



وزارة الشؤون الاجتماعية
البرنامج الوطني لتعليم الكبار

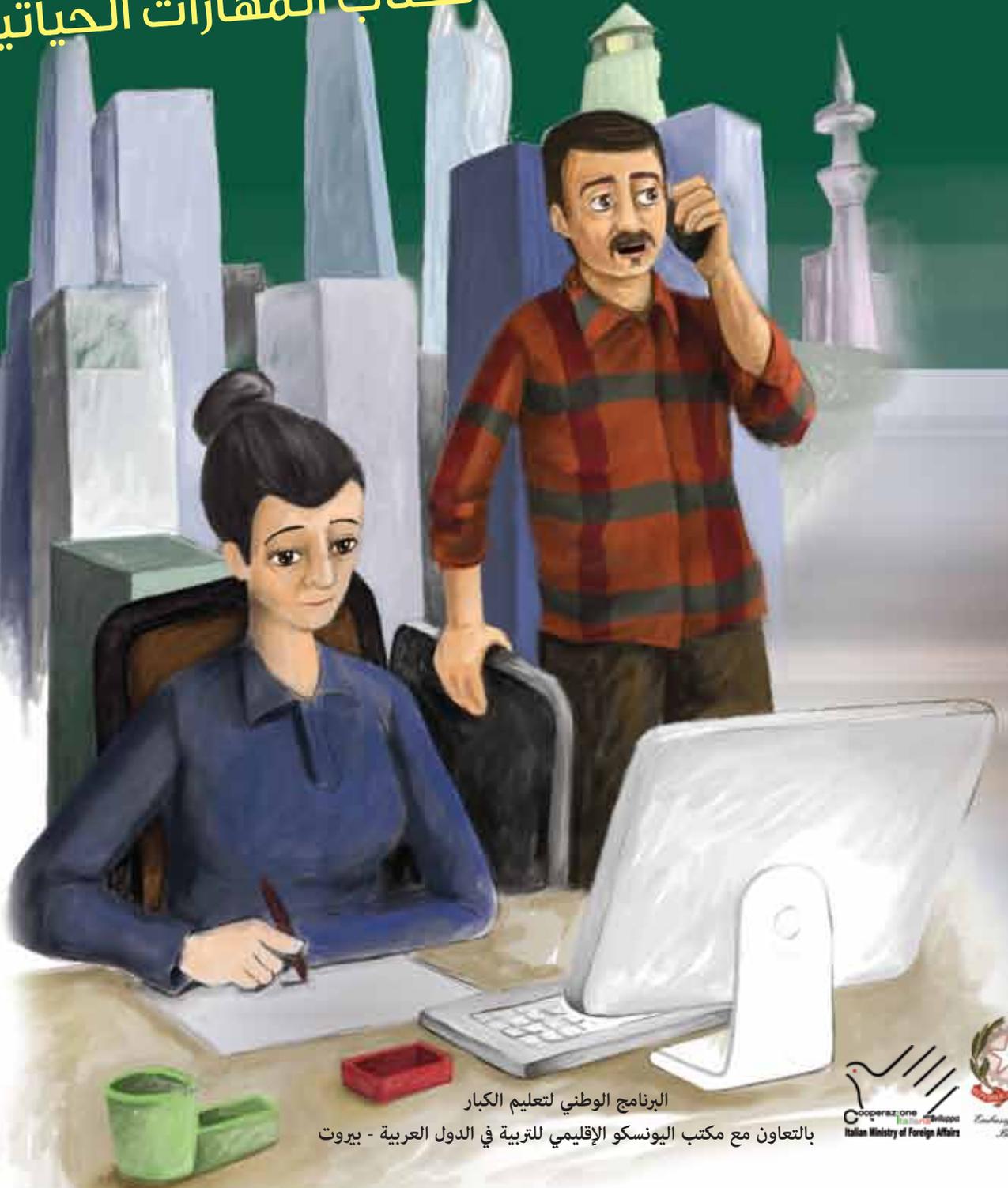
مكتب اليونسكو الإقليمي
للتربية في الدول العربية - بيروت



منظمة الأمم المتحدة
للتربية والعلم والثقافة

دليل المعلم

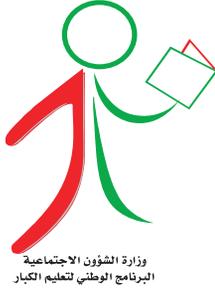
لكتاب المهارات الحياتية



البرنامج الوطني لتعليم الكبار

بالتعاون مع مكتب اليونسكو الإقليمي للتربية في الدول العربية - بيروت





وزارة الشؤون الاجتماعية
البرنامج الوطني لتعليم الكبار

مكتب اليونسكو الإقليمي
للتربية في الدول العربية - بيروت



منظمة الأمم المتحدة
للتربية والعلم والثقافة

دليل المعلم

لكتاب المهارات الحياتية

تأليف وإعداد

ريم رباح

البرنامج الوطني لتعليم الكبار
بالتعاون مع مكتب اليونسكو الإقليمي للتربية
في الدول العربية - بيروت



أعدت هذا الكتاب السيدة ريم رباح بتكليف من مكتب اليونسكو ومساهمة فريق استشاري ضمّ:
الدكتورة منى دياب، السيد زاهي عازار، السيد ألبير عازار، السيد فارس الخوري

تحرير وتنسيق: ميسون شهاب، مستشارة برنامج التعليم الأساسي، اليونسكو
مراجعة: حجازي إدريس، أخصائي برنامج التعليم الأساسي، اليونسكو

شكر خاص الى الأستاذ أنطوان زخيا، رئيس اللجنة الإدارية برنامج تعليم الكبار
والسيدة نعمت جعجع مديرة برنامج تعليم الكبار على الدعم والمواكبة الدائمة لإنتاج هذا العمل

© جميع حقوق الطبع محفوظة

مكتب اليونسكو الإقليمي - بيروت 2012

LB/2012/ED/PI/57

صورة الغلاف: فادي سلامة

الرسوم التوضيحية: Phillip Martin

لمزيد من المعلومات أو الاستفسار يمكنكم الكتابة أو الاتصال بـ:

مكتب اليونسكو الإقليمي للتربية في الدول العربية - بيروت

ص. ب. 11-5244

بيروت - لبنان

هاتف: 961 1 850013/4/5

فاكس: 961 1 824854

البريد الإلكتروني: beirut@unesco.org

الموقع على شبكة الانترنت: www.unesco.org/beirut

تم تمويل وإعداد وطباعة هذا الكتاب من قبل الحكومة الإيطالية في إطار مشروع

«المساواة بين الجنسين في التربية في لبنان»

إن الأفكار والآراء الواردة في هذا الكتاب هي من مسؤولية المؤلف وليست بالضرورة آراء اليونسكو كما أنها لا
تلتزم المنظمة أبداً.

إن التسميات المستعملة وعرض المواد في هذه المنشورة لا تعني ضمناً أبداً أنها تعبير عن آراء اليونسكو لجهة
الوضع القانوني في أي من الدول أو الأراضي أو المناطق الواقعة تحت سلطتها أو في أي شيء له علاقة بترسيم
الحدود.

مقدمة

ليس خافياً على أحد أن التحولات السياسية والإقتصادية والإجتماعية التي شهدتها لبنان خلال سنوات الحرب، أفرزت عدداً من المشكلات وفي مقدمها زيادة عدد الأميين، إضافة إلى مشاكل إجتماعية وإنسانية وسلوكية لم تكن مألوفة في لبنان في السابق مثل الفردية والأنانية وغلبة المصالح المادية وتفشي ظاهرة العنف والإجرام.

هذه التحديات إستدعت لمواجهتها إضطلاع التعليم بشكل عام وتعليم الكبار بشكل خاص بدورٍ أساسي في التنمية المستمرة للفرد والمجتمع، كون محو الأمية أو القرائية، يتجاوز المفهوم التقليدي للتعليم ويستجيب للتحدي الذي يطرحه عالم سريع التغير. وهذا ما عكسه إهتمام وزارة الشؤون الإجتماعية عبرالبرنامج الوطني لتعليم الكبار بموضوع محو الأمية وتعليم الكبار، وسعيها لتطويره وتحسينه ورفع مستواه لتحديث المعارف وتعميقها وإثرائها وتكييفها مع عالم دائم التغير إنطلاقاً من أولوية التنمية البشرية الكاملة وتحقيق أهداف الألفية الثالثة المتعلقة بالقضاء على الفقر، وخفض وفيات الأطفال، والحد من النمو السكاني، وتحقيق المساواة بين الجنسين، وحركة التعليم للجميع والتعلم مدى الحياة.

ولأن مفهوم تعلم القراءة والكتابة بات مفهوماً ضيقاً وتقليدياً، كان من الضروري التحول إلى مفهوم جديد يربط القرائية بالمهارات الحياتية لدى الدارس الكبير

لتساعده في تطوير نمط حياته، ويتجسّد هذا المفهوم بسلسلة خطوات أولها تطوير حقيبة الموارد الخاصة بالقراءة بما يتناسب مع تطور العصر. وإذ سبق لوزارة الشؤون الإجتماعية أن أصدرت بالتعاون مع منظمات دولية عدداً من الكتب المستخدمة في تعليم الكبار، كان أولها كتاب «تعلم» عام 1995، ثم كتاب «صحة الشباب والشبان» ذات الطابع التثقيفي عام 2001، وبعده في ذات العام صدر كتاب «تعليم الأحداث الأول»، ثم في العام 2002 صدر كتاب «تعلم للحياة» مع دليل للمعلم، وهو يندرج في إطار برنامج التدريب للسنة الأولى (مرحلة الأساس). وفي العام 2003 صدرت كتب باللغة العربية يحمل كل منها عنوان «لحياة أفضل» لمراحل التعليم غير النظامي الثلاث: الأساسي والتكميلي والمتابعة، بالإضافة إلى كتاب حساب لمرحلة الأساسي، ودليل معلم للمراحل الثلاث.

واليوم، وفي إطار التعاون القائم مع منظمة اليونيسكو يتم إصدار رزمة الموارد بعنوان «المهارات الحياتية» المؤلفة من كتاب للدارس في المراحل الثانية والثالثة ودليل للمعلم، وهي تهدف، فضلاً عن تعليم القراءة والكتابة، إكساب الدارسين الكبار مهارات حياتية ضرورية تتناسب مع واقعهم الثقافي والفكري والنفسي. ويندرج هذا النشاط في سياق مشروع تعاون بين اليونسكو ووزارة الشؤون الإجتماعية في لبنان من خلال مذكرة التفاهم الموقعة بتاريخ 2010/7/5 والتي تتناول مشروع القراءة من أجل تمكين الفتيات والنساء في لبنان.

وعلى أمل أن تشكل رزمة الموارد هذه حول المهارات الحياتية، أداة مفيدة بين أيدي الدارسين من الكبار ومعلمي محو الأمية، أدعو إلى تضافر الجهود ضماناً لتحقيق حياة أفضل لمكوّن عزيز من مكوّنات مجتمعتنا.

وائل بو فاعور

وزير الشؤون الإجتماعية

تمهيد

يحظى تعليم وتعلم الكبار باهتمام دولي كبير ليس فقط من كونه حق أساسي من حقوق الأفراد بل كونه عنصر ضروري للمشاركة الاجتماعية والمواطنة والتنمية الاقتصادية للأفراد والمجتمع.

من هذا المنطلق تولى منظمة اليونسكو اهتماماً خاصاً لبرامج تعليم الكبار منذ نشأتها في منتصف القرن الماضي. ولقد أثمرت جهود اليونسكو بالتعاون مع هيئات المجتمع الدولي تطوراً في المفاهيم والممارسات في تعليم وتعلم الكبار أو ما يسمى ”برامج محو الأمية“. فهناك تحولاً جوهرياً منذ ثمانينات القرن الفائت في المفهوم والممارسات فلم تعد برامج محو الأمية جهود تقنية بسيطة منعزلة لاكتساب المهارات الأساسية (القراءة، الكتابة)، وإنما تحولت الى عملية تستخدم فيها هذه المهارات في التنمية الاجتماعية والاقتصادية وتنمية القدرات لخلق وعي اجتماعي وفكر ناقد.

ولقد نص الهدف الثالث من أهداف التعليم للجميع الأربعة التي تم الاتفاق عليها في المنتدى العالمي للتعليم للجميع (داكار 2000) ”على أن تعمل جميع الدول على تلبية حاجات التعلم لكافة الصغار والراشدين من خلال الانتفاع المتكافئ ببرامج ملائمة للتعليم واكتساب المهارات اللازمة للحياة“.

ويعني هذا الهدف في جوهره أعاده النظر في برامج محو الأمية لأن غاية تعليم الكبار هو تنمية قدرات الإنسان نفسه ومن ثم تنمية المجتمعات التي ينتمي إليها. فكيف لمن لا يملك مهارات الحياة الأساسية أن تتوافر لديه الفرص للتواصل مع الآخرين في محيطه ومجتمعه، أو أن يتمكن من الانتفاع وأداء حقوقه المدنية والاجتماعية والسياسية لذلك أن تركيز برامج محو الأمية على الأبجدية لن يجدي ولن يحقق الهدف فلا بد من أن يركز محتوى التعلم في برامج الكبار على مواد وأنشطة توعية صحية وبيئية واجتماعية ضرورية ليتمكن الافراد من المشاركة الفاعلة لتنمية مجتمعاتهم.

ومن هذا المنطلق، تم التعاون بين مكتب اليونسكو ووزارة الشؤون الاجتماعية في لبنان ممثلة باللجنة الوطنية لتعليم الكبار في تنفيذ مشروع يهدف الى إنتاج أدوات وآليات تسهم في تعزيز القدرات لدى المسؤولين والممارسين لتخطيط وتنفيذ ومراقبة برامج تعليم الكبار في لبنان من منطلق منهجية عصرية لتعليم الكبار تتخطى الأبجدية. ولقد تم تطوير المحتوى التعليمي حول المهارات الحياتية الذي بين أيدينا وكذلك دليل المعلم التابع له باستخدام هذا المنحى. وتركز المضامين على موضوعات مثل المهارات الحياتية حقوق الإنسان وواجبات المواطنة والتوعية الصحية والأسرية والنظافة الشخصية ومهارات إدارة الوقت وإدارة الحوار مع الآخر والخ. وتم ربط المحتوى المهاري بتعلم الحروف الهجائية حتى يتم البناء على المهارات المكتسبة من تعليم الأبجدية في الحياة اليومية وتم إعداد دليل المعلم لمساعدة المعلم (ة)، الميسر (ة) في تناول الموضوعات السابقة بطريقة نشطة باستخدام نموذج التعلم النشط Approach Learning Active والمدخل التألمي Approach Reflect لزيادة التفاعلية والدافعية وإتاحة فرص أكبر للتعلم الذاتي للدارس الكبير.

نأمل أن يحقق مضمون هذا الكتاب ودليل المعلم الأهداف المرجوة منهما. فلا بد لنا من أن ننوه بالمجهود الكبير الذي قامت به كل من الأستاذة ريم رباح وجنان حشاش في تأليف المحتوى وكذلك الشكر الى الاستاذة نعمة جعجع مديرة مشروع تعليم الكبار لتعاونها مع فريق اليونسكو نحو إعداد الكتاب ودليل المعلم والشكر والإمتنان للزميلة ميسون شهاب للإشراف والمتابعة لهذا العمل.

الله ولي التوفيق

د. حجازي يسن إدريس
الأخصائي الإقليمي للتربية الأساسية وتعليم الكبار
اليونسكو - بيروت

د. حمد بن سيف الهمامي
مدير مكتب اليونسكو الإقليمي للتربية
في الدول العربية - بيروت

المحتويات

3		مقدمة
5		تمهيد
11		مقدمة عامة
19	حقوق الفرد وواجباته الحقوق والواجبات	الدرس الأول
25	العلاقات الأسريّة	الدرس الثاني
29	الوثائق المستندات الرسميّة (الهويّة كمستند رسميّ)	الدرس الثالث
35	التاريخ والوقت أهميّة الوقت (الروزنامة، التاريخ، الساعة والوقت)	الدرس الرابع
39	الأسرة والحياة الاقتصاديّة	الدرس الخامس

43	الغذاء السليم	الدرس السادس
47	تنمية الوعي البيئيّ - نحن والبيئة	الدرس السابع
51	النظافة هي الحياة	الدرس الثامن
55	النظافة الشخصية	الدرس التاسع
59	الحوادث المنزليّة	الدرس العاشر
65	التهيئة للعمل	الدرس الحادي عشر
69	التواصل مع الآخرين	الدرس الثاني عشر
75	الاعتراف بالآخر وتقبّل الاختلاف	الدرس الثالث عشر
79	الثقة بالنفس	الدرس الرابع عشر
83	إدارة الغضب، تجنّب وإدارة الضغط	الدرس الخامس عشر
87	أهميّة وسائل الإعلام والاتّصال	الدرس السادس عشر

مقدمة عامة

زميلي/تي المدرّسة،

تُعتمد في هذا الكتاب منهجية تربوية تهدف إلى إكساب المتعلّمين مهارات حياتية ضرورية تتناسب مع واقعهم الثقافي ومستويات أعمارهم من النواحي الإجتماعية والفكرية والنفسيّة. تتمّ عملية التعلّم هذه من خلال تنمية المهارات اللغوية في الإستماع والمخاطبة، القراءة والفهم، والكتابة.

منهجية التعليم

تُبنى منهجية التعليم في هذا الكتاب على:

1. قراءة نصوص يُستمدُّ منها الهدف النهائي المحدّد لكلّ درس، وتدرج من هذا الهدف أسئلة محورية تُستخدم للمناقشة الصفّية وتسهّل عملية الفهم.
2. تمارين تطبيقية عملية متنوّعة ومتدرّجة مخصّصة لإغناء معارف المتعلّمين وتخدم الهدف النهائي.
3. وسيلة تقويم في نهاية كلّ درس لقياس تحقّق الهدف النهائي لدى المتعلّمين.

دليل المعلم

يحتوي الإرشادات التوجيهية التي تساعد المعلم على تقديم المادة بشكل ميسر، مما يسهل عليه التفاعل مع المتعلمين، إضافة إلى نماذج لكيفية طرح الأسئلة، وتقييم المتعلمين.

محتويات الكتاب

يتألف الكتاب من ستة عشر درساً، يتوزع كل درس على خمس حصص دراسية، وهي على الشكل التالي:

- حقوق الفرد وواجباته (الحقوق والواجبات)
- العلاقات الأسرية (العائلة والهوية)
- الوثائق/المستندات الرسمية (الهوية كمستند رسمي)
- التاريخ والوقت/أهمية الوقت (الرنزامة، التاريخ، الساعة والوقت)
- الأسرة والحياة الإقتصادية (عدّ النقود والسوبرماركت)
- الغذاء السليم
- تنمية الوعي البيئي/نحن والبيئة/التعامل مع البيئة/الاهتمام بالبيئة
- النظافة هي الحياة
- النظافة الشخصية
- الحوادث المنزلية
- التهيئة للعمل
- التواصل مع الآخرين
- الاعتراف بالآخر، تقبُّل الاختلاف

- الثقة بالنفس
- إدارة الغضب، تجنب وإدارة الضغط
- أهمية وسائل الإعلام والاتصال

كتاب المعلم ومخطط الدروس التنظيمي

يحتوي دليل المعلم مخططاً للدروس الستة عشر بإمكان المدرس/ة الرجوع إليه عند القيام بتحضير الدرس. يقوم بناء الدروس على «التخطيط الارتجاعي أو العكسي».

Understanding by Design (UbD)

وهو منظّم للوحدة أو الدرس يعتمد طريقة التعليم من أجل الفهم. من شأن هذا التخطيط أن يُنظّم العملية التعليمية التعلمية ويربطها بالحياة الواقعية اليومية لأنه يدفع بالمتعلم/ة إلى معرفة السبب لدراسة هذا الموضوع وأهميته في الحياة اليومية.

1. **المرحلة الأولى** نطلق في التخطيط بداية من **المرحلة الأولى** وتشمل **الهدف النهائي** الذي نصبو إلى تحقيقه في نهاية الدرس.

تندرج من هذا الهدف **أسئلة محورية** يقوم/تقوم المدرس/المدرسة بطرحها على المتعلمين في بداية كل حصّة ما يوجّه إنتباههم إلى نقاط معينة ويدفعهم إلى التساؤل والتفكير والتحليل وصولاً إلى الإستنتاج الذي يؤدي إلى فهم الهدف النهائي، إدراك أهميته، تحقيقه، وربطه بالحياة اليومية.

هناك أوجه ستّة للفهم يُظهرها المتعلّمون من خلال:

- الشرح
- التفسير
- التطبيق
- الرؤية من منظور آخر
- التفهّم
- معرفة الذات

تشمل المرحلة الأولى أيضاً تقديم **المعارف** المطلوب إكتسابها و**المهارات** المطلوب تنفيذها للوصول إلى الهدف النهائيّ.

٢. **المرحلة الثانية تحوي الأدلّة أو طرق التقويم** التي تثبت تحقّق الهدف النهائيّ. فأثناء القيام بالأنشطة الصفّيّة اليوميّة، لا بدّ أن يبقى التقويم النهائيّ حاضراً في ذهن المدرّس/المدرّسة كي تكون كل الأعمال والتمارين والمناقشات الصفّيّة هادفة تخدم الهدف النهائيّ وتصبّ في خانة تحقيقه.

«عندما نبدأ ونحن نفكرّ بالنهاية يعني أننا ندرك ونفهم تماماً ما هي وجهتنا. بمعنى آخر، نحن نعرف أين نذهب كي نفهم بطريقة أفضل أين نحن، فتأتي خطواتنا دائماً في الاتجاه الصحيح.» ستيفن ر. كوفي.

هناك نوعان من التقويم:

- **التقويم التكويني:** ينفذ بعد اكتساب كلّ مهارة ويستخدم كدليل على فهم المتعلّمين ومتابعة تقدّمهم.

- **التقويم النهائي:** يُنفذ في نهاية الدرس بعد القيام بالنشاطات الصفية والتمارين لتقويم إنجازات المتعلمين وبالتالي لمعرفة ما إذا كان المتعلمون قد حققوا الهدف النهائي.

٣. **المرحلة الثالثة** تتضمن **الخطط التعليمية والتعليمية والمراجع** والتي تعدّ الوسيلة أو الطريق الذي يوصل المتعلم إلى النتائج المرغوبة والتي حدّدت في الهدف النهائي المذكور في المرحلة الأولى.

إذاً ليست الأنشطة هي الهدف بحدّ ذاته، إنّما هي الوسيلة التي تساعد في تحقيق الهدف النهائي لكلّ درس.

من الضروري أن نذكر، أنّه بإمكان المدرّس/المدرّسة **مراجعة الحروف الهجائية** وذلك من خلال التركيز على الحرفين الملونين في كلّ درس. قبل البدء بقراءة الدرس، تتمّ مراجعة صوت الحرف، أشكاله المختلفة (في أوّل/وسط/آخر الكلمة)، وقراءته مع الأصوات القصيرة والطويلة بغيّة تذكير المتعلمين بالحروف الهجائية التي تعلّموها في المستوى السابق.

ملاحظة: يقوم المدرّس/المدرّسة بالاطّلاع على الجداول أدناه ثمّ إختيار الطريقة أو الإستراتيجية المناسبة.

في الإستماع والمخاطبة

- ي/تستمع المتعلِّم/ة إلى قراءة النص قراءة جهريَّة من قبل المدرِّس/ة لفهمه ولتعلُّم القراءة الصحيحة. ي/تقوم المتعلِّم/ة بالإجابة عن أسئلة فهم، تحليل، وإستنتاج حول النص بلغة سليمة تظهر إكتساب المهارة الحياتيَّة المحدَّدة في كلِّ درس.
- ي/تقوم المتعلِّم/ة بإستخدام المفردات الأساسيَّة الواردة في كلِّ درس في المحادثة الصفيَّة.

في القراءة والفهم

- ي/تقوم المتعلِّم/ة بقراءة النص قراءة جهريَّة، قراءة صامتة، قراءة مع مجموعة، أو قراءة فرديَّة.
- ي/تستعين المتعلِّم/ة بالصور لفهم المضمون.
- إذا واجه/ت المتعلِّم/ة كلمات صعبة أثناء القراءة، يقوم بتهجئتها وقراءتها مجدِّداً.
- ي/تقوم المتعلِّم/ة بفهم معنى المفردات الصعبة من السياق العام.
- ي/تقوم المتعلِّم/ة بتجزئة الكلمة للتعرف إلى الكلمة الأساس وبالتالي معرفة المعنى.
- ي/تقوم المتعلِّم/ة بطرح أسئلة أثناء القراءة تساعده على فهم المضمون بشكل أفضل.
- ي/تقوم المتعلِّم/ة بالتوقُّف أثناء القراءة وتقديم توقُّعات حول ما يُمكن حدوثه.
- ي/تقوم المتعلِّم/ة بقراءة النص قراءة معمَّقة لفهم المضمون.
- ي/تقوم المتعلِّم/ة بربط أحداث النص بالحياة الواقعيَّة اليوميَّة.
- ي/تقوم المتعلِّم/ة بالتفكير بمشاعر الشخصيات.
- ي/تقوم المتعلِّم/ة بتلخيص النص لتذكُّر الأفكار الرئيسيَّة الواردة فيه.
- ي/تقوم المتعلِّم/ة برسم صور في المخيِّلة لما تعنيه بعض المفردات والعبارات التي ي/تذكرها المدرِّس/ة.

في الكتابة

- ي/تقوم المتعلّم/ة بمراجعة كتابة الحروف الأبجدية ومفردات النص الأساسية.
- ي/تقوم المتعلّم/ة بالإجابة عن الأسئلة كتابياً للتمرّن على الكتابة.
- ي/تقوم المتعلّم/ة بالقيام بحل التمارين التطبيقية كعمل فردي أو ثنائي أو ضمن مجموعة أو كعمل موجّه مع المُدرّس/ة.
- ي/تقوم المتعلّم/ة بحلّ بطاقة التقييم في نهاية كل درس ما يظهر إكتساب المهارة الحياتية إلى جانب المهارات اللغوية في القراءة والفهم والكتابة.

إذاً، يتّبع كل درس مخطّطاً متدرّجاً تُراعى فيه عمليّة ترسيخ المهارات المستهدفة وتطبيقها للإستفادة منها. يُطبّق هذا المخطّط على الشكل الآتي:

1. **الأهداف:** تُحدّد الأهداف التي سيُحقّقها المتعلّمون.
2. **ربط موضوع الدرس بالحياة اليومية:** يشارك المتعلّمون في مناقشات صفيّة لعرض معارفهم في موضوع الدرس.
3. طرح أسئلة الفهم المباشر لتسهيل فهم الدرس.
4. طرح أسئلة تركيبية وتحليلية لتقديم المعارف الجديدة وشرحها.
5. **التطبيق:** أسئلة وتمرّين يتمّ العمل عليها لترسيخ المعارف المكتسبة.
6. **التقويم:** للتأكد من تحقق الأهداف.

الدرس الأول

حقوق الفرد وواجباته

الحقوق والواجبات

المدة الزمنية

خطوات سير الدرس مقسمة إلى أربع حصص

الهدف النهائي

كُل فرد له حقوق عليه أن يعرف كيف يطالب بها، وعليه واجبات يقوم بها، ما يضمن العدل والمساواة بين جميع الأفراد في المجتمع.

أهداف الدرس الأول

في نهاية الدرس يُصبح المتعلم قادرًا على:

- استيعاب معاني المفردات الجديدة، واستعمالها في جمل صحيحة.
- قراءة النص واستيعاب معانيه، مع الإجابة عن الأسئلة التي تتعلق بالفهم والتحليل شفهيًا و كتابيًا.
- المقارنة بين المعارف الواردة في النص وحياته اليومية.
- ربط الأسئلة المحورية بالحياة اليومية.
- إبداء الرأي في موضوع النص وواقع حياته.
- مراجعة حرفي أ/ب.

خطوات الدرس

I. التمهيد للدرس: (نصف ساعة)

تُطرح الأسئلة المحورية التالية للمناقشة الصفية:
تتطلب هذه المناقشة التمهيدية حوالى النصف ساعة للتعريف بمفهوم حقوق الإنسان قبل المباشرة بقراءة الدرس.

الأسئلة المحورية

1. ما معنى الحقوق؟
2. ما معنى الواجبات؟
3. مَنْ يستهدف الإعلان العالمي لحقوق الإنسان؟
4. لماذا من الضروري أن يتولى القانون حماية حقوق الإنسان؟
5. ماذا تفعل في حال حُرمت من أيِّ حقٍّ من حقوقك؟
6. ما الذي يمكن أن يحصل إذا لم يتأمن لي:
 - الحق في التعلّم؟
 - الحق في الرعاية الصحية؟

II. التعلّم: (نصف ساعة)

تُقدّم المعارف التالية من خلال الإجابات التي توصل إليها المتعلّمون أثناء المناقشة الصفية.

المعارف

الحقوق: تعريف المتعلّم بالحقوق وطرق المطالبة بها. من هذه الحقوق:

- الحق بالتعلّم
- الحق بالتعبير (إبداء الرأي)
- الحق بالمشاركة
- الحق بالتملك والسكن
- ضرورة المطالبة بـ/والمحافظة على الحق الشخصي
- احترام حقوق الآخرين وحرّياتهم
- أرقام هامة يمكن اللجوء إليها (واجبات الإدارة).

الواجبات: تعريف المتعلّم بالواجبات المطلوب القيام بها. من هذه الواجبات:

- الالتزام بالقيم
- احترام الرأي الآخر
- احترام حقوق الآخرين
- احترام الأنظمة والقوانين
- الالتزام بالواجبات تجاه الإدارات الرسمية (نظام السير، تسديد الضرائب، ترشيد استخدام الكهرباء والماء، المحافظة على نظافة الأماكن العامة والحدائق).

تكتب الحقوق والواجبات السابقة، والتي تمّ التوصل إليها من خلال النقاش، على لوحتين كرتونيتين كبيرتين (تدوّن أثناء النقاش) الأولى تشمل الحقوق، والثانية تشمل الواجبات. تُعلّق اللوحتين على الحائط طيلة مدة مناقشة درس الحقوق والواجبات.

تُكتسب المهارات الحياتية في هذا الدرس من خلال:

- قراءة النص ومناقشته.
- الإجابة عن الأسئلة حول النص.

III. التطبيق

الأنشطة اليومية: (ساعتان)

- قراءة النص وفهمه من خلال الإجابة عن أسئلة حوله.
 - الاشتراك في المناقشة الصفية.
 - التمارين التطبيقية رقم 1-2-3
- يتطلب قراءة النص مع مناقشته وتنفيذ التمارين التطبيقية حوالي ساعة ونصف الساعة.

IV. وسائل التقويم: للتأكد من تحقق الأهداف

التقويم التكويني (خلال تعليم الدرس)

- معرفة أرقام الهاتف للاتصال وطلب المساعدة:
 1. الصليب الأحمر : 140
 2. الدفاع المدني : 125
 3. الإطفائية : 175
 4. الكهرباء : 145
 5. الأمن الداخلي : 211

- تعداد ستّة بنود على الأقلّ من الإعلان العالميّ لحقوق الإنسان.
- شرح المفردات الأساسيّة من خلال كتابتها على اللوح والتوصّل مع مجموعة المتعلّمين إلى تعريف لها. في نهاية الحصّة يدوّن المدرّس/ة التعريفات التي تمّ التوصّل إليها على ورقة كبيرة وتعلّق على الحائط لمراجعتها وإعادة قراءتها لاحقاً.
- تمرين رقم 4: شرح «تقفُ حرّيتي عندما تتعارض مع حرّية الآخرين». يُذكر المدرّس/ة المتعلّمين بمعنى الحرّية الشخصية مستعيناً بالتالي:

- ما هي بعض المجالات التي تُمارس فيها حرّيتك الشخصية؟
- هل لهذه الحرّية حدود؟ لماذا؟
- مثال: إنّ حرّية التصرف تقف عندما تؤثّر على الآخرين. إذ لا يمكن لشخص ما خلع ملابسه والمشي في الشارع عارياً بحجّة أنّه حرٌّ في ارتداء أو عمل ما يشاء. هنا يجب أن يوضع حدٌّ لهذه الحرّية، لأنّها تسيء إلى الآخرين. هسذا يعني أنّ لحرّية التصرف حدود.
- كذلك الأمر بالنسبة لما يحدث في الاحتفالات، إذ لا يمكن للفرد أن يرفع صوت المذياع عاليًا بحجّة ممارسة الحرّية الشخصية لأنّ ذلك يشكّل إزعاجًا للآخرين واعتداء على حقوقهم في الاستمتاع بالراحة والهدوء. هذا يعني أنّ الحرّية الشخصية لها حدود عندما تتعارض مع حرّية الآخرين.

التقويم النهائي (في نهاية الدرس): (حصة تعليمية: ساعة)

- المهمة: كيف تُعرّف أولادك أو الآخرين بحقوق الإنسان وكيفية المطالبة بها؟
- المخاطب: المتعلم
- الهدف: استخدام المعارف السابقة المكتسبة في الحياة اليومية.
- الناتج النهائي: تعريف حقوق الإنسان، أهميتها، الهيئات التي يمكن اللجوء إليها للمطالبة بالحقوق.
- خطوات العمل
 1. إقرأ الموضوع وافهم العمل المطلوب.
 2. فكّر بفكرة رئيسة واضحة.
 3. فكّر بفكرتين ثانويتين تدعمان الفكرة الرئيسية.
 4. استخدم المفردات الأساسية.
 5. استعن بالإعلان العالمي لحقوق الإنسان.
 6. أكتب أسماء الهيئات التي تُطالب بحقوق الإنسان.
 7. أكتب جملاً تامةً وصحيحةً.

الدرس الثاني

العلاقات الأسرية

المدة الزمنية

خطوات سير الدرس مقسمة على ثلاث حصص.

الهدف النهائي

نعيش في أسرة مؤلفة من أفراد يتعاملون مع بعضهم بمحبة واحترام، يتحاورون، ويشتركون في اتخاذ القرارات وكل فرد فيها له دور يقوم به.

أهداف الدرس الثاني

في نهاية الدرس يُصبح المتعلم قادراً على:

- استيعاب معاني المفردات الجديدة واستعمالها.
- قراءة النص واستيعاب معانيه، والإجابة عن أسئلة تتعلق بالفهم والتحليل شفهيًا وكتابيًا.
- المقارنة بين المعارف الواردة في النص وما يحدث في الواقع.
- ربط الأسئلة المحورية بالحياة اليومية.
- إيجاد حلول في حال حدوث أي خلل مع أفراد الأسرة.
- مراجعة حرفي ع/ت.

خطوات الدرس

I. التمهيد للدرس: (نصف ساعة)

تُطرح أسئلة للمناقشة الصفية.

الأسئلة المحورية

1. ممّن تتكوّن الأسرة؟
2. كيف يتعاون أفراد الأسرة فيما بينهم؟ لماذا؟
3. كيف يجب أن تكون العلاقة بين أفراد الأسرة الواحدة؟
4. كيف يحلّ أفراد الأسرة المشاكل والخلافات فيما بينهم في حال حدوثها؟
5. من عليه أن يتخذ القرارات في الأسرة؟

يناقش المدرّس/ة مع المتعلّمين أهميّة الأسرة، أهميّة ترابط أفرادها، طريقة اتّخاذ القرارات داخل الأسرة.

II. التعلّم

تُقدّم المعارف التالية من خلال الإجابات التي توصل إليها المتعلّمون أثناء المناقشة الصفية.

المعارف

- الترابط الأسريّ
- التحاور بين أفراد الأسرة ومعالجة الخلافات في إطار المودّة المتبادلة
- احترام الرأي الآخر
- التشارك في اتّخاذ القرارات (اختيار مدارس الأبناء، مكان السكن، أماكن التنزه، اختيار الأصدقاء، اختيار وجبات الطعام)
- توزيع الأدوار بين أفراد الأسرة
- احترام نظام الأسرة

تُكتسب **المهارات** الحياتيّة في هذا الدرس من خلال:

- قراءة النصّ ومناقشته.
- الإجابة عن أسئلة حول النصّ.

III. التطبيق

الأنشطة اليومية: (ساعة ونصف)

- قراءة نصّ وفهمه من خلال الإجابة عن أسئلة حوله.
- الاشتراك في المناقشة الصفّيّة.
- التمارين التطبيقية رقم 1-2-3

IV. وسائل التقويم: للتأكد من تحقق الأهداف

التقويم التكويني (خلال تعليم الدرس):

- الاشتراك في مناقشة حول دور الأهل في تربية أولادهم.
- تعبير شفوي حول توزيع الأدوار بين أفراد الأسرة وإعطاء أمثلة من الحياة اليومية.
- شرح المفردات الأساسية.
- مناقشة صقيّة حول مساهمة كلّ فرد من أفراد العائلة في الأعمال المنزليّة وفي المشاركة في اتخاذ القرارات المتعلقة بالحياة اليومية.

التقويم النهائي (في نهاية الدرس): (حصّة تعليميّة: ساعة)

- المهمة: أكتب كيف تفسر علاقتك بالعائلة وما هو دورك مع باقي أفراد الأسرة لإنجاز الأعمال.
- المخاطب: المتعلّم
- الهدف: استخدام المعارف السابقة المكتسبة في الحياة اليومية.
- النتائج النهائي: تفسير علاقة كلّ فرد مع سائر أفراد عائلته وكيف يمكن أن يحسّن الواقع في حال وجود أيّ خلل.
- خطوات العمل:
 1. إقرأ العمل المطلوب.
 2. دوّن الأفكار.
 3. رتب الأفكار بالتسلسل.
 4. أكتب فقرة قصيرة عن الموضوع.

3

الدرس الثالث

الوثائق

المستندات الرسمية (الهوية كمستند رسمي)

المدة الزمنية

خطوات سير الدرس مقسمة على ثلاث حصص.

الهدف النهائي

من الضروري على كل فرد أن يحافظ على الوثائق التي يملكها لأنها المستند الرسمي الذي يتم من خلاله إثبات حقوقه في المجتمع.

أهداف الدرس الثالث

في نهاية الدرس يصبح المتعلم قادراً على:

- استيعاب معاني المفردات الجديدة واستعمالها.
- قراءة النص واستيعاب معانيه، والإجابة عن أسئلة تتعلق بالفهم والتحليل شفهيًا وكتابيًا.
- اكتساب المهارات الجديدة الواردة في النص وتطبيقها في حياته اليومية.
- تطبيق حلول عملية تعلمها في هذا الدرس في حياته اليومية.
- مراجعة حرفي ل/ث.

خطوات الدرس

I. التمهيد للدرس: (نصف ساعة)

تُطرح أسئلة للمناقشة الصفية.

الأسئلة المحورية

1. ما هي الوثائق الرسمية؟
2. لماذا يجب الحفاظ على الوثائق الرسمية؟
3. ما هي أهمية بطاقة الهوية بالنسبة للفرد؟
4. هل يجوز استعمال بطاقة الهوية أو البطاقة الانتخابية الخاصة بشخصٍ آخر؟ لماذا؟
5. ماذا تفعل في حال أضعت وثيقة أو مستنداً رسمياً؟
6. ماذا عليك أن تفعل قبل التوقيع على أيّ مستند رسمي؟

- يناقش المدرّس/ة مع المتعلّمين معنى المستندات الرسمية ويدوّن الإجابات على اللوح.
- يعدّد المتعلّمون المستندات الرسمية ويدوّنونها المدرّس/ة على اللوح.
- يبيّن المدرّس/ة للمتعلّمين أهمية المستندات الرسمية.

II. التعلّم

تُقدّم المعارف التالية من خلال الإجابات التي توصل إليها المتعلّمون أثناء المناقشة الصفية.

المعارف

- أهميّة الهوية للفرد.
- أهميّة المحافظة على الهوية وتجنّب فقدانها.
- مسؤوليّة التوقيع (ومنها التوقيع على المستندات الرسميّة والعقود، قراءة العقود قبل التوقيع).
- تعرّف المستندات الرسميّة: بطاقة الهوية، إخراج القيد، السجلّ العدليّ، جواز السفر، البطاقة الانتخابيّة، الإفادات المدرسيّة، اشتراك الماء والكهرباء والهاتف.

المهارات

تُكتسب المهارات الحيّاتيّة في هذا الدرس من خلال:

- قراءة النصّ ومناقشته.
- الإجابة عن أسئلة حول النصّ (هي نفسها الأسئلة المحوريّة في هذا الدرس).
- تعداد المستندات الرسميّة التي تبيّن هويّة الفرد.
- التمرّن على قراءة أحد المستندات الرسميّة.
- شرح ما الذي يجب القيام به في حال فقدان بطاقة الهوية.
- شرح أوجه مختلفة لاستخدام الهوية.
- تفسير أهميّة التوقيع على أيّ مستند.

III. التطبيق

الأنشطة اليومية: (ساعة ونصف)

- قراءة نصّ وفهمه من خلال الإجابة عن أسئلة حوله.
 - الاشتراك في المناقشة الصفّية.
 - التمارين التطبيقية رقم 1-2
1. يعرف المدرّس/ة معنى رقم السجّل ويعرّف كيف يحصل كل فرد على رقم سجّله.
 2. يساعد المدرّس/ة المتعلّمين في تعبئة نموذج طلب عمل يمكنهم من ملء نموذج مئيل في حال تقدّمهم بطلب عمل.
 3. يشرح المدرّس/ة المفردات الجديدة الواردة في النصّ.

IV. وسائل التقويم: للتأكد من تحقّق الأهداف

التقويم التكوينيّ (خلال تعليم الدرس)

- الاشتراك في المناقشة الصفّية.
- شرح المفردات الأساسية.
- تعداد المستندات الرسمية.

التقويم النهائيّ (في نهاية الدرس): (حصّة تعليمية: ساعة)

- المهمة: ملء نموذج السيرة الذاتية بالاستناد إلى بطاقة الهوية.
- المخاطب: المتعلّم
- الهدف: استخدام المعارف السابقة المكتسبة في ملء أيّ طلب أو استمارة في

الحياة اليومية.

• **النتاج النهائي:** كتابة المعلومات الشخصية بالاستناد إلى بطاقة الهوية.

• **خطوات العمل:**

1. إقرأ المطلوب.

2. إستعن بطاقة الهوية.

3. أكتب المعلومات المطلوبة بطريقةٍ صحيحة.

4 الدرس الرابع

التاريخ والوقت

أهميّة الوقت (الروزنامة، التاريخ، الساعة والوقت)

المدة الزمنية

خطوات سير الدرس مقسّمة على ثلاث حصص.

الهدف النهائي

إنّ إدارة الوقت تساعد على تنظيم الحياة لجهة تخطيط وإنجاز الأعمال بفعاليّة أكثر، بوقت أقصر، وبجهد أقلّ.

أهداف الدرس الرابع

في نهاية الدرس يُصبح المتعلّم قادرًا على:

- قراءة النصّ واستيعاب معانيه، والإجابة عن أسئلة تتعلّق بالفهم والتحليل شفهيًا وكتابيًا.
- إدراك أهميّة الوقت في الحياة.
- تنظيم الأنشطة اليومية من خلال استعمال مفكّرة.
- إنجاز الأعمال اليومية بفعاليّة.
- مراجعة حرفي خ/و.

خطوات الدرس

I. التمهيد للدرس: (نصف ساعة)

تُطرح أسئلة للمناقشة الصفية.

الأسئلة المحورية

1. ما معنى «إدارة الوقت»؟
2. ماذا يفعل الفرد لينظّم مواعيده ونشاطاته اليومية؟ لماذا؟
3. ما هي الأسس التي يعتمدها الفرد لتنظيم مواعيد أعماله ونشاطاته اليومية والأسبوعية؟
4. كيف تساعد إدارة الوقت الفرد في تنظيم حياته؟

- يناقش المدرّس/ة مع المتعلّمين معنى إدارة الوقت ويكتب التعريف على اللوح.
- يناقش المدرّس/ة مع المتعلّمين أهمية إدارة الوقت وتنظيم الأعمال.

II. التعلّم

تُقدّم المعارف التالية من خلال الإجابات التي توصل إليها المتعلّمون أثناء المناقشة الصفية.

المعارف

- أهميّة إدارة الوقت.
- تعرّف الروزنامة، أشهر السنة، أيّام الأسبوع، والتوقيت.
- أهميّة استعمال المفكّرة اليومية.
- ضرورة الالتزام بالمواعيد.

المهارات

تُكتسب **المهارات** الحياتيّة في هذا الدرس من خلال:

- قراءة النصّ ومناقشته.
- الإجابة عن أسئلة حول النصّ.
- قراءة صفحة من الروزنامة وشرحها.
- كتابة التاريخ والأعداد بشكل صحيح.
- تعرّف الوقت.
- تدوين النشاطات اليومية على المفكّرة.

III. التطبيق

الأنشطة اليومية: (ساعة ونصف)

- قراءة نصّ وفهمه من خلال الإجابة عن أسئلة حوله.

- الاشتراك في المناقشة الصفّية.
- التمارين التطبيقية رقم 1-2-3-4-5-6

IV. وسائل التقويم: للتأكد من تحقق الأهداف

التقويم التكويني (خلال تعليم الدرس)

- مناقشة صفّية حول أهميّة إدارة الوقت.
- كتابة أيّام الأسبوع، أشهر السنة، والأعداد.
- تعريف الوقت من الساعة.
- مناقشة صفّية حول كيفية تنظيم الأعمال والنشاطات في الحياة اليومية.

التقويم النهائي (في نهاية الدرس): (حصّة تعليمية: ساعة)

- المهمة: إملاً المفكرة بالنشاطات اليومية. لا تنس كتابة التاريخ والوقت الذي ستنفذ به كلّ نشاط.
- المخاطب: المتعلّم
- الهدف: استخدام المعارف السابقة المكتسبة في الحياة اليومية.
- النتاج النهائي: كتابة النشاطات، التاريخ، والتوقيت بشكل صحيح.
- خطوات العمل:
 1. إقرأ العمل المطلوب.
 2. دوّن الأفكار.
 3. رتب النشاطات بحسب أولويّتها والمواعيد بحسب تسلسلها الزمنيّ.
 4. أعرض ما كتبت للمناقشة الصفّية.

الدرس الخامس

5

الأسرة والحياة الاقتصادية

المدة الزمنية

خطوات سير الدرس مقسمة على ثلاث حصص.

الهدف النهائي

إنَّ تحديد الاحتياجات والأولويات في الحياة اليومية يساعد على تنظيم الميزانية والالتزام بحدود الإنفاق.

أهداف الدرس الخامس

في نهاية الدرس يُصبح المتعلم قادراً على:

- قراءة النصّ واستيعاب معانيه، والإجابة عن أسئلة تتعلق بالفهم والتحليل شفهيًا وكتابيًا.
- تحديد الأولويات لدى شراء الحاجيات.
- تحديد الاحتياجات اليومية وكتابتها.
- تنظيم الميزانية وترشيد الإنفاق.
- قراءة مكونات الأطعمة قبل الشراء.
- قراءة تاريخ الصلاحية قبل شراء الأطعمة.
- مراجعة حرفي **س/ي**.

خطوات الدرس

I. التمهيد للدرس: (نصف ساعة)

تُطرح أسئلة للمناقشة الصفية.

الأسئلة المحورية



1. كيف نقوم بتحديد الأولويات لدى شراء الحاجيات؟
2. ما هي أهمية كتابة لائحة بالأغراض؟
3. ماذا علينا أن نقرأ قبل أن نشترى أيّ غرض؟ لماذا؟
4. برأيك، كيف تسهّل كتابة اللائحة عملية الشراء؟

يناقش المدرّس/ة مع المتعلّمين:

- معنى الحياة الاقتصادية.
- معنى الميزانية.
- كيفية تحديد الأولويات.
- العلاقة بين تحديد الأولويات والميزانية.

II. التعلّم

تُقدّم المعارف التالية من خلال الإجابات التي توصل إليها المتعلّمون أثناء المناقشة الصفية.

المعارف

- تحديد الاحتياجات
- إعداد لائحة الاحتياجات
- تحديد ميزانية الأسرة
- قراءة المكونات على السلع الغذائية
- تعرّف تاريخ انتهاء الصلاحية

تُكتسب المهارات الحياتية في هذا الدرس من خلال:

- قراءة النصّ ومناقشته.
- الإجابة عن أسئلة حول النصّ.
- التمرّن على قراءة المكونات على سلع غذائية مختلفة وتاريخ انتهاء الصلاحية.
- شرح أهمية تنظيم الميزانية وترشيد الإنفاق.

III. التطبيق

الأنشطة اليومية: (ساعة ونصف)

- قراءة نصّ وفهمه من خلال الإجابة عن أسئلة حوله.
- الاشتراك في المناقشة الصفية.
- التمارين التطبيقية رقم 1-2-3-4-5

IV. وسائل التقويم: للتأكد من تحقق الأهداف

التقويم التكويني (خلال تعليم الدرس):

- مناقشة حول كيفية إعداد لائحة الاحتياجات.
- شرح المفردات الأساسية.
- التعرف إلى النقود.
- تصنيف الأطعمة.
- تعرّف المكونات، تاريخ الانتاج، تاريخ انتهاء الصلاحية.
- التأكد من الثمن قبل الشراء ومقارنته مع الميزانية.

التقويم النهائي (في نهاية الدرس): (حصّة تعليمية: ساعة)

- المهمة: أكتب كيف يمكنك تنظيم ميزانية الأسرة.
- المخاطب: المتعلم
- الهدف: استخدام المعارف السابقة المكتسبة في الحياة اليومية.
- النتاج النهائي: أكتب لائحة باحتياجات الأسرة وقارن المبلغ المطلوب مع ما هو متوفر في الميزانية لحذف ما هو غير ضروري.
- خطوات العمل:
 1. دوّن الأصناف التي تنوي شراءها.
 2. دوّن قرب كلّ صنف السعر المتوقع.
 3. إجمع الأسعار لمعرفة المبلغ المطلوب.
 4. قرّر ما إذا كنت ستشتري كافة الأصناف أو ستحذف ما هو غير ضروري تبعاً للمبلغ الذي خصصته لشراء الاحتياجات.

6

الدرس السادس

الغذاء السليم

المدة الزمنية

خطوات سير الدرس مقسّمة على ثلاث حصص.

الهدف النهائي

الغذاء الصحيّ السليم سبيل لتحقيق النموّ السليم للفرد وضمان سلامته.

أهداف الدرس السادس

في نهاية الدرس يُصبح المتعلّم قادراً على:

- قراءة النصّ واستيعاب معانيه، والإجابة عن أسئلة تتعلّق بالفهم والتحليل شفهيّاً وكتابياً.
- إدراك أهميّة التغذية السليمة في المحافظة على الصحة.
- التعريف بأنواع الغذاء الصحيّ.
- التمييز بين الأغذية الصحيّة والأغذية غير الصحيّة.
- اكتساب طرق عمليّة يطبّقها في حياته اليوميّة للمحافظة على سلامة الطعام.
- مراجعة حرفي غ/م.

خطوات الدرس

I. التمهيد للدرس: (نصف ساعة)

تُطرح أسئلة للمناقشة الصفية.

الأسئلة المحورية

1. ممّ يتكوّن الغذاء الصحيّ؟
2. لماذا تُعتبر الوجبات السريعة غير صحيّة؟
3. ما هو الهرم الغذائيّ؟
4. إلّام يُشير كلّ لون من الألوان الموجودة في الهرم الغذائيّ؟
5. برأيك، كيف يفيد الغذاء السليم حياة الإنسان؟

- يناقش المدرّس/ة مع المتعلّمين تعريف الغذاء الصحيّ.
- يستدرّ المدرّس/ة إجابات من المتعلّمين لتعريف الهرم الغذائيّ.
- يدوّن المدرّس/ة على اللوح تعريف المتعلّمين للهرم الغذائيّ، مكوّناته، الغذاء الصحيّ ثمّ تتمّ مقارنة المعلومات مع ما ورد في النصّ.

II. التعلّم

تُقدّم المعارف التالية من خلال الإجابات التي توصل إليها المتعلّمون أثناء المناقشة الصفية.

المعارف

- دور الغذاء الصحيّ في تحقيق النموّ السليم.
- أنواع الأطعمة الصحيّة.
- طريقة حفظ الطعام.
- الهرم الغذائيّ.
- مجموعات الأطعمة.

المهارات

تُكتسب المهارات الحيّاتيّة في هذا الدرس من خلال:

- قراءة النصّ ومناقشته.
- الإجابة عن أسئلة حول النصّ.
- تعريف الطعام الصحيّ.
- تطبيق المبادئ الأساسيّة للحفاظ على سلامة الطعام.

III. التطبيق

الأنشطة اليوميّة: (ساعة ونصف)

- قراءة نصّ وفهمه من خلال الإجابة عن أسئلة حوله.
- الاشتراك في المناقشة الصفّيّة.
- التمارين التطبيقية رقم 1-2-4-5

IV. وسائل التقويم: للتأكد من تحقق الأهداف

التقويم التكويني (خلال تعليم الدرس):

- مناقشة صفية حول الغذاء والتغذية.
- قراءة المعلومات الواردة في الهرم الغذائي.
- تحديد مجموعات الأطعمة.
- تمرين رقم 3: أضع علامة (صح) في العمود المناسب.

التقويم النهائي (في نهاية الدرس): (حصّة تعليمية: ساعة)

- المهمة: إملأ الجدول بالوجبات الغذائية الصحيّة اليومية مستنداً إلى الهرم الغذائي.
- المخاطب: المتعلّم
- الهدف: استخدام المعارف السابقة المكتسبة في الحياة اليومية.
- الناتج النهائي: تعرّف النظام الغذائيّ السليم.
- خطوات العمل:
 1. إقرأ العمل المطلوب.
 2. اختر الأطعمة الصحيّة المناسبة.
 3. دوّن أصناف الأطعمة في الخانات المناسبة.
 4. أعرض ما كتبت للمناقشة الصفية.

الدرس السابع

تَنمِيَّةُ الوَعْيِ البيئيِّ

نحن والبيئة

المدة الزمنية

خطوات سير الدرس مقسّمة على ثلاث حصص.

الهدف النهائي

حماية البيئة مسؤوليّة الجميع، وهي أساسيّة للمحافظة على صحّة الإنسان.

أهداف الدرس السابع

في نهاية الدرس يُصبح المتعلّم قادرًا على:

- قراءة النصّ واستيعاب معانيه، والإجابة عن أسئلة تتعلّق بالفهم والتحليل شفهيًا وكتابيًا.
- تعريف أهميّة تنمية الوعي البيئيّ.
- تحديد المسؤوليّة الشخصية في الحفاظ على البيئة والمحيط.
- تعريف أهميّة التشجير كوسيلة للحفاظ على البيئة.
- مراجعة حرفي ن/ح.

خطوات الدرس

I. التمهيد للدرس: (نصف ساعة)

تُطرح أسئلة للمناقشة الصفيّة.

الأسئلة المحوريّة

1. ما هي البيئة؟
2. ما هي عناصر البيئة؟
3. ما هي المشاكل التي تهدّد البيئة في لبنان؟
4. ما هي أسباب تلوث الشاطئ؟
5. كيف يضرّ تراكم النفايات بالبيئة؟
6. ما هي الحلول التي بإمكانها أن تساهم في التخفيف من التلوّث؟
7. برأيك، كيف يساهم الأفراد في المجتمع في الحفاظ على البيئة؟

- يبدأ المدرّس/ة النقاش بسؤال المتعلّمين حول تعريفهم للبيئة وعناصر البيئة.
- يدوّن المدرّس/ة تعريف المتعلّمين على اللوح لمقارنته لاحقاً مع التعريف الوارد في النصّ.
- يناقش المدرّس/ة مع المتعلّمين المشاكل البيئيّة التي يعرفونها، أسبابها، وطرق حلّها.

II. التعلّم

تُقدّم المعارف التالية من خلال الإجابات التي توصل إليها المتعلّمون أثناء المناقشة الصفّية.

المعارف

- دور الفرد في الحفاظ على البيئة.
- تعريف عناصر البيئة.
- أسباب تلوث البيئة.
- طرق حماية البيئة.

المهارات

تكتسب المهارات الحياتية في هذا الدرس من خلال:
قراءة النصّ ومناقشته.
الإجابة عن أسئلة حول النصّ.
تعداد عناصر البيئة.
تطبيق المبادئ الأساسية للحفاظ على البيئة.

III. التطبيق

الأنشطة اليومية: (ساعة ونصف)

- قراءة نصّ وفهمه من خلال الإجابة عن أسئلة حوله.
- الاشتراك في المناقشة الصفّية.
- التمارين التطبيقية رقم 1-2-3

IV. وسائل التقويم: للتأكد من تحقق الأهداف

التقويم التكويني (خلال تعليم الدرس):

- مناقشة صفّية حول الصّحة والبيئة.
- تعداد أنواع تلوث البيئة وأسبابه.
- اقتراح طرق لحماية البيئة.

التقويم النهائي (في نهاية الدرس): (حصّة تعليمية: ساعة)

- المهمة: أكتب حلولاً عملية بإمكان كلّ فرد أن يمارسها في حياته اليومية للتخفيف من التلوث مستعيناً بالمعلومات الواردة في النصّ.
- المخاطب: المتعلّم
- الهدف: استخدام المعارف السابقة المكتسبة في الحياة اليومية.
- النتائج النهائيّة: التعرّف إلى دور الفرد في المحافظة على البيئة.
- خطوات العمل:
 1. إقرأ العمل المطلوب.
 2. عدّد طرقاً للمحافظة على البيئة.
 3. أعرض ما كتبت للمناقشة الصفّية.

الدرس الثامن

النظافة هي الحياة

8

المدة الزمنية

خطوات سير الدرس مقسّمة على ثلاث حصص.

الهدف النهائي

المحافظة على نظافة الأماكن العامة مسؤوليّة كلّ فرد في المجتمع.

أهداف الدرس الثامن

في نهاية الدرس يُصبح المتعلّم قادرًا على:

- قراءة النصّ واستيعاب معانيه، والإجابة عن أسئلة تتعلّق بالفهم والتحليل شفهيًا وكتابيًا.
- تحديد أهميّة المسؤوليّة الشخصية في المحافظة على النظافة العامّة.
- تعريف علاقة المحافظة على المحيط كجزء من المحافظة على الذات وعلى المنزل.
- تعريف طرق المحافظة على نظافة المبنى، الشارع، المصعد، درج البناية، الشاطئ، والحديقة العامّة.
- مراجعة حرفي ن/هـ.

خطوات الدرس

I. التمهيد للدرس: (نصف ساعة)

تُطرح أسئلة للمناقشة الصفية.

الأسئلة المحورية

1. ما هي مظاهر النظافة في القرية؟
2. كيف يختلف الوضع في المدينة عنه في القرية لجهة موضوع النظافة؟ لماذا؟
3. ماذا يسبب حرق النفايات داخل المستوعبات؟
4. ما هي الآثار السيئة التي تنتج عن عدم الاهتمام بنظافة الأقسام المشتركة والشارع والأماكن العامة؟
5. برأيك، كيف يساهم الأفراد في المجتمع في الحفاظ على نظافة منطقتهم؟

يبدأ المدرس/ة بطرح هذه الأسئلة للتعرف إلى أهميّة النظافة، طرق المحافظة على النظافة، العلاقة بين النظافة والصحة.

II. التعلّم

تُقدّم المعارف التالية من خلال الإجابات التي توصل إليها المتعلّمون أثناء المناقشة الصفية.

المعارف

- دور الفرد في الحفاظ على النظافة العامّة.
- تعريف طرق المحافظة على النظافة العامّة.
- تحديد الآثار السلبية الناتجة عن إهمال النظافة العامّة.

المهارات

تُكتسب المهارات الحياتية في هذا الدرس من خلال:

- قراءة النصّ ومناقشته.
- الإجابة عن أسئلة حول النصّ.
- تعداد سبل المحافظة على النظافة العامّة من خلال المعلومات الواردة في النصّ.
- التعرف إلى كيفية تطبيق المبادئ الأساسية للحفاظ على النظافة العامّة من خلال المعلومات الواردة في النصّ.

III. التطبيق

الأنشطة اليومية: (ساعة ونصف)

- قراءة نصّ وفهمه من خلال الإجابة عن أسئلة حوله.
- الاشتراك في المناقشة الصفية.
- التمارين التطبيقية رقم 1-2-3-4

IV. وسائل التقويم: للتأكد من تحقق الأهداف

التقويم التكويني (خلال تعليم الدرس):

- مناقشة صفية حول الصحة والبيئة.
- تعداد طرق المحافظة على النظافة العامة.
- شرح الآثار السلبية لإهمال النظافة العامة.

التقويم النهائي (في نهاية الدرس): (حصّة تعليمية: ساعة)

- المهمة: أكتب طرقاً عملية بإمكانك أن تقوم بها أنت وجيرانك للمحافظة على نظافة الحي الذي تعيشون فيه.
- المخاطب: المتعلم
- الهدف: استخدام المعارف السابقة المكتسبة في الحياة اليومية.
- الناتج النهائي: التعرف إلى دور الفرد في المحافظة على النظافة العامة.
- خطوات العمل:
 1. إقرأ العمل المطلوب.
 2. عدّد طرقاً عملية للمحافظة على النظافة العامة في حيّك.
 3. أعرض ما كتبت للمناقشة الصفية.

9

الدرس التاسع

النظافة الشخصية

المدة الزمنية

خطوات سير الدرس مقسمة على ثلاث حصص.

الهدف النهائي

المحافظة على النظافة الشخصية تبعد الإصابة بأمراض عديدة وهي دليل حضارة ورقي.

أهداف الدرس التاسع

في نهاية الدرس يُصبح المتعلم قادراً على:

- قراءة النص واستيعاب معانيه، والإجابة عن أسئلة تتعلق بالفهم والتحليل شفهيًا وكتابيًا.
- تعريف أهمية المحافظة على النظافة الشخصية.
- تحديد العلاقة بين المحافظة على النظافة الشخصية والإصابة بالمرض.
- شرح طرق المحافظة على النظافة الشخصية.
- تبيان أثر المحافظة على النظافة الشخصية على المظهر الخارجي للفرد.
- مراجعة حرفي **ف/ش**.

خطوات الدرس

I. التمهيد للدرس: (نصف ساعة)

تُطرح الأسئلة المحورية التالية للمناقشة الصفية

الأسئلة المحورية

1. ما هي دلائل النظافة الشخصية؟
2. كيف تساهم العناية بالنظافة الشخصية في الحماية من الأمراض؟
3. ماذا يسبب إهمال المحافظة على النظافة الشخصية؟
4. ما هي أهميّة غسل اليدين بالماء والصابون؟
5. برأيك، كيف يشجّع الأهل أولادهم على الالتزام بشروط النظافة الشخصية؟

يدوّن المدرّس/ة على اللوح إجابات المتعلّمين حول:

- أهميّة المحافظة على النظافة الشخصية.
- العلاقة بين المحافظة على النظافة والوقاية من المرض.
- أهميّة المحافظة على نظافة اليدين.
- كيفية تشجيع الأهل لأبنائهم على الالتزام بالنظافة الشخصية.

II. التعلّم

تُقدّم المعارف التالية من خلال الإجابات التي توصل إليها المتعلّمون أثناء المناقشة الصقيّة.

المعارف

- تعريف طرق المحافظة على النظافة الشخصية.
- تحديد الآثار السلبية الناتجة عن إهمال النظافة الشخصية.
- أثر المحافظة على النظافة الشخصية على شخصية الفرد.

المهارات

تُكتسب المهارات الحياتية في هذا الدرس من خلال:

- قراءة النصّ ومناقشته.
- الإجابة عن الأسئلة حول النصّ.
- تعداد خمس عادات على الأقلّ تساعد في المحافظة على النظافة الشخصية.

III. التطبيق

الأنشطة اليومية: (ساعة ونصف)

- قراءة نصّ وفهمه من خلال الإجابة عن أسئلة حوله.

- الاشتراك في المناقشة الصفّية.
- التمارين التطبيقية رقم 1-2-3-4-5

IV. وسائل التقويم: للتأكد من تحقق الأهداف

التقويم التكويني (خلال تعليم الدرس)

- مناقشة صفّية حول النظافة الشخصية.
- قراءة المعلومات الواردة في النصّ حول طرق المحافظة على النظافة الشخصية والإجابة عن أسئلة في فهم النصّ.
- قراءة المعلومات اللازمة حول الآثار السلبية لإهمال النظافة الشخصية والإجابة عن أسئلة في فهم النصّ.

التقويم النهائي (في نهاية الدرس): (حصّة تعليمية: ساعة)

- المهمة: إشرح أهميّة المحافظة على النظافة الشخصية للوقاية من أمراض كثيرة وأعط أمثلة على ذلك.
- المخاطب: المتعلّم
- الهدف: استخدام المعارف السابقة المكتسبة في الحياة اليومية.
- النتائج النهائيّة: التعرّف إلى أهميّة المحافظة على النظافة الشخصية.
- خطوات العمل:
 1. إقرأ العمل المطلوب.
 2. إشرح أهميّة المحافظة على النظافة الشخصية وطرق المحافظة عليها.
 3. عدّد الأمراض التي قد تصيب الإنسان في حال إهماله لنظافته الشخصية.

10

الدرس العاشر الحوادث المنزلية

المدة الزمنية

خطوات سير الدرس مقسمة على ثلاث حصص.

الهدف النهائي

إنَّ اتِّخَاذَ التدابير الوقائية من شأنها أن تجنّب الناس من مخاطر الحوادث المنزلية.

أهداف الدرس العاشر

في نهاية الدرس يُصبح المتعلّم قادرًا على:

- قراءة النصّ واستيعاب معانيه، والإجابة عن أسئلة تتعلّق بالفهم والتحليل شفهيًا وكتابيًا.
- تعداد أهمّ الحوادث المنزلية.
- تعداد أسباب وقوع الحوادث المنزلية.
- تحديد طرق الوقاية من الحوادث المنزلية.
- مراجعة حرفي د/ز.

خطوات الدرس

I. التمهيد للدرس: (نصف ساعة)

تُطرح أسئلة للمناقشة الصفية.

الأسئلة المحورية

1. ما معنى الحوادث المنزلية؟
2. ما هي أسباب وقوع الحوادث المنزلية؟
3. ما هي الحوادث المنزلية التي قد يتعرض لها الأطفال؟
4. كيف يمكن إجراء تعديلات داخل المنزل للوقاية من الحوادث المنزلية؟
5. برأيك، كيف يتجنب الأهل الحوادث المنزلية؟

تتطلب هذه المناقشة التمهيدية قبل المباشرة بقراءة الدرس حوالى النصف ساعة للتعريف ب:

- الحوادث المنزلية
- أسبابها
- التدابير الوقائية الممكنة اتخاذها

II. التعلّم

تُقدّم المعارف التالية من خلال الإجابات التي توصل إليها المتعلّمون أثناء المناقشة الصفّيّة.

المعارف

- تعريف الحوادث المنزليّة.
- تحديد دور الأهل في اتّخاذ الخطوات اللازمة للوقاية من الحوادث المنزليّة.
- تعريف طرق الوقاية من الحوادث المنزليّة.
- تحديد الآثار السلبية الناتجة عن الإصابة بالحوادث المنزليّة.

المهارات

تكتسب المهارات الحياتيّة في هذا الدرس من خلال:

- قراءة النصّ ومناقشته.
- الإجابة عن الأسئلة حول النصّ.
- تعداد خمس طرق على الأقلّ تساعد في الوقاية من الحوادث المنزليّة.

II. التطبيق

الأنشطة اليومية: (ساعة ونصف)

- قراءة نصّ وفهمه من خلال الإجابة عن أسئلة حوله.
- الاشتراك في المناقشة الصفّية.
- التمارين التطبيقية رقم 1-2-3-4

IV. وسائل التقويم: للتأكد من تحقق الأهداف

التقويم التكويني (خلال تعليم الدرس):

- مناقشة صفّية حول الحوادث المنزلية.
- قراءة المعلومات الواردة في النصّ حول أسباب وقوع الحوادث المنزلية والإجابة عن أسئلة في فهم النصّ.
- قراءة المعلومات الواردة حول طرق الوقاية من الحوادث المنزلية والإجابة عن أسئلة في فهم النصّ.

التقويم النهائي (في نهاية الدرس): (حصّة تعليمية: ساعة)

- المهمة: عدّد الحوادث التي يمكن أن يتعرّض لها الطفل داخل المطبخ وكيفية تجنّب حدوثها.
- المخاطب: المتعلّم
- الهدف: تطبيق المعارف السابقة المكتسبة في الحياة اليومية.
- النتاج النهائي: التعرّف إلى دور الأهل ومسؤوليتهم في اتّخاذ التدابير الوقائية اللازمة لحماية أولادهم من الحوادث المنزلية.

• خطوات العمل:

1. إقرأ العمل المطلوب.
2. عدّد الحوادث التي قد يتعرّض لها الأطفال في المطبخ.
3. عدّد طرق الوقاية الممكنة اتّخاذها لتجنّب وقوع هذه الحوادث.
4. أعرّض ما كتبت للمناقشة الصّفيّة.

الدرس الحادي عشر

التَّهْيِئَةُ لِلْعَمَلِ

المدة الزمنية

خطوات سير الدرس مقسّمة على ثلاث حصص.

الهدف النهائي

على الفرد أن يراعي أمورًا أساسية عند التقدّم للحصول على عمل، ما يؤمّن له فرص القبول والاستمرارية في العمل.

أهداف الدرس الحادي عشر

في نهاية الدرس يصبح المتعلّم قادرًا على:

- قراءة النصّ واستيعاب معانيه، والإجابة عن أسئلة تتعلّق بالفهم والتحليل شفهيًا وكتابيًا.
- تعداد مجالات العمل المُتاحة أمامه من خلال وضع لائحة بالأعمال المهنية والتقنيّة التي يمكنه ممارستها.
- قراءة العقود والتعامل معها.
- استخدام طرق عديدة للبحث عن عمل.
- اختيار المهنة أو الحرفة التي يمكن تعلّمها.
- مراجعة حرف **ظ**.

خطوات الدرس

I. التمهيد للدرس (نصف ساعة)

تُطرح أسئلة للمناقشة الصفية.

الأسئلة المحورية

1. ما هي أهمية الالتحاق بدورات تدريبية؟
2. كيف تُساهم الدورات التدريبية في تطوير المعرفة؟
3. ما هي الوسائل التي تساعد في إيجاد فرص عمل؟
4. ما هي الأمور التي يجب التنبه لها عند التقدم للحصول على عمل؟
5. كيف يمكن لأي شخص أن يطور نفسه في مجال عمله؟

يناقش المدرس/ة الأسئلة السابقة مع المتعلمين ويكتب إجاباتهم المقترحة على اللوح للاستعانة بها في مراحل لاحقة من الدرس.

II. التعلم

تُقدّم المعارف التالية من خلال الإجابات التي توصل إليها المتعلمون أثناء المناقشة الصفية.

المعارف

- تعريف الأعمال المتوقّرة.
- تحديد طريقة البحث عن عمل.
- ذكر التحضيرات لإجراء مقابلات العمل.
- تفسير أهميّة قراءة عقود العمل قبل توقيعها.
- تعريف حقوق وواجبات العامل/الموظّف.

المهارات

تُكتسب المهارات الحياتيّة في هذا الدرس من خلال:

- قراءة النصّ ومناقشته.
- الإجابة عن الأسئلة حول النصّ.

III. التطبيق

الأنشطة اليوميّة (ساعة ونصف)

- قراءة نصّ وفهمه من خلال الإجابة عن أسئلة حوله.
- الاشتراك في المناقشة الصفّيّة.
- التمارين التطبيقيّة رقم 1-2-3-4-5

IV. وسائل التقويم: للتأكد من تحقق الأهداف

التقويم التكويني (خلال تعليم الدرس)

- مناقشة صفية حول مجالات العمل والتهيئة للعمل.
- قراءة المعلومات الواردة في النص حول سبل التهيئة للعمل.

التقويم النهائي (في نهاية الدرس): (حصّة تعليمية: ساعة)

- المهمة: أكتب الخطوات التي عليك أن تقوم بها عندما تتقدم إلى عمل ما ذاكراً المؤهلات والسلوكيات الضرورية التي يجب أن تتمتع بها.
- المخاطب: المتعلم
- الهدف: تطبيق المعارف المكتسبة في الحياة اليومية.
- النتائج النهائي: القيام بالخطوات اللازمة عند التقدم بطلب عمل.
- خطوات العمل:
 1. إقرأ العمل المطلوب.
 2. عدّد الخطوات التي عليك القيام بها.
 3. أذكر مؤهلاتك الشخصية وخبراتك السابقة في مجالات العمل.
 4. أذكر السلوكيات التي عليك أن تتحلّى بها.
 5. أعرض ما كتبت للمناقشة الصفية.

الدرس الثاني عشر التواصل مع الآخرين

المدة الزمنية

خطوات سير الدرس مقسمة على ثلاث حصص.

الهدف النهائي

إنَّ تطبيق قواعد حُسن الإصغاء والحوار الناجح يؤدي إلى التواصل مع الآخرين بفعالية.

أهداف الدرس الثاني عشر

في نهاية الدرس يُصبح المتعلّم قادرًا على:

- قراءة النصّ واستيعاب معانيه، والإجابة عن أسئلة تتعلق بالفهم والتحليل شفهيًا و كتابيًا.
- استعمال طرق الإصغاء بفعالية وتطبيق آداب الحديث أثناء الحوار.
- استخدام الألفاظ اللائقة أثناء التواصل والحوار.
- الاستماع إلى وجهات النظر الأخرى أثناء النقاش وإبداء الرأي.
- مراجعة حرف ص.

خطوات الدرس

التمهيد للدرس (نصف ساعة)

تُطرح أسئلة للمناقشة الصفّية.

الأسئلة المحوريّة

1. ما معنى التواصل مع الآخرين؟
2. لماذا يجد بعض الناس صعوبة في التواصل مع الآخرين؟
3. ما هي الخطوات المطلوبة للحوار الناجح؟
4. ما هي الإيجابيات التي يكتسبها الشخص عندما يتواصل مع الآخرين؟
5. برأيك، كيف يمكن لأيّ شخص أن يتواصل بشكلٍ فعّالٍ مع الآخرين؟

يناقش المدرّس/ة الأسئلة السابقة ويكتب إجابات المتعلّمين على اللوح للاستعانة بها في مراحل لاحقة من الدرس.

II. التعلّم

تُقدّم المعارف التالية من خلال الإجابات التي توصل إليها المتعلّمون أثناء المناقشة الصفّية.

المعارف

- تعريف معنى التواصل.
- تحديد سبب صعوبة التواصل مع الغير.
- تحديد طرق الحوار الناجح.
- شرح أهميَّة التواصل والحوار.
- استعمال طرق التواصل الفعّال مع الآخرين.

المهارات

تُكتسب **المهارات** الحياتية في هذا الدرس من خلال:

- قراءة النصّ ومناقشته.
- الإجابة عن الأسئلة حول النصّ.
- تطبيق طرق التواصل الفعّال مع الآخرين.

III. التطبيق

الأنشطة اليومية (ساعة ونصف)

- قراءة نصّ وفهمه من خلال الإجابة عن أسئلة حوله.
- الاشتراك في المناقشة الصفية.
- التمارين التطبيقية رقم 1-2-3-4

IV. وسائل التقويم: للتأكد من تحقق الأهداف

التقويم التكويني (خلال تعليم الدرس):

- مناقشة صفيّة حول: أهميّة الحوار والنقاش.
- سبل الاتّصال الفعّال.
- أهميّة الاستماع إلى الآخر.
- أهميّة احترام الرأي الآخر.
- قراءة النصّ حول التواصل مع الآخرين ومناقشة المعلومات الواردة فيه.

التقويم النهائي (في نهاية الدرس): (حصّة تعليميّة: ساعة)

- المهمّة: اشترك مع زملائك وزميلاتك في الصفّ في مناقشة الموضوع التالي:
 - «ليس فقط ما تقول هو المهمّ ولكنّ الطريقة التي تتكلّم بها هي الأهمّ»، ملتزمًا وإيّاهم بأساليب الحوار النّاجح.
- إستعنّ بالمثل التالي لتوجيه المتعلّمين للالتزام بالموضوع وبآداب الحوار والمناقشة:
- عندما تقول كلامًا هامًا بصوت منخفض وأنت تنظر إلى الأرض، فإنّ كلامك هذا لن يصل إلى الآخرين ولن يلقي صدى لديهم، ولكن إذا قلت الجملة ذاتها بصوت عال وأنت تنظر إلى الشخص بشكلٍ مباشر فإنّها تؤدّي المعنى المرجوّ منها وهذا ما يبيّن أهميّة التواصل الجسديّ إلى جانب التواصل اللفظيّ.
- يؤكد المدرّس/ة ضرورة عدم الاستتار بالحديث بل إعطاء المجال للشخص الآخر لإبداء الرأي.
- يبيّن المدرّس/ة أهميّة احترام الرأي الآخر في حال تضارب الآراء وعدم اللجوء إلى رفع الصوت، أو فرض الرأي.

- المخاطَب: المتعلِّم
- الهدف: استخدام المعارف السابقة المكتسبة في الحياة اليومية.
- النتاج النهائي: التعرّف إلى طرق التواصل الفعّال مع الآخرين.
- خطوات العمل:
 1. إقرأ العمل المطلوب.
 2. التزم بالموضوع وبآداب الحوار والمناقشة.
 3. إملأ شبكة التقويم الذاتي.

13

الدرس الثالث عشر

الاعترافُ بِالْآخِرِ وَتَقَبُّلُ الْاِخْتِلَافِ

المدة الزمنية

خطوات سير الدرس مقسّمة على ثلاث حصص.

الهدف النهائي

إنّ الانفتاح على الآخرين وتقبُّل الاختلاف يؤدي إلى حسن التعامل بين الناس ويقوّي العلاقات بين الأفراد في المجتمع.

أهداف الدرس الثالث عشر

في نهاية الدرس يُصبح المتعلّم قادرًا على:

- قراءة النصّ واستيعاب معانيه، والإجابة عن أسئلة تتعلّق بالفهم والتحليل شفهيًا وكتابيًا.
- الاستماع إلى وجهات النظر الأخرى.
- احترام الرأي الآخر.
- احترام حقوق الآخرين وحرّيتهم في التعبير.
- العمل على حلّ الخلاف بالحوار.
- تعريف التسامح.
- مراجعة حرفي ر/ق.

خطوات الدرس

التمهيد للدرس (نصف ساعة)

تُطرح أسئلة للمناقشة الصفية.

الأسئلة المحورية

1. ما معنى الاعتراف بالآخر وتقبُّل الاختلاف؟
2. ما هي الأسباب التي تدفع ببعض الناس إلى عدم تقبُّل الآخرين؟
3. ماذا يحصل في حال عدم تقبُّل الآخرين؟
4. برأيك، كيف يُمكن لأيِّ شخصٍ أن يُقيمَ علاقاتٍ طيبةٍ مع الآخرين؟

يناقش المدرس/ة الأسئلة السابقة ويكتب إجابات المتعلِّمين على اللوح للاستعانة بها في مراحل لاحقة من الدرس.

II. التعلُّم

تُقدِّم المعارف التالية من خلال الإجابات التي توصل إليها المتعلِّمون أثناء المناقشة الصفية.

المعارف

- تعريف معنى الاعتراف بالآخر.
- تعريف معنى تقبّل الآخر.
- شرح أهميّة حلّ الخلافات بالحوار.
- تبيان أهميّة احترام الرأي الآخر والاستماع للغير.

المهارات

تُكتسب المهارات الحياتية في هذا الدرس من خلال:

- قراءة النصّ ومناقشته.
- الإجابة عن الأسئلة حول النصّ.
- الاستماع إلى آراء الآخرين وحلّ الخلافات بالحوار.

III. التطبيق

الأنشطة اليومية (ساعة ونصف)

- قراءة نصّ وفهمه من خلال الإجابة عن أسئلة حوله.
- الاشتراك في المناقشة الصفية.
- التمارين التطبيقية رقم 1-2-3-4

IV. وسائل التقويم: للتأكد من تحقق الأهداف

التقويم التكويني (خلال تعليم الدرس):

- مناقشة صفية حول: أهميّة الاستماع للغير.
- أهميّة تقبّل الغير.
- أهميّة احترام الرأي الآخر.
- قراءة المعلومات الواردة في النص حول الاعتراف بالآخر وتقبّل الاختلاف.

التقويم النهائي (في نهاية الدرس): (حصّة تعليمية: ساعة)

- المهمة: عدّد بعض الخطوات التي تجعلك أكثر انفتاحًا على الآخرين.
- المخاطب: المتعلّم
- الهدف: استخدام المعارف السابقة المكتسبة في الحياة اليومية.
- الناتج النهائي: التعرّف إلى طرق تودّي إلى احترام الغير وتقبّلهم وتطبيقها في الحياة اليومية.
- خطوات العمل:
 1. إقرأ العمل المطلوب.
 2. عدّد خطوات عملية تظهر انفتاحك على الغير تطبّقها في حياتك اليومية.
 3. أعرض ما كتبت للمناقشة الصفية.

14

الدرس الرابع عشر

الثقة بالنفس

المدة الزمنية

خطوات سير الدرس مقسمة على ثلاث حصص.

الهدف النهائي

إنَّ اكتساب المعارف وتطوير المهارات يساعدان على تقدير الذات وتعزيز الثقة بالنفس.

أهداف الدرس الرابع عشر

في نهاية الدرس يُصبح المتعلّم قادرًا على:

- قراءة النصّ واستيعاب معانيه، والإجابة عن أسئلة تتعلّق بالفهم والتحليل شفهيًا وكتابيًا.
- تقدير الذات واتخاذ القرار.
- الاعتماد على النفس.
- شرح أهميّة التعلّم وطلب المعرفة كوسيلة لزيادة الثقة بالنفس.
- مراجعة حرف **ظ**.

خطوات الدرس

التمهيد للدرس (نصف ساعة)

تُطرح أسئلة للمناقشة الصفية.

الأسئلة المحورية

1. ما هي أسباب انعدام الثقة بالنفس؟
2. كيف تؤثر الثقة بالنفس سلباً على الإنسان؟
3. كيف تؤثر الثقة بالنفس إيجاباً على الإنسان؟
4. ما هي العلاقة بين العلم والثقة بالنفس واتخاذ القرار؟
5. برأيك، كيف يمكن لأي شخص أن يكتسب ثقة عالية بنفسه؟

يناقش المدرس/ة الأسئلة السابقة ويكتب إجابات المتعلمين المقترحة على اللوح للاستعانة بها في مراحل لاحقة من الدرس.

II. التعلم

تُقدّم المعارف التالية من خلال الإجابات التي توصل إليها المتعلمون أثناء المناقشة الصفية.

المعارف

- تعريف معنى الثقة بالنفس.
- تعريف معنى احترام الذات.
- تعريف معنى تقدير الذات.
- تعريف معنى الاعتماد على النفس.
- شرح أهميّة تعزيز الثقة بالنفس.

المهارات

تُكتسب **المهارات** الحياتيّة في هذا الدرس من خلال:

- قراءة النصّ ومناقشته.
- الإجابة عن الأسئلة حول النصّ.
- تخطّي نقاط الضعف والعمل على تحقيق الأهداف.

III. التطبيق

الأنشطة اليوميّة (ساعة ونصف)

- قراءة نصّ وفهمه من خلال الإجابة عن أسئلة حوله.
- الاشتراك في المناقشة الصفّيّة.
- التمارين التطبيقية رقم 1-2-3-4-5

IV. وسائل التقويم: للتأكد من تحقق الأهداف

التقويم التكويني (خلال تعليم الدرس)

- مناقشة صفية حول: أهميّة الثقة بالنفس.
- السبل لتعزيز الثقة بالنفس.
- أثر الثقة بالنفس على الفرد.
- قراءة المعلومات الواردة في النصّ حول الثقة بالنفس واحترام الذات.

التقويم النهائي (في نهاية الدرس): (حصّة تعليمية: ساعة)

- المهمة: عدّد بعض الخطوات التي تزيد من ثقتك بنفسك.
 - المخاطب: المتعلّم
 - الهدف: استخدام المعارف السابقة المكتسبة في الحياة اليومية.
 - النتائج النهائيّة: التعرف إلى طرق عمليّة لزيادة الثقة بالنفس.
 - خطوات العمل:
1. إقرأ العمل المطلوب.
 2. أكتب خطوات عمليّة ستطبّقها في حياتك اليومية لتعزيز ثقتك بنفسك.
 3. أعرض ما كتبت للمناقشة الصفية.

15

الدرس الخامس عشر

إدارة الغضب، تجنب وإدارة الضغط

المدة الزمنية

خطوات سير الدرس مقسمة على ثلاث حصص.

الهدف النهائي

إنَّ التعامل الإيجابي مع الضغوط والمشاكل من شأنه أن يدفع الفرد للتحكم بالغضب ما يجعله متوافقاً مع ذاته ومع الآخرين.

أهداف الدرس الخامس عشر

في نهاية الدرس يُصبح المتعلم قادراً على:

- قراءة النصّ واستيعاب معانيه، والإجابة عن أسئلة تتعلق بالفهم والتحليل شفهيّاً وكتابياً.
- تعريف الضغط النفسيّ.
- شرح أسباب الضغط النفسيّ.
- التعامل مع الذات أثناء الشعور بالغضب.
- التغلّب على الضغط النفسيّ.
- مراجعة حرفي ض/ط.

خطوات الدرس

التمهيد للدرس (نصف ساعة)

تُطرح أسئلة للمناقشة الصفية.

الأسئلة المحورية

- 1- ما هي بعض الأسباب التي تُؤدِّي إلى الشُّعور بِالغَضَب؟
- 2- كَيْفَ يُؤَثِّر الغَضَب سَلْبًا على الإنسان؟
- 3- ما هي الطُّرُق لِلتَّخْفِيفِ مِنَ الشُّعور بِالغَضَب؟
- 4- ما هو الهَدَف من إِدَارَةِ الغَضَب؟

يناقش المدرس/ة الأسئلة السابقة ويكتب إجابات المتعلِّمين المقترحة على اللوح للاستعانة بها في مراحل لاحقة من الدرس.

II. التعلّم

تُقدِّم المعارف التالية من خلال الإجابات التي توصل إليها المتعلِّمون أثناء المناقشة الصفية.

المعارف

- تعريف معنى الضغط النفسي.
- تحديد أسباب الضغط النفسي.
- تحديد نتائج الضغط النفسي.
- تحديد طرق للتغلب على الضغط النفسي.

المهارات

تُكتسب المهارات الحياتية في هذا الدرس من خلال:

- قراءة النص ومناقشته.
- الإجابة عن الأسئلة حول النص.
- تطبيق طرق عملية في الحياة اليومية للتعامل مع الغضب.

III. التطبيق

الأنشطة اليومية (ساعة ونصف)

- قراءة نص وفهمه من خلال الإجابة عن أسئلة حوله.
- الاشتراك في المناقشة الصفية.
- التمارين التطبيقية رقم 1-2-3-4-5

IV. وسائل التقويم: للتأكد من تحقق الأهداف

التقويم التكويني (خلال تعليم الدرس)

- مناقشة صفيّة حول: تعريف الضغط النفسي.
- أسباب الضغط النفسي.
- طرق التغلب على الضغط النفسي.
- أثر الضغوط النفسيّة على العلاقة بالعائلة والأصدقاء.
- قراءة المعلومات الواردة في النصّ حول إدارة الغضب وتجنّب الضغط النفسي.

التقويم النهائي (في نهاية الدرس): (حصّة تعليميّة: ساعة)

- المهمّة: أذكر الأمور التي تشعرك بالغضب في حياتك اليوميّة وكيف عليك أن تتصرّف لتجنّب الغضب أو لتسيطر على غضبك.
- المخاطب: المتعلّم
- الهدف: استخدام المعارف السابقة المكتسبة في الحياة اليوميّة.
- النتاج النهائي: التعرّف إلى طرق إدارة الغضب وتجنّب الضغط النفسي.
- خطوات العمل:
 1. إقرأ العمل المطلوب.
 2. أذكر الأمور التي تشعرك بالغضب.
 3. أذكر الطرق التي ستبّنها لتجنّب الغضب أو لتسيطر على غضبك.
 4. أعرض ما كتبت للمناقشة الصفيّة.

16

الدرس السادس عشر

أَهْمِيَّةُ وَسَائِلِ الإِعْلَامِ وَالاتِّصَالِ

المدة الزمنية

خطوات سير الدرس مقسّمة على ثلاث حصص.

الهدف النهائي

تؤدّي وسائل الإعلام دورًا هامًا في نشر المعرفة والتواصل الاجتماعي .

أهداف الدرس السادس عشر

في نهاية الدرس يُصبح المتعلّم قادرًا على:

- قراءة النصّ واستيعاب معانيه، والإجابة عن أسئلة تتعلّق بالفهم والتحليل شفهيًا وكتابيًا.
- تعريف وسائل الإعلام.
- شرح أهميّة وسائل الإعلام.
- تحديد دور وسائل الإعلام في نشر المعلومات.
- استخدام التفكير الناقد للتحقّق من المعلومات التي تنشرها وسائل الإعلام.
- شرح دور وسائل الإعلام في تحقيق التواصل بين الدول (نشر المعرفة بين الشعوب).
- مراجعة حرف ك.

خطوات الدرس

التمهيد للدرس (نصف ساعة)

تُطرح أسئلة للمناقشة الصفية.

الأسئلة المحورية

• ما هو دور وسائل الإعلام في نقل المعرفة إلى الإنسان؟
 كيف تؤثر وسائل الإعلام في سلوك الإنسان؟
 كيف تتم تنمية الفكر الناقد؟
 ما هي إيجابيات وسائل الإعلام وسلبياتها؟
 برأيك، كيف يمكن لأي شخص أن يكتسب المعارف والمهارات بشكل مستمر من خلال وسائل الإعلام؟

يناقش المدرس/ة الأسئلة السابقة ويكتب إجابات المتعلمين على اللوح للاستعانة بها في مراحل لاحقة من الدرس.

II. التعلم

تُقدّم المعارف التالية من خلال الإجابات التي توصل إليها المتعلمون أثناء المناقشة الصفية.

المعارف

- تعريف وسائل الإعلام.
- تحديد أهميّة وسائل الإعلام.
- تحديد سلبيّات وإيجابيّات وسائل الإعلام.
- تحديد أهميّة التفكير الناقد.

المهارات

تُكتسب المهارات الحيّاتيّة في هذا الدرس من خلال:

- قراءة النّص ومناقشته.
- الإجابة عن الأسئلة حول النّص.
- استخدام الفكر الناقد للتأكّد من موضوعيّة الخبر المسموع أو المقروء.

III. التطبيق

الأنشطة اليوميّة (ساعة ونصف)

- قراءة نصّ وفهمه من خلال الإجابة عن أسئلة حوله.
- الاشتراك في المناقشة الصّفيّة.
- التمارين التطبيقية رقم 1-2-3-4

IV. وسائل التقويم: للتأكد من تحقق الأهداف

التقويم التكويني (خلال تعليم الدرس):

- مناقشة صفيّة حول : تعريف وسائل الإعلام.
- تعريف طريقة استخدام وسائل الإعلام.
- تحديد أهميّة وسائل الإعلام.
- تحديد أهميّة التفكير الناقد للإفادة من وسائل الإعلام.

التقويم النهائي (في نهاية الدرس): (حصّة تعليميّة: ساعة)

- المهمّة: إقرأ خبرًا في صحيفة ثمّ حلّل الموضوع واذكر ما إذا كان الكاتب موضوعيًا في نقل الخبر وكتابته أو أنّه ضمّنه آراءه الشخصية. برّر إجابتك.
- يبيّن المدرّس/ة دور وسائل الإعلام في نقل المعلومات واستخدامها كوسيلة للبحث عن عمل.
- يبيّن المدرّس/ة ضرورة استخدام الفكر الناقد للتأكد من المعلومات التي نسمعها أو نقرأها.
- المخاطب: المتعلّم
- الهدف: استخدام المعارف السابقة المكتسبة في الحياة اليومية.
- النتاج النهائي: استخدام الفكر الناقد لتحليل المعلومات التي تنقلها وسيلة إعلاميّة.
- خطوات العمل:
 1. إقرأ العمل المطلوب.
 2. أكتب الخبر.
 3. استخدم الفكر الناقد لتبيّن موضوعيّة الكاتب مبررًا إجابتك.

دليل المعلم

لكتاب المهارات الحياتية

مكتب اليونسكو الإقليمي للتربية في الدول العربية - بيروت
بئر حسن - جادة المدينة الرياضية
ص.ب. 5244-11
بيروت - لبنان
تلفون: 961 1 850013/4/5
فاكس: 961 1 824854

البريد الإلكتروني: beirut@unesco.org
الموقع على شبكة الانترنت: www.unesco.org/beirut



منظمة الأمم المتحدة
للتربية والعلم والثقافة