر التزام آداب تناول الطعام في بيئة البيت أو المدرسة؟

أستكشف



ترتيب مناديل مائدة الطعام



أستخدم رمز الاستجابة السريعة (QR Code) المجاور؛ لأشاهد مقطعاً مرئياً (فيديو) يوضّح كيفية طيّ منديل مائدة الطعام، ثم أتعاون مع مجموعتي على تطبيقها، بإشراف معلّمي / معلّمتي.

◆ **أستنتج** أنّ مناديل المائدة تُصنع من القماش أو الورق بألوان وأشكال وتصاميم متعدّدة، وتُستخدم لتزيين الطاولة بطريقة تضيف لمسة جمالية وأنيقة إلى المائدة.

الفكرة الرئيسة

- إنّ تنمية المهارات في مجال الضيافة واللباقة والنظافة في تقديم الطعام، وتعرّف آداب خدمة الطعام وإجراءاتها وطرق تقديمها.

ماذا سأتعلم؟

- توضيح آداب خدمة الطعام.
- ترتيب مائدة الطعام.
- طرق خدمة الطعام.

المفاهيم والمصطلحات

- آداب الطعام Food Etiquette
- خدمة الطاولة Table Service
- خدمة البوفيه Buffet Service
- الضيافة Hospitality

القيم والاتجاهات

- احترام الذوق العام، النظافة والنظام، الاهتمام بالمظهر، مراعاة احتياجات الآخرين، المسؤولية المهنية، تعزيز التوجّه نحو مهنة الضيافة.

خدمة الطعام

هي الطريقة التي يُقدَّم بها الطعام والشراب للضيوف أو الزبائن بأسلوبٍ راقٍ ومُنظَّم، ضمنَ قواعد وآدابٍ مُعيَّنة تعكسُ الاحترافية والاحترام والاهتمام بنظافة الأدوات.

تُعَدُّ خدمةُ الطعام والشراب من المهارات الأساسية في الحياة اليومية، وهي تعكسُ مدى التنظيم والاحترام والنظافة عند تقديم الوجبات، أو أسلوب التعامل، وترتيب المائدة بشكلٍ لائق، سواءً في المنزل أو المطعم.

✓ أتحقّق

أو وضّح مفهوم خدمة الطعام؟

أدوات مائدة الطعام



الكؤوس والأكواب



الأطباق بأحجامٍ مُتنوّعة



الفضيات
(ملاعق - شوك - سكاكين)



المفارش والمناديل



أدوات التزيين

أرسم في دفترتي خطوات ترتيب أدوات الطعام الآتية، ثم أعرض عملي على زملائي / زميلاتي، بإشراف معلّمي / معلّمتي:

2

على يمين الطبق، أضع سكّين الطعام الأقرب إلى الطبق، وأخرى للسلطة بجانبها، بحيث يكون نصل السكين موجهًا إلى الداخل.

1

أضع الطبق الرئيس في منتصف مفرش الطاولة، على بُعد 2.5 سم تقريبًا من حافة الطاولة.

4

أضع شوكة الطعام ثم شوكة السلطة على يسار الطبق وسطحها المقلع إلى الأعلى.

3

أضع ملعقة الطعام وملعقة أخرى للحساء إلى يمين السكين.

6

أضيف طبق السلطة فوق الطبق الرئيس.

5

أضع طبق الخبز أعلى شوكة الطعام، وأضع سكّين الزبدة أعلى طبق الخبز.

8

أضع منديل المائدة فوق الطبق أو بجانب شوكة الطعام وطرفها المفتوح باتجاهي.

7

أضع كوب الماء وكوبًا إضافيًا للعصير أعلى الطبق من اليمين مقابلًا لرأس السكين.

طرق تقديم خدمة الطعام

تتنوع طرق تقديم الطعام تبعاً للمناسبات والظروف المختلفة، ومنها:

خدمة الطاولة

تُقدَّم الخدمات للضيوف مباشرةً على طاولاتهم.
مناسبة للمطاعم الرسمية والفاخرة.

خدمة البوفيه

يختار الضيوف وجباتهم من بين تشكيلة واسعة من الأطباق.
مناسبة لخدمة المجموعات الكبيرة.

ما الخدمة الأنسب؟

نشاط 2

اقرأ الموقفين الآتيين، ثم أجب عما يلي كلاً منهما:

الموقف الأول:

في حفلة كبيرة أقيمت في أحد الفنادق، وقفت في صفٍّ أمام طاولة طويلة مليئة بالأطباق المتنوعة. اخترت ما أحبُّ من الطعام، ثم جلستُ في المكان الذي رغبتُ فيه لأستمتع بوجبتي.

أفكر:

- ما نوع هذه الخدمة؟
- هل هذه الطريقة سريعة أم بطيئة؟
- لماذا تُستخدم في المناسبات الكبيرة؟

الموقف الثاني:

في مطعم عائلي، جلستُ مع أسرتي حول الطاولة، وجاء النادل ليقدم الأطباق لكل واحدٍ منا بعناية. أعاد ترتيب أدوات الطعام أمامنا، ثم ابتعد بهدوءٍ بعد أن تأكد من أن كل شيءٍ في مكانه.

أفكر:

- ما نوع هذه الخدمة؟
- ما دور النادل؟
- هل الزبون يخدم نفسه؟





خدمة الطعام السفري أو الخارجي (Takeaway)



يُفضّل البعض استخدام خدمة الطعام السفري، فهي تتيح للزبائن طلب الطعام من المطعم وتناوله في الخارج، سواء في البيت أو مكان العمل، أو حتى أثناء التنقل.

ومن مزايا هذه الخدمة:

- توفير الوقت لمن لا يملك فرصة للجلوس في المطعم.
- احترام النعمة والحد من التبذير، إذ يمكن أخذ ما يتبقى من الطعام بدل تركه.
- الراحة والمرونة في تناول الطعام في الوقت والمكان المناسبين للشخص.

الربط مع ريادة الأعمال



شهد قطاع تقديم الطعام تطوراً كبيراً مع ظهور خدمة التوصيل السريع عبر التطبيقات الذكية، فقد أصبحت وسيلة فعالة لتقديم الطعام دون الحاجة إلى فتح مطاعم تقليدية. ساعدت هذه الخدمة رواد الأعمال على إطلاق مشاريعهم بسهولة، وتوفير فرص جديدة للشباب، وذلك بتقليل التكاليف وتوسيع قاعدة الزبائن.



1. أكتب كلمة (نعم) بجانب المعلومة الصحيحة، وكلمة (لا) بجانب المعلومة غير الصحيحة في ما يأتي:

- من آداب تقديم خدمة الطعام أن يُقدَّم الطعام أولاً لأصغر الضيوف على الطاولة. ()
- تنظيم مائدة الطعام له أهمية كبيرة عند تقديم الطعام. ()
- يمكن أن يبدأ الضيوف بتناول الطعام قبل تقديم أدوات الطعام لهم. ()
- ترتيب أدوات الطعام بطريقة صحيحة يدل على احترافية مُقدِّم / مُقدِّمة الخدمة. ()

2. أفسر: لماذا تُعدُّ خدمة الطعام والشراب من المهارات الأساسية في الحياة اليومية؟

.....

.....

.....

أضع دائرة حول رمز الإجابة الصحيحة في ما يأتي:

(1) جميع الطرق الآتية من طرق خدمة الطعام في الفنادق، باستثناء خدمة:

أ- الفطور.

ب- المائدة.

ج- البوفيه.

(2) توضع أدوات تناول الطعام (الفضيات) على الطاولة:

أ- بطريقة عشوائية.

ب- بجانب الكأس مباشرة.

ج- على جانبي الطبق.

(3) من ميزات خدمة الطعام (البوفيه):

أ- يُقدَّم فيها الطعام على الطاولة مباشرة.

ب- يختار فيها الضيف طعامه بنفسه.

ج- يُقدَّم فيها الطعام باستخدام العربة.



التوجيه والإرشاد المهني:

تعدّ خدمة الطعام فرصة مهنية مستقبلية، وتمثّل أساساً مهماً لأيّ شخص يرغب في بناء مستقبل مهنيّ ناجح في مجال العمل، وإتقان هذه الآداب يفتح أمام الطلبة فرصاً واسعة من الوظائف. ويُعدّ تخصص الضيافة أحد التخصصات الدراسية للتعليم المهني والتقني، ويشمل مجموعة واسعة من المجالات الفرعية، مثل: إدارة الفنادق / فنون الطهي، وإدارة الطعام والشراب، وإدارة المناسبات وغيرها، إذ تحتاج هذه القطاعات إلى كوادِر متميزة تتمتع باللباقة والاحترافية والإبداع، لما تمنحه من مهارات عملية ومعرفة تؤهلهم لدخول سوق العمل، ممّا يتيح لهم افتتاح مشاريعهم المستقبلية.



مشروعي:

ترتيب مائدة الطعام

أتعاون مع مجموعتي على إعداد نموذج عمليّ لمائدة طعام متكاملة، نراعي فيها ترتيب أدوات المائدة وأطباق الطعام، وآداب خدمة الطعام.



المسابقة المهنية:

أشارك في مسابقة بعنوان «نجم الخدمة المثالي» بإعداد لوحة أو عرض تقديمي يوضّح نوعاً من أنواع الخدمة، بإشراف معلّمي / معلّمتي، وأحرص على القيادة والعمل الجماعي لتمييز مشروع مجموعتي.