



الصف الثالث الابتدائي

اكتشف

الفصل الدراسي الأول

٢٠٢٣/٢٠٢٢



مقدمة الكتاب المدرسي

تشهد وزارة التربية والتعليم والتعليم الفني مرحلة فارقة من تاريخ التعليم في مصر؛ حيث انطلقت إشارة البدء في التغيير الجذري لنظامنا التعليمي بدءاً من مرحلة رياض الأطفال حتى نهاية المرحلة الثانوية (تعليم ٢٠٠) لتبدأ أولى ملامح هذا التغيير من سبتمبر ٢٠١٨ عبر تغيير مناهج مرحلة رياض الأطفال والصف الأول الابتدائي، مع الاستمرار في التغيير تبعاً للصفوف الدراسية التالية حتى عام ٢٠٣٠؛ إذ نعمل على إحداث نقلة نوعية في طريقة إعداد طلاب مصر ليكونوا شباباً ناجحين في مستقبل لا يمكننا التنبؤ بتفاصيله.

وتفخر وزارة التربية والتعليم والتعليم الفني بأن تقدم هذه السلسلة التعليمية الجديدة، اكتشف، فضلاً عن المواد التعليمية الرقمية التي تعكس رؤيتها عن رحلة التطوير. ولقد كان هذا العمل نتاجاً للكثير من الدراسات والمقارنات والتفكير العميق والتعاون مع الكثير من خبرات علماء التربية في المؤسسات الوطنية والعالمية لكي نصوص رؤيتنا في إطار قومي إبداعي ومواد تعليمية ورقمية وراقية فعالة.

وتتقدم وزارة التربية والتعليم والتعليم الفني بكل الشكر والتقدير لمركز تطوير المناهج والمواد التعليمية ومديرتيه وفريقها الرائع على وجه التحديد. كما نتقدم بالشكر لمستشاري الوزير، وكذلك تخص بالشكر والعرفان مؤسسة ديسكفري التعليمية، ومؤسسة نهضة مصر، ومؤسسة لونجمان مصر، ومنظمة اليونيسف، ومنظمة اليونسكو، والبنك الدولي لمساهماتهم في تطوير إطار المناهج الوطنية بمصر، وكذلك أساتذة كليات التربية المصرية لمشاركتهم الفاعلة في إعداد إطار المناهج الوطنية بمصر، وأخيراً نتقدم الوزارة بالشكر لكل فرد في قطاعات وزارة التربية والتعليم، وكذلك مديري عموم المواد الدراسية الذين ساهموا في إثراء هذا العمل.

إن تغيير نظامنا التعليمي لم يكن ممكناً دون إيمان القيادة السياسية المصرية العميق بضرورة التغيير. فالإصلاح الشامل للتعليم في مصر هو جزء أصيل من رؤية السيد الرئيس عبدالفتاح السيسي لإعادة بناء المواطن المصري، ولقد تم تفعيل تلك الرؤية بالتنسيق الكامل مع السادة وزراء التعليم العالي والبحث العلمي، والثقافة، والشباب والرياضة. إن نظام التعليم ٢٠٠ هو جزء من مجهود وطني كبير ومتواصل للارتقاء بمصر إلى مصاف الدول المتقدمة لضمان مستقبل عظيم لجميع مواطنيها.

كلمة السيد وزير التربية والتعليم والتعليم الفني

يسعدني أن أشارككم هذه اللحظة التاريخية في عمر مصرنا الحبيبة بإطلاق نظام التعليم والتعلم المصري الجديد، والذي تم تصميمه لبناء إنسان مصري منتم إلى وطنه وإلى أمته العربية وقارته الأفريقية، مبتكر، ومبدع، يفهم ويتقبل الاختلاف، ومتمكن من المعرفة والمهارات الحياتية، وقادر على التعلم مدى الحياة وقادر على المنافسة العالمية.

لقد أثرت الدولة المصرية أن تستثمر في أبنائها عن طريق بناء نظام تعليم عصري بمقاييس جودة عالمية؛ كي ينعم أبنائنا وأحفادنا بمستقبل أفضل، وكي ينقلوا وطنهم "مصر" إلى مصاف الدول الكبرى في المستقبل القريب.

إن تحقيق الحلم المصري ببناء الإنسان وصياغة الشخصية المصرية هو مسؤولية مشتركة بيننا جميعاً من مؤسسات الدولة أجمعها، وأولياء الأمور، وأسرة التربية والتعليم، وأساتذة الجامعات، ومنظومة الإعلام المصري. وهنا أود أن أخص بالذكر السادة المعلمين الأجلاء الذين يمثلون القدوة والمثل لأبنائنا، ويقومون بالعمل الدؤوب لإنجاح هذا المشروع القومي.

إنني أناشدكم جميعاً أن يعمل كل منا على أن يكون قدوةً صالحةً لأبنائنا، وأن نتعاون جميعاً لبناء إنسان مصري قادر على استعادة الأمجاد المصرية وبناء الحضارة المصرية الجديدة.

خالص تمنياتي القلبية لأبنائنا بالتوفيق، واحترامي وإجلالي لمعلمي مصر الأجلاء.

الدكتور طارق جلال شوقي

وزير التربية والتعليم والتعليم الفني

الاسم: -----

المحتويات

	المحور الأول: من أكون؟ - (الحياة الصحية)
١	الفصل الأول: تنمية مهاراتي
٢٥	الفصل الثاني: الحفاظ على صحة الجسم
٥٩	الفصل الثالث: الجسم السليم والطعام الصحي
	المحور الثاني: العالم من حولي - (الاهتمام بعالمنا)
٩٩	الفصل الأول: آثار التغيرات البيئية
١٣١	الفصل الثاني: المياه على كوكبنا
١٦٣	الفصل الثالث: مساهمتي نحو بيئتي

تنمية مهاراتي





المهارات الحياتية



اتبع الإرشادات، ثم اكتب إجاباتك بخط جميل.

١. اكتب تعريف "المهارات الحياتية" الذي اتفق عليه الفصل.

٢. فيما يلي بعض المهارات الحياتية التي سنتعرف عليها في الفصل خلال هذا العام. ارسم نجمة أمام المهارات التي تجيدها، ثم ارسم دائرة بجوار المهارات التي تحتاج إلى تحسينها.

- _____ أجد تنظيم عملي والحفاظ على تركيزي.
- _____ أبتكر وأعرض أفكارى بطرق عديدة.
- _____ أحل المشكلات التي تواجهني بطرق عديدة وأساعد الآخرين.
- _____ أستطيع أن أعبر عن أفكارى بطرق مختلفة.
- _____ أشرح ما أفكر فيه بسهولة.
- _____ أحدد أهدافي وأعمل على تحقيقها.
- _____ أستمع جيداً إلى آراء الآخرين وأحترمها.
- _____ أهتم بمشاعر الآخرين عندما نلعب أو نعمل سوياً.

استخدام مهارات التفكير الناقد



لاحظ الصور التالية. أمامك أجزاء صغيرة من صور أكبر.

هل يمكنك تخمين الصورة الكاملة؟ ناقش ذلك مع زميلك وكتب إجاباتك في الفراغات، ثم اشرح كيف توصلت لهذه الإجابة.

ماذا ترى في الصورة؟

ما الجزء الذي ساعدك على تخمين الصورة الكاملة؟



ماذا ترى في الصورة؟

ما الجزء الذي ساعدك على تخمين الصورة الكاملة؟



ماذا ترى في الصورة؟

ما الجزء الذي ساعدك على تخمين الصورة الكاملة؟



ألغاز



اكتشف اللغز واكتب الاستراتيجية التي استخدمتها أثناء حل اللغز.

١. رقمي أصغر من ١٠
إذا جمعت رقمي ٣ مرات، فسوف يكون الناتج ١٥
هل عرفت رقمي؟

رقمي هو _____

الاستراتيجية التي استخدمتها لحل اللغز: _____

٢. أنا وحدة قياس.
أستطيع قياس طول الأشياء.
أستطيع قياس طول المشابك الورقية.
هل عرفتني؟

أنا _____

الاستراتيجية التي استخدمتها لحل اللغز: _____

يمكنني استخدام مهارات التفكير الناقد. استراتيجيتي المفضلة هي

لأن _____

الجري والوثب



انظر إلى هذا اللاعب الرياضي الذي يشارك في إحدى المسابقات. يجري اللاعب الرياضي في مضمار السباق ثم يقفز على الخط. ما الأسئلة التي تحب أن تسألها عن الصورة؟



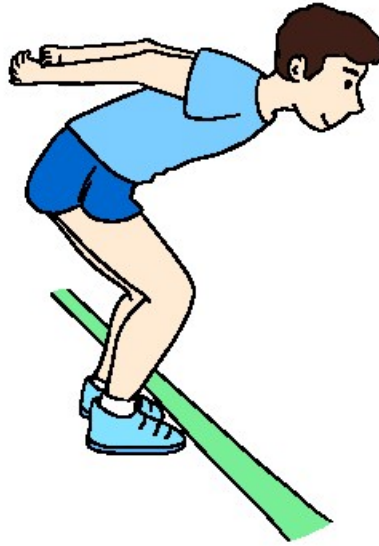
هناك العديد من الأشياء التي يمكن قياسها في هذه الصورة. سجّل أسئلتك عن الأشياء التي يمكن قياسها. مثال: ما المسافة التي قطعها أثناء الجري؟



ما المسافة التي قطعناها عند الوثب؟

اقرأ التعليمات بدقة قبل الوثب وجمع البيانات مع مجموعتك.

١. قف بكتا قدميك على الخط.
٢. اقفز إلى الأمام إلى أقصى مسافة.
٣. اطلب من زميل في مجموعتك وضع علامة عند النقطة التي وصلت إليها
٤. اطلب من زميل آخر في مجموعتك قياس المسافة التي قفزتها باستخدام متر القياس
٥. سجّل المسافة التي قفزتها أسفل الصورة.



قفزت _____ سم.

ما المسافة التي قفزتها؟ سجّل المسافة.

اسأل ١٥ تلميذاً في فصلك عن المسافة التي قفزها كل واحد منهم، ثم سجّل إجاباتهم عن طريق وضع علامة **||** في الصف الصحيح في المخطط التالي.

عدد التلاميذ	المسافة التي قفزتها
	٤٠ سم
	٨٠ سم
	١٢٠ سم
	١٦٠ سم
	١٦٠ < سم

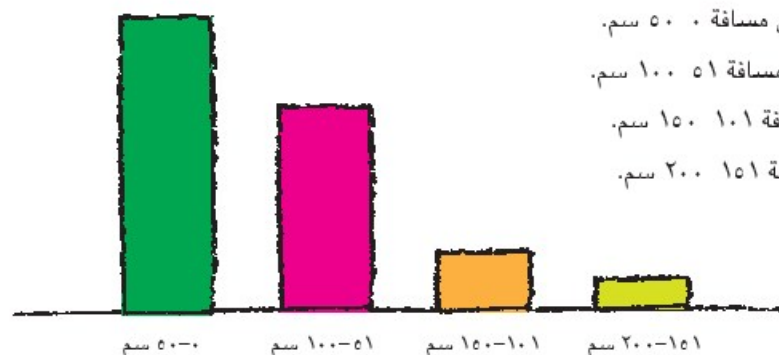
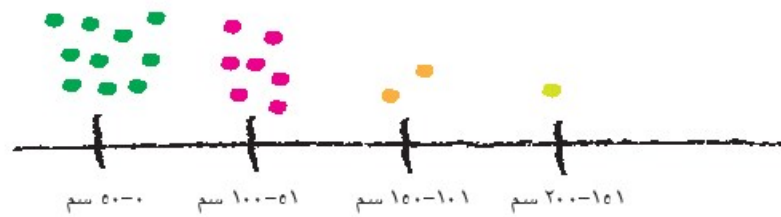
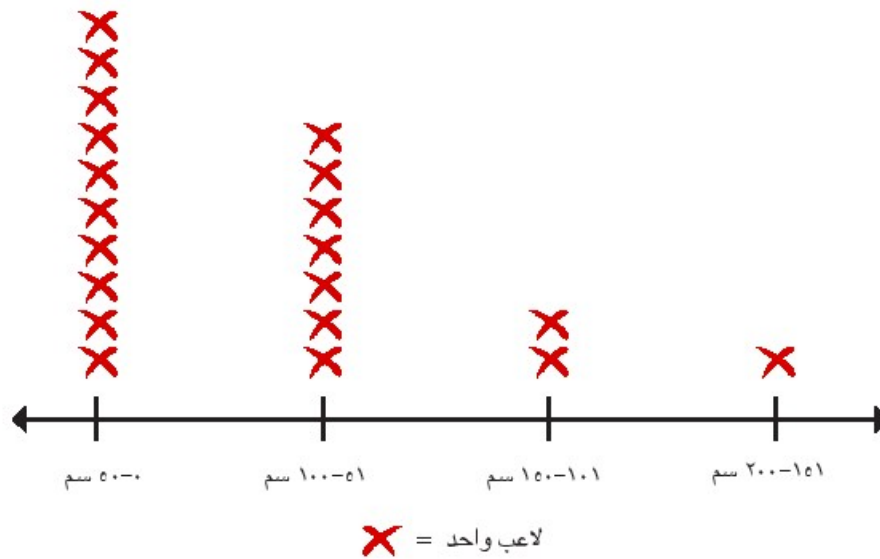
تمثيل البيانات



تناقص عدد من اللاعبين في مسابقة للوثب وجمع التلاميذ البيانات للإجابة عن السؤال التالي: ما الارتفاع الذي وصل إليه كل لاعب عند الوثبة؟ فيما يلي القياسات التي جمعها التلاميذ:

عدد اللاعبين	ارتفاع الوثبة
١٠	٥٠-٠ سم
٧	١٠٠-٥١ سم
٢	١٥٠-١٠١ سم
١	٢٠٠-١٥١ سم

انظر إلى الأشكال الثلاثة التالية التي تمثل بيانات الجدول السابق. ثم ضع دائرة حول الشكل الذي يعبر عن تلك البيانات بأفضل طريقة.



- وثب عشرة لاعبين مسافة ٥٠ سم.
- وثب سبعة لاعبين مسافة ١٠٠ سم.
- وثب لاعبان مسافة ١٥٠ سم.
- وثب لاعب مسافة ٢٠٠ سم.



تصميم رسم بياني للمسافات التي قطعناها عند الوثب

استخدم الأرقام الموضحة في صفحة "ما المسافة التي قطعناها عند الوثب؟" لتمثيل المسافات التي سجلتها بيانياً. ثم أجب عن الأسئلة.

٤٠-٠ سم

٨٠-٤١ سم

١٢٠-٨١ سم

١٦٠-١٢١ سم

١٦٠< سم

ما المدى الذي سجله أكبر عدد من التلاميذ؟

ما المدى الذي سجله أقل عدد من التلاميذ؟

ما المعلومات التي قد تكون مفقودة في الرسم البياني؟





عام جديد

اقرأ القصة.

كان رشاد متحمساً لبدء العام الدراسي الجديد. وفي الأسبوع الأول، قابل جارتة زينة وزميلته في نفس الفصل. قضى رشاد وزينة الكثير من الوقت في التحدث عن بناء الأشياء، حيث يجمع بينهما الكثير من الصفات المشتركة. وكانا أيضاً متحمسين لبدء مشروع جديد في الفصل، وهو كتابة وتمثيل مسرحية عن (الحياة الصحية).

قال المعلم: "ستكتب كل مجموعة نص مسرحية، وفي البداية، حدّدوا دور كل واحد منكم في هذا المشروع، ثم اتفقوا على القصة."

شعر رشاد وزينة بالسعادة لأنهما كانا في نفس المجموعة. وبدأت المجموعة في تحديد دور كل واحد منهم. يحب رشاد إبداع الأشياء وتنظيمها؛ لذلك اختار دور إعداد متطلبات مشاهد المسرحية. أما زينة، فتحب صنع الأشياء، ولذا اختارت تصميم الأزياء. وأخذ باقي أفراد المجموعة أدوار كتابة النص وتنظيم العمل.

ثم بدأ الجميع في وضع أفكار قصة المسرحية. كانت لدى رشاد فكرة جيدة. فقال: "ما رأيكم في قصة عن سرعة الخيول المصرية؟" سخرت زينة من فكرة رشاد، وقالت: "يا لها من فكرة سخيفة؛ ليس لها علاقة بالحياة الصحية. أعتقد أنه ليس هناك أفضل من قصة عن سارة أحمد كأول فتاة مصرية تفوز بميدالية أولمبية."



تفاجأ رشاد بأن فكرته لم تعجب زميلته وشعر بالحرج، ثم قال غاضباً وهو عابس الوجه وعاقداً ذراعيه: "لم تعجبني فكرتك أيضاً، وإذا لم توافقوا على فكرتي سأانسحب من المجموعة."

ماذا تفعل إذا؟



صل كل موقف بالتصرف المناسب مما يلي؛ ربما تكون هناك أكثر من إجابة صحيحة.

١. سخر صديقك من زميلك في الفصل.
٢. حاول صديقك دفعك إلى القيام بشيء لا ترغب في القيام به.
٣. لا يستمع صديقك إلى أفكارك.
٤. أفشى صديقك سر لزملائك الآخرين في الفصل.
٥. نشر صديقك شائعات عن زميل آخر لكم في الفصل.
- أ. أطلب من زميلي التوقف عن هذا الفعل.
- ب. أطلب المساعدة من شخص بالغ أثق به.
- ج. أبتعد عنه وأبحث عن أصدقاء آخرين.
- د. أستمع إليه، وأشجعه، وأتحدث معه.
- هـ. أسكت وأنسحب.
- و. أطلب منه أن يعتذر.



طلب المساعدة



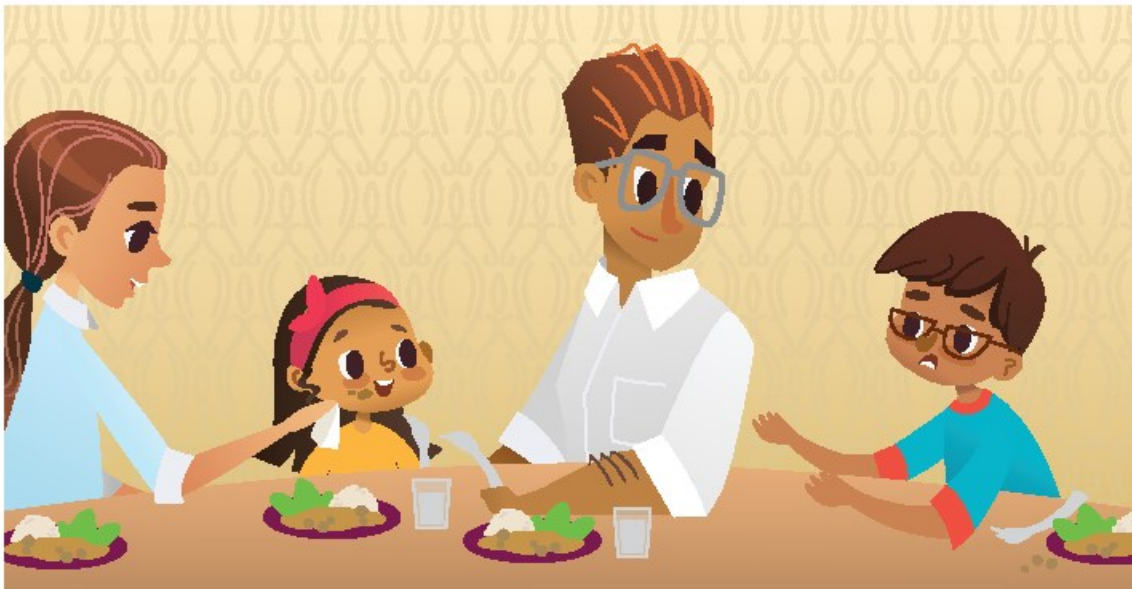
اقرأ القصة.

في هذا المساء، كان رشاد يتناول وجبة العشاء برفقة والديه وأخته الصغيرة ياسمين. قال رشاد: "لن تصدقوا ما فعلته زينة اليوم." وأضاف حزينا: "كنت أفكر في قصة عن سرعة الخيول المصرية، ولكن زينة سخرت مني. كان لدى باقي أفراد مجموعتنا أفكار مختلفة أيضا، ولم تعجبها أي من أفكارهم. لا أدري ما يجب أن أفعله!" ثم أوضح قائلا: "نحن زملاء فصل واحد. ولكن يبدو أننا لم نعد نتقبل أفكار بعضنا؛ لأننا لم نتفق على قصة مسرحية."

كان والدا رشاد سعيدين لرؤيته متحمسا بشأن المسرحية، ولكنهما كانا قلقين من أسلوب رشاد وزينة مع بعضهما البعض. قالت والدة رشاد: أعتقد أنك من الأفضل أن تتفهم فكرة زينة، فربما تغير رأيك."

وأضاف والده: "بالطبع، هذه فكرة جيدة، لم لا تطلب من أفراد المجموعة توضيح سبب تفضيل فكرتهم ثم يمكنكم إجراء تصويت جماعي."

كانت ياسمين تستمع إلى المحاثة، وقالت: "لا أظن أن هذه الفكرة ستنتج؛ فزينة ستظل غاضبة منك. يمكنك استبعاد فكرتك والاستعانة بفكرتها؛"



وبهذا ستكون زينة سعيدة ويمكنكما اللعب معاً مجدداً. وبينما كان رشاد يساعد في تنظيف طاولة الطعام بعد الانتهاء من تناول العشاء، أخذ يفكر في نصيحة والديه وأخته.

اتخاذ القرار



اقرأ القصة.

في اليوم الدراسي التالي، عرض رشاد الحل الذي فكر فيه على المجموعة، وقال: "أعتقد أنه يجب علينا مشاركة أفكارنا وشرح أفكارنا لبعضنا، ثم نجري بعد ذلك تصويتاً جماعياً."

قالت زينة: "هذه فكرة رائعة." ثم تبادل التلاميذ الأدوار في عرض أفكارهم.



وبعد الانتهاء، أجرى رشاد استبياناً. فبدأ بإنشاء جدول لجمع البيانات. وسجل في العمود الأول جميع أفكار قصة المسرحية. أما العمود الثاني، فتركه فارغاً بحيث يستطيع إضافة علامات العد لكل صوت يحصل عليه. بدأ كل فرد في المجموعة في كتابة تصويتهم على مربع ورقي، ثم جمع رشاد المربعات الورقية ووضع علامات العد لكل صوت في جدول البيانات. وحصلت فكرتان على أعلى الأصوات، وهما فكرة زينة وفكرة رشاد.

في البداية شعر رشاد بخيبة الأمل بسبب عدم حصول فكرته على أعلى تصويت. قالت زينة: "حسناً...، فالخيول يمكن أن تكون رياضية أيضاً. دعونا نكتب إحدى القصص بالاستعانة بالفكرتين." كان رشاد سعيداً للغاية أن المجموعة بأكملها توصلت إلى اتفاق يرضي الجميع. وقال: "هذه المسرحية ستكون رائعة لأن الجميع عمل على إيجاد الفكرة بشكل رائع." وبعدها بدأت المجموعة في كتابة نص مسرحيتهم.

إعلانات تجارية



تحدّث مع مجموعتك عن أحد الإعلانات التي شاهدتها، ووصف لهم الاستراتيجيات المستخدمة في الإعلان عن المنتج. ثم حدد ما إذا كانت كل استراتيجية تستخدم لجذب الانتباه أم لتقديم المعلومات.

إعلان تجاري

لجذب الانتباه أم لتقديم المعلومات	الوصف	استراتيجية البيع
		الجمهور المستهدف: كل الأشخاص الرائعين ممن هم في نفس سنك لديهم نفس المنتج
		عرض نتائج إحدى المنتجات المتنافسة مع منتج آخر
		الموسيقى المصاحبة
		التغليف بألوان زاهية
		الاستعانة بمشاهير أو شخصيات كرتونية
		الإعلان عن الخصم أو ثمن المنتج
		استراتيجية أخرى

هل يساعدك هذا الإعلان التجاري على اختيار المنتج؟

لماذا؟ ولم لا؟

منتج جديد: العصف الذهني



قم بالعصف الذهني للوصول إلى أفكار مميزة عن إعلانك التجاري. استمع إلى أفكار كل من أفراد مجموعتك، ثم اكتب كل الأفكار. تأكد من وضع اسم لمنتجك.

اسم المنتج

كيف يمكننا جذب انتباه المشتري لمنتجنا؟

ما الذي ينبغي علينا ذكره عند وصف المنتج؟

ما الكلمات، والأصوات، والصور التي يمكننا استخدامها لإقناع الجمهور؟

كلمات	أصوات	صور

ما الأمور الأخرى التي يجب علينا إضافتها؟

تقييم الزملاء



استمع جيداً إلى الإعلان التجاري المعروض أمامك، ثم استمع إلى الاستراتيجيات والحقائق، ثم حدّد هل وفر لك الإعلان معلومات كافية تجعلك قادراً على اتخاذ قرار جيد.

اسم المنتج

الممثلون

الاستراتيجيات المستخدمة لجذب انتباه الجمهور:

حقائق عن المنتج:

هل هناك قدر كافٍ من المعلومات لاتخاذ قرار جيد؟

لماذا؟ ولم لا؟

الاستراتيجيات التي أستخدمها



فكر مع زملائك، ثم سجل استراتيجية واحدة أو اثنتين يمكن الاستعانة بهما مع المهارات الحياتية الأربعة التالية.

أستخدم وقت التفكير لفهم أحد الأسئلة والتفكير في إجابته قبل التحدث.	التفكير الناقد
أحدد الأهداف.	إدارة الذات
أستمع إلى فريقي.	التعاون
	التواصل

أهدافي



اتبع الإرشادات الموجودة في كل سؤال

١. اكتب اثنتين من المهارات الحياتية التي ترغب أن تكتسبها، ثم اكتب استراتيجيتين يمكن استخدامهما في اكتساب كل مهارة.

استراتيجيات يجب أن أستخدمها	مهارة أريد اكتسابها

٢. اكتب مهارة حياتية واحدة تعتقد أنك تجيدها، ثم دلل على إجادتك لها.

تنمية مهاراتي



ابتكر طريقة تبين المهارات التي تتميز بها. يمكنك كتابة قصة، أو شعر، أو رسم صورة، أو اختيار طريقة أخرى. وأضف بعض التفاصيل التي تراها مهمة.

أقيّم نفسي



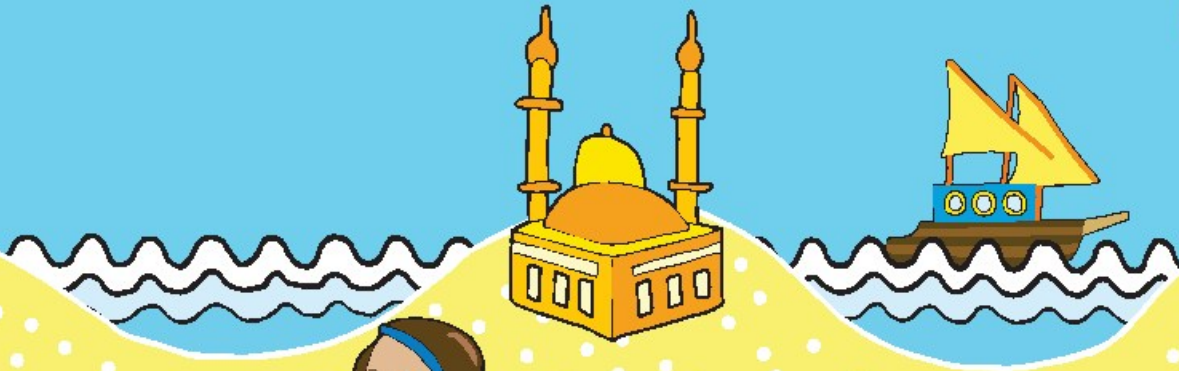
اقرأ كل عبارة، وفي كل صف، لَوْنِ نجوم المربع الذي يصف مجهودك.

☆☆☆	☆☆	☆	
☆☆☆ استطعت حل مشكلة بشكل مستقل بأكثر من طريقة.	☆☆ استطعت حل مشكلة بشكل مستقل.	☆ استطعت حل مشكلة بمساعدة المعلم أو الزملاء.	المحتوى الدراسي
☆☆☆ تحدثت بوضوح وبتعبيرات ممتازة.	☆☆ تحدثت بوضوح.	☆ تحدثت بصوت منخفض أو كان من الصعب فهم ما أقوله.	جودة الأداء
☆☆☆ عملت مع مجموعتي وساعد بعضنا بعضاً.	☆☆ عملت مع مجموعتي.	☆ عملت بمفردي.	المهارات الحياتية

مقياس التقييم المتدرج (مخصص لاستخدام المعلم)

يفوق التوقعات (٣)	يلبي التوقعات (٢)	يقترّب من التوقعات (١)	
يشارك في المناقشات مع الآخرين من خلال المساهمة بالأفكار الأصلية، أو الاستماع باهتمام، أو طرح الأسئلة المدروسة. التحدث والاستماع ١.٠ ب	يشارك في المناقشات مع الآخرين من خلال المساهمة بالأفكار، أو الاستماع، أو طرح الأسئلة. التحدث والاستماع ١.٠ ب	نادرًا ما يشارك في المناقشات مع الآخرين من خلال المساهمة بالأفكار، أو الاستماع، أو طرح الأسئلة. التحدث والاستماع ١.٠ ب	المحتوى الدراسي
يُعرّف المهارات الحياتية تعريفًا صحيحًا ويقدم أمثلة شخصية ذات صلة. القراءة ز ١، و	يُعرّف المهارات الحياتية تعريفًا صحيحًا ويقدم أمثلة. القراءة ز ١، و	يُعرّف المهارات الحياتية ويقدم أمثلة بمساعدة المعلم أو الزملاء. القراءة ز ١، و	
يتعاون مع زملائه لوضع ميثاق الفصل ويؤدي دور القائد، كما يشجع الآخرين على المشاركة. المجالات المهنية ١.٠ ب	يتعاون مع زملائه لوضع ميثاق الفصل. المجالات المهنية ١.٠ ب	يتعاون مع زملائه عندما يطلب منه المعلم أو يدعمه لوضع ميثاق الفصل. المجالات المهنية ١.٠ ب	جودة الأداء
يستمتع إلى زملائه في المناقشات الجماعية كي يفهم أفكار الآخرين، أو يوضح نقاطها أو تكوين الروابط بينها. التحدث والاستماع ١.٠ هـ.	يستمتع إلى زملائه في المناقشات الجماعية كي يفهم أفكار الآخرين. التحدث والاستماع ١.٠ هـ.	يستمتع إلى زملائه في المناقشات الجماعية عندما يطلب منه المعلم أو يدعمه. التحدث والاستماع ١.٠ هـ.	
يضع هدفًا ويقدم عدة استراتيجيات واقعية للمساعدة في تحقيق هذا الهدف بشكل مستقل. إدارة الذات	يضع هدفًا ويقدم استراتيجية واحدة على الأقل للمساعدة في تحقيق هذا الهدف بشكل مستقل. إدارة الذات	يضع هدفًا ويقدم استراتيجية واحدة للمساعدة في تحقيق هذا الهدف بمساعدة المعلم أو الزملاء. إدارة الذات	المهارات الحياتية
يستخدم تفاصيل مناسبة ويستطيع الإجابة عن أسئلة لدعم أفكاره أثناء مناقشة الآخرين. التفكير الناقد	يستخدم تفاصيل مناسبة تدعم أفكاره أثناء مناقشة الآخرين. التفكير الناقد	يستخدم عبارات عامة لشرح أفكاره أثناء مناقشة الآخرين. التفكير الناقد	

الحفاظ على صحة الجسم



اختيارات ياسمين



اقرأ القصة.

عادت ياسمين إلى المنزل بعد انتهاء اليوم الدراسي وهي تشعر بالتعب والملل. لم تكن سعيدة ونشيطة كعادتها.

ذهبت إلى المطبخ وأخذت تبحث عن شيء لتتناوله. وفكرت هل تشرب مياه غازية أم عصير؟ فاختارت المياه الغازية، ثم فكرت ماذا ستتناول كوجبة خفيفة؟ هل تأخذ برتقالة أم قطعة من الكعك؟ كانت تعرف أن تناول الفاكهة مفيد للغاية، ولكنها لا تشتتها، بينما اعتقدت أن الكعك ربما يشعرها بالسعادة. ذهبت ياسمين إلى غرفة المعيشة واستلقت على الأريكة، ثم قامت بتشغيل التلفزيون.

دخل بعدها رشاد والده إلى الغرفة وكانا يتصببان عرقاً، ثم جلس رشاد بجوار ياسمين التي صاحت قائلة: "ملايسكما مبللة".



أجاب رشاد قائلاً: "كنا نجري، فالجري يساعد على صفاء الذهن وبناء جسم صحي".

رأت ياسمين رشاد وهو يدخل إلى المطبخ ليحضر برتقالة، ثم شرب كوبين من الماء. أما هي، فلم تكن على ما يرام. وأصيبت بالصداع بسبب تناول قطع الكعك وأصيبت بالآم في معدتها بسبب المياه الغازية.

عاد رشاد بعد أن اغتسل ليجلس بجوار ياسمين ثم أطفأ التلفزيون.

وقال: "يمنحني البرتقال المزيد من الطاقة. هيا لنلعب كرة القدم بالخارج يا ياسمين".

تحمست ياسمين للفكرة على الفور؛ حيث اعتقدت أن الحركة قد تساعد على تحسين حالتها، فأخذت تركض خلف أخيها الأكبر بالخارج.

صحي أم غير صحي



اقرأ كل نشاط من الأنشطة التالية وحدد هل النشاط صحي أم غير صحي، ضع دائرة حول إجابتك.

١. إهمال تناول وجبة الإفطار كل صباح	٢. اللعب بالخارج كل يوم	٣. تناول الفاكهة والخضراوات
صحي	صحي	صحي
غير صحي	غير صحي	غير صحي
٤. النوم لمدة سبع ساعات في الليلة	٥. الدخول في مشاجرات مع أصدقائك باستمرار	٦. الإفصاح عن مشاعرك عند الشعور بالحزن أو الغضب
صحي	صحي	صحي
غير صحي	غير صحي	غير صحي
٧. تناول الحلوى والوجبات الخفيفة بدلاً من وجبة الغداء	٨. مشاهدة التلفزيون ولعب ألعاب الفيديو لساعات طويلة	٩. شرب الماء على مدار اليوم
صحي	صحي	صحي
غير صحي	غير صحي	غير صحي



اختياري



اكتب ثلاثة اختيارات جيدة حددتها لهذا الأسبوع، ثم ارسم صورة تعبر عن المشاعر التي ستشعر بها عندما تقوم بهذه الاختيارات.

١. _____
٢. _____
٣. _____

شعوري إذا قمت بهذه الاختيارات.

عادات صحية



اقرأ النص، وظلل أو ضع خطأ تحت كيفية استفادة جسمك من كل عادة صحية، ثم أجب عن الأسئلة.



يساعدنا النوم على تذكر ما تعلمناه أثناء اليوم الدراسي.

الحصول على قسط كافٍ من النوم؛ هل نمت متأخرًا في إحدى ليالي الدراسة؟ كيف شعرت في الصباح الباكر؟ إذا لم تحصل على قسط كافٍ من النوم، فستشعر بالعصبية. لا بد أن ينام الأطفال في المرحلة الابتدائية لمدة بين ١٠ و١٢ ساعة في كل ليلة؛ فالحصول على قسط كافٍ من النوم يساعدك على التفكير بشكل أفضل، كما يساعدك في الحفاظ على صحة جسمك والشعور بالنشاط.



القراءة نشاط يبعث على الهدوء والاسترخاء.

التحلي بسلوك إيجابي وهادئ؛ تتسبب مشاهدة التلفزيون وألعاب الفيديو لساعات طويلة في إضاعة الوقت والانشغال عن الأمور المفيدة. من الضروري التعامل مع أي مشكلة بسلوك إيجابي. حاول أن تخصص وقتًا للاستمتاع بأنشطة غير مرهقة تساعدك على الاسترخاء. ومن ضمن هذه الأنشطة: القراءة والخروج في نزهة. فالتحلي بسلوك إيجابي يساعد على تحسين حالتك المزاجية، كما يساعد الهدوء والتحلي بسلوك إيجابي جسمك على التصدي لبعض الأمراض.



الفاكهة والخضراوات والحبوب أطعمة صحية ومفيدة لأجسامنا.

تناول الأطعمة الصحية؛ لن يضرك تناول الحلوى بين الحين والآخر. ولكنك ستضر جسمك إذا تناولت هذا النوع من الطعام يوميًا. من المهم التفكير في خيارات الطعام الذي تتناوله بعناية. أما الطعام الصحي، فيمد جسمك بالعناصر المفيدة ويمنحك الطاقة اللازمة للعمل واللعب.



رياضة مثل كرة القدم تمنح الأطفال النشاط.

التمتع بجسم نشيط؛ إن ممارسة التمارين الرياضية أو المشي لمدة ساعة يوميًا يساعدك في بناء جسم قوى ونشط، كما أنها تحسن حالتك المزاجية وتساعدك على التركيز أثناء المذاكرة.

الحصول على قسط كافٍ من النوم

١. اذكر سببًا واحدًا لأهمية الحصول على قسط كافٍ من النوم

٢. متى تستيقظ للذهاب إلى المدرسة؟

٣. متى يجب أن تنام لتحصل على ١٢ ساعة من النوم؟

التحلي بسلوك إيجابي وهادئ

٤. اذكر نشاطًا واحدًا من النص السابق يساعد على الاسترخاء.

٥. اذكر أحد أنشطة الاسترخاء الممتعة غير واردة في النص السابق.

تناول الأطعمة الصحية

٦. ما تأثير تناول الكثير من الحلوى على جسمك؟

٧. ما الوجبة الخفيفة الصحية المفضلة لديك؟

التمتع بجسم نشيط

٨. كيف يساعدك الجسم النشط في دراستك؟



جدول متابعة العادات الصحية



اقرأ الأنشطة المذكورة في المخطط، وأضف أهدافك الثلاثة، ثم استخدم هذا المخطط لتضع علامة أمام الأنشطة التي تمارسها يومياً للحفاظ على صحة جسمك.

الجمعة	الخميس	الأربعاء	الثلاثاء	الاثنين	الأحد	السبت	عادة صحية
							الحصول على قسط كافٍ من النوم
							التحلي بسلوك إيجابي وهادئ
							تناول الأطعمة الصحية
							التمتع بجسم نشيط

نشاط عقلي



ابتكر نشاطًا يساعد على تنشيط عقلك. اكتب نشاطك وضع وصفًا مختصرًا له وارسم صورة لنفسك وأنت تمارسه، ثم اكتب طريقة واحدة تساعد في الحفاظ على صحة جسمك.

نشاط يساعد على تنشيط عقلك

وصف النشاط:

١. _____
٢. _____
٣. _____
٤. _____

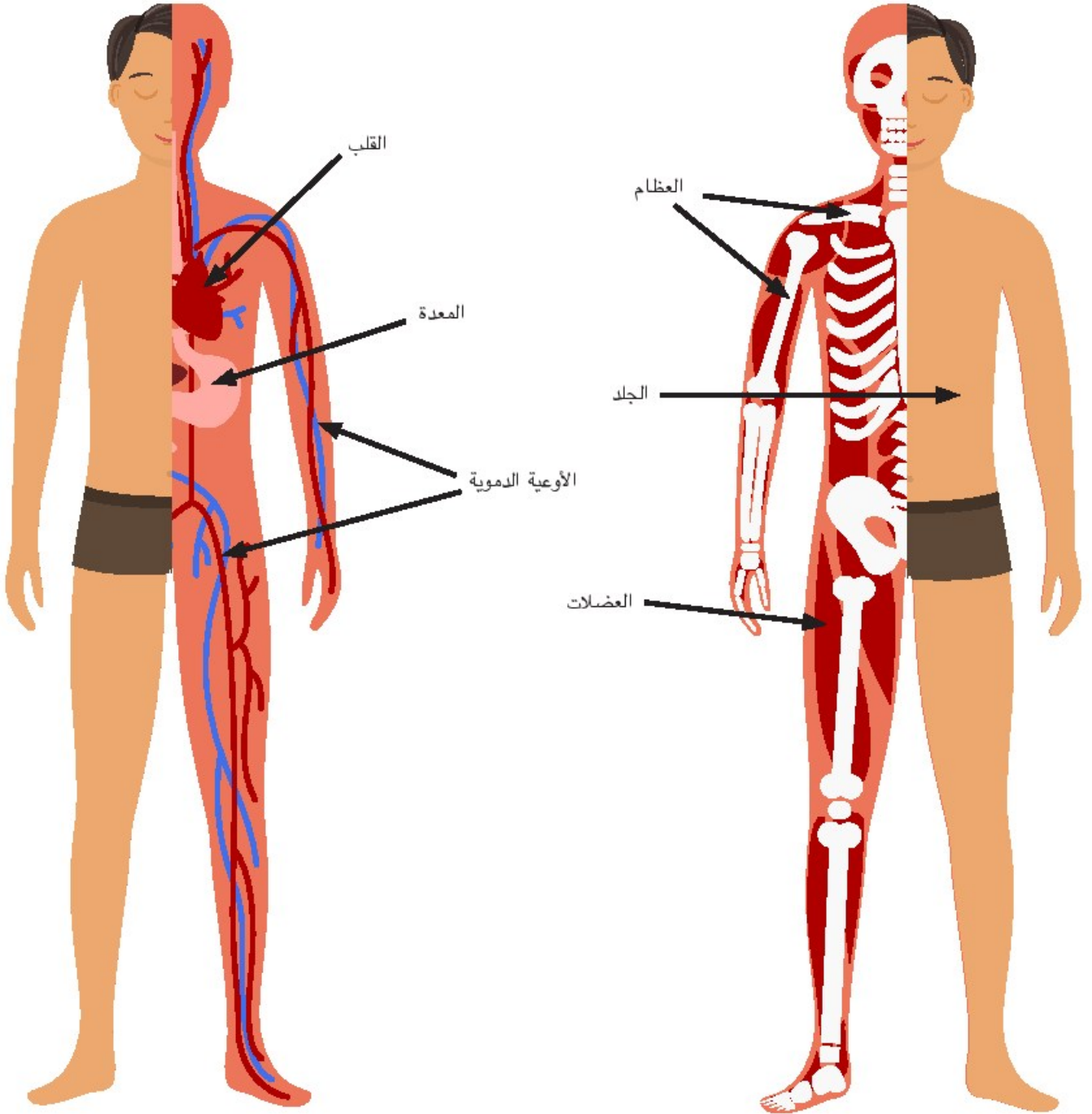


كيف يساعد هذا النشاط في الحفاظ على صحة أجسامنا؟

مخطط جسم الإنسان



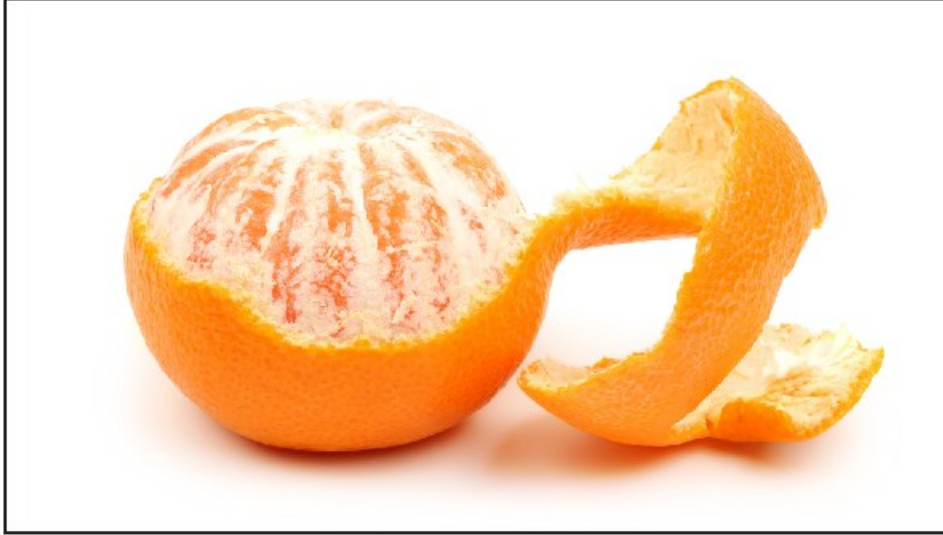
انظر إلى الصورة، ولاحظ الأعضاء التي تشير إليها الكلمات.



هل نحن متشابهون؟



انظر إلى الصور، ما أوجه التشابه والاختلاف بينها؟ أكمل الجمل أسفل كل صورة.



سبب التشابه

سبب الاختلاف

الجلد مصدر الحماية



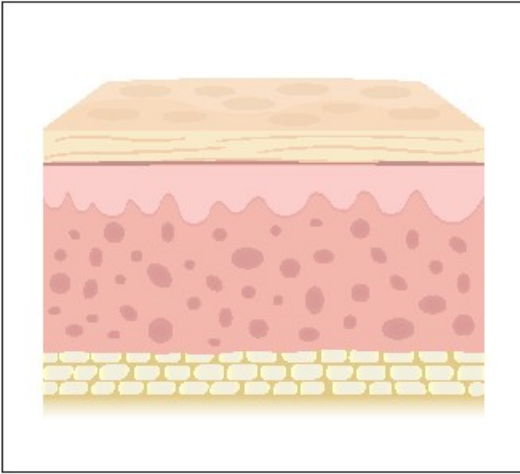
اقرأ النص، ثم ضع خطأ أسفل الجمل التي توضح دور الجلد كمصدر للحماية. ضع دائرة حول طرق حمايتك لجلدك.



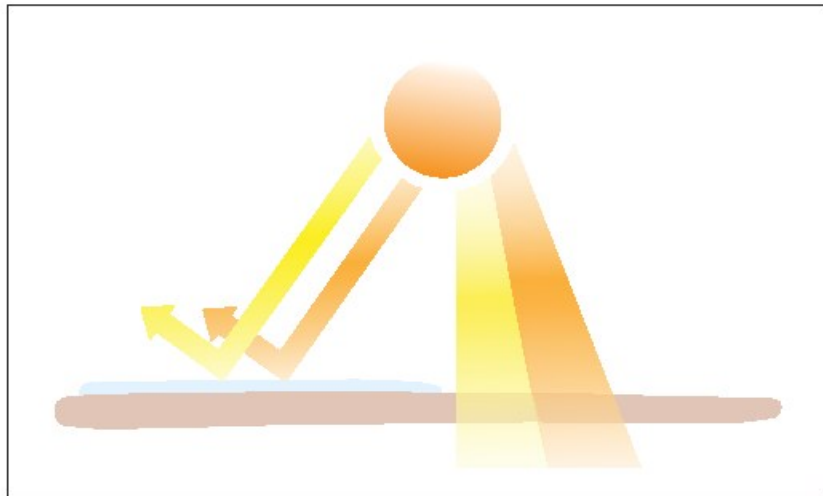
يُشكل الجلد طبقة حماية لجسمنا ضد كل ما يتعرض له، كما يحمينا من الجراثيم وأشعة الشمس الضارة. ويحافظ على السوائل داخل الجسم ويساعد على تنظيم درجة حرارته. يزن الجلد حوالي ٤ كيلوجرامات، وهو العضو الأكبر في جسمنا.

يتكون الجلد من عدة طبقات. فبعضها طبقات يمكن رؤيتها، أما البعض الآخر، فيكون داخلياً لا يمكن رؤيته. ويساوي سُمك طبقة الجلد العلوية نصف سُمك ورقة.

يتجدد جلدنا باستمرار؛ مما يساعد على الحصول على جلد صحي وسليم، حيث يوفر الجلد للجسم طبقة حماية مثالية.



يتضرر جلدنا من أشعة الشمس، ولذا يفرز مادةً تحمينا من أشعتها الضارة عندما نتعرض لها. استخدام واقي الشمس يساعد في حمايتنا من أشعة الشمس الضارة، كما أن أفضل طريقة للحماية من الشمس هي ارتداء ملابس تغطي جسمنا. علينا الاهتمام بجلدنا ليحمينا دائماً.



العناية بالجلد



اقرأ التعليمات، وسجل توقعاتك، ثم اتبع الخطوات لإكمال التجربة.

التعليمات:

١. قم بثني ورقة من الورق المقوى إلى نصفين.
٢. ادهن كمية صغيرة من واقي الشمس على جهة واحدة من الورقة.
٣. ضع الورقة تحت أشعة الشمس المباشرة لعدد من الساعات.
٤. سجّل ملاحظتك.

المواد التي ستحتاجها:

- قطعة من ورق التصميمات الإنشائية/ورق مقوى (لون غامق)
- كريم أو بخاخ واقي الشمس
- قلم تلوين أو قلم طباشير أبيض

الجانب غير المغطى بطبقة من واقي الشمس	الجانب المغطى بطبقة من واقي الشمس
أتوقع...	أتوقع...
ألاحظ...	ألاحظ...

استنتاجات البحث



استخدم المعلومات التي سجلتها أثناء البحث للإجابة عن الأسئلة.

١. ماذا حدث للجانب الذي لم يوضع عليه واقى الشمس؟ هل تغير لون الورقة أم لا؟

٢. ما أوجه الاختلاف بين الجانب الذي وضع عليه واقى الشمس والجانب الآخر الذي لم يوضع عليه واقى الشمس؟

٣. رأيت تأثير واقى الشمس على الورقة، في رأيك كيف يؤثر واقى الشمس على الجلد؟

٤. من خلال البحث، ماذا تعلمنا عن أهمية استخدام واقى الشمس؟

العظام والعضلات



اقرأ النص.

يتكون جسم الإنسان من أعضاء كثيرة تعمل معاً؛ كي يبقى على قيد الحياة. ومنها العظام والعضلات التي تعمل معاً على مساعدة الجسم على الحركة وحماية الأعضاء اللينة داخل الجسم.

الحركة



العظام الموجودة في جسمك تُكوّن الهيكل العظمي وهو المسؤول عن الحركة ولكنه لا يستطيع الحركة بدون العضلات. وترتبط أغلب العضلات بالعظام لتؤدي وظيفتها. فعندما تحرك عضلاتك، يتحرك الهيكل العظمي أيضاً، حيث ترفع العضلات العظام وتحركها لمساعدتك أثناء تناول الطعام، أو ممارسة الرياضة، أو العزف على الآلات الموسيقية.

مُدّ ذراعيك بجانبك. هل تشعر بالطريقة التي تعمل بها عضلاتك؟ هل تشعر بتعب في كتفيك؟
فعضلات الكتف مرتبطة بعظام الذراع. وهي العضلات المسؤولة عن رفع ذراعيك وتحريكهما.

فكر في جميع حركات جسمك. فعندما تمشي، تتحرك العضلات الموجودة في عظام ساقيك وقدميك. وتتحرك عضلات فكك إلى الأعلى وإلى الأسفل وعلى الجانبين عندما تمضغ الطعام. وحتى عندما تكون نائماً، تتحرك عضلات الضلوع لمساعدتك على التنفس.

الحماية



هناك وظيفة أخرى للعضلات والعظام. فهما يمثلان درعاً قوياً للأعضاء اللينة مثل القلب، والرئتين، والمخ. فالأعضاء مسؤولة عن القيام بوظائف متعددة؛ كي تبقى على قيد الحياة، ولذا يجب حمايتها.

أما العظام الموجودة في الجمجمة، فتشبه الخوذة التي تحمي المخ إذا ارتطم الرأس بجسم صلب. هل تشعر بالعظم الموجود خلف حاجبيك؟ تعمل هذه العظام على حماية عينيك إذا ارتطمت الكرة بوجهك. وكذلك تحمي العضلات عينيك عن طريق إغلاقهما. هناك العديد من الأعضاء في صدرك وباقي أجزاء الجسم، كما تتشكل ضلوعك على هيئة قفص يحافظ على منطقة الصدر بأكملها. هل تشعر بها؟ تحمي تلك العظام قلبك ورئتيك أيضاً.

تعلم الآن أنه من حماية مخك وانتهاً بتحرك أصابع قدميك وبديك، هناك العديد من الوظائف التي تؤديها العظام والعضلات. وهما يعملان معاً للحفاظ على سلامتك أثناء الحركة.

تصميم نموذج لإصبع اليد



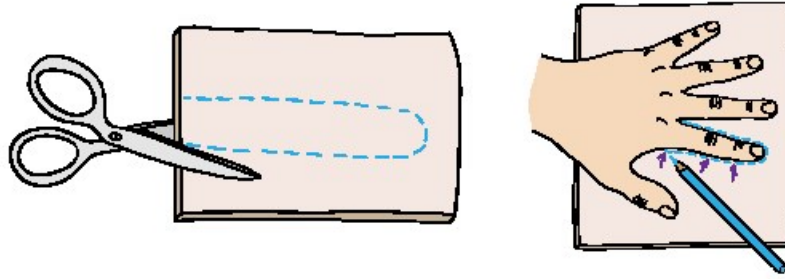
اقرأ التعليمات بدقة قبل أن تبدأ في تصميم نموذج لإصبع اليد.

المواد التي ستحتاجها:

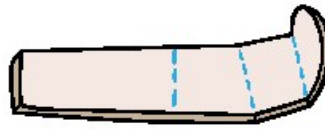
- بطاقة ورقية
- شفاطة
- مقص
- خيط بطول ٣٠ سم
- صمغ أو شريط لاصق

التعليمات:

١. ارسم شكل إصبع السبابة على البطاقة الورقية، ثم قص مكان الإصبع.



٢. ارسم خطوطاً لأماكن ثني إصبعك (ثلاثة أماكن)، ثم اطوِ مكان هذه الخطوط فهي مكان مفاصل الإصبع.



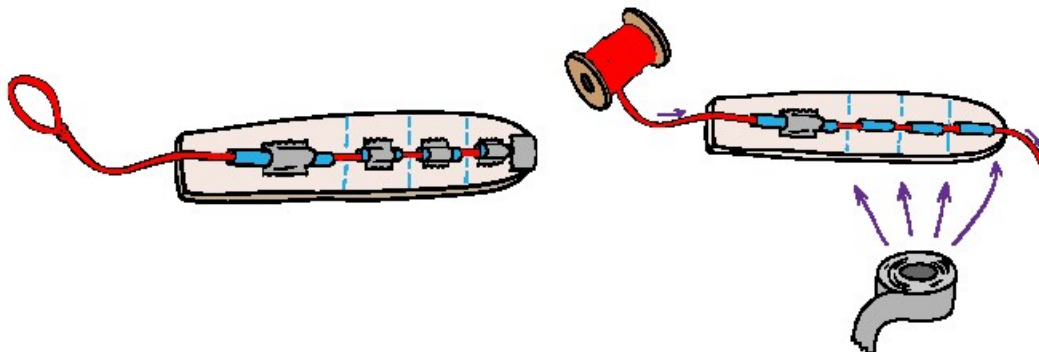
٣. اقطع الشفاطة إلى أربعة أجزاء صغيرة الحجم.



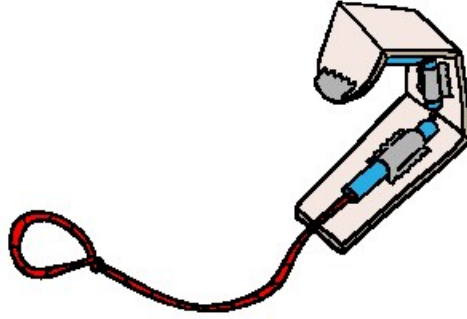
٤. ألصق قطع الشفاطة بالصمغ أو شريط اللاصق على كل قسم من الأقسام الأربعة للإصبع.

٥. أدخل الخيط في قطع الشفاطة، بحيث تكون العقدة عند الجانب العلوي من الإصبع.

٦. ألصق نهاية عقدة الخيط عند طرف الإصبع.



٧. ضع قاعدة الإصبع على المنضدة في وضع مستوي، ثم اسحب الخيط لتتمكن من تحريك الإصبع.



أجب عن الأسئلة.

١. ما الجزء الذي يرمز إلى العضلات في النموذج؟

٢. ما الجزء الذي يرمز إلى العظام في النموذج؟

٣. كيف تعمل العظام والعضلات في النموذج على تحريك الإصبع؟



ماذا يحدث للطعام الذي نتناوله؟

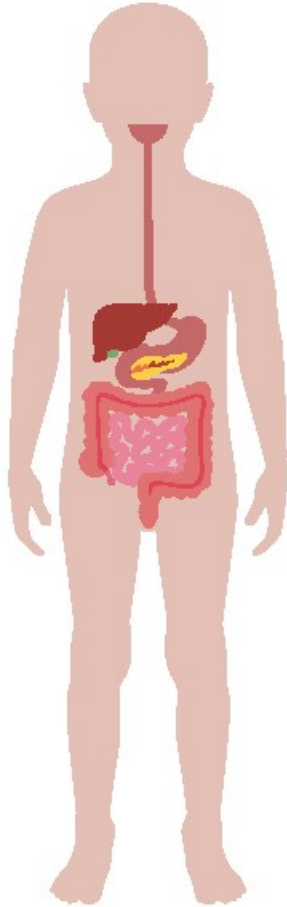
اقرأ النص.



يحتاج كل من القطار والطائرة والسيارة إلى الوقود للحركة. فالوقود هو مصدر الطاقة. وتحتاج أجسامنا إلى الوقود أيضاً للحصول على الطاقة، ولكننا لا نحتاج لنفس نوع الوقود الذي تحتاجه القطارات أو السيارات. بل يحتاج جسم الإنسان إلى أنواع متعددة من مصادر الطاقة. نحصل على الطاقة من الطعام الذي نتناوله؛ فالطعام مليء بالعناصر الغذائية المختلفة التي تمدّ جسم الإنسان بالطاقة التي يحتاجها.

يقوم جسم الإنسان في عملية الهضم بتفتيت الطعام الذي نأكله إلى أجزاء صغيرة، ليبدأ بعدها الجسم في امتصاصه للحصول على الطاقة.

تبدأ عملية الهضم بمجرد دخول الطعام في فمك، حيث يعمل المضغ على طحن الطعام إلى قطع أصغر؛ مما يساعد اللعاب الموجود في الفم على تطرية الطعام والبدء في تفتيته ثم بلعه. في الخطوة التالية من البلع، تنقل العضلات الطعام إلى المعدة.



وفي داخل المعدة، تحرك العضلات حمض المعدة بقوة لتفتيت الطعام جيداً، وبعدها ينتقل الطعام إلى الأمعاء الدقيقة لاستكمال الهضم. وتُحمل العناصر الغذائية في الدم لتمد جميع أجزاء الجسم بالطاقة التي تمكنه من أداء وظائفه جيداً.

كيف تعمل المعدة؟



اقرأ التعليمات، واتبع الخطوات لعمل نموذج للمعدة، ثم ارسم ما لاحظته.

المواد التي ستحتاجها:

- عصير ليمون حوالي ٦٠ مل
- كيس من البلاستيك قابل للغلق
- مقرمشات

التعليمات:

١. اسكب عصير الليمون في الكيس البلاستيك. يرمز العصير إلى الحمض الموجود في المعدة.
٢. اكسر المقرمشات إلى قطع صغيرة. فهذا ما تقوم به أسنانك ولسانك قبل بلع الطعام.
٣. ضع المقرمشات في الكيس ثم اقلبه.
٤. رجّ المقرمشات في عصير الليمون. يمكن استخدام يديك لعصر المقرمشات برفق. فهذا ما تفعله عضلات المعدة لعصر الطعام أثناء عملية الهضم.
٥. صف ما يحدث لقطع المقرمشات أثناء هضمها في النموذج المشابه للمعدة.

المقرمشات بعد عملية الهضم	المقرمشات قبل عملية الهضم

ألاحظ

أجب عن الأسئلة.

١. لماذا تحتاج أجسامنا إلى هضم الطعام الذي نأكله؟

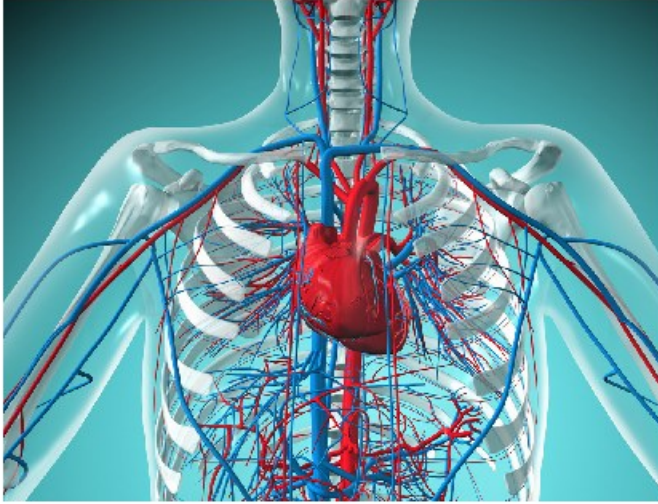
٢. ما وظيفة المعدة في عملية الهضم؟



قلبي



اقرأ القصة مع زميلك وضع خطأ تحت الكلمات التي لا تعرفها.



يؤدي قلبك وظيفة مهمة للغاية. حيث يضخ الدم إلى جميع أجزاء جسمك. ويحمل الدم الأكسجين والعناصر الغذائية إلى كل جزء من أجزاء الجسم. القلب عبارة عن عضو عضلي بحجم قبضة اليد. يمتلئ بالدم كلما توسع أو انبسط. عندما ينقبض القلب، يدفع الدم إلى الأوعية الدموية الموجودة في جميع أجزاء الجسم.

يدق القلب عدة مرات في الدقيقة الواحدة، ومع كل دقة يدفع القلب الدم إلى جميع أجزاء الجسم. ويستمر القلب في النبض ما دمت حياً.



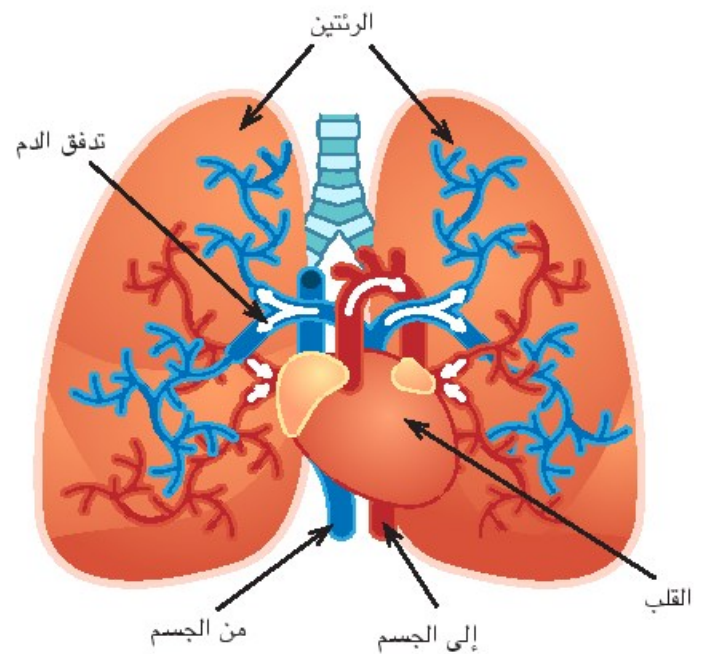
حقيقة ممتعة

الضحك تمرين جيد للقلب.

مفتاح الحل

اللون الأحمر = دم مُحمل بالأكسجين

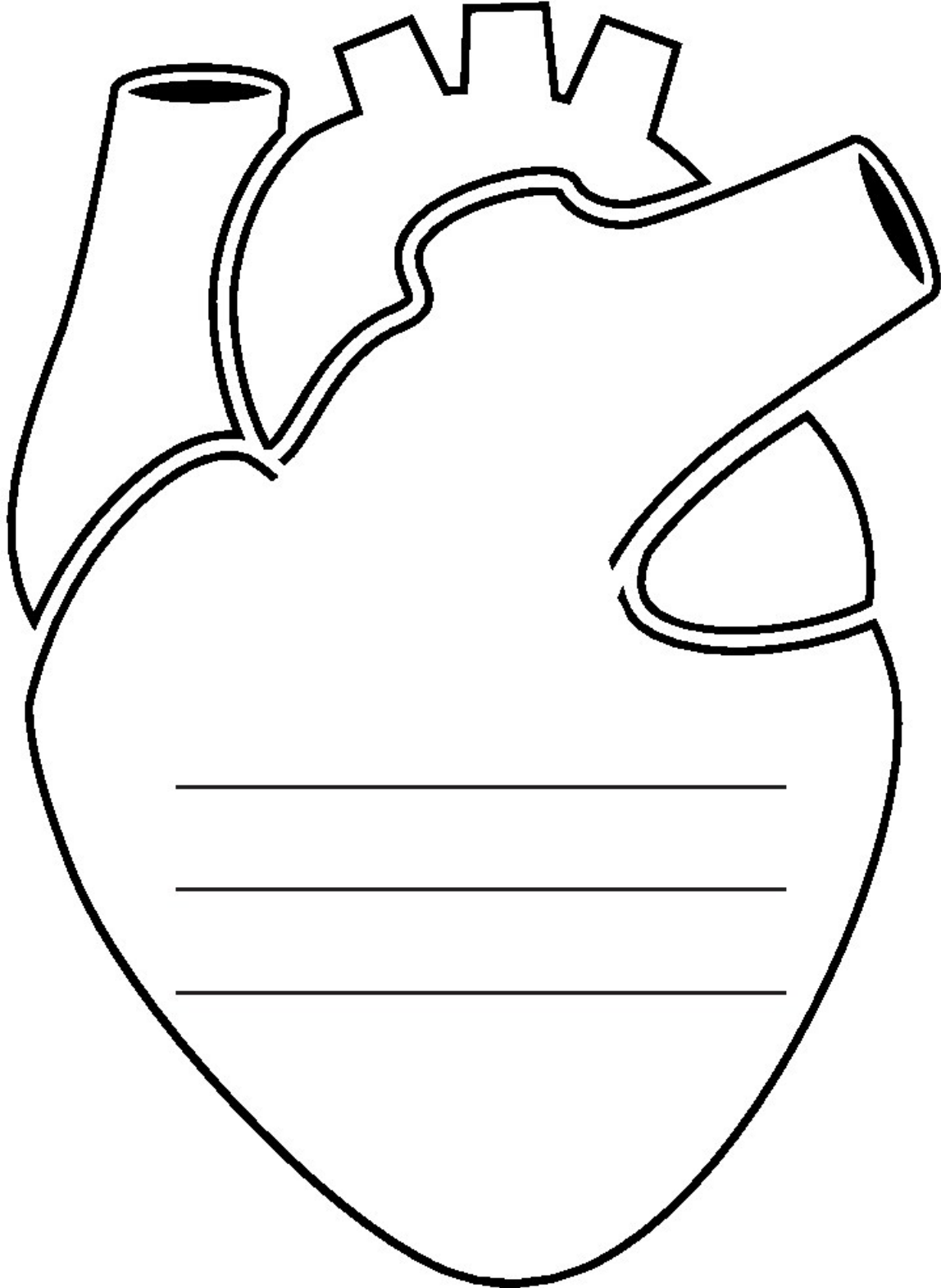
اللون الأزرق = دم خالٍ من الأكسجين



قلبي



اكتب ثلاثة أسطر عن القلب



معدل ضربات القلب



مارس مع زميلك كل نشاط لمدة ١٥ ثانية ثم دقيقة واحدة ثم دقيقتين. سجّل نبضك على الفور بعد الانتهاء من النشاط. واجمع عدد النبضات ٤ مرات لتحصل على معدل ضربات القلب في الدقيقة، وبعدها أضف نشاط آخر من عندك واحسب معدل ضربات القلب، ثم أجب عن الأسئلة بعد انتهائك.

١. في اعتقادك، ما معدل ضربات قلبك أثناء ممارسة الأنشطة المختلفة؟

٢. وضح سبب اعتقادك.

معدل ضربات القلب = عدد الضربات في الدقيقة

(تُحسب النبضات لمدة ١٥ ثانية وتُجمع ٤ مرات)

مثال: إذا كان عدد النبضات خلال ١٥ ثانية = ١٧ نبضة إذن عدد ضربات القلب خلال الدقيقة الواحدة = ١٧+١٧+١٧+١٧ = ٦٨ ضربة في الدقيقة

نشاط	الوقت المستغرق	احسب معدل ضربات القلب
الجلوس	١٥ ثانية	_____ = _____ + _____ + _____ + _____
	دقيقة واحدة	_____ = _____ + _____ + _____ + _____
	دقيقتان	_____ = _____ + _____ + _____ + _____
المشي	١٥ ثانية	_____ = _____ + _____ + _____ + _____
	دقيقة واحدة	_____ = _____ + _____ + _____ + _____
	دقيقتان	_____ = _____ + _____ + _____ + _____

$\underline{\quad} = \underline{\quad} + \underline{\quad} + \underline{\quad} + \underline{\quad}$	١٥ ثانية	الجري في المكان
$\underline{\quad} = \underline{\quad} + \underline{\quad} + \underline{\quad} + \underline{\quad}$	دقيقة واحدة	
$\underline{\quad} = \underline{\quad} + \underline{\quad} + \underline{\quad} + \underline{\quad}$	دقيقتان	

$\underline{\quad} = \underline{\quad} + \underline{\quad} + \underline{\quad} + \underline{\quad}$	١٥ ثانية	ممارسة ألعاب الكمبيوتر
$\underline{\quad} = \underline{\quad} + \underline{\quad} + \underline{\quad} + \underline{\quad}$	دقيقة واحدة	
$\underline{\quad} = \underline{\quad} + \underline{\quad} + \underline{\quad} + \underline{\quad}$	دقيقتان	

$\underline{\quad} = \underline{\quad} + \underline{\quad} + \underline{\quad} + \underline{\quad}$	١٥ ثانية	<hr/>
$\underline{\quad} = \underline{\quad} + \underline{\quad} + \underline{\quad} + \underline{\quad}$	دقيقة واحدة	
$\underline{\quad} = \underline{\quad} + \underline{\quad} + \underline{\quad} + \underline{\quad}$	دقيقتان	

١. ما أوجه الاختلاف بين معدل نبضك أثناء الجري في المكان لمدة دقيقتين وممارسة ألعاب الكمبيوتر لمدة دقيقتين؟

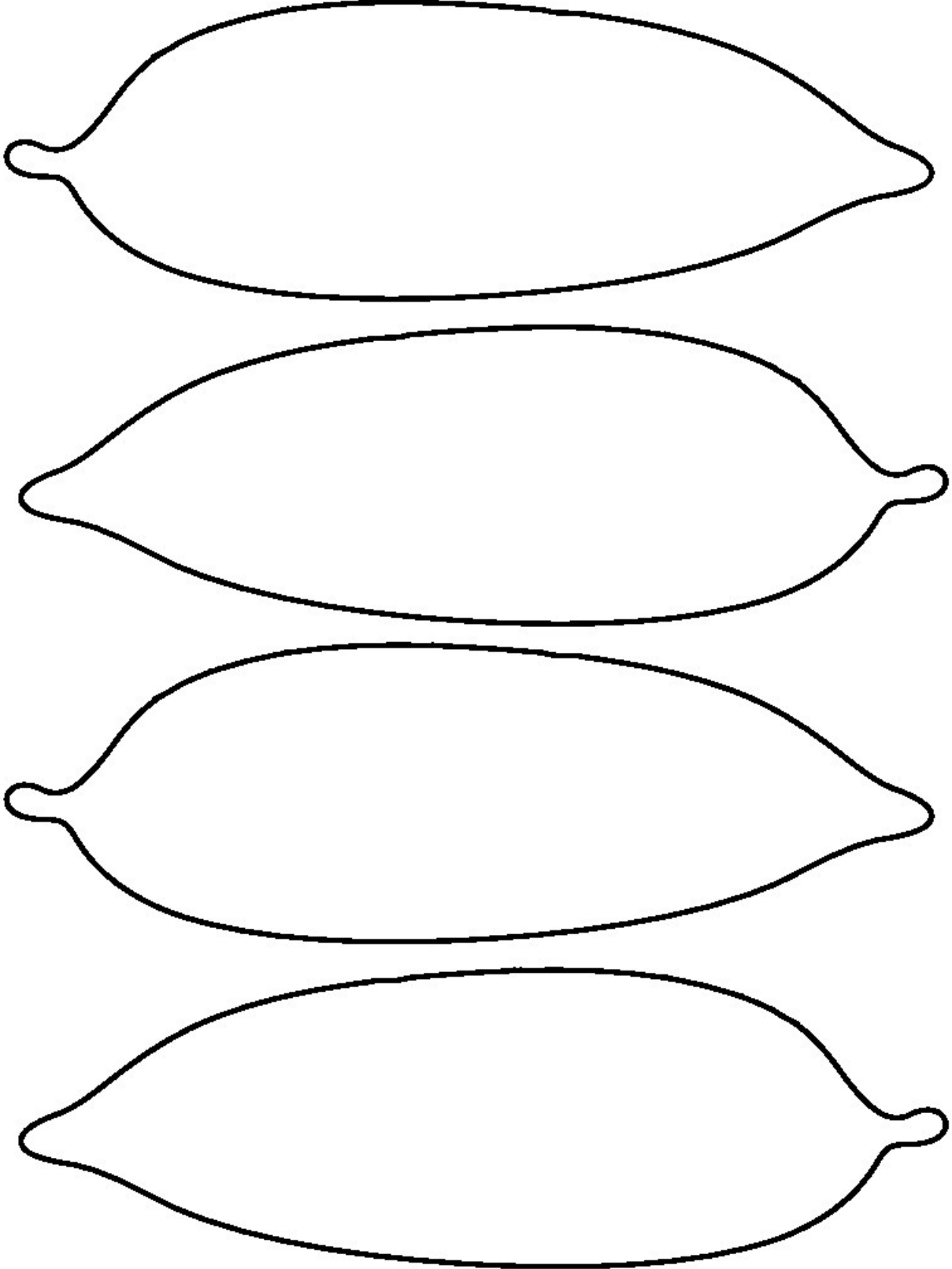
٢. في اعتقادك، ما الأنشطة التي تمنحك الفوائد الصحية الأمثل؟

٣. هل كان اعتقادك صحيحاً؟ ولماذا؟

تصميم شجرة عن الحقائق الصحية



اكتب الحقائق المهمة التي تعلمتها على أوراق الشجرة. لون كل ورقة ثم قصها أو انسخ الحقائق الخاصة بك على أوراق شجر من الورق المقوى.





الكتابة في أربع خطوات



اقرأ كل خطوة. واكتب شرحاً لكل خطوة بعد إجراء مناقشة الفصل ثم ضع علامة (✓) داخل المربع بعد الانتهاء من كل خطوة في الكتابة.

التخطيط

المسودة

المراجعة

النشر

التخطيط



مارس العصف الذهني للأفكار داخل مجموعة الخبراء. ما الحقائق المهمة التي ترغب في إضافتها إلى قصتك؟ اكتب أكبر عدد ممكن من الأفكار.

المسودة



اتبع تعليمات المعلم، واكتب أفكارك في جمل كاملة.

الجملة الافتتاحية:

حقائق مهمة يجب معرفتها:

الجملة الختامية:

المراجعة



اتبع تعليمات المعلم. وضع علامة (✓) داخل المربع بعد الحصول على مساعدة من زميلك لتعديل ما كتبته

استخدمت علامات ترقيم صحيحة، وأضفت نقطة في آخر كل جملة.	
تأكدت من الاستخدام الصحيح لحروف العطف والضمائر وأدوات الاستفهام.	
صححت الأخطاء الإملائية الموجودة.	
عبرت عن أفكارى بجملة كاملة مكونة من أسماء وأفعال صحيحة.	
رتبت الجمل ترتيباً منطقياً.	



أقيّم نفسي



اقرأ كل عبارة. وفي كل صف، تون نجوم المربع الذي يصف مجهودك.

☆☆☆	☆☆	☆	
☆☆☆ أستطيع تحديد ومشاركة العديد من المعلومات عن الجلد، والعضلات، والهيكل العظمي، والمعدة، والقلب.	☆☆ أستطيع تحديد ومشاركة معلومة عن الجلد، والعضلات، والهيكل العظمي، والمعدة، والقلب.	☆ أستطيع تحديد ومشاركة معلومة عن الجلد، والعضلات، والهيكل العظمي، والمعدة، والقلب، وأشاركها بمساعدة المعلم والزملاء.	المحتوى الدراسي
☆☆☆ أستطيع كتابة جمل واضحة تعكس الفهم العميق عن أجزاء جسم الإنسان.	☆☆ أستطيع كتابة جمل واضحة تعكس ما أعرفه عن جسم الإنسان.	☆ أستطيع كتابة جمل توضح ما أعرفه عن جسم الإنسان بمساعدة المعلم والزملاء.	جودة الأداء
☆☆☆ يُمكّني استخدام قائمة التحقق بمفردتي أثناء تعديل ما أكتبه مع أحد الزملاء، كما يُمكّني إنشاء قوائم تحقق لنفسني لاستخدامها في المهام الأخرى.	☆☆ أستطيع استخدام قائمة التحقق بمفردتي أثناء تعديل ما أكتبه مع أحد الزملاء.	☆ أستطيع استخدام قائمة التحقق أثناء تعديل ما أكتبه بمساعدة أحد الزملاء.	المهارات الحياتية

مقياس التقييم المتدرج (مخصص لاستخدام المعلم)

يفوق التوقعات (٣)	يلبي التوقعات (٢)	يقترّب من التوقعات (١)	
يتعرف الجلد، والعضلات، والهيكل العظمي، والمعدة، والقلب. ويشارك بمعلومات عديدة عن كل جزء مذكور. العلوم ج.١.١.	يتعرف الجلد، والعضلات، والهيكل العظمي، والمعدة، والقلب. ويشارك بإحدى المعلومات الأساسية عن كل جزء مذكور. العلوم ج.١.١.	يتعرف الجلد، والعضلات، والهيكل العظمي، والمعدة، والقلب بمساعدة الزملاء أو المعلم. ويشارك بإحدى المعلومات الأساسية عن كل جزء مذكور. العلوم ج.١.١.	المحتوى الدراسي
يكتب نصًا يحتوي على معلومات وتفاصيل مدروسة توضح مدى فهمه الصحيح. الكتابة ج.١.١.	يكتب نصًا يحتوي على معلومات توضح مدى فهمه الصحيح. الكتابة ج.١.١.	يكتب نصًا يحتوي على معلومات توضح مدى فهمه بمساعدة الزملاء أو المعلم. الكتابة ج.١.١.	
يحسن من مستوى الكتابة بعد حصوله على تغذية راجعة من الزملاء ويساعد الآخرين في مراجعة كتاباتهم. الكتابة د.١.١. ب، ج	يحسن من مستوى الكتابة بعد حصوله على تغذية راجعة من الزملاء. الكتابة د.١.١. ب، ج	يحسن من مستوى الكتابة بعد حصوله على تغذية راجعة بمساعدة الزملاء أو المعلم. الكتابة د.١.١. ب، ج	
يُصمم عملًا فنيًا مُفصّلًا يسهم في دعم فهم القارئ لأجزاء الجسم بأسلوب مميز. التربية الفنية ب.١.١. ج.	يُصمم عملًا فنيًا يسهم في دعم فهم القارئ لأجزاء الجسم. التربية الفنية ب.١.١. ج.	يُصمم عملًا فنيًا - بمساعدة الزملاء أو المعلم - يسهم في دعم فهم القارئ لأجزاء الجسم. التربية الفنية ب.١.١. ج.	
يجمع حقائق عن أجزاء جسم الإنسان ويرتبها ترتيبًا منطقيًا. يُظهر صفة إبداعية أو ابتكارًا استثنائيًا.	يجمع حقائق عن أجزاء جسم الإنسان ويرتبها ترتيبًا منطقيًا.	يجمع حقائق عن أجزاء جسم الإنسان ويرتبها ترتيبًا منطقيًا بمساعدة الزملاء أو المعلم.	
يعبر عن المعلومات الخاصة بأجزاء جسم الإنسان بدرجة عالية من الوضوح و/أو التفاصيل. العلوم أ.١.١. ز.	يعبر عن المعلومات الخاصة بأجزاء جسم الإنسان بوضوح وبتفاصيل كافية. العلوم أ.١.١. ز.	يعبر عن المعلومات الأساسية الخاصة بأجزاء جسم الإنسان، ولكن بدرجة أقل من الوضوح و/أو التفاصيل. العلوم أ.١.١. ز.	
يستخدم قائمة التحقق بكفاءة لمساعدة زميله على التعديل. يحسن من قوائم التحقق بشكل مستقل للمساعدة في أداء المهام الأخرى. المشاركة	يستخدم قائمة التحقق بكفاءة لمساعدة زميله على التعديل. المشاركة	يستخدم قائمة التحقق لمساعدة زميله على التعديل بمساعدة من الزملاء أو المعلم. المشاركة	
يمارس عملية الكتابة من خلال اتباع خطواتها بدون مساعدة. الإنتاجية	يمارس عملية الكتابة من خلال اتباع خطواتها مستخدمًا مخطط الأفكار. الإنتاجية	يمارس عملية الكتابة من خلال اتباع خطواتها أثناء إرشاد المعلم له. الإنتاجية	المهارات الحياتية

الجسم السليم والطعام الصحي



مقصف المدرسة



اقرأ القصة التالية، ثم ضع دائرة حول الكلمات التي لا تعرفها.

نادى رشاد وهو يغلق الباب بشدة قائلاً: "أمي! أبي! أين أنتما؟"

أجابته الأم: "نحن هنا يا رشاد. من فضلك، لا تغلق الباب بشدة هكذا. وأضافت قائلة: "هل استمتعت بيومك في المدرسة؟"

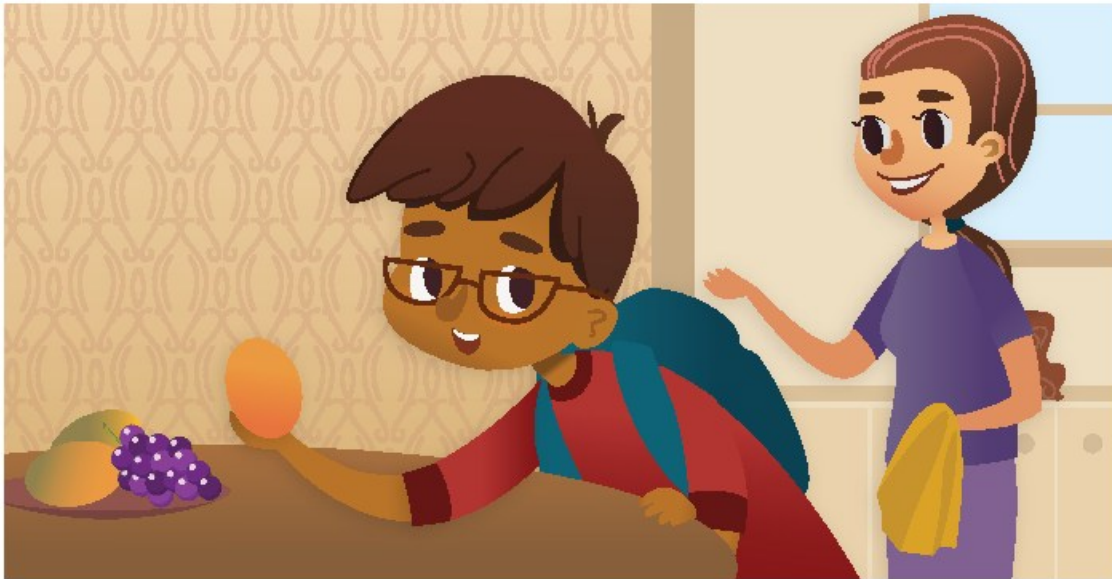
قال رشاد: "جداً يا أمي. فالיום كان مميّزًا ورائعًا للغاية. أتذكرين عندما أخبرتك أننا نتعلم درسًا عن الصحة في الفصل؟" ثم تناول قطعة فاكهة موجودة في الطبق فوق منضدة الطعام.

ابتسمت والدته رشاد وقالت: "أجل، أتذكر. أنا سعيدة جدًا أنكم تتعلمون درسًا عن الصحة. ولاحظت أنك بدأت تأكل وجبات خفيفة صحية، فما الذي تعلمته اليوم وجعلك متحمسًا لهذه الدرجة؟"

أجاب رشاد: "نبذل مجهودًا كبيرًا هذه الفترة، ولذا طرح علينا المعلم فكرة إنشاء مقصف في المدرسة. هل تعرفين ما المقصف؟" ثم قفز رشاد عاليًا في الهواء بجوار والدته منتظرًا سماع إجابتها.

أجابت الأم: "نعم أعلم ما هو. إنه مكان مليء بأنواع مختلفة من الطعام، مثل الوجبات الخفيفة. وعادةً ما ندفع ثمن الطعام الذي نشتره منه. تفاجأت والدته رشاد وقالت: "أتقول حقًا إن المدرسة ستفتتح مقصفًا لتوفير الطعام؟"

قال رشاد: "يريد المعلم معرفة أنواع الطعام التي نرغب في وجودها بالمقصف. وعلينا أن نقدم له أفكارًا عن أنواع الطعام. أتمنى أن يكون بمدرستنا مقصف. فأعتقد أن الأمر سيكون ممتعًا. وعليّ أن أبدأ ممارسة العصف الذهني." ثم ركض رشاد نحو المنضدة ليبدأ في وضع قائمة بأنواع الطعام الذي يفضلها.



مكان صحي

صِف شكل المكان الصحي الموجود في مدرستك. ارسم صورة، ثم ضع عنواناً لصورتك.

اقتراح أطعمة لمقصف المدرسة



اقرأ القصة التالية. اذكر كيف تختلف أفكارك عن أفكار رشاد، وبعدها أجب عن الأسئلة قبل قراءة القصة.

اكتب ثلاثة أنواع ترغب في وجودها في المقصف.

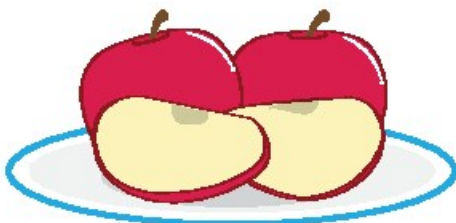
كان جميع التلاميذ في غرفة الأستاذ محمود متحمسين للذهاب إلى الفصل وعرض أفكارهم عن الطعام الذي يرغبون في وجوده بالمقصف. تحدث رشاد وزينة عن اقتراحاتهما قبل بدء الدرس، وتفاجأ بأن أفكارهما مختلفة تمامًا.

بدأت زينة في عرض قائمتها، وقالت: "الأنواع الثلاثة التي أرغب في وجودها بالمقصف هي الفشار، والعصير المُعلب، والتفاح."

استمع رشاد إلى زينة باهتمام وهي تعرض أفكارها، ثم بدأ في عرض قائمته. فقال: "التفاح من ضمن اختياراتي أيضًا، بالإضافة إلى الزبادي والحلوى. أعرف أننا نتعلم دروسًا عن الصحة، ولكن الحلوى تمدني بالطاقة التي أحتاجها طوال اليوم."

أخذت زينة تفكر فيما قاله رشاد، ثم قالت: "أتمنى أن تكون هناك حلوى بالمقصف أيضًا. دعنا ننتظر ونرى ما سيقوله الأستاذ محمود، فلقد رأيته يأكل حلوى. أعجبتني فكرة الزبادي أيضًا، ولكن أتساءل: كيف يمكننا الحفاظ عليه باردًا؟"

ضحك رشاد وقال: "بالطبع! أعتقد أن الجميع يحب الحلوى. أما بالنسبة لفكرة الحفاظ على الزبادي باردًا، فلم تخطر على ذهني مطلقًا. أتساءل هل يجب أن يكون باردًا طوال الوقت بالمقصف؟ لدينا أسئلة كثيرة لطرحها على الأستاذ محمود."







تصنيف الطعام

اقرأ البطاقات ثم قص أجزاءها. حدد الفئات ثم صنّف البطاقات فيها.

بيض



خبز



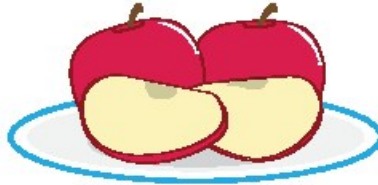
مياه غازية



مانجو



تفاح



زبادي



بيتزا



دجاج



حليب الشوكولاتة



خيار



مكسرات



عصير البرتقال المُعلب





نظامي الغذائي



اقرأ التعريفات التالية. اكتب عن نظامك الغذائي أو ارسم صوراً تعبر عنه.

النظام الغذائي: يشير إلى نوع الطعام الذي يتناوله الشخص بانتظام. ويتضمن أنواع المأكولات التي يتناولها الشخص وكميتها.

١. ما نظامك الغذائي؟ اكتب قائمة بالطعام الذي تتاولته بالأمس ضمن نظامك الغذائي.

وجبة الإفطار	وجبة الغداء	وجبة العشاء	الوجبات الخفيفة

العنصر الغذائي: يشير إلى مكون غذائي يمد الجسم بالطاقة، كما أنه ضروري للنمو الصحي.

٢. فكّر في نظامك الغذائي. بناءً على القائمة التي وضعتها، اذكر الطعام المليء بالعناصر الغذائية التي تساعد جسمك على النمو الصحي.

أنا خبير

ابحث مع زملائك في مجموعة الخبراء عن إجابات الأسئلة التالية. فكّر في أكبر عدد من أنواع الطعام الموجود بها هذه العناصر الغذائية.

العنصر الغذائي الذي اخترته هو (ضع دائرة حول عنصر واحد) كربوهيدرات دهون بروتينات

١. اشرح العنصر الغذائي الذي اخترته

٢. كيف تستفيد أجسامنا من العنصر الغذائي الذي اخترته؟

٣. ما الطعام الذي يحتوي على العنصر الغذائي الذي اخترته؟

التعلم من زملائي



اكتشف معلومات عن عنصرين غذائيين لم تبحث عنهما، ثم سجل ما تعلمته.

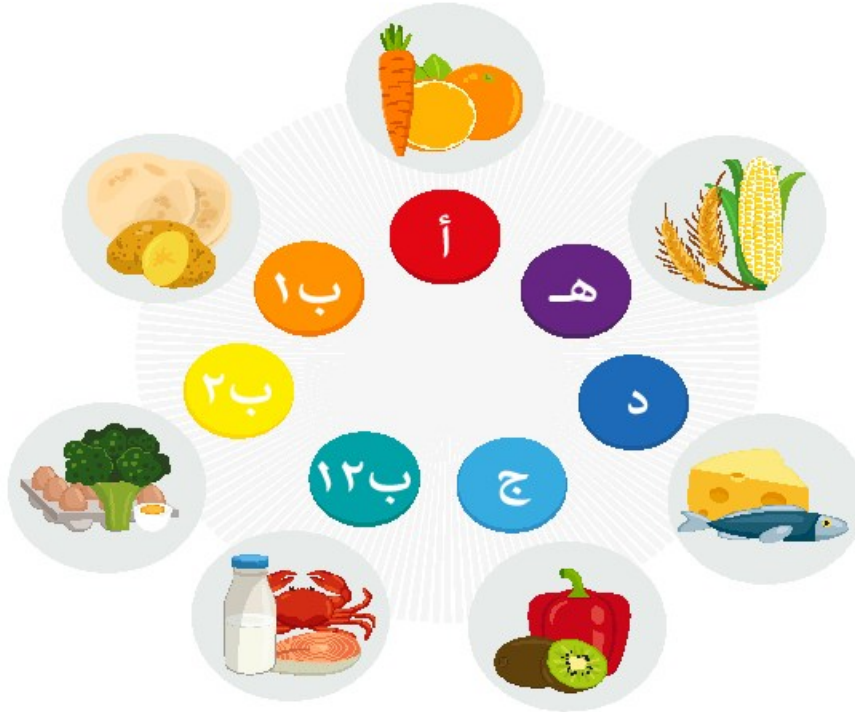
اسم العنصر الغذائي	وصف العنصر الغذائي	كيف يساعد جسمك؟	ما أنواع الأطعمة التي تحتوي على هذا العنصر الغذائي؟

الفيتامينات والمعادن



ما الطعام المليء بالفيتامينات والمعادن التي تحتاجها؟ انظر إلى المخططات لتحصل على إجاباتك.

الفيتامينات؛ مجموعة من العناصر الغذائية اللازمة لنمو صحي وتغذية جيدة. يحتاج الجسم إلى الحصول على العديد من الفيتامينات المختلفة، ولكن بكميات صغيرة.



المعادن؛ مواد يحتاجها الإنسان ليتمتع بصحة جيدة. فالمعادن تساعد على بناء عظام وأسنان قوية.





لعبة البحث عن العناصر الغذائية

سيعطيك المعلم بطاقة بها اسم نوع واحد من أنواع الطعام، وعليك المشاركة في لعبة البحث لاكتشاف أنواع العناصر الغذائية الموجودة في هذا الطعام.

الطعام

كربوهيدرات

بروتين

دهون

فيتامين

معادن

الطعام

كربوهيدرات

بروتين

دهون

فيتامين

معادن

الطعام

كربوهيدرات

بروتين

دهون

فيتامين

معادن

حساب نسبة السكريات



اقرأ المعلومات عن السكريات، ثم أكمل الجدول الموجود أسفل النص بذكر التأثير الممكن حدوثه في كل حالة من الحالات الموضحة به.

يحتاج الجسم إلي بعض السكريات للحصول علي الطاقة اللازمة للقيام بالأنشطة اليومية مثل المذاكرة والمشي وممارسة الرياضة.

إذا تناولت سكريات بنسبة أعلى من التي يحتاجها الجسم لإمداده بالطاقة، فسيخزن الجسم هذه الطاقة ليستخدمها في وقت لاحق.

وبمرور الوقت، قد يؤدي ذلك إلى زيادة غير صحية في وزن جسمك. كما أن تناول السكريات بشكل مفرط يجعلك قلقًا وعصبيًا. إن تناول كمية من السكريات تفوق حاجتك يُعرض قلبك للأمراض ويمكن أن يلحق به الضرر بمرور الوقت. كما أن تناول كميات كبيرة من السكريات يضر الأسنان ويصيبها بالتسوس.



التأثير	السبب
التأثير:	السبب: يمكن أن يؤثر تناول كميات كبيرة من السكريات في القلب.
التأثير:	السبب: يمكن أن يؤثر تناول كميات كبيرة من السكريات في الحالة المزاجية.
التأثير:	السبب: يمكن أن يؤثر تناول كميات كبيرة من السكريات في الأسنان.
التأثير:	السبب: يمكن أن يؤثر تناول كميات من السكريات أكبر من التي يحتاجها الجسم للحصول على الطاقة.

تناول وجبة خفيفة



اقرأ القصة، ثم ضع دائرة حول الحقائق المهمة المذكورة في القصة.

تتحدث ياسمين مع والديها في المطبخ وهي تأكل وجبة خفيفة بعد اللعب مع أصدقائها في الخارج.

قالت ياسمين: "يا أمي، شكرًا لك على إعداد وجبة خفيفة لي، فأنا جائعة جدًا."

استدارت الأم من أمام الموقد لتتحدث مع ياسمين. وقالت: "من الضروري أن يحصل جسمك على الطاقة مجددًا بعد اللعب. أعرف أنها واحدة من الوجبات الخفيفة المفضلة لديك."

أجابت ياسمين: "نعم، أحب تناول الفاكهة المجففة التي نحضرها سويًا. وأعلم أنها صحية ومفيدة لأننا أعدناها بأنفسنا." وأضافت قائلة وهي تأكل التين المجفف: "فعندما تجف التين في الشمس، يفقد الماء الذي بداخله ولكنه يحتفظ بالعناصر الغذائية التي نحتاجها."



ضحكت الأم وتذكرت مدى سعادتها عندما كانت تجفف الفاكهة مع ياسمين ورشاد، ثم قالت: "أجل، الفاكهة المجففة ذات مذاق لذيذ لأنها طبيعية، ولا يُضاف إليها سكريات، ولهذا فهي وجبة صحية. والآن بعد أن انتهيت من تناول وجبتك الخفيفة، هل ستبحثين عن أخيك؟ إنه يريد أن يريك اللوحة التي انتهت منها."

غادرت ياسمين منضدة الطعام، وقالت: "حسنًا يا أمي. هل يمكنكني أخذ بعض الفاكهة المجففة لرشاد أيضًا؟"

محتويات العبوة



انظر إلى الملصق الموجود على عبوتي الطعام. واكتب ما تراه وما تفكر فيه، ما تتساءل عنه في الصفحة التالية.



أرى - أفكر - أتساءل

أرى...

أفكر في...

أتساءل...



قراءة المعلومات الغذائية

انظر إلى المخطط، واقرأ المعلومات الغذائية المذكورة على الملصق.



ماذا تستنتج من هذا الملصق عن مدى الفائدة التي نحصل عليها من هذا الطعام؟



إجراء مقارنة بين منتجات مختلفة لحبوب الإفطار

انظر إلى العناصر الغذائية الملصقة على علب الحبوب الثلاث. اكتب كمية العناصر الغذائية في المخطط، ثم أجب عن الأسئلة.

منتج حبوب الإفطار ج	منتج حبوب الإفطار ب	منتج حبوب الإفطار أ
المعلومات الغذائية ١٠ حصص طعام في الكيس الواحد	المعلومات الغذائية ١٠ حصص طعام في الكيس الواحد	المعلومات الغذائية ١٠ حصص طعام في الكيس الواحد
كمية حصة الفرد ٤٠ جم	كمية حصة الفرد ٤٠ جم	كمية حصة الفرد ٤٠ جم
الكمية لكل حصة	الكمية لكل حصة	الكمية لكل حصة
السعرات الحرارية ١٤٣	السعرات الحرارية ١٢٢	السعرات الحرارية ١٦٥
% القيمة الغذائية اليومية	% القيمة الغذائية اليومية	% القيمة الغذائية اليومية
مجموع الدهون ٣ جم	مجموع الدهون ١ جم	مجموع الدهون ١ جم
صوديوم ٢٠٠ مجم	صوديوم ٢١٠ مجم	صوديوم ٢٣٤ مجم
مجموع السكريات ١ جم	مجموع السكريات ٨ جم	مجموع السكريات ١٤ جم
بروتين ٤ جم	بروتين ٤ جم	بروتين ١ جم
فيتامين د ٪١٤	فيتامين د ٪١١	فيتامين د ٪٢٨
حديد ٪٦٤	حديد ٪٥٥	حديد ٪١٤
فيتامين أ ٪١٤	فيتامين أ ٪٤٤	فيتامين أ ٪٢١
فيتامين ب ٦ ٪٣٦	فيتامين ب ٦ ٪٤٤	فيتامين ب ٦ ٪٣٥
فيتامين ب ١٢ ٪٣٦	فيتامين ب ١٢ ٪١٠٠	فيتامين ب ١٢ ٪٣٥
ماغنسيوم ٪١١	ماغنسيوم ٪٢٢	ماغنسيوم ٪٠
زنك ٪٣٦	زنك ٪٢٨	زنك ٪١٤

حبوب الإفطار	مجموع الدهون	مجموع السكريات	بروتين
منتج حبوب الإفطار أ			
منتج حبوب الإفطار ب			
منتج حبوب الإفطار ج			

١. ما المنتج الذي يحتوي على أقل عناصر غذائية مفيدة وصحية؟ _____

ما دليلك على ذلك؟

٢. ما المنتج الذي يحتوي على أعلى عناصر غذائية مفيدة وصحية؟ _____

ما دليلك على ذلك؟

٣. كيف يساعدك ملصق العناصر الغذائية على تحديد النوع الصحي من منتجات حبوب الإفطار؟

الماء والنباتات



انظر إلى صور النباتات. ما وجه التشابه بينها؟ وما وجه الاختلاف؟



أهمية الماء



اقرأ المعلومات عن الماء وضع دائرة حول الكلمات التي لا تعرفها.

هل لاحظت التغير الذي يحدث للنبات إذا لم تروه بالماء؟ ستتساقط أوراقه ويصبح ضعيفاً وهزياً. فالنباتات تحتاج إلى الماء حتى تظل مزدهرة ومتفتحة. وبالمثل، يحتاج البشر إلى الماء، هل تستطيع تخيل إصابة البشر بالضعف مثل النباتات بسبب عدم شرب كميات كافية من الماء؟ هذا بالضبط ما يحدث لنا، لكنك لا تلاحظه بسهولة.



ما أهمية الماء لجسم الإنسان؟

هل تعرف أن الماء هو المكوّن الأساسي لجسم الإنسان؟ فالماء يوجد في كل جزء من أجزاء الجسم. ولتضمن أن يؤدي جسمك وظائفه كما يجب، فعليك شرب كميات كافية من الماء. ومن فوائد الماء أنه:

- يحافظ على تنظيم درجة حرارة الجسم بشكل صحيح.
- يساعد المفاصل على تأدية وظائفها بأفضل شكل.
- يساعد على سلامة العظام.
- يخلص الجسم من السموم والفضلات.

لماذا نحتاج إلى شرب الماء؟

يفقد جسمك كل يوم كميات كبيرة من الماء في صورة عرق وبول. ويفقد جسمك الماء على مدار اليوم أثناء التنفس. فإذا فقدت كمية كبيرة من الماء دون تعويضها، فستصاب بالجفاف. ولهذا السبب، يجب عليك شرب كمية كافية من الماء كل يوم. يمكنك معرفة أن جسمك يحتاج إلى كمية كافية من الماء إذا:

- شعرت بالعطش.
- شعرت بالصداع.
- شعرت بالتعب (حتى وإن حصلت على مدة كافية من النوم).
- شعرت بالدوار أو الضعف.



سجل المعلومات والآراء



اكتب في العمود الأول حقيقة مهمة لكل فقرة في النص. وفي العمود الثاني، اكتب رأيك عن المعلومات التي دونتها.

هذه المعلومات مهمة	رأيي...
ما أهمية الماء لجسم الإنسان؟	
لماذا نحتاج إلى شرب الماء؟	
هل تناولك أي مشروب سيحافظ على رطوبة جسمك؟	

معدل استهلاكك للمياه



املاً الأكواب لتتبع مقدار الماء الذي تشربه على مدار اليوم.



الأحد



الاثنين



الثلاثاء



الأربعاء



الخميس



الجمعة



السبت

توضيح أهمية شرب الماء للآخرين



حدد طريقة لعرض أهمية شرب المياه والتي قد تكون في شكل تصميم إعلان أو تأليف أغنية عن الماء. وسجل أفكارك على المخطط، ثم اختر طريقة واحدة لتنفيذها.

كيف ستشاركه؟	ما الذي ستشاركه؟



شرب الماء مهم لجسم الإنسان



أكمل فكرتك النهائية في أسفل الصفحة. واستخدم كلمات وصوراً تعبر عن رسالتك.



الحفاظ على الطعام باردًا



اقرأ النص. وضع دائرة حول الكلمات التي لا تعرفها.



تعد الثلاجات نوعًا من أنواع المبردات التي تُستخدم لحفظ الطعام بداخلها. وتعمل بالكهرباء للحفاظ على برودتها الداخلية؛ مما يساعد على حفظ الطعام لمدة أطول. ومنذ آلاف السنين وقبل اكتشاف الكهرباء اكتشف القدماء طرق أخرى لحفظ الطعام باردًا.

يُصنع الزير من وعائين من الفخار، ويوضع بينهما الرمل والماء. ويُوضع الوعاءان داخل بعضهما البعض. وتُملأ المساحة الفارغة بينهما بالرمل، ثم يُسكب الماء على الرمل، وتنخفض درجة حرارة الزير كلما تبخر الماء الموجود في الرمل؛ مما يؤدي إلى انخفاض درجة حرارة المساحة الداخلية للوعاء وتبريده فيحافظ على الطعام بداخله.



يُفضل وضع الزير في الظل ليعمل بكفاءة أكبر حيث أن الشمس ترفع درجة حرارته بسرعة. كما أنه يعمل بشكل أفضل في مكان به هواء طلق لأن تيارات الهواء تساعد في تبخر الماء بسرعة. ويمكن الاستفادة به في المناطق ذات المناخ الجاف.



أفكاري

ارسم أفكاراً لوعائين مختلفين يمكنك عملهما لاستخدامهما في الحفاظ على الطعام بارداً في مقصف المدرسة.

الفكرة الأولى

الفكرة الثانية

خطة الفريق



شارك أفكارك مع فريقك، ثم ادمج الأفكار أو اختر فكرة واحدة لتحسينها. ارسم تصميمًا لوعاء حفظ الطعام والأدوات التي سيختبرها فريقك، ثم ضع اسمًا لكل جزء من أجزاء رسمتك بالأدوات التي ستستخدمها.

التصميم النهائي

تبادل التغذية الراجعة



استخدم استراتيجيات الإشارات الملونة مع فريق آخر لتبادل التغذية الراجعة عن التصميم الذي رسمته. ضع دائرة حول التغذية الراجعة التي ستستخدمها.

اللون الأحمر:

ما اقتراحاتك لتحسين رسمة الوعاء؟

اللون الأصفر:

ما الجزء الذي بدا محيرًا في رسمة الوعاء؟

اللون الأخضر:

ما الجزء الذي حقق هدف الحفاظ على الطعام باردًا في التصميم الذي رسمته؟

اختبار الأوعية



اقرأ التعليمات بدقة قبل أن تبدأ في تصميم وعاءك.

١. اجمع المواد اللازمة لتصميم وعاءك.
٢. استخدم التصميم النهائي لفريقك كي تتمكن من وضع المواد معاً لإنشاء وعاءك.
٣. ضع مكعباً من الثلج في كيس من البلاستيك، ثم اقلب الكيس وضعه في وعاءك.
٤. اترك الوعاء في الشمس لمدة تتراوح بين ٣٠ و٤٥ دقيقة.



أساليب حفظ الطعام عبر الزمن



اقرأ النص الذي يتحدث عن المخطط الزمني. انظر إلى كل طريقة من الطرق المختلفة التي استخدمها الإنسان لحفظ الطعام لفترة أطول.

المخطط الزمني هو أداة يمكننا استخدامها لفهم التاريخ. وهو يشبه خط الأعداد؛ حيث تُكتب فيه الأحداث بترتيب حدوثها. ويمكننا من خلاله معرفة مقدار الوقت الفاصل بين كل حدث من الأحداث.

١٠٠٠٠ عام قبل الميلاد

النار للطبخ



٧٠٠٠ عام قبل الميلاد

التجفيف في الشمس



٢٥٠٠ عام قبل الميلاد

خبز الحبوب المجففة



٣٠ عامًا قبل الميلاد

الملح



عام ١٨١٠ ميلاديًا

البرطمانات الزجاجية (التعليب)



عام ١٩٢٠ ميلاديًا

الثلاجات الكهربائية



نتائج الاختبار



لاحظ ما يحدث لمكعب الثلج الموجود في كل وعاء، ثم سجل النتائج وفقاً لحجم مكعب الثلج بالترتيب من الأكبر إلى الأصغر.

المواد التي تم اختبارها	حجم مكعب الثلج
	الأكبر
	↓
	الأصغر

١. ما المادة التي حافظت على برودة مكعب الثلج؟ كيف عرفت ذلك؟

٢. ما المادة التي لم تحافظ على برودة مكعب الثلج؟

٣. ما المادة التي يجب علينا استخدامها في وعاء حفظ الطعام في مقصفنا؟



خطة إنشاء مقصف المدرسة



ابتكر خطة التصميم والعرض التقديمي للمجموعة في الفراغات التالية:

العنصر المطلوب وجوده في المقصف

خطة التصميم

العرض التقديمي

(تأكد من التحدث عن الطريقة التي يمكن أن يحسن بها هذا العنصر الحياة الصحية وشرح خطة التصميم، ثم ناقش رأي المجموعات الأخرى في كيفية عمل هذا العنصر.)



أقيّم نفسي



اقرأ كل عبارة. وفي كل صفه ثون نجوم المربع الذي يصف مجهودك.

☆☆☆	☆☆	☆	
☆☆☆ أستطيع تحديد مجموعة متنوعة من الخيارات التي تؤدي إلى (الحياة الصحية).	☆☆ أستطيع تحديد الخيارات التي تؤدي إلى (الحياة الصحية).	☆ أستطيع تحديد الخيارات التي تؤدي إلى (الحياة الصحية). بمساعدة من المعلم والزملاء.	المحتوى الدراسي
☆☆☆ أستطيع إضافة تفاصيل ابتكار عرض تقديمي غني بالمعلومات عن خطة التصميم.	☆☆ أستطيع ابتكار عرض تقديمي غني بالمعلومات عن خطة التصميم.	☆ أستطيع ابتكار عرض تقديمي غني بالمعلومات عن خطة التصميم بمساعدة المعلم والزملاء.	جودة الأداء
☆☆☆ أستطيع أن أتبادل الأفكار أثناء العمل مع زملائي. وأؤدي دور القائد لمجموعتي.	☆☆ أستطيع أن أتبادل أفكارى أثناء العمل مع زملاء مجموعتي.	☆ أستطيع أن أتبادل أفكارى أثناء العمل مع زملاء مجموعتي بمساعدة المعلم والزملاء.	المهارات الحياتية

مقياس التقييم المتدرج (مخصص لاستخدام المعلم)

يفوق التوقعات (٣)	يلبي التوقعات (٢)	يقترّب من التوقعات (١)	
يحدد مجموعة من الخيارات التي تساهم في التمتع (بالحياة الصحية). يقدم نماذج عن الخيارات الصحية لزملائه. الاقتصاد والعلوم التطبيقية ج ١، ب	يحدد الخيارات التي تساهم في التمتع (بالحياة الصحية). الاقتصاد والعلوم التطبيقية ج ١، ب	يحدد الخيارات التي تساهم في التمتع (بالحياة الصحية) بمساعدة من الزملاء أو المعلم. الاقتصاد والعلوم التطبيقية ج ١، ب	المحتوى الدراسي
يبتكر عرضاً تقديمياً مميّزاً أو استثنائياً لإحدى خطط التصميم التي تشتمل على الأجزاء الثلاثة المطلوبة. التحدث والاستماع أ.٢، ب	يبتكر عرضاً تقديمياً لإحدى خطط التصميم التي تشتمل على الأجزاء الثلاثة المطلوبة. التحدث والاستماع أ.٢، ب	يبتكر عرضاً تقديمياً لإحدى خطط التصميم التي تشتمل على بعض من الأجزاء الثلاثة المطلوبة. التحدث والاستماع أ.٢، ب	
يتعاون مع أفراد مجموعته على ابتكار خطة التصميم والعرض التقديمي. ويظهر روح القيادة ويساعد زملاءه. المجالات المهنية أ.١، ب	يتعاون مع أفراد مجموعته على ابتكار خطة التصميم والعرض التقديمي. المجالات المهنية أ.١، ب	يعمل مع أفراد مجموعته لابتكار خطة التصميم والعرض التقديمي المختصرة، ولكن قد يواجه صعوبة في التعاون مع زملائه. المجالات المهنية أ.١، ب	
يحدد مجموعة من المصادر الطبيعية التي تساهم في التمتع (بالحياة الصحية). العلوم ب.١، ب	يحدد المصادر الطبيعية التي تساهم في التمتع (بالحياة الصحية). العلوم ب.١، ب	يحدد المصادر الطبيعية التي تساهم في التمتع (بالحياة الصحية) بمساعدة من الزملاء أو المعلم. العلوم ب.١، ب	
يشرح أسباب دعم أو عدم دعم الخيار الذي قدمه عن التمتع (بالحياة الصحية) بتفاصيل مدروسة.	يشرح أسباب دعم أو عدم دعم الخيار الذي قدمه عن التمتع (بالحياة الصحية).	يشرح أسباب دعم أو عدم دعم الخيار الذي قدمه عن التمتع (بالحياة الصحية) بمساعدة الزملاء أو المعلم.	
يضمن خطة التصميم والعرض التقديمي بتفاصيل تتسق مع فكرة (الحياة الصحية). ويعمل بشكل ممتاز أو يدرس أفكاره بعناية.	يضمن خطة التصميم والعرض التقديمي بتفاصيل تتسق مع فكرة (الحياة الصحية).	يضمن خطة التصميم والعرض التقديمي بتفاصيل لا تتسق مع فكرة (الحياة الصحية).	جودة الأداء
يتواصل مع زملائه بفاعلية أثناء إكمال إحدى المهام. ويظهر روح القيادة ويساعد زملاءه في هذه الفترة. التواصل	يتواصل مع زملائه بفاعلية أثناء إكمال إحدى المهام. التواصل	يواجه صعوبة في التواصل مع زملائه أثناء إكمال إحدى المهام سويًا. التواصل	
يتحدث عن الخطوات التي تم تنفيذها والخطوات اللاحقة المطلوبة بطريقة مدروسة ومتعمقة. إدارة الذات	يصف الخطوات التي تم تنفيذها والخطوات اللاحقة المطلوبة. إدارة الذات	يصف الخطوات التي تم تنفيذها والخطوات اللاحقة المطلوبة بمساعدة الزملاء أو المعلم. إدارة الذات	المهارات الحياتية

آثار التغيرات البيئية



ملاحظات دقيقة



ما العناصر المكونة للبيئة الطبيعية (نبات - حيوان - جماد) التي تلاحظها في الصورة؟



اعرف وتساءل وتعلم



سجّل ما تعرفه عن البيئات الطبيعية، ثم سجّل تساؤلاتك. اترك العمود "تعلم" فارغاً لتستكمّله في نهاية هذا الفصل.

البيئات الطبيعية		
تعلم	تساءل	اعرف

بيئتي المحلية



ارسم صورة تفصيلية لإحدى البيئات المحلية، ثم اذكر أسماء ٨ عناصر على الأقل في الصورة، على أن يكون من بينها نباتات، وحيوانات، وعناصر جماد موجودة في البيئة الطبيعية.

أكمل الجملة لتوضح كيف يحصل الكائن الحي على واحدٍ من احتياجاته الأساسية.

يلبي _____ احتياجه لـ _____ من خلال _____ .



وظيفة الحارس في حديقة الحيوان

اقرأ القصة الآتية، ثم أجب عن السؤال التالي من خلال ما تعلمته عن الاحتياجات الأساسية والبيئات الطبيعية لتوضيح إجابتك.

ذهب رشاد مع عائلته في رحلة إلى حديقة الحيوان بالجيزة، وكان متحمسًا للقيام بهذه الرحلة.

قال رشاد: "لا يسعني الانتظار لرؤية كل الحيوانات. أعتقد أنني أريد أن أصبح حارسًا في حديقة حيوانات عندما أكبر." ردت ياسمين: "تبدو هذه الوظيفة ممتعة، لكنني أعتقد أنها وظيفة سهلة للغاية. فكل ما يجب أن يعرفه الحارس هو أنواع الغذاء المناسب للحيوانات المختلفة." أجاب رشاد: "ليس ذلك فحسب، بل يجب عليه التأكد من أن المكان ملائم لتعيش فيه الحيوانات لأن المأوى والمساحة الكافية من الأشياء المهمة التي تحتاجها الحيوانات."

سمعت والدتهما الحوار الذي دار بينهما فقالت: "لنسال أحد حراس حديقة الحيوانات عندما نصل إليها. أعتقد أنه يجب على حارس حديقة الحيوانات أن يعرف كيف يجهز البيئة المناسبة لكل حيوان، وعليه أن يقدم للحيوانات الطعام المناسب لها، كما يتحمل المزيد من المسؤوليات أيضًا، فجميع احتياجات الحيوانات مهمة."



مع من تتفق من شخصيات القصة؟ اذكر السبب.

المضردات: الكائنات الحية



امأء مخطط الأفكار وسجل ما تعلمته عن الكلمة الجديدة.

الأمثلة (مكتوبة أو مرسومة)	التعريف
أدخلها في جملة <hr/> <hr/>	
ملاحظات (مفاتيح للتذكر ومرادفات وغير ذلك)	



بيئات طبيعية في حديقة الحيوان

اقرأ القصة الآتية.

عندما وصلت عائلة رشاد إلى حديقة الحيوان في الجزيرة، نظروا أولاً إلى خريطة أماكن الحيوانات في الحديقة.

قال رشاد: "أريد رؤية الشمبانزي. لأننا نتعلم عن الغابات المطيرة في المدرسة، وأرغب في رؤية الحيوانات التي تعيش هناك. هل تعرفون أن الغابات المطيرة تقع في أفريقيا؟ إنها توجد في جنوب الصحراء الكبرى."

أجابت ياسمين: "ماذا عن حيوانات أسد البحر؟ يوجد عرض لأسد البحر من أمريكا الجنوبية. قرأت أنهم يعيشون في المحيط الهادئ. إنه مكان بعيد جداً عن مصر، يبدو ذلك شيقاً."

ردت والدته: "قرأت من قبل أن ثعالب الصحراء تعيش في مصر، ولكنني لم أرى أيًا منها عن قرب، لئلا أكون هناك ثعالب صحراء أيضاً في الحديقة."

أضاف رشاد وهو يشير إلى أحد أركان الخريطة: "نعم، إنها موجودة، يقع بيت الثعالب هنا بجوار طيور البشروش."

قال والده متعجباً: "يا للروعة، لطالما أردت أن أرى ثعبان الكوبرا المصري، ولكن من بعيد أو من خلف حاجز زجاجي. هل تعتقدون أن الكوبرا تعيش في أماكن أخرى من العالم؟"

قالت ياسمين: "يمكننا رؤية جميع الحيوانات المختلفة. أتساءل كم حيواناً يمكننا رؤيته ولا يعيش في بيئات طبيعية قريبة منا؟ دعونا نتابع السير."





البيئات الطبيعية

اقرأ عن البيئة الطبيعية التي حددها لك المعلم، وسجل ما تعلمته في الصفحة التالية.

توجد البيئة الطبيعية في أي مكان تسافر إليه حول العالم. وتتميز البيئات الطبيعية في الأماكن المختلفة بتنوع أحوال الطقس، والنباتات، والحيوانات والأراضي فيها. اقرأ ما يلي لتعرف المزيد عن البيئات الطبيعية حول العالم.

البيئات القطبية

توجد البيئة القطبية بالقرب من القطبين الشمالي والجنوبي، وتتميز بالبرودة وشدة الرياح. يمكن أن تعيش بعض النباتات في المناطق الباردة وشديدة الرياح، مثل الشجيرات القصيرة التي تنمو بالقرب من الأرض والطحالب التي تنمو على الصخور، كما يمكن أن يعيش أسد البحر وبعض الحيتان في المياه الباردة في المناطق القطبية. يغطي الثلج أجزاء كبيرة من البيئة القطبية. وتعيش الدببة القطبية، والثعالب القطبية والبطاريق على الأرض. وتسير البطاريق وتتجمع وتنام على الثلوج، وتسبح في المياه بحثاً عن الطعام.



الغابات المطيرة

تمتلئ الغابات المطيرة بالأشجار وغيرها من النباتات وتهطل الأمطار فيها كل يوم تقريباً. توجد الغابات المطيرة بالقرب من خط الاستواء في الأماكن الحارة. وتعيش فيها البرمائيات، مثل الضفادع التي تحتاج إلى ترطيب جلدها وتعتمد العديد من الحيوانات التي تعيش في الغابات المطيرة على الأشجار للبقاء على قيد الحياة. تعيش الببغاوات والقردة على الأشجار، أما الثعابين الكبيرة فتزحف في الغابات المطيرة المظلمة، والحارة، والرطبة. وتمنع الأشجار الطويلة في تلك الغابات المطيرة معظم أشعة الشمس من الوصول إلى الأرض. ولذلك تتميز النباتات التي تنمو على الأرض بالأوراق الكبيرة التي تساعد على امتصاص الضوء.



المراعي الطبيعية

المراعي الطبيعية هي مساحات مسطحة تتميز بمناخها الجاف. يندر فيها وجود الأشجار لكنها في الغالب تحتوي على أعشاب طويلة وشجيرات تتخذها حيوانات، مثل الطيور، مسكنًا لها. يمكن للكلاب والأرانب البرية أن تحفر جحورًا في الأرض بحثًا عن مأوى. وتعيش الأسود والفهود في المناطق العشبية، وتتغذى على الحيوانات الأخرى التي تصطادها.

توجد الأراضي العشبية في جميع أنحاء العالم. تتميز المراعي الطبيعية الاستوائية بالطقس الحار طوال العام، بينما يتسم طقس المراعي الطبيعية المعتدلة بالدفء صيفًا والبرودة شتاءً.



الأراضي الرطبة

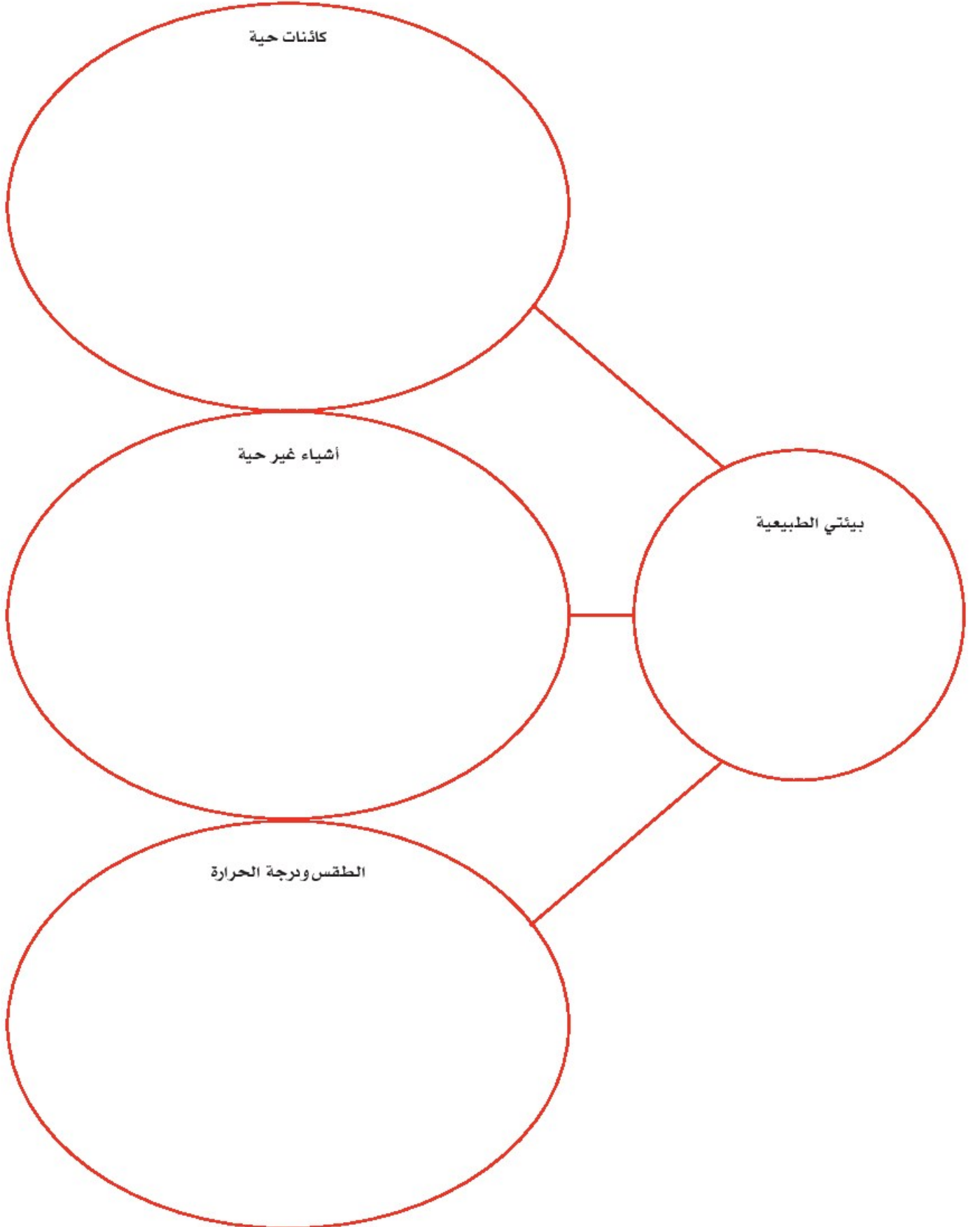
هي المناطق التي تغمرها المياه سواء كانت عذبة أو مالحة وغالبًا ما تكون مستنقعات، وتنتشر الأراضي الرطبة حول العالم بالمناطق الدافئة أو الباردة. تعتمد العديد من الحيوانات التي تتواجد في بيئات الأراضي الرطبة على المياه والأرض؛ على سبيل المثال، تأكل السلاحف النباتات والحيوانات التي تعيش في المياه وعلى الأرض. تنمو العديد من النباتات الموجودة في الأراضي الرطبة تحت سطح الماء أو تطفو على السطح.



البحث في البيئات الطبيعية



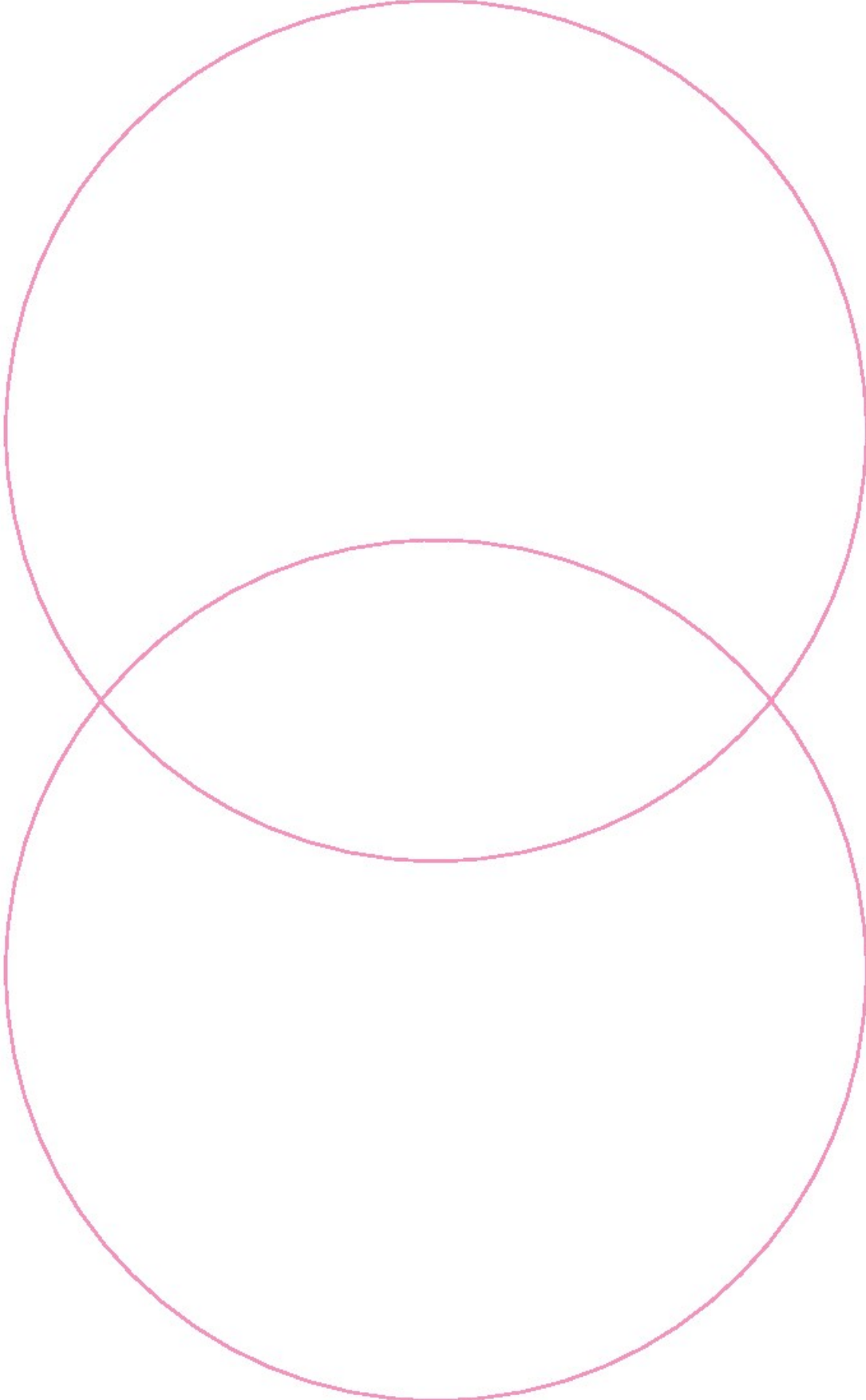
سجل ما تعلمته عن البيئة الطبيعية المحددة في مخطط الأفكار.



المقارنة بين البيئات الطبيعية ١



تعاون مع زميلك للمقارنة بين اثنتين من البيئات الطبيعية المحددة لك باستخدام مخطط في التالي.



المقارنة بين البيئات الطبيعية ٢



اكتب ٤ جمل تقارن فيها بين اثنتين من البيئات الطبيعية لتخبر الآخرين بما اكتشفته.

.١

.٢

.٣

.٤

أين أعيش؟



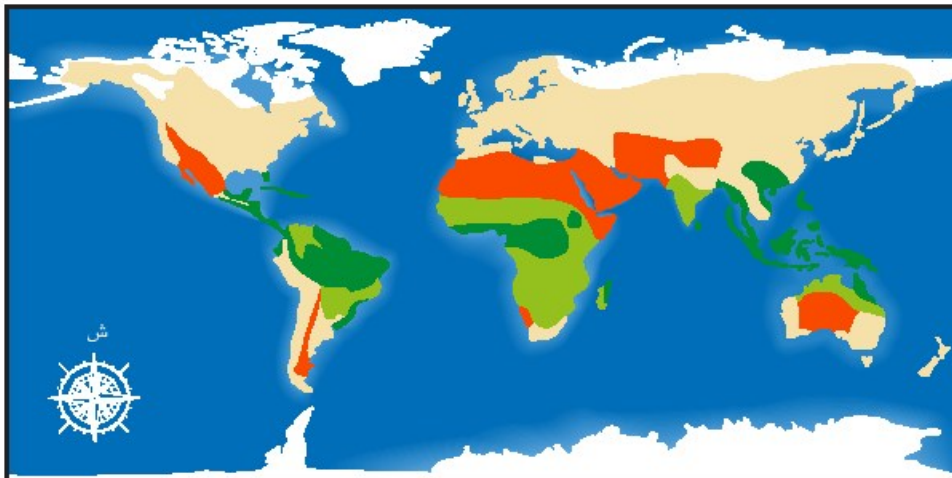
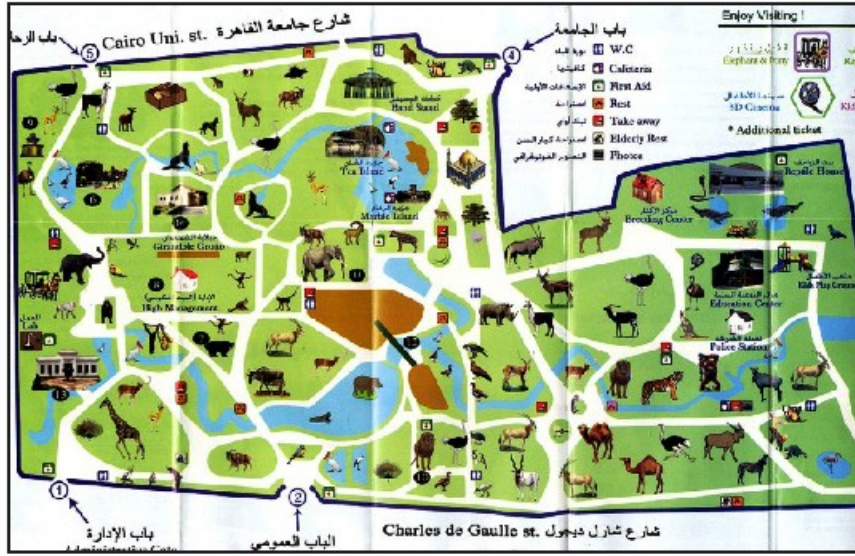
أكمل الجدول بكتابة اسم الحيوان أمام البيئة الطبيعية التي يعيش فيها.

الدليل	البيئة الطبيعية	الحيوان
	غابات استوائية	
	بيئة قطبية	
	مراعٍ طبيعية	
	أرض رطبة	

ماذا نتعلم من الخرائط؟



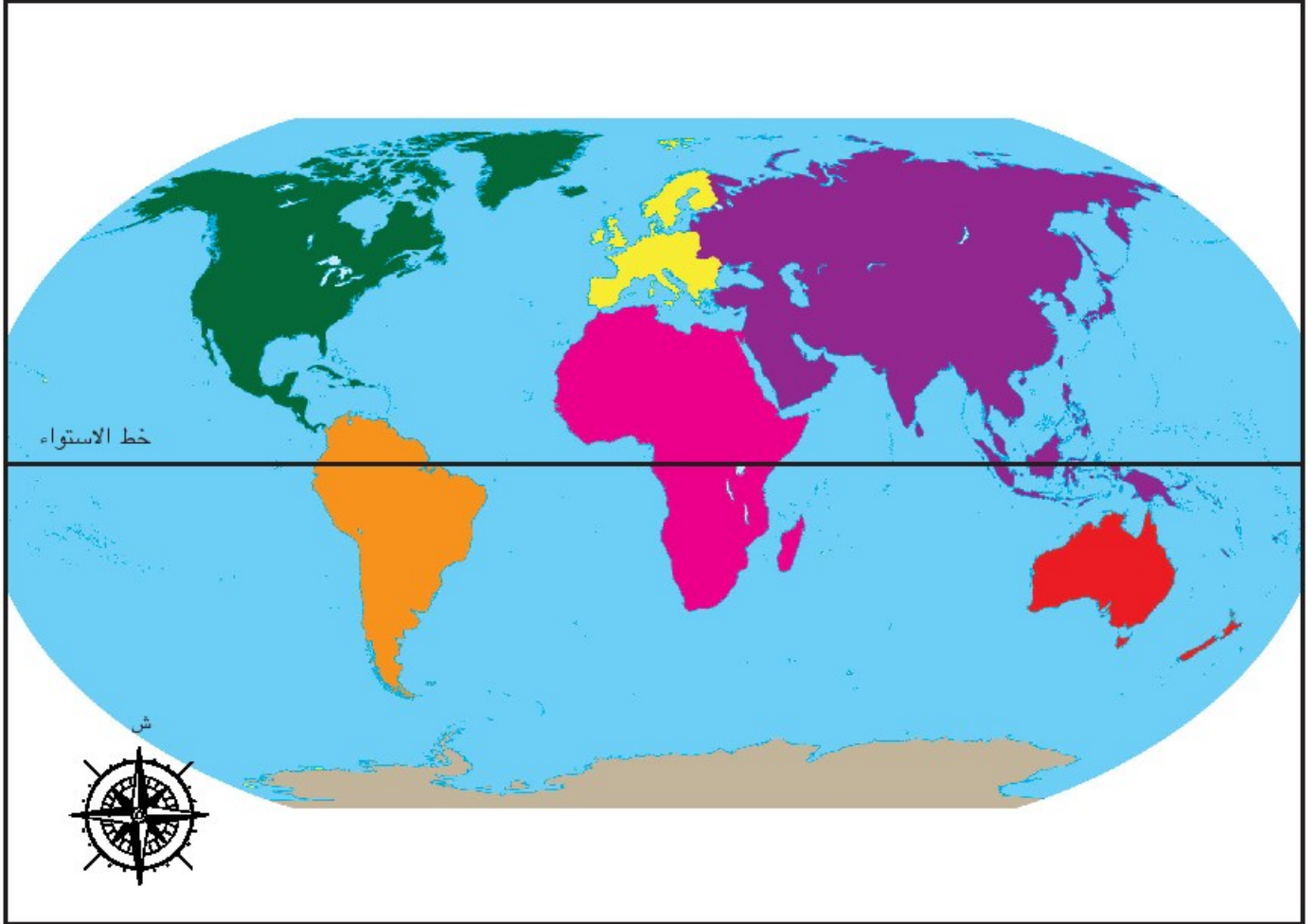
قارن بين المعلومات الموجودة على الخرائط بالأسفل.









خريطة العالم



انظر إلى الخريطة التالية وناقشها. ثم أكمل مفتاح الخريطة.



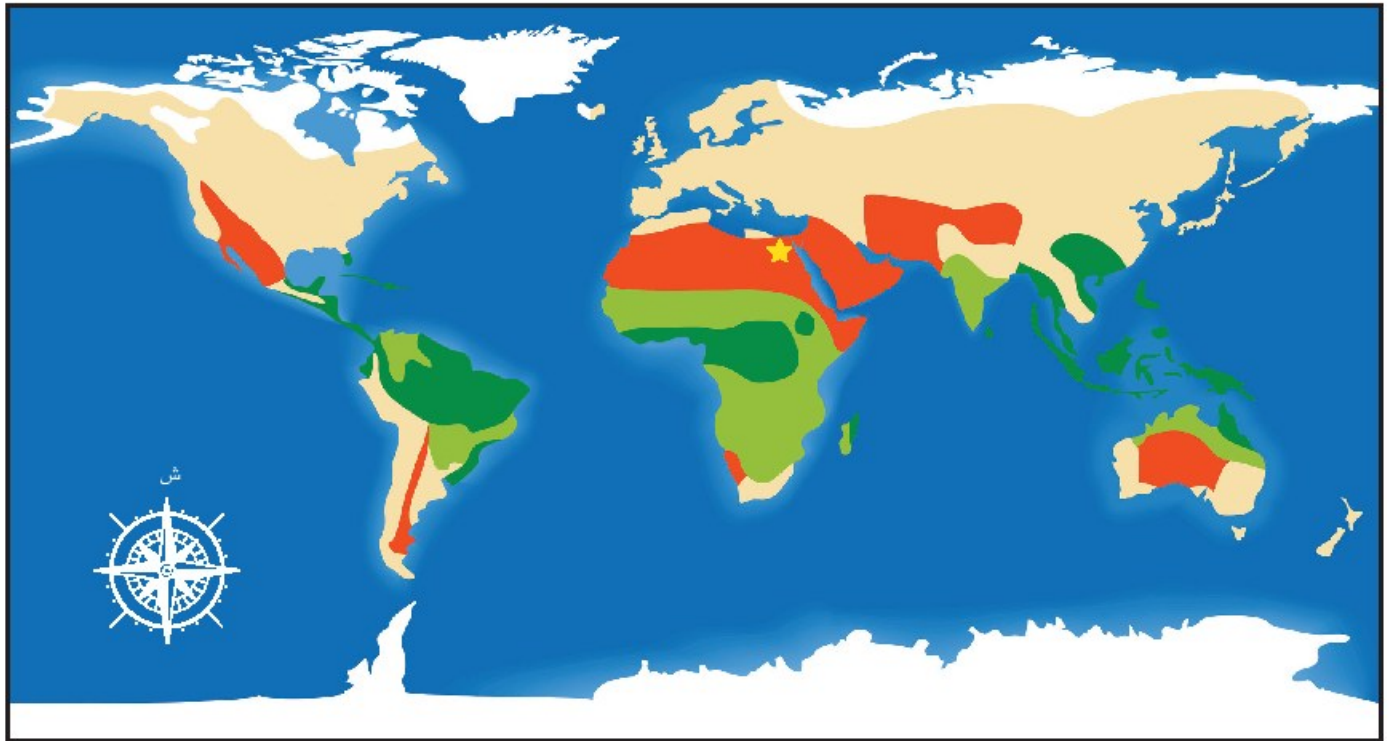
مفتاح الخريطة







_____		_____	
_____		_____	
_____		_____	
_____		_____	

تحديد مواقع البيئات الطبيعية



استخدم مفتاح الخريطة والاتجاهات الأساسية لمناقشة مواقع البيئات الطبيعية بالنسبة لمصر.



مفتاح الخريطة			
صحراء		بيئة قطبية	
أخرى		غابات استوائية	
مِصر		مراعي السافانا	

أين يعيش الببغاء؟



لاحظ الصورة التالية واستمع إلى التفاصيل التي يقولها معلمك.





احتياجات الكائنات الحية

ضع خطأً تحت الأمثلة التي توضح طرق استفادة النباتات والحيوانات من الأشياء المحيطة في البيئة الطبيعية.

تحتاج الحيوانات إلى الطعام، والماء، والمأوى لتعيش. وتحصل على هذه الأشياء من بيئتها الطبيعية. تتجول الحيوانات في البيئة المحيطة بحثاً عن الطعام، والماء، والمأوى. يستطيع العديد من الطيور والحشرات الطيران. تستطيع حيوانات، مثل الغزلان والأسود والأرانب، أن تسيروا أو تجري أو تقفز. تستطيع السناجب والقروود أن تتسلق الأشجار.



الطعام

تحصل الحيوانات على الطعام بطرق كثيرة. تطارد الأسود الحيوانات الأخرى وتصطادها كغذاء. تأكل الأرانب النباتات. تأكل حيوانات الراكون والنسور الحيوانات الميتة التي تعثر عليها.

تتخذ الأرانب من الجحور مأوى لها في بيئاتها الطبيعية.



المأوى

تتبع الحيوانات طرقاً مختلفة عند تأمين مأوى لها، فتبني بعض الطيور الأعشاش على الأشجار. وتحفر حيوانات الخلد والأرانب الحُفَر أو الجحور في الأرض. ويمكن للسناجب واليوم استخدام الفتحات الموجودة في الأشجار، كما يمكن لحيوانات مثل السلطعون، والسلاحف والضفادع الاختباء تحت الصخور.

تتخذ بعض الكائنات من البرك مصدرًا للحصول على المياه.



الماء

تتبع الحيوانات طرقاً مختلفة للحصول على الماء أيضاً، فيشرب بعضها الماء من الأحواض أو الجداول أو حتى البرك وتشرب الأخرى الماء الذي يتجمع على أوراق النباتات بعد سقوط الأمطار. وتعيش بعض الحيوانات في الماء؛ لهذا فهي محاطة بالمياه طوال الوقت.

تهاجر بعض الكائنات الحية إلى بيئات طبيعية جديدة أثناء تغيير الفصول.

عندما تجد بعض الحيوانات صعوبة في الحصول على الماء أو الطعام أو المأوى، فإنها تهاجر إلى بيئات طبيعية أخرى. ففي أفريقيا، يمكن للحمار الوحشي والغيلة السير أميالاً كثيرة بحثاً عن الماء. وتطير الفراشات الملكية نحو الجنوب في الشتاء، حيث تبحث عن مكان يكون الطقس فيه أكثر دفئاً ويتوافر فيه المزيد من الطعام.

ملاءمة البيئات الطبيعية



اختر مصدرًا يتضمن معلومات عن بيئة المحيطات للقراءة عنها. اكتب عن حيوان تناسبه بيئة المحيطات وآخر لا يستطيع العيش فيها. استعن بدليل من القراءة لتدعم إجابتك.



يمكن أن يعيش في المحيطات. _____

إلى أي مدى يلبي المحيط احتياجاته؟

- _____
- _____
- _____



لا يمكن أن يعيش في المحيطات. _____

ما الاحتياجات غير المتوفرة؟

- _____
- _____
- _____

التغيرات البيئية



استخدم قلم تلوين لوضع خط تحت السبب واستخدم قلمًا بلون مختلف لوضع خط تحت تأثيرات التغيرات البيئية.

يمكن أن تؤثر الكوارث الطبيعية والأشياء غير الحية في قدرة الكائنات الحية على الحصول على احتياجاتها من البيئة.

الجفاف

عندما تتوقف الأمطار عن الهطول لفترة طويلة، تصبح الأرض جافة وتظهر بها تشققات. ويمكن أن تجف الأحواض الصغيرة، والأنهار، والبحيرات. ولا تستطيع النباتات الحياة دون الحصول على ما يكفي من المياه، وقد تضطر الحيوانات إلى الهجرة بحثًا عن المياه.



الحرائق

يمكن أن تشتعل الحرائق في الغابات عندما يضرب البرق الأرض والأعشاب الجافة، وتبدأ الحرائق أيضًا بسبب عدم سيطرة الإنسان على النيران التي قد يُشعلها. ويمكن أن تدمر حرائق الغابات البيئات الطبيعية للعديد من النباتات والحيوانات؛ لذلك تضطر الحيوانات إلى مغادرة بيئتها الطبيعية للحفاظ على حياتها. يتسبب الدخان الناتج عن الحرائق في تلوث الهواء. وبالإضافة إلى ذلك، يمكن أن تساعد الحرائق في التخلص من بقايا الأوراق والأغصان المنتشرة في أرض الغابة؛ مما يسمح بنفاذ العناصر الغذائية المهمة إلى التربة.



الفيضان

يحدث الفيضان نتيجة للأمطار الغزيرة والتي تستمر فترات زمنية كبيرة، بحيث تزيد كمية الماء عن تلك التي يمكن للتربة الاحتفاظ بها. ويمكن أن تجرف الفيضانات التربة والنباتات، وتضطر الحيوانات التي لا تستطيع العيش في المياه إلى الهجرة من منطقة الفيضان. يمكن أيضًا أن تجلب الفيضانات البذور والعناصر المغذية إلى الأرض.



التلوث

يمكن أن يحدث التلوث نتيجة لظواهر طبيعية مثل البراكين، كما يمكن أن يتسبب الإنسان في حدوث التلوث بإلقاء القمامة أو التخلص من المواد الكيميائية في المجارى المائية واستخدام الآلات التي تلوث الهواء، وترك النفايات على الأرض. ويمكن أن يدمر تلوث الهواء والماء والأرض البيئات الطبيعية، ويضر الحياة البرية.



دور النباتات والحيوانات في التغير البيئي



لاحظ الصور وفكر في الطرق التي قد يستخدمها كل كائن حي في إفادة البيئة أو الإضرار بها.



ماعز ترعى في المراعي








ياسنت الماء (ورد النيل) على سطح النيل

مفيد أم ضار؟



لاحظ الصورة واقراء التغيير المذكور في كل صف. حدد إذا كان التغيير مفيداً أو ضاراً بالبيئة، بوضع دائرة حول مفيد أو ضار. في عمود التأثير، اشرح تأثير هذا التغيير في البيئة.

التأثير	التغيير
مفيد ضار	الشركة تبني مساكن جديدة على مساحات واسعة من الأرض الزراعية. 
مفيد ضار	منصات البترول تسرب كميات من البترول في مياه البحر الأحمر. 
مفيد ضار	فيضان يغطي أرضاً زراعية. 
مفيد ضار	انفجار بركان والرماد يسقط على الأرض. 
مفيد ضار	واحة تفقد المياه بسبب الجفاف. 

البحث



ابحث عن كيفية تأثير أحد الكائنات الحية الآتية في البيئة سواء بالنفع أو الإضرار بها.



سلطعون يعيش في المياه العذبة يتغذى على براعم النباتات.



تأكل أسماك رأس الأفعى غيرها من الأسماك والحشرات.



حيوانات الكنغر تأكل في المراعي.



سناجب تخفي البندق المتساقط من الأشجار.

الكائن الحي الذي اخترته:

الطرق التي يؤثر بها في البيئة بالضرر



Blank lines for writing the negative impact of the chosen organism on the environment.

الطرق التي يؤثر بها في البيئة بالنفع



Blank lines for writing the positive impact of the chosen organism on the environment.

صورة للكائن الحي الذي اخترته

Blank space for drawing the chosen organism.

تحليل نتائج نشاط المحاكاة.

١. ماذا حدث لعدد الماعز في نهاية كل عام (جولة) خلال هذا النشاط؟

٢. مرّ الماعز خلال هذا النشاط ببعض الأعوام الجيدة عندما كان عدد الماعز كبيراً. ماذا حدث في العام التالي مع بيان السبب؟

٣. مرّ الماعز خلال هذا النشاط ببعض الأعوام السيئة عندما كان عدد الماعز صغيراً. ماذا حدث في العام التالي مع بيان السبب؟

٤. في رأيك، لماذا لم يظل عدد الماعز ثابتاً؟

٥. استناداً إلى هذه التجربة، كيف يؤثر الجفاف أو الفيضان في الماعز في رأيك؟

٦. لقد تعلمت



تصميم كتيب



أكمل المربعات لتصميم كتيب يحتوي على معلومات.

مشكلة تحتاج إلى حل

تأثير المشكلة

سبب المشكلة

مصدر المعلومات الأخرى

حلول محتملة:
(ما يمكننا القيام به؟)

أقيّم نفسي

اقرأ كل عبارة. بالنسبة إلى كل صف، لَوِّن النجوم التي تصف مجهودك.

☆☆☆	☆☆	☆	
☆☆☆ يمكنني تقديم أمثلة تفصيلية للمدى الذي تضر أو تساعد به الكائنات الحية بعضها البعض ويمكنني تقديم حلول واقعية هادفة ومتميزة.	☆☆ يمكنني تقديم أمثلة للمدى الذي تضر أو تساعد به الكائنات الحية بعضها البعض ويمكنني تقديم حلول واقعية.	☆ أجد صعوبة في تقديم أمثلة للمدى الذي تضر أو تساعد به الكائنات الحية بعضها البعض.	المحتوى الدراسي
☆☆☆ يمكنني تصميم كتيب مرتب ومنظم بدقة.	☆☆ يمكنني تصميم كتيب مرتب ومنظم بشكل جيد.	☆ يمكنني تصميم كتيب، لكنه ليس مرتباً أو منظماً بشكل جيد.	جودة الأداء
☆☆☆ يمكنني تقييم الأشياء وطرح أسئلة بالاعتماد على مجموعة متنوعة من وجهات النظر.	☆☆ يمكنني تقييم الأشياء وطرح أسئلة بالاعتماد على وجهة نظر مختلفة.	☆ أجد صعوبة في الاعتماد على وجهة نظر مختلفة عند تقييم الأشياء.	المهارات الحياتية

مقياس التقييم المتدرج (مخصص لاستخدام المعلم)

يفوق التوقعات (٣)	يلبي التوقعات (٢)	يقترّب من التوقعات (١)	
تقديم أمثلة للمدى الذي تضر به الكائنات الحية البيئية أو تساعدها، بالإضافة إلى تقديم حلول مبتكرة. العلوم هـ.١ ب	تقديم أمثلة للمدى الذي تضر به الكائنات الحية البيئية أو تساعدها، بالإضافة إلى تقديم حلول واقعية. العلوم هـ.١ ب	تقديم أمثلة للمدى الذي تضر به الكائنات الحية البيئية أو تساعدها بمساعدة الزملاء أو المعلم فقط. العلوم هـ.١ ب	المحتوى الدراسي
تجميع معلومات ذات صلة من مصادر متعددة، اقتراح مصادر على الآخرين كي يتمكنوا من معرفة المزيد عن الموضوع. الكتابة د.١.٣.٠	تجميع معلومات متصلة بموضوع محدد من مصادر متعددة. الكتابة د.١.٣.٠	تجميع معلومات متصلة بموضوع محدد من مصادر متعددة بمساعدة الزملاء أو المعلم فقط. الكتابة د.١.٣.٠	
شرح سبب المشكلة البيئية والتأثيرات المتعددة المرتبطة بها بوضوح. القراءة و.١.٣.٠	شرح سبب المشكلة البيئية والتأثير المرتبط بها بوضوح. القراءة و.١.٣.٠	شرح سبب المشكلة البيئية والتأثير بمساعدة الزملاء أو المعلم. القراءة و.١.٣.٠	
تجميع البيانات بمفردهم وتسجيلها على التمثيل البياني بدقة. الرياضيات د.١.٤.٠	تسجيل البيانات التي يجمعها الفصل على التمثيل البياني بدقة. الرياضيات د.١.٤.٠	تسجيل البيانات التي يجمعها الفصل على التمثيل البياني بدقة بمساعدة الزملاء أو المعلم فقط. الرياضيات د.١.٤.٠	
تصميم كتيب مرتب ومعروض بطريقة جذابة بدقة.	تصميم كتيب مرتب وسهل القراءة.	تصميم كتيب غير مرتب جيداً أو سهل القراءة.	
تقديم دليل متميز أو هادف بشكل خاص لدعم التوضيح الخاص بمدى استفادة الكائن من بيئته و تدميرها. العلوم هـ.١ د.	تقديم دليل ذي صلة لدعم التوضيح الخاص بمدى استفادة الكائن من بيئته و تدميرها. العلوم هـ.١ د.	تقديم دليل ذي صلة لدعم التوضيح الخاص بمدى استفادة الكائن من بيئته و تدميرها بمساعدة الزملاء أو المعلم فقط. العلوم هـ.١ د.	جودة الأداء
اتباع القواعد المتفق عليها عند إنجاز المهام المُشتركة مع الآخرين. والمساعدة في تنظيم الزملاء والقيادة في هذا المجال. التعاون	اتباع القواعد المتفق عليها عند إنجاز المهام المُشتركة مع الآخرين. التعاون	اتباع القواعد المتفق عليها عند إنجاز المهام المُشتركة مع الآخرين بمساعدة الزملاء أو المعلم فقط. التعاون	المهارات الحياتية
طرح أسئلة ذات صلة تتميز بالتعمق بشكل خاص وتتوافق مع وجهة النظر المُكلف بها. التفكير الناقد	طرح أسئلة ذات صلة تتوافق مع وجهة النظر المُكلف بها. التفكير الناقد	طرح أسئلة ذات صلة تتوافق مع وجهة النظر المُكلف بها بمساعدة الزملاء أو المعلم فقط. التفكير الناقد	

المياه على كوكبنا





أهمية المياه

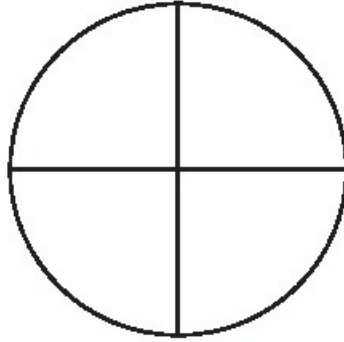
استخدم كل حرف في كلمة "المياه" لكتابة جمل توضح أهميتها.

المياه

الموارد المائية في العالم



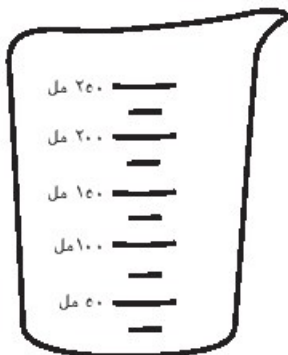
لَوْن ثلاثة أرباع الدائرة باللون الأزرق، ثم لَوْن كمية المياه الموجودة في كل وعاء وأنت تتابع عرض المعلم.



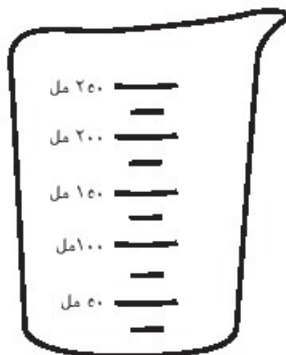
الماء المالح



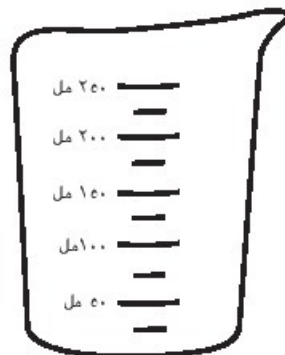
إجمالي كمية الماء



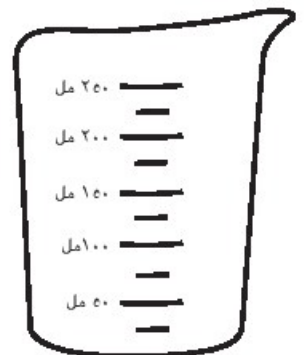
المياه المستخدمة



الماء في حالة متجمدة



الماء في حالة سائلة



الماء العذب

خطتي



اقترح ثلاث طرق لترشيد استهلاك المياه في المنزل.

١.

٢.

٣.

رشاد وزينة في زيارة للمتحف



اقرأ القصة وضع خطأ تحت الحقائق المهمة عن الواحات، ثم ضع دائرة حول الكلمات التي لا تعرفها.

ذهب رشاد وزينة في رحلة مدرسية إلى المتحف. وأكثر ما جذب انتباههم في المتحف هو لوحة عن "الحياة في واحة سيوة". حيث استمعوا إلى عرض يقدم حقائق مهمة عن الواحات،

وشاهدوا صورة تبين موقع واحة سيوة على الخريطة، وسلّة وجرة ممثلة بزيت الزيتون يرمزان إلى طريقة استخدام سكان الواحة للنباتات المزروعة هناك. ثم نظر رشاد وزينة إلى مخطط ملون موضح به متوسط درجة الحرارة ونسبة سقوط الأمطار السنوية، وفكروا في تأثير دورة الماء في هذه البيئة الطبيعية.



وكان على رشاد تسجيل بعض الحقائق عن المياه في الواحة. فكتب:

الواحة مكان يقع في الصحراء حيث تتدفق المياه من باطن الأرض إلى السطح في شكل ينابيع، والينبوع كلمة تطلق على مكان تدفق المياه على سطح الأرض. تأتي هذه المياه من الأمطار التي تتساقط وتمتصها الأرض. تأتي واحة سيوة في المرتبة الأولى على مستوى مصر من حيث عدد الينابيع حيث يوجد بها ما يقرب من ٢٠٠ ينبوع.

أما زينة، فكان عليها تسجيل ملاحظات عن البيئة الطبيعية في الواحة. فكتبت:

تتكون هذه المنطقة من مرتفعات، وأراضٍ رطبة، وكتبان رملية. وتنمو في الواحة أشجار النخيل والزيتون، ونباتات مثل أشجار السنط التي تساعد في الحد من آثار العواصف كما تشتهر بنباتات مثل النعناع والريحان.

تعد الواحة أيضًا موطنًا للعديد من الحيوانات البرية، مثل الغزال أحمر الجبهة، والغزال الأبيض، والفهود، والأرانب البرية، والذئاب. لاحظ العلماء أيضًا وجود طيور مثل طائر الحبارى الأفريقي، وطيور القمري، والنحام الأكبر. هل تعلمون أن هناك أكثر من ٣٠ نوعًا من الزواحف والحشرات في الواحة؟

وقبل مغادرة المتحف، توقف رشاد وزينة لقراءة وصف أخير حول كيفية تفاعل الإنسان مع البيئة في الواحة، وذكر فيه:

يصدر أهل سيوة التمر والزيتون إلى جميع أنحاء العالم؛ فالتمر والزيتون لهما استخدامات متعددة، حيث يمكن تناولهما أو إضافتهما إلى الطعام بطرق مختلفة، كما يصنع سكان الواحة سلات من سعف النخل أو أوراق الشجر ويبيعونها. وكذلك يدخل النعناع، والريحان، والتمر في تصنيع الأدوية في الواحة.

المفردات



شارك الكلمات التي وضعت دائرة حولها مع زميلك، ثم ناقشوا معاً معانيها، واكتب الكلمات التي لم تتعرف عليها أنت وزميلك هنا بألوان مختلفة.

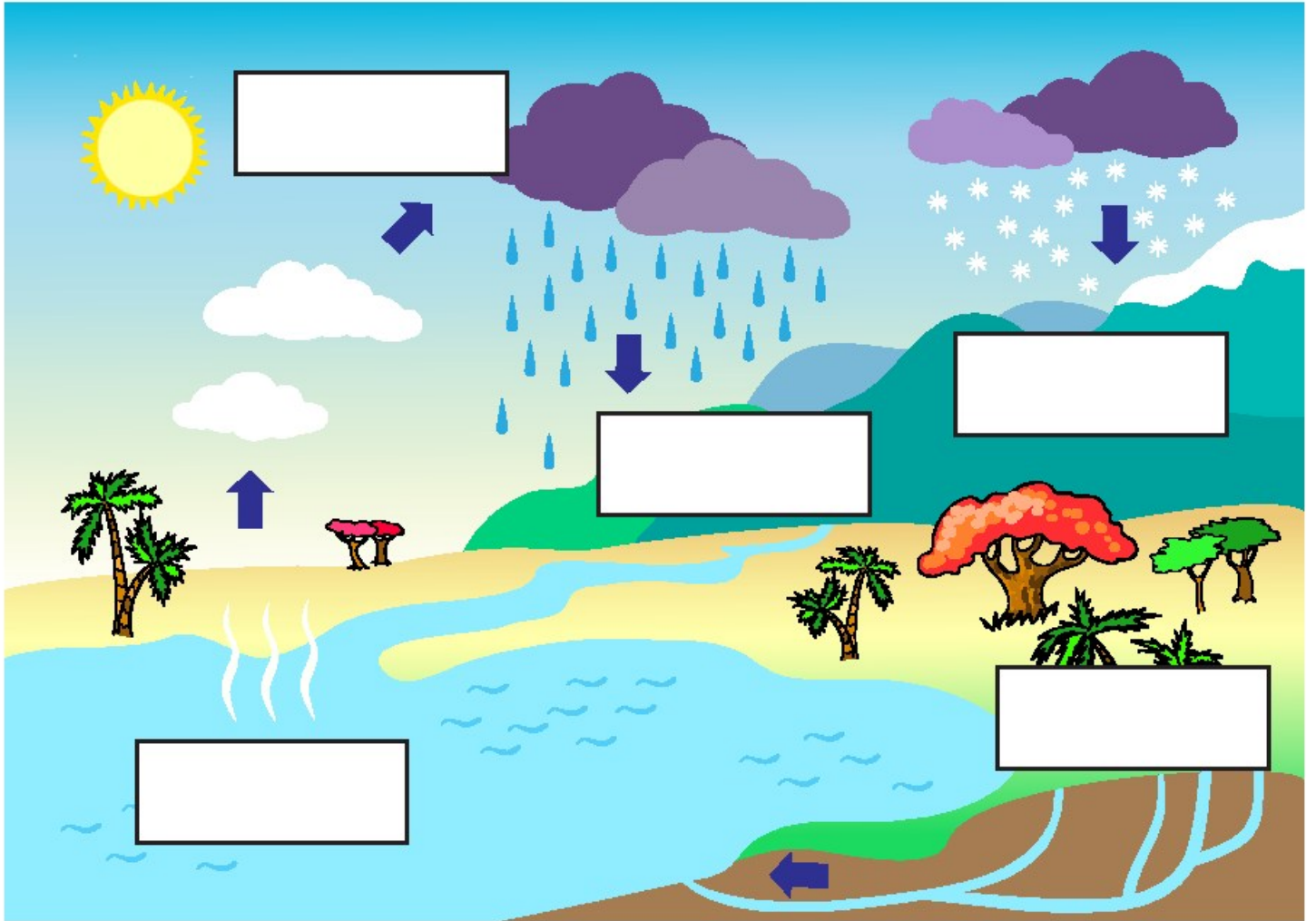
<p>الأمثلة (مكتوبة أو مرسومة)</p>	<p>التعريف</p>
<p>ملاحظات (مفاتيح للتذكر ومرادفات وغير ذلك)</p>	

دورة الماء في الطبيعة



استخدم الكلمات التالية في المربع لتكتب ما يناسب الوصف الصحيح لكل مرحلة في دورة الماء.

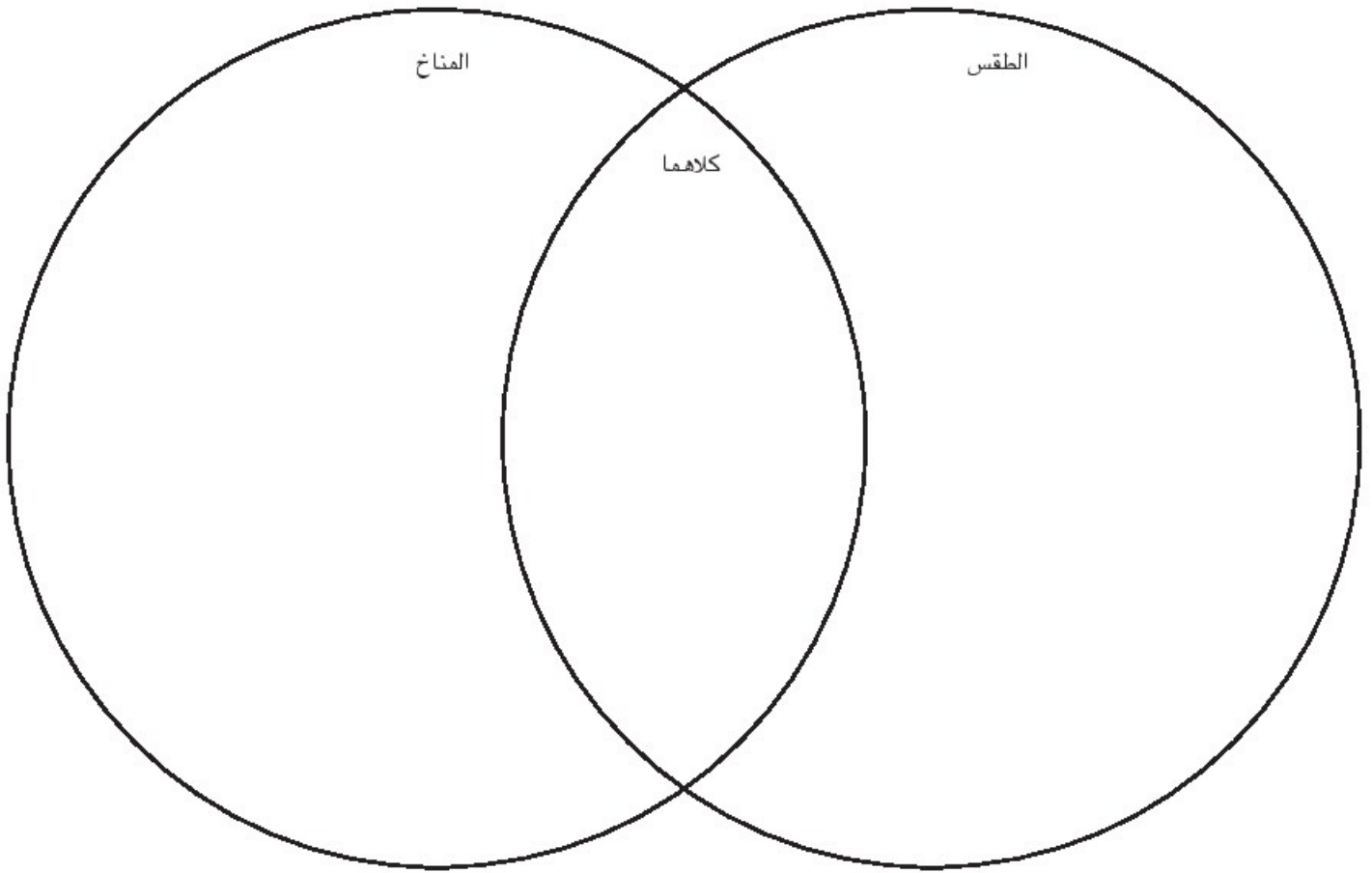
عملية التبخر	عملية التكاثف	المياه الجوفية
هطول الأمطار	جريان الماء	



الطقس والمناخ



أكمل مخططاً للمقارنة بين الطقس والمناخ، ثم اكتب تعريفاً لكل من الطقس والمناخ



المناخ المحلي



صف المناخ المحلي لأقاربك الذين يعيشون بعيداً ويريدون زيارتك.

المنطقة: _____

متوسط درجة الحرارة: _____

متوسط هطول الأمطار: _____

أفضل توقيت للزيارة _____ لأن _____

جولة في المناطق المناخية المختلفة



اقرأ المقال عن المناخ مع زميلك، ثم ضع دائرة حول أو خطاً تحت مراحل دورة الماء أثناء القراءة.

تتميز كل منطقة بالمناخ الخاص بها، وتصنّف حالة المناخ إلى فئات، وتعرف هذه الفئات بكلمة أقاليم (مناطق)، يتشارك كل إقليم (منطقة) بعض أنماط الطقس العامة. دعونا نذهب في رحلة خيالية إلى كل إقليم (منطقة).



تعيش حيوانات مثل الدب القطبي في المنطقة القطبية.

الطقس بارد هنا! فالجليد كثيف ويغطي الأرض، نحن في المنطقة القطبية حيث تكون درجات الحرارة باردة ومنخفضة طوال العام، وينتشر الجليد في العديد من المناطق القطبية. هناك بعض المناطق الأخرى التي تتميز بمناخ جاف.

وهنا الجو بارد، ولكن الأرض تمتلئ بالعشب الأخضر. تحيط بالأرض جبال مغطاة بالثلج، وتُعرف بالإقليم الجلي. تكون فصول الشتاء باردة، بينما تكون فصول الصيف معتدلة. وعادةً لا ترتفع درجة الحرارة في منطقة الجبال. وتتراوح نسبة هطول الأمطار بين المتوسطة والكثيفة.

في هذا الإقليم المناخي التالي: الهواء دافئ بعض الشيء؛ لذلك نستطيع سماع طنين الحشرات، وروية الزهور في كل مكان. إنه فصل الصيف في المنطقة المعتدلة. تتغير هنا حالة الطقس حسب فصول السنة، فيكون الطقس دافئاً في فصل الصيف وبارداً في فصل الشتاء، وتكون نسبة هطول الأمطار متوسطة طوال العام.



هذه منطقة جبلية.



تزخر المنطقة الاستوائية بالغابات المطيرة.

الآن نحن في إقليم مناخي حار ذي رطوبة عالية، حيث يغطي ظل الأشجار الطويلة رؤوسنا ويوجد الكثير من الحيوانات والزواحف، تبدو أنها غابة ممطرة، لا بد أننا في المنطقة الاستوائية؛ حيث تكون درجة الحرارة مرتفعة جداً طوال العام، وتتراوح نسبة هطول الأمطار بين المتوسطة والكثيفة.

حساب كمية هطول الأمطار



استخدم استراتيجيات الضرب لحل المسائل اللفظية.



١. صرح عالم الأرصاد الجوية بسقوط الأمطار طوال اليوم، ستمطر بمقدار ٧ مم في الساعة خلال الست ساعات التالية. ما مقدار المطر الذي سيتساقط؟

٢. صرح عالم الأرصاد الجوية بسقوط الأمطار كل يوم بمقدار ٣ مم لمدة ٥ أيام متواصلة في شهر سبتمبر. ما إجمالي كمية الأمطار المتساقطة؟

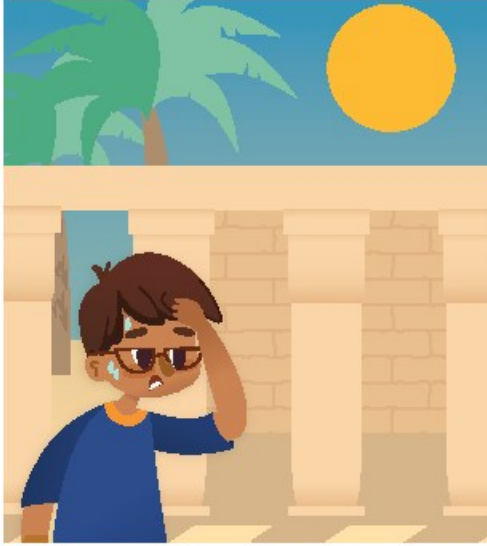
٣. سجل علماء المناخ هطول الأمطار بمقدار ٤ مم شهريًا لمدة ١٠ شهور في السنة، ولم تمطر في الشهرين الآخرين. ما إجمالي كمية الأمطار المتساقطة خلال السنة؟

٤. يتوقع عالم الأرصاد الجوية سقوط الأمطار لمدة ٦ أيام متواصلة. إذا أمطرت بمقدار ١٢ مم يوميًا، فما مقدار الأمطار المتوقع سقوطها؟

تنوع المناخ في مصر



اقرأ القصة لتتعرف المناخ في مصر.



قال رشاد: "الوقت المفضل لي في السنة هو فصل الشتاء في الإسكندرية؛ لأن درجات الحرارة دائماً تكون أكثر برودة، وأفضل الطقس الممطر عن حرارة الصيف ورطوبته".

أجابت زينة: "ذهبنا مرة إلى الأقصر في فصل الشتاء لزيارة أقاربنا. وكانت درجة الحرارة مرتفعة جداً ولم تمطر منذ شهور، كنت أتشوق للرجوع إلى المنزل".

قال رشاد: "هذا أمر غريب! تقع مدينتا الأقصر والإسكندرية في مصر، إذن فلماذا كان الطقس مختلفاً فيهما؟" ثم استكمل متسائلاً: "هل الطقس هناك هكذا طوال العام؟"

أجابت زينة: "أظن ذلك"، فالأقصر تمتاز بالمناخ الصحراوي الحار والجاف ولكن أتساءل: هل تسقط الأمطار هناك؟"

متوسط درجة الحرارة في - الإسكندرية

الشهر	يناير	فبراير	مارس	أبريل	مايو	يونيو	يوليو	أغسطس	سبتمبر	أكتوبر	نوفمبر	ديسمبر
درجة الحرارة الصغرى (درجة مئوية)	٩	٩	١١	١٣	١٧	٢٠	٢٣	٢٣	٢١	١٨	١٤	١١
درجة الحرارة العظمى (درجة مئوية)	١٨	١٩	٢١	٢٤	٢٧	٢٩	٣٠	٣٠	٣٠	٢٨	٢٤	٢٠

متوسط نسبة هطول الأمطار في - الإسكندرية

الشهر	يناير	فبراير	مارس	أبريل	مايو	يونيو	يوليو	أغسطس	سبتمبر	أكتوبر	نوفمبر	ديسمبر	سنة
مقياس هطول الأمطار (مم)	٥٥	٣٠	١٥	٤	١	٠	٠	٠	١	٩	٣٠	٥٥	١٩٦

متوسط درجة الحرارة في - الأقصر

الشهر	يناير	فبراير	مارس	أبريل	مايو	يونيو	يوليو	أغسطس	سبتمبر	أكتوبر	نوفمبر	ديسمبر
درجة الحرارة الصغرى (درجة مئوية)	٦	٧	١١	١٦	٢٠	٢٣	٢٤	٢٤	٢٢	١٨	١٢	٨
درجة الحرارة العظمى (درجة مئوية)	٢٣	٢٥	٢٩	٣٥	٣٩	٤١	٤١	٤١	٣٩	٣٥	٢٩	٢٤

متوسط نسبة هطول الأمطار في - الأقصر

الشهر	يناير	فبراير	مارس	أبريل	مايو	يونيو	يوليو	أغسطس	سبتمبر	أكتوبر	نوفمبر	ديسمبر	سنة
مقياس هطول الأمطار (مم)	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	١	٠	٠	١

حالة المناخ في مصر



اكتب جملتين أو ثلاثاً عن المناخ في كل مدينة، واستخدم بيانات الطقس لدعم إجابتك

المناخ في الإسكندرية

المناخ في الأقصر



قارة أفريقيا



اكتب المسطحات المائية التالية على أماكنها بالخريطة، ثم استخدم مقياس رسم الخريطة لتحديد المسافة بين مصر والمسطحات المائية الموجودة أسفل الخريطة.

البحر المتوسط

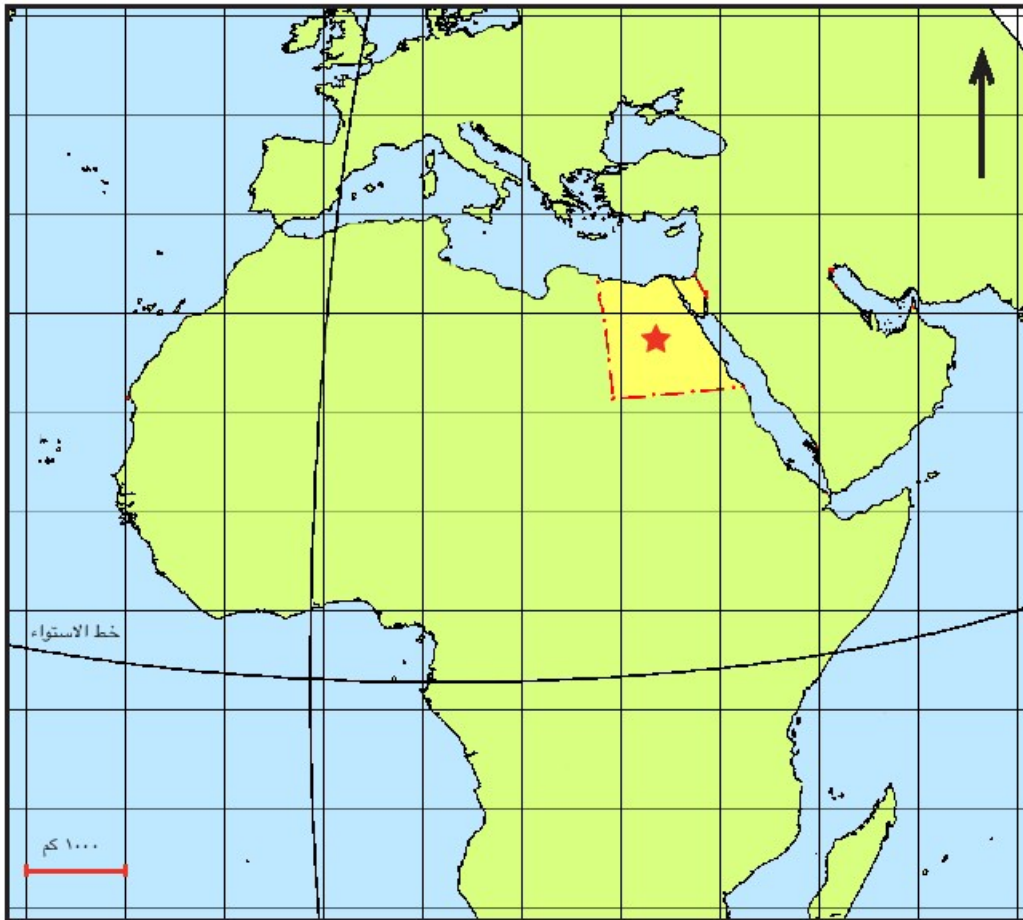
المحيط الأطلنطي الجنوبي

المحيط الأطلنطي الشمالي

خليج عدن

البحر الأحمر

المحيط الهندي



المسافة من مصر إلى:

_____ كم

خليج عدن

_____ كم

المحيط الأطلنطي الشمالي

_____ كم

المحيط الهندي

_____ كم

المحيط الأطلنطي الجنوبي

بيانات المناخ



ادرس بيانات المناخ وتأمل بيانات مناخ المدينة وموقعها على الخريطة.

المدينة رقم ١ - درجة الحرارة (درجة مئوية)

الشهر	يناير	فبراير	مارس	أبريل	مايو	يونيو	يوليو	أغسطس	سبتمبر	أكتوبر	نوفمبر	ديسمبر
درجة الحرارة العظمى	٢-	٢-	٠	٣	٨	١٢	١٥	١٤	١٠	٥	١	١-
درجة الحرارة الصغرى	٦-	٦-	٥-	٢-	٢	٦	٩	٧	٤	١	٣-	٢-

مطول الأمطار

الشهر	يناير	فبراير	مارس	أبريل	مايو	يونيو	يوليو	أغسطس	سبتمبر	أكتوبر	نوفمبر	ديسمبر
مم	١٠٠	١٠٠	٦٠	٧٠	٦٠	٦٠	٧٠	٨٠	١٠٠	١٣٠	١٢٠	١٣٠

المدينة رقم ٢ - درجة الحرارة (درجة مئوية)

الشهر	يناير	فبراير	مارس	أبريل	مايو	يونيو	يوليو	أغسطس	سبتمبر	أكتوبر	نوفمبر	ديسمبر
درجة الحرارة العظمى	٣١	٣٢	٣٢	٣٢	٣٢	٣٢	٣٢	٣٢	٣٢	٣٢	٣٢	٣١
درجة الحرارة الصغرى	٢٣	٢٤	٢٤	٢٤	٢٤	٢٤	٢٣	٢٣	٢٤	٢٤	٢٤	٢٤

مطول الأمطار

الشهر	يناير	فبراير	مارس	أبريل	مايو	يونيو	يوليو	أغسطس	سبتمبر	أكتوبر	نوفمبر	ديسمبر
مم	٢٦٨	٢٠٤	٢٣٨	٢٧٥	٢٧٦	٢٢١	١٧٤	١٩٨	٢٤٩	٣٤١	٣٩٠	٣٢٠

المدينة رقم ٣ - درجة الحرارة (درجة مئوية)

الشهر	يناير	فبراير	مارس	أبريل	مايو	يونيو	يوليو	أغسطس	سبتمبر	أكتوبر	نوفمبر	ديسمبر
درجة الحرارة العظمى	٦	٧	١٠	١٣	١٧	٢٠	٢٢	٢١	١٩	١٤	١٠	٧
درجة الحرارة الصغرى	٣	٣	٤	٦	٩	١٢	١٤	١٤	١٢	٩	٦	٣

مطول الأمطار

الشهر	يناير	فبراير	مارس	أبريل	مايو	يونيو	يوليو	أغسطس	سبتمبر	أكتوبر	نوفمبر	ديسمبر
مم	٥٢	٣٩	٣٥	٤٣	٥٠	٤٣	٤١	٤٨	٤٩	٧١	٦٣	٥٣

المدينة رقم ٤ - درجة الحرارة (درجة مئوية)

الشهر	يناير	فبراير	مارس	أبريل	مايو	يونيو	يوليو	أغسطس	سبتمبر	أكتوبر	نوفمبر	ديسمبر
درجة الحرارة العظمى	٢٣	٢٦	٣٠	٣٣	٣٦	٣٧	٣٥	٣٥	٣٣	٣٠	٢٧	٢٣
درجة الحرارة الصغرى	٥	٧	١٠	١٣	١٦	١٩	١٨	١٨	١٦	١٣	٨	٦

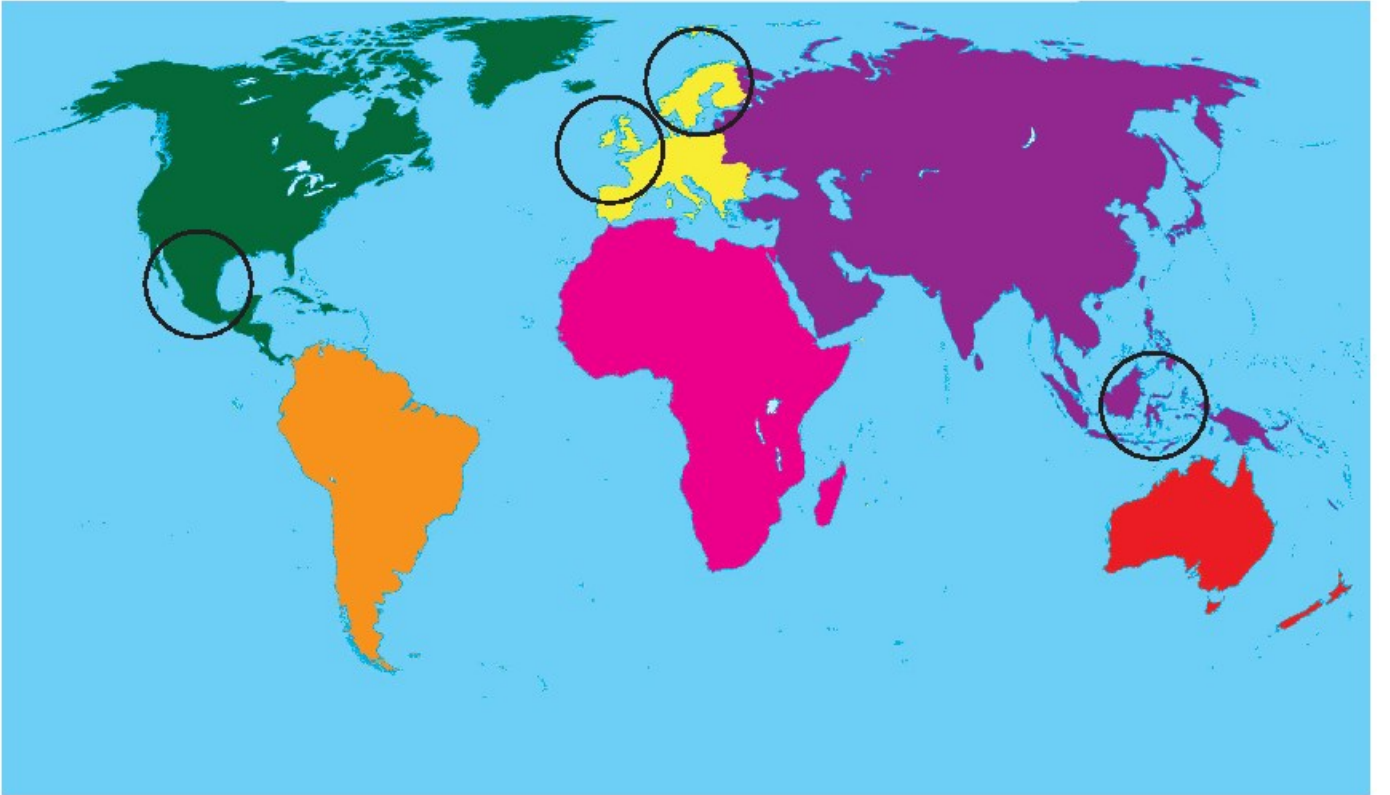
مطول الأمطار

الشهر	يناير	فبراير	مارس	أبريل	مايو	يونيو	يوليو	أغسطس	سبتمبر	أكتوبر	نوفمبر	ديسمبر
مم	١٠	٤	٢	٦	١٩	٣٠	٣٥	٤٢	٤٤	١٨	٧	١٠

مواقع المدن على خريطة العالم



انظر إلى خريطة العالم واستخدم بيانات المناخ واكتب رقم كل مدينة في الدائرة الخاصة بها لمعرفة موقعها.



هطول الأمطار



انظر إلى مخططات البيانات، ثم اختر مدينتين. بين عدد الأشهر التي تزيد نسبة هطول الأمطار فيها عن ٥٠ مم والأشهر التي تقل فيها نسبة هطول الأمطار عن ٥٠ مم باستخدام التمثيل البياني الخطي.

المدينة:

> ٥٠ مم < ٥٠ مم

المدينة:

> ٥٠ مم < ٥٠ مم

مشكلات المياه



اقرأ عن الفيضانات وحالات الجفاف، ثم املأ مخطط السبب والتأثير.

الفيضان



يحدث الفيضان عندما تغطي المياه مناطق من اليابسة؛ وذلك نتيجة لهطول الأمطار بغزارة في فترة زمنية قصيرة لا تتمكن فيها الأرض من امتصاصها؛ مما يؤدي إلى زيادة منسوب الأنهار وامتلاء المناطق المنخفضة بالقرب من النهر بالمياه. تتدفق مياه الفيضان بسرعة وقد تشكل خطرًا على الناس، كما تتسبب الفيضانات في تلوث مصادر مياه الشرب.

الجفاف



تحدث حالات الجفاف بسبب توقف هطول الأمطار، وذلك عندما يستمر طقس شديد الجفاف لفترة طويلة؛ مما يتسبب في جفاف الأنهار والبحيرات. وقد تموت النباتات لندرة المياه. عندما تعاني المزارع من الجفاف، تقل حصة الطعام التي يحصل عليها البشر والحيوانات. وبحسب المصدر المحلي، قد يكون الحصول على مياه شرب نظيفة أمرًا صعبًا أيضًا.



البحث في مشكلات المياه



استخدم المصادر المقدمة من أجل البحث في إحدى مشكلات المياه الكبرى، وسجل ملاحظتك في مخطط الأفكار.

مشكلة مياه:

<p>التأثير في النباتات والحيوانات</p>	<p>التأثير في الإنسان</p>
<p>العلاقة بدورة الماء</p>	<p>التأثير في البيئة</p>

الفيضانات والجفاف



اذكر الأماكن التي قد تحدث فيها مشكلات المياه، واستعن بدلائل لدعم إجابتك.

بيئة قطبية

أرض رطبة

غابات استوائية

صحراء

مراعٍ طبيعية

يُحتمل حدوث الفيضان في

لأن

يُحتمل حدوث جفاف في الأماكن التالية

لأن

متطلبات العرض في المتحف



راجع المتطلبات الآتية. واطلب من عضو واحد في المجموعة قيادة العمل على كل عنصر من عناصر العرض. أثناء العمل، سجل في هذه الصفحة تقدمهم في النشاط.

البيئة المخصصة: _____

إقليم بيئتنا: _____

قائد المجموعة	المتطلب	أكمل
	نظرة عامة مكتوبة عن المناخ في الإقليم البيئي.	
	وصف مكان وجود البيئة الطبيعية في العالم، بما في ذلك إقليمك.	
	مخطط عن كيفية تأثير دورة الماء على الإقليم مع شرح العلاقة بين المناخ الإقليمي ودورة الماء.	
	معلومات عن مدى تأثير دورة الماء في الإقليم في نوعين من النباتات والحيوانات على الأقل. النموذج الذي سنستخدمه: _____	
	خريطة للعالم تعرض موقع الإقليم مصحوبًا بوصف مكتوب عن العوامل التي تؤثر في المناخ في إقليمك. (استخدم صفحة خريطة الإقليم المناخي).	



خريطة الإقليم المناخي



اعرض موقع إقليمتك على خريطة العالم. قم بقطع هذه الصفحة من الكتاب وضعها في مكان العرض.





ملاحظات البحث



اكتب عن بيئتك الطبيعية، وصف موقعها في العالم، ثم اكتب عن الإقليم المخصص، وأكمل المربعات أثناء البحث عن بيئتك الطبيعية وإقليمك.

بيئتي الطبيعية:

تقع بيئتي الطبيعية في هذا الإقليم من العالم:

إقليمي المخصص أو المحدد:

<p>ما العلاقة بين المناخ المحلي ودورة الماء؟</p>	<p>حقائق عن المناخ:</p>
<p>كيف تتأثر النباتات والحيوانات بدورة الماء؟</p>	<p>عوامل الموقع التي تؤثر في المناخ:</p>

العصف الذهني



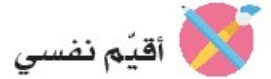
استخدم هذه الصفحة لممارسة العصف الذهني لعرض بعض الأفكار.

ما تعلمته



اكتب اسم البيئة الطبيعية في العمود الأول في المخطط، وفي العمود الثاني، اكتب معلومات عن مناخ البيئة الطبيعية، أما في العمود الثالث، فاكتب معلومات عن دورة الماء. وفي العمود الرابع، اكتب سؤالاً واحداً عن المناخ المذكور.

البيئة الطبيعية	المناخ	دورة الماء	أسئلة...؟



اقرأ كل عبارة. بالنسبة إلى كل صف، لَوْن النجوم التي تصف مجهودك الذي حققتَه.

☆☆☆	☆☆	☆	
☆☆☆ يمكنني شرح العوامل التي تؤثر في مناخ البيئة الطبيعية من خلال طرح تفاصيل ودلائل.	☆☆ يمكنني شرح العوامل التي تؤثر في مناخ بيئتي الطبيعية.	☆ يمكنني شرح العوامل التي تؤثر في مناخ البيئة الطبيعية بمساعدة المعلم والزلاء.	المحتوى الدراسي
☆☆☆ يمكنني مشاركة المعلومات بطريقة فريدة تُظهر إبداعاً استثنائياً.	☆☆ يمكنني مشاركة المعلومات بطريقة مثيرة للاهتمام لإظهار إبداعي.	☆ يمكنني مشاركة المعلومات، ولكن أحتاج إلى مساعدة لجعل هذه المعلومات مثيرة للاهتمام ومبتكرة.	جودة الأداء
☆☆☆ استخدمت قائمة التحقق للتأكد من تضمين جميع الأجزاء الخمسة في العرض الخاص بي، وساعدت فريقي في تقسيم الأجزاء إلى مهام صغيرة للاستعانة بها.	☆☆ استخدمت قائمة التحقق للتأكد من تضمين جميع الأجزاء الخمسة في العرض الخاص بي.	☆ لم أستخدم قائمة التحقق، وأدرجت أقل من الأجزاء الخمسة المطلوبة في العرض الخاص بي.	المهارات الحياتية

مقياس التقييم المتدرج (مخصص لاستخدام المعلم)

يفوق التوقعات (٣)	يلبي التوقعات (٢)	يقترّب من التوقعات (١)	
يصف معظم مراحل دورة الماء أثناء تحديد حالات المادة. يُدرج أنماط المناخ المختلفة. العلوم ب.١٠ ج.	يصف معظم مراحل دورة الماء أثناء تحديد حالات المادة. العلوم ب.١٠ ج.	يصف معظم مراحل دورة الماء أثناء تحديد حالات المادة بمساعدة الزملاء والمعلم. العلوم ب.١٠ ج.	المحتوى الدراسي
يشرح العوامل التي تؤثر في مناخ البيئة الطبيعية بالتفصيل. العلوم ب.١٠ د، هـ.	يشرح العوامل التي تؤثر في مناخ البيئة الطبيعية. العلوم ب.١٠ د، هـ.	يشرح العوامل التي تؤثر في مناخ البيئة الطبيعية بمساعدة الزملاء والمعلم. العلوم ب.١٠ د، هـ.	
يستخدم خريطة لتحديد موقع البيئة الطبيعية الصحيح والمساحات المائية المحيطة. ويشرح العلاقة بين الجغرافيا والمناخ. الدراسات الاجتماعية ج.١٠ ب، و ج.	يستخدم خريطة لتحديد موقع البيئة الطبيعية الصحيح والمساحات المائية المحيطة. الدراسات الاجتماعية ج.١٠ ب، و ج.	يستخدم خريطة لتحديد موقع البيئة الطبيعية بمساعدة الزملاء والمعلم الدراسات الاجتماعية ج.١٠ ب، و ج.	
يعبر عن فهم بعض المحتوى بشكل استثنائي أثناء العمل مع الزملاء. يدعم تعلم الآخرين. التحدث والاستماع أ.٢٠ أ.	يعبر عن فهم المحتوى بالكامل أثناء العمل مع الزملاء. التحدث والاستماع أ.٢٠ أ.	يعبر عن فهم بعض المحتوى أثناء العمل مع الزملاء قد يُدرج معلومات غير دقيقة أو تحتاج إلى شرح. التحدث والاستماع أ.٢٠ أ.	
يضع مخططاً دقيقاً ومفصلاً لدورة الماء.	يضع مخططاً دقيقاً لدورة الماء.	يضع مخططاً دقيقاً لدورة الماء بمساعدة الزملاء أو المعلم.	جودة الأداء
يُظهر إبداعاً استثنائياً وأفكاراً مميزة أثناء عرض المتحف مع الزملاء.	يُظهر الإبداع خلال عرض المتحف مع الزملاء.	يُظهر إبداع الزملاء خلال عرض المتحف، ولكن قد يحتاج إلى المساعدة في جمع الأفكار.	
يعمل في مجموعات على مهام تناسب نقاط القوة الشخصية. يعمل كقائد، ويساعد في ترتيب المجموعات. المشاركة وإدارة الذات	يعمل في مجموعات على مهام تناسب نقاط القوة الشخصية. المشاركة وإدارة الذات	يعمل في مجموعات بمساعدة الزملاء أو المعلم. المشاركة وإدارة الذات	المهارات الحياتية
يتقبل أفكار الآخرين وأراهم أثناء التعاون. ويُظهر الريادة في هذا المجال من خلال احترام الآخرين. التعاون	يتقبل أفكار الآخرين وأراهم أثناء التعاون. التعاون	يتقبل أفكار الآخرين وأراهم أثناء التعاون. قد يحتاج إلى الدعم للاستجابة باحترام. التعاون	

مساهمتي نحو بيئتي



ماذا تعتقد؟



لاحظ الصورة التالية، وابحث عن مفاتيح حل لتساعدك في التنبؤ بما سنتعلمه في هذا الفصل.



سنتعلم عن...



لاحظ الصورة للحصول على معلومات عن موضوع هذا الفصل.





أمطار غزيرة في الإسكندرية

اقرأ القصة مع زميل.

كانت زينة تلعب في منزل رشاد بعد المدرسة، وكانت تمطر في الخارج.

صاح رشاد غاضباً: "إنها تمطر طوال اليوم، أتمنى لو نستطيع الخروج."

فردت عليه زينة قائلة: "أعرف". في كل مرة تمطر السماء كثيراً، أقلق من أن تؤدي إلى فيضان."

ردَّ عليها رشاد باستغراب: "فيضان؟"

أجابت: "نعم، يحدث الفيضان عندما تغطي المياه مناطق عادةً لا تغطيها المياه. وأحياناً تأتي من البحر. وأحياناً تحدث لأن الشوارع لا تصرف المياه جيداً عندما تمطر كثيراً". هل تتذكر الأمطار الغزيرة التي سقطت على الإسكندرية عندما كان عمرنا ٣ سنوات؟"

أجاب رشاد: "لا أتذكر هذا الحدث."

ردت زينة قائلة: "حسناً، يعمل عمي صياد سمك وكان يعيش بالقرب من البحر عندما غمرت المياه منزله ودمرته. لم تعد المنطقة آمنة؛ لذلك اضطر عمي إلى الانتقال إلى منزل جديد."



كانت والدته رشاد في المطبخ وكانت تستمع إليهما، فقالت:

"بعد هذه الأمطار الغزيرة، اضطررنا للبقاء جميعاً في المنزل لأكثر

من أسبوع. ولم نستطع الخروج إلى الشوارع لأنها كانت مملوءة بالمياه."

صاح رشاد مستغرباً: "مذهل! يبدو هذا مخيفاً."

أضافت والدته رشاد "جرفت الأمطار الشاطئ المفضل لدي أيضاً."

فقال رشاد: "أتساءل هل توجد طريقة يمكننا من حماية منزلنا من الأمطار الغزيرة؟"

تعرف تأثير الأمطار الغزيرة



سجل تأثير الأمطار الغزيرة الذي قرأته في القصة. وأضف التأثيرات الأخرى التي يمكنك تذكرها مما تعلمته في السابق.

البيئة	السكان



الأمطار الغزيرة عام ٢٠١٥

اقرأ هذه القطعة التي تتضمن معلومات واقعية عن الأمطار الغزيرة التي حدثت عام ٢٠١٥، ثم سجّل اثنين من التفاصيل الأساسية من النص.



في شهر أكتوبر من عام ٢٠١٥، هطلت على الإسكندرية أمطار غزيرة وغير معتادة فمتوسط ما يسقط على الإسكندرية من الأمطار سنوياً هو ٢٠ سم، ولكن في هذا الحدث عام ٢٠١٥، زاد متوسط الأمطار لأكثر من ٢٠ سم من الأمطار في يومين فقط. وأثرت هذه الأمطار الغزيرة في البيئة ومواطني الإسكندرية.

وغطت المياه الطرق، وتجاوزت مستوى الشارع حتى دخلت إلى المحلات التجارية والمباني الأخرى. وكان من الصعب ومن الخطر مغادرة المنازل والشوارع غارقة بالمياه، كما أن التنقل في المدينة كان صعباً. وكان الناس غير قادرين على الذهاب إلى العمل لأكثر من أسبوع.

وتراكمت المياه بسرعة بسبب الأمطار الغزيرة، وغمرت المياه مواسير ومجاري تصريف المياه والتي تنقل مياه الأمطار لأماكن بعيدة. ووجد من اضطرتهم ظروفهم التواجد خارج المنزل أثناء المطر صعوبة في العودة إلى المنزل.

وفى هذه الظروف الصعبة ساعد المواطنون بعضهم بعضاً في العودة إلى منازلهم بأمان. حتى إن البعض منهم أحضر قوارب الصيد القريبة إلى الشوارع لمساعدة الناس في التنقل بأمان. وتشارك الجيران الطعام والمؤن عندما كانت المتاجر مغلقة. وساعدت الشرطة في حماية المدينة. وأرشدت الناس بالبعد عن المناطق الخطرة. وساعد رجال الطوارئ المرضى والمصابين.

ويعد هذه الأمطار الغزيرة، بدأت الإدارة المحلية في البحث عن طرق لتقليل آثار الأمطار الغزيرة في المستقبل. فكان من الحلول السريعة، تركيب بلاعات أفضل ومزيد من ظلمبات رفع المياه كما تم التفكير في حلول تقنية مثل التحذيرات التي تُرسل إلى الهواتف المحمولة، وقياس عمق المياه الغزيرة باستخدام مُستشعرات حاسوبية.

الموضوع الرئيس

معلومة أساسية

معلومة أساسية

المفردات: متطوع



أكمل مخطط الأفكار لمساعدتك في تعلم الكلمة الجديدة.

<p>الأمثلة (مكتوبة أو مرسومة)</p>	<p>التعريف</p>
<p>أدخلها في جملة</p> <hr/> <hr/>	
<p>ملاحظات (مفاتيح للتذكر ومرادفات وغير ذلك)</p>	

صفات المواطن الصالح



اقرأ القصة، واستمع إلى أمثلة عن التطوع.

واصل رشاد وزينة التفكير في الأمطار الغزيرة التي هطلت على الإسكندرية، وهما في طريقهما إلى المدرسة في اليوم التالي.

قالت زينة: "أعتقد أنه من الرائع أن المصريين يساعدون بعضهم البعض وقت الأزمات وهذا ماحدث عند سقوط الأمطار الغزيرة في الإسكندرية. سأسأل عمي إن كان قد فعل هذا الأمر أيضًا."

وأضاف رشاد: "ساعد الناس بعضهم بعضًا، وهذا أمر رائع للغاية."

قالت زينة لرشاد: "لو كنت كبيرة بما يكفي، لساعدت في إحضار الطعام للناس العالقين في المنزل. وأنت، ماذا كنت ستفعل؟"

ردَّ رشاد: "لست متأكدًا. أتساءل إن كان المخبز المفضل لدي سيحتاج إلى مساعدة في التنظيف بعد هذه الأمطار. ربما كنت سأساعده."

صاحت زينة وقد بدأت الركض في طريقها إلى المدرسة: "فكرة رائعة! لنرَّ عندما نصل إلى المدرسة إذا كان معلمنا قد فعل أي شيء لمساعدة المدرسة بعد هذه الأمطار الغزيرة."





يُمكنني القيادة



اكتب جملتين عن الأسباب التي تجعلك قائدًا عظيمًا.

.١

.٢

بطاقة الاقتراح

أصوت لصالح:

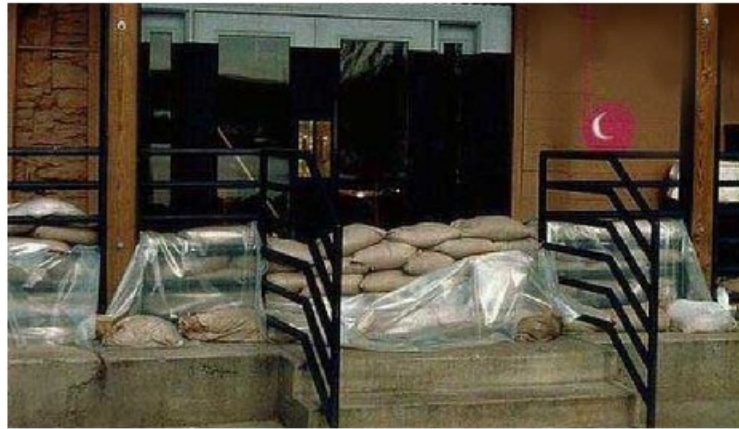
الوقاية من الفيضانات



لاحظ صور وسائل الوقاية من الفيضانات واقراء وصف الصور لمعرفة المزيد.



السدود؛ تُستخدم السدود لحجز المياه التي يرتفع منسوبها من الدخول إلى النهر أو القناة. وبعد أن تتوقف الأمطار، يمكن فتح السد ليسمح بحركة المياه ببطء لمنع الفيضانات الشديدة.



أكياس الرمال؛ يضع الناس أكياس الرمال حول المباني لمنع مياه الفيضان من الدخول. تحجز أكياس الرمل مياه الفيضان وتغير مسارها.



القنوات المائية؛ يتغير مسار مياه الفيضان إلى القنوات المائية لتبتعد عن المناطق السكنية. وقد تصب القنوات المائية في مسطحات مائية أكبر أو برك مؤقتة.

وظائف مؤثرة



دُون ملاحظات أثناء قراءتك عن الوظيفة المُسندة إليك. وتأكد من الإجابة عن كل سؤال.

الوظيفة:

ما مسؤوليات صاحب الوظيفة؟

كيف يساهم صاحب الوظيفة بإيجابية في المجتمع؟

ما التحديات التي يواجهها صاحب الوظيفة أثناء أداء وظيفته؟

كيف أكون قائداً عظيماً؟



ضع دائرة حول السمات أو الصفات التي تجعل من الشخص الذي تحدده قائداً عظيماً.

مرح	شجاع	هادئ
متقلب المزاج	مسئول	متسلط
مهذب	بخيل	كسول
متعاون	حكيم	كريم
جبان	عصبي	أناني
يساعد الآخرين	عطوف	أمين
جيد في التواصل		



مقابلة مع قائد



اكتب نصًا تستطيع تمثيله مع صديق.

المراسل الصحفي: معكم، وسأجري اليوم مقابلة مع _____
(الاسم)

القائد:

(اكتب تحية.)

المراسل الصحفي: هل يمكنك إخبارنا كيف كان حال مصر عندما كنت صغيرًا؟

القائد:

(صف ما كانت عليه مصر عندما كنت طفلًا صغيرًا.)

المراسل الصحفي: متى وُلدت وأين؟

القائد:

(صف المكان الذي وُلدت فيه وتاريخ الميلاد.)

المراسل الصحفي: ما الذي قمت به لتحظى بهذه الشهرة؟

القائد:

(اذكر السبب الذي جعلك قائدًا مشهورًا.)

المراسل الصحفي: ما الصفات التي جعلت منك هذا القائد المهم؟

القائد:

(اذكر صفات القيادة لديك).

المراسل الصحفي:

القائد:

المراسل الصحفي: أشكرك على المقابلة.

القائد:

(اكتب إجابة).



مشكلة الموارد المائية في الواحة

اقرأ القصة ثم أجب عن الأسئلة، وكتب أسفل الصور الكلمة المناسبة لوصفها والمكتوبة بخط عريض في القصة.



يتم استخراج المياه النظيفة في الواحة من أعماق باطن الأرض إلى سطحها. في الماضي ابتكر الناس الشادوف لاستخراج المياه واستخدامها في الواحة. يتكون الشادوف من رافعة معلق بها دلو في أحد طرفيها وثقل مثل حجر كبير في الطرف الآخر.



يمكننا في الوقت الحاضر استخدام التكنولوجيا الحديثة لرفع المياه من الآبار. تعمل طلمبة رفع المياه العذبة بالكهرباء وبها مواسير لنقل كمية كبيرة من المياه؛ مما يعني استخدام المزيد من المياه. وإذا توفر المزيد من المياه، يمكن ري المزيد من المحاصيل. وينتج عن ذلك زراعة بستان نخيل أكبر؛ مما يؤدي إلى بيع كثير من المنتجات وبالتالي كسب مزيد من الدخل أو الأموال.

وبالرغم من ذلك، تواجه التكنولوجيا الجديدة تحديات أيضاً. فإذا ضُخ الكثير من المياه، فقد تبقى دون استخدام وتُهدر. كما يستغرق الأمر وقتاً طويلاً لتَهطل كميات قليلة من الأمطار وتحل محل المياه الجوفية في الواحة. ويجب التفكير في طريقة يمكن بها إحداث توازن بين كسب المزيد من الأموال وحماية البيئة.





لعبة بطاقات القرار

قص البطاقات، وضعها مقلوبة فوق بعضها لتكون الكتابة لأسفل وبترتيب عشوائي. تبادل الأدوار مع الفصل في قراءة البطاقة والتحرك وفقاً للعدد الصحيح من الخطوات.

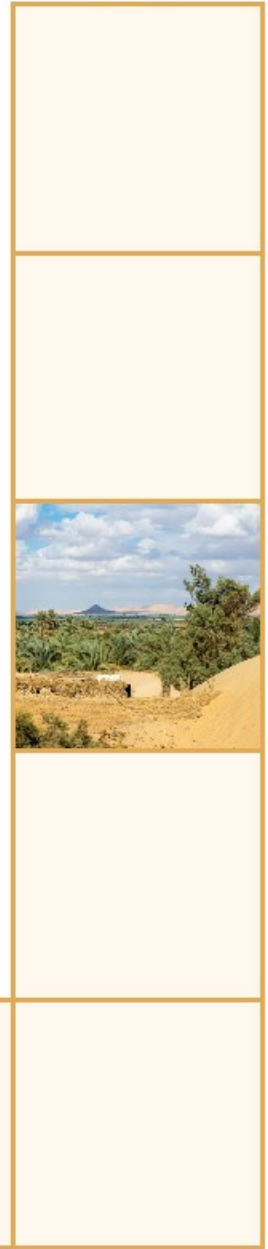
<p>شراء مكياال للبلح</p> <p>شراء حذاء جديد. تحرك خطوتين إلى الأمام. زراعة شجرة فاكهة وبرسيم تحت النخلة. تحرك ٥ خطوات إلى الأمام.</p>	<p>طلمبة رفع المياه من البئر</p> <p>شراء طلمبة رفع مياه كبيرة وجديدة وري المزيد من الأراضي. تحرك ٣ خطوات إلى الخلف. تصليح طلمبة رفع المياه تحرك خطوتين إلى الأمام.</p>
<p>ابتكار طريقة لتنظيف مياه الصرف الصحي لاستخدامها في الري</p> <p>تحرك ٥ خطوات إلى الأمام.</p>	<p>مشاركة الأرض الزراعية</p> <p>تحرك ٤ خطوات إلى الأمام.</p>
<p>تصليح تسريب في ماسورة المياه</p> <p>تحرك ٣ خطوات إلى الأمام.</p>	<p>تقليم أعلى النخلة</p> <p>السقوط من أعلى الشجرة. تحرك ٥ خطوات إلى الخلف. مضاعفة محصولك من البلح. تحرك خطوتين إلى الأمام.</p>
<p>شراء بقرة</p> <p>بيع المزيد من الطيب للعائلات في المجتمع. تحرك ٤ خطوات إلى الأمام. شراء علف للبقرة. تحرك خطوتين إلى الخلف.</p>	<p>بيع أوان مصنوعة من الفخار</p> <p>شراء المزيد من المواد لصنع المزيد من الفخار. تحرك ٣ خطوات إلى الأمام. شراء طعام للعائلة. تحرك خطوتين إلى الأمام.</p>
<p>حفر بئر مياه جديدة</p> <p>دفع نقود مقابل الحفر العميق. تحرك ٥ خطوات إلى الخلف. تتسبب الضوضاء الصادرة من البئر الجديدة إضطراب نومك وعدم قدرتك على العناية بالمحاصيل. تحرك خطوتين إلى الخلف.</p>	<p>موعد الفيضان الموسمي</p> <p>يحل محل المياه الموجودة في الواحة. تحرك ٥ خطوات إلى الأمام. يزيل الملح من التربة. تحرك ٣ خطوات إلى الأمام.</p>

لوحة اللعب






استخدم هذه اللوحة لأداء اللعبة.

البداية





النهاية

يُمكنني المساعدة



سجّل نوع القمامة التي تلتقطها (ورقة أو قطعة بلاستيكية أو معدن) وأين تجدها.

المكان	نوع القمامة

الإيجابيات والسلبيات



فكر في آثار تركيب كاميرا في المدرسة للمساعدة في حملة مدرسة خالية من القمامة. ومارس العصف الذهني لبعض إيجابيات وسلبيات هذه التكنولوجيا.

١. ما بعض إيجابيات استخدام تكنولوجيا الكاميرا؟

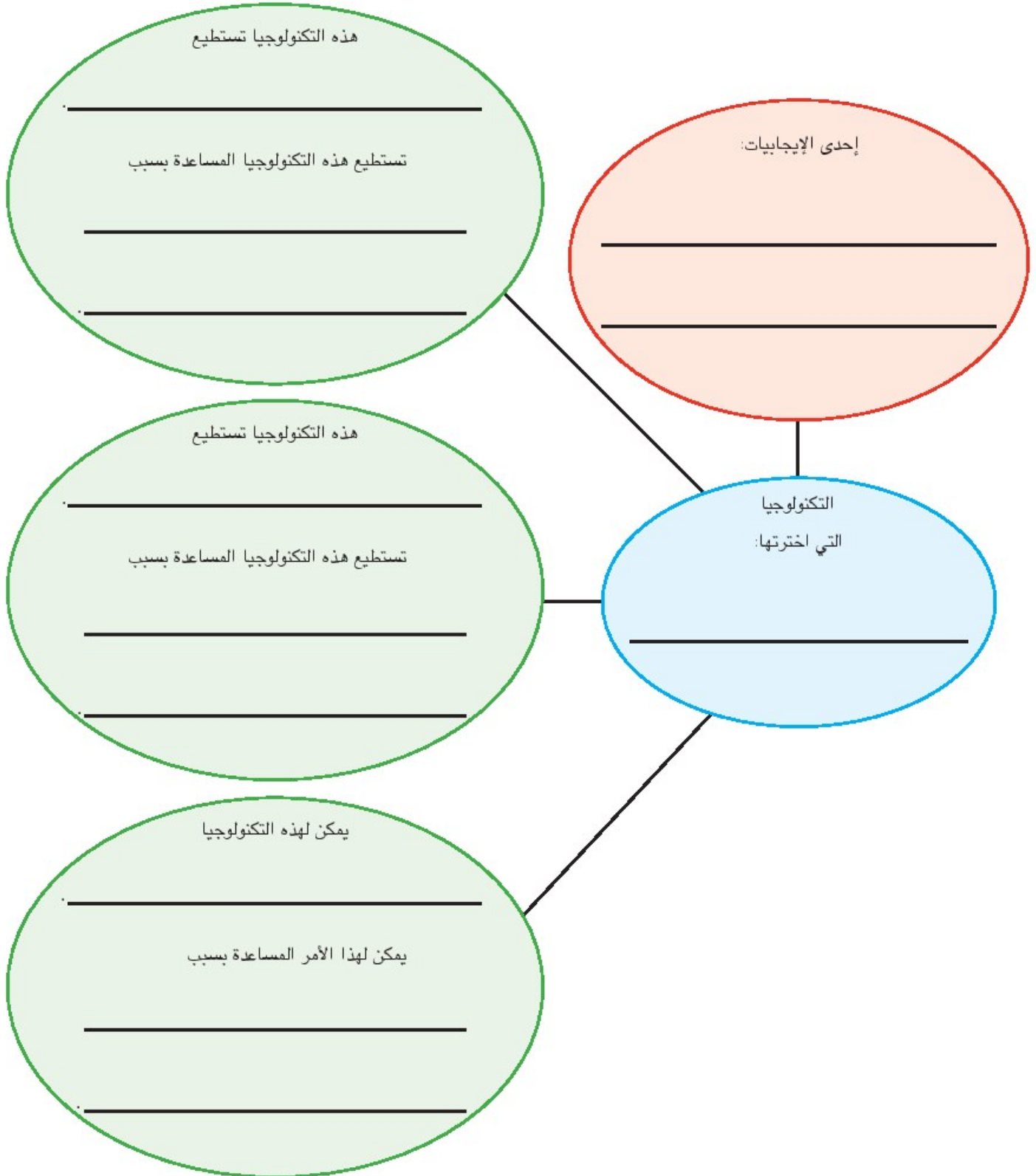
٢. ما بعض سلبيات استخدام تكنولوجيا الكاميرا؟



التكنولوجيا والفيضانات



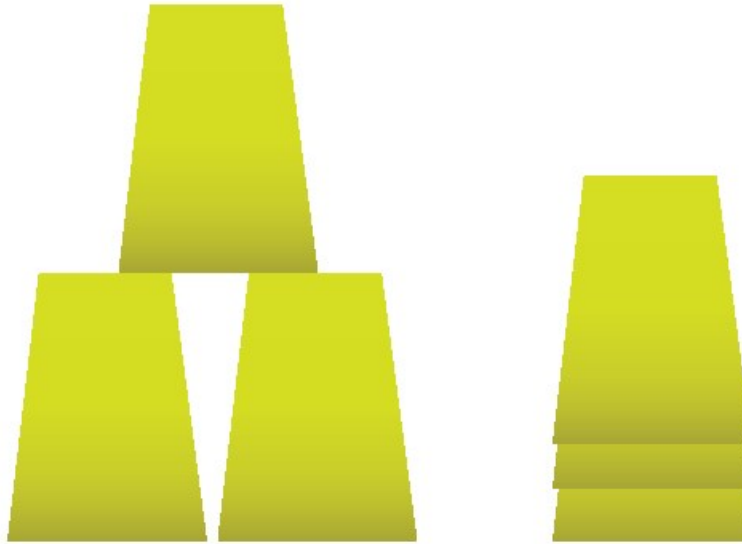
أكمل مخطط الأفكار للتفكير في إمكانية استخدام نوع محدد من التكنولوجيا لمنع الفيضان أو التعامل معه.



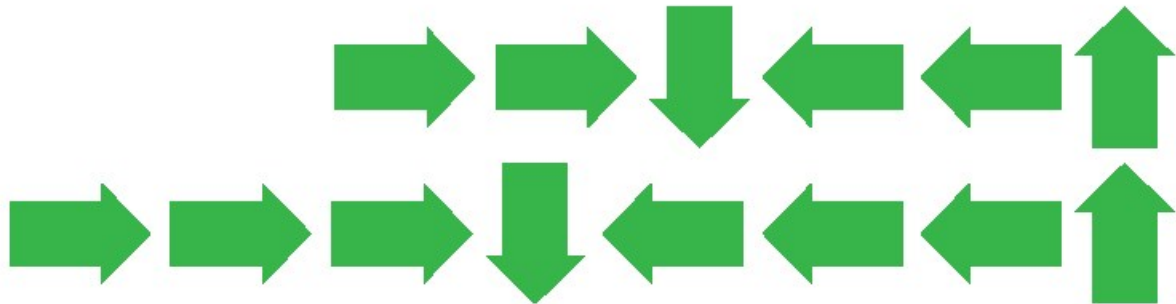
بناء هرم



انظر إلى الشفرة المصورة. أكمل الجزء المتبقي من الشفرة لبناء هرم.



٤ ٣ ٢ ١ ٠



اكتب الجزء المتبقي من الشفرة بالأسفل لبناء الهرم.

تصوير منطقة مغمورة بالمياه



اكتب شفرة لتوجه الكاميرا إلى المرور فوق كل مربع من المساحة المعروضة بالأسفل، ثم العودة إلى نقطة البداية. استخدم خيارات الشفرة المعروضة بالأسفل فقط؛ يمكنك استخدام هذه الشفرة بأي ترتيب تختاره.

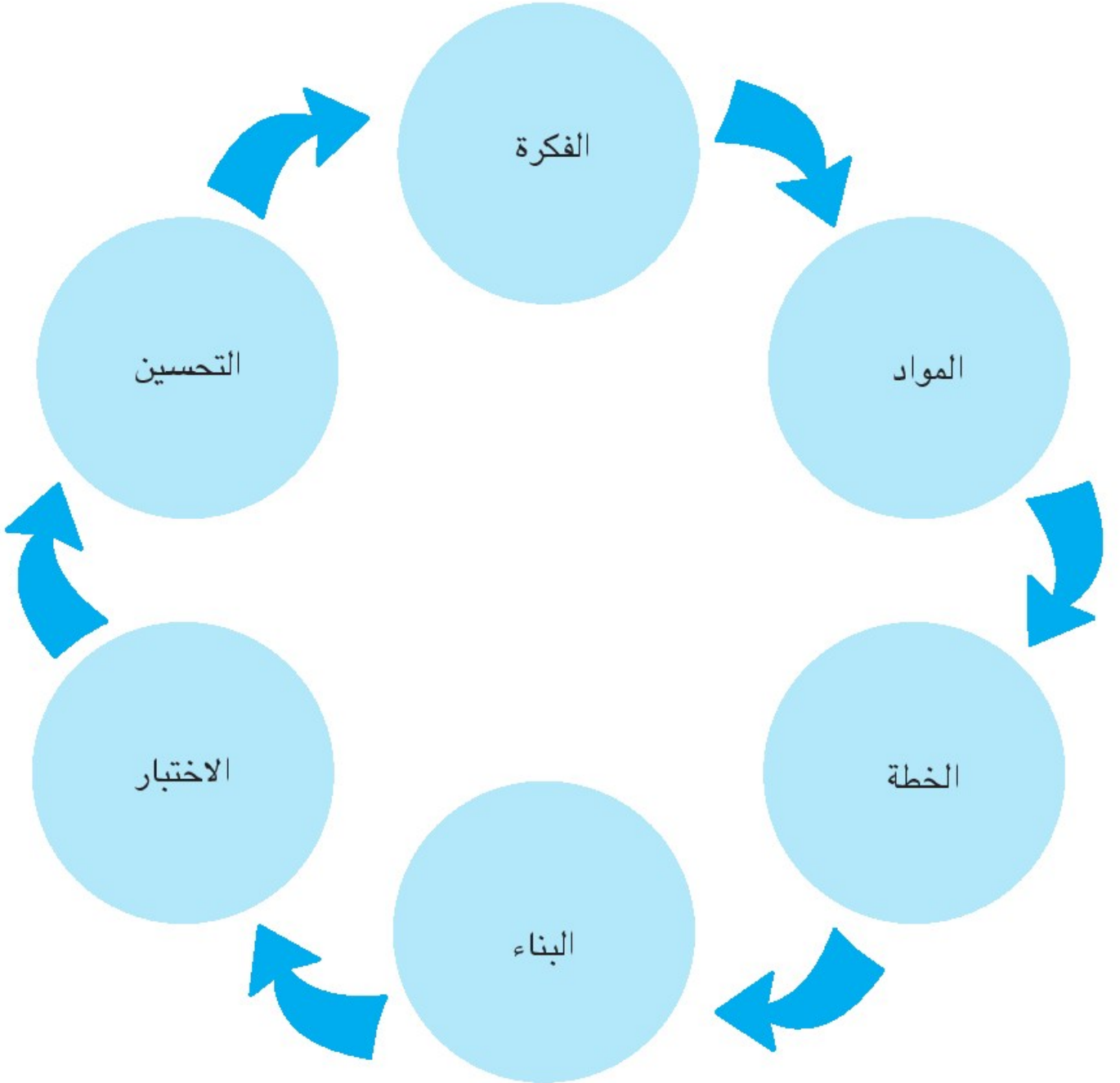
خطوات إلى الأعلى	↑	خطوة إلى الأعلى	↑
خطوات إلى الأسفل	↓	خطوة إلى الأسفل	↓
خطوات إلى اليمين	→	خطوة إلى اليمين	→
خطوات إلى اليسار	←	خطوة إلى اليسار	←



عملية التصميم الهندسي



راجع خطوات عملية التصميم.



أفكاري



اذكر ثلاثاً من أفكارك عن حاجز فيضانات.

١. _____
٢. _____
٣. _____



كيف يمكن التحسين؟



دُون ملاحظات عمَّا تلاحظه. وما ينجح بشكل جيد و ما يحتاج إلى التحسين.

ما يمكن تحسينه	ما ينجح بشكل جيد

إعادة التصميم



ارسم حاجز فيضانات بعد إعادة تصميمه مع وصف مكوناته. وضح ما اخترت تغييره وسبب ذلك التغيير.

أقيّم نفسي



اقرأ كل عبارة، بالنسبة إلى كل صف، لَوْن النجوم بما يناسب المجهود الذي حققته.

☆☆☆	☆☆	☆	
☆☆☆ يمكنني توضيح تأثير الفيضان وكيف يمكن منعه باستخدام التفاصيل المحددة.	☆☆ يمكنني توضيح تأثير الفيضان وكيف يمكن منعه.	☆ يمكنني توضيح تأثير الفيضان وكيف يمكن منعه بمساعدة الزملاء أو المعلم.	المحتوى الدراسي
☆☆☆ يمكنني المساعدة في إنشاء حاجز للفيضان وتوضيح سبب فاعليته بالتفصيل وعرض عدة طرق يمكن تحسينه من خلالها.	☆☆ يمكنني المساعدة في إنشاء حاجز للفيضان وتوضيح سبب فاعليته وكيف يمكن تحسينه.	☆ يمكنني المساعدة في إنشاء حاجز للفيضان ولكن أحتاج إلى مساعدة في توضيح سبب فاعليته وكيف يمكن تحسينه.	جودة الأداء
☆☆☆ يمكنني استخدام البيانات وأفكار الآخرين لتحسين التصميم، كما يمكنني مساعدة الزملاء وممارسة القيادة في هذا المجال.	☆☆ يمكنني استخدام البيانات وأفكار الآخرين لتحسين التصميم.	☆ يمكنني استخدام البيانات وأفكار الآخرين لتحسين التصميم مع الحصول على المساعدة.	المهارات الحياتية

مقياس التقييم المتدرج (مخصص لاستخدام المعلم)

يفوق التوقعات (٣)	يلبي التوقعات (٢)	يقترّب من التوقعات (١)	
يعمل مع المجموعة لمناقشة الأفكار الخاصة بحاجز الفيضان الناجح وتجميعها. يعمل كقائد، ويساعد في ترتيب المجموعات. العلوم ب.١.٠ ز	يعمل مع المجموعة لمناقشة الأفكار الخاصة بحاجز الفيضان الناجح وتجميعها. العلوم ب.١.٠ ز	يعمل مع المجموعة لمناقشة الأفكار الخاصة بحاجز الفيضان الناجح وتجميعها مع عرض أدنى قدر من المساعدة. العلوم ب.١.٠ ز	المحتوى الدراسي
يدون ملاحظات تتميز بالتعمق عن فاعلية المواد المستخدمة في حاجز الفيضان. العلوم د.١.٠ أ	يدون ملاحظات عن فاعلية المواد المستخدمة في حاجز الفيضان. العلوم د.١.٠ أ	يدون ملاحظات عن فاعلية المواد المستخدمة في حاجز الفيضان بدعم من الزملاء أو المعلم. العلوم د.١.٠ أ	
يوضح طرقًا متنوعة يمكن من خلالها منع الفيضانات في أقاليم مختلفة حول العالم، و يشارك سبب فاعلية أحد الأساليب في مكان محدد. الدراسات الاجتماعية ج.٢.٠ ب	يوضح كيف يمكن منع الفيضانات في أقاليم مختلفة حول العالم. الدراسات الاجتماعية ج.٢.٠ ب	يوضح كيف يمكن منع الفيضانات في أقاليم مختلفة حول العالم بدعم من الزملاء أو المعلم. الدراسات الاجتماعية ج.٢.٠ ب	
يعمل مع المجموعة لمناقشة فاعلية حاجزهم وكيف يمكن تحسينه، ويضطلع بدور القيادة ويساعد في تنظيم المجموعة في هذا العمل. المجالات المهنية أ.١.٠ ب	يعمل مع المجموعة لمناقشة فاعلية حاجزهم وكيف يمكن تحسينه. المجالات المهنية أ.١.٠ ب	يعمل مع المجموعة لمناقشة فاعلية حاجزهم وكيف يمكن تحسينه مع عرض أدنى قدر من المساعدة. المجالات المهنية أ.١.٠ ب	
يوضح المواد التي يجب استخدامها لإنشاء حاجز ناجح ويحدد المواد غير المفيدة، ويقدم تفاصيل استثنائية أو توضيحية مدروسًا بعناية. العلوم د.١.٠ ب	يوضح المواد التي يجب استخدامها لإنشاء حاجز ناجح ويحدد المواد غير المفيدة. العلوم د.١.٠ ب	يوضح المواد التي يجب أو لا يجب استخدامها لإنشاء حاجز ناجح بدعم من الزملاء أو المعلم. العلوم د.١.٠ ب	
يوضح خطة إعادة التصميم التي تضم تفاصيل استثنائية و/أو حلاً فريداً، ويصنّفها، ويفسّرهما. يوضح خطة إعادة التصميم، ويصنّفها، ويفسّرهما بطريقة واضحة لا يسهل فهمها.	يوضح خطة إعادة التصميم، ويصنّفها، ويفسّرهما بطريقة واضحة لا يسهل فهمها.	يوضح خطة إعادة التصميم، ويصنّفها، ويفسّرهما بطريقة واضحة لا يسهل فهمها.	
يبدى رغبة استثنائية في الاستماع باحترام وتقبل أفكار الآخرين، ولا سيما عندما تختلف عن أفكاره. يمثل نموذجاً يحتذى به زملاؤه في هذا النطاق. احترام التنوع	يبدى رغبته في الاستماع باحترام وتقبل أفكار الآخرين، ولا سيما عندما تختلف عن أفكاره. احترام التنوع	يبدى قدرًا ضئيلاً من الرغبة في الاستماع باحترام وتقبل أفكار الآخرين، ولا سيما عندما تختلف عن أفكاره. احترام التنوع	المهارات الحياتية
يجمع بيانات دقيقة عن فاعلية حاجز المجموعة. يضطلع بدور القيادة، ويساعد في تنظيم المجموعة في هذا العمل. حل المشكلات	يجمع بيانات دقيقة عن فاعلية حاجز المجموعة. حل المشكلات	يجمع بيانات دقيقة عن فاعلية حاجز المجموعة بدعم من الزملاء أو المعلم. حل المشكلات	

GraphicsRF / Shutterstock.com	صفحة ٧٢	ONYXprj / Shutterstock.com	الصور المستخدمة على مدار المحور
Kabardin's photo / Shutterstock.com	صفحة ٧٩	mayrum / Shutterstock.com	صور الأنشطة للعلوية
Riccardo Mayer / Shutterstock.com	صفحة ٨٠	FLUTES / Shutterstock.com	صور أنشطة القراءة
nmedia / Shutterstock.com	صفحة ٨٠	Jane Kelly / Shutterstock.com	صور الأنشطة للبصرية
Andrey_Popov / Shutterstock.com	صفحة ٨٧	Jeyhun Bakhtiyarov / Shutterstock.com	صور القطع
Shutterstock.com / Agarianna76	صفحة ٨٧	TissaNsk / Shutterstock.com	صفحة ٧١
eFesenko / Shutterstock.com	صفحة ٨٧	Pavlo S / Shutterstock.com	صفحة ١١٨
BlueRingMedia / Shutterstock.com	صفحة ٩١	WarmWorld / Shutterstock.com	صفحة ١٢٣
Igor Shoshin / Shutterstock.com	صفحة ٩٢	3d factory / Shutterstock.com	صفحة ١٢٦ . ١٢٧
Tennessee Witney / Shutterstock.com	صفحة ٩٢	Arte Pillar / Shutterstock.com	صفحة ٦٤ . ٦٣
suchada kupraditphan / Shutterstock.com	صفحة ٩٢	chaiwatartwork / Shutterstock.com	صفحة ٦٤ . ٦٣
Howard Sayer / Shutterstock.com	صفحة ٩٢	BigMouse / Shutterstock.com	صفحة ٣٦
Zigzag Mountain Art / Shutterstock.com	صفحة ٩٢	Designua / Shutterstock.com	صفحة ١١٤ . ١١٣
arogant / Shutterstock.com	صفحة ٩٢	JoeyPhoto / Shutterstock.com	صفحة ١١٩ . ١٢٠
Ekaterina McClaud / Shutterstock.com	صفحة ١٠١	Astrid Gast / Shutterstock.com	صفحة ١٢٠ . ١٢٠
CherylRamalho / Shutterstock.com	صفحة ١٠٧	Oleksandr Panasovskiy / Shutterstock.com	صفحة ٥١
GUDKOV ANDREY / Shutterstock.com	صفحة ١٠٧	OrangeVector / Shutterstock.com	صفحة ٨٢
TTphoto / Shutterstock.com	صفحة ١٠٨	Daniel Prudek / Shutterstock.com	صفحة ٤
Shutterstock.com / Forunner93	صفحة ١٠٨	Super Prin / Shutterstock.com	صفحة ٤
Peter Hermes Furian / Shutterstock.com	صفحة ١١٤	SIRIMAT KAMSALIN / Shutterstock.com	صفحة ٤
Ondrej Prosicky / Shutterstock.com	صفحة ١١٦	wavebreakmedia / Shutterstock.com	صفحة ٦
Bedrich Hrstka / Shutterstock.com	صفحة ١١٧	ESB Professional / Shutterstock.com	صفحة ٣٠
Alexander Khitrov / Shutterstock.com	صفحة ١١٩	New Africa / Shutterstock.com	صفحة ٣٠
shaifulzamri / Shutterstock.com	صفحة ١٢٠	Kerdkanno / Shutterstock.com	صفحة ٣٠
Takashi Iwai / Shutterstock.com	صفحة ١٢١	matimix / Shutterstock.com	صفحة ٣٠
rittikorn poonwong / Shutterstock.com	صفحة ١٢١	JIANG HONGYAN / Shutterstock.com	صفحة ٣٧
Medvedeva Oxana / Shutterstock.com	صفحة ١٢٢	Gelpi / Shutterstock.com	صفحة ٣٧
Ocean Image Photography / Shutterstock.com	صفحة ١٢٢	Deyan Georgiev / Shutterstock.com	صفحة ٣٨
sima / Shutterstock.com	صفحة ١٢٢	About time / Shutterstock.com	صفحة ٣٨
ArcherD / Shutterstock.com	صفحة ١٢٢	Tanya Dvoretzkaya / Shutterstock.com	صفحة ٤١
Mikhail Priakhin / Shutterstock.com	صفحة ١٢٢	Shutterstock.com / frantic00	صفحة ٤١
Jarry / Shutterstock.com	صفحة ١٢٣	stockcreations / Shutterstock.com	صفحة ٤٤
mj - tim photography / Shutterstock.com	صفحة ١٢٣	Pikovit / Shutterstock.com	صفحة ٤٤
Puripat Lertpunyaroj / Shutterstock.com	صفحة ١٢٣	VectorMine / Shutterstock.com	صفحة ٤٧
Merrimon Crawford / Shutterstock.com	صفحة ١٢٤	Shutterstock.com / bus109	صفحة ٦٢
Shutterstock.com / segawa7	صفحة ١٤٢	Inspiring / Shutterstock.com	صفحة ٦٤
vectortatu / Shutterstock.com	صفحة ١٤٣	Eduard Radu / Shutterstock.com	صفحة ٦٤
julius fekete / Shutterstock.com	صفحة ١٦٩	JuliaEm / Shutterstock.com	صفحة ٦٤
remon fayez / Shutterstock.com	صفحة ١٧٦	ClassicVector / Shutterstock.com	صفحة ٦٤
Ramy ElSawa / Shutterstock.com	صفحة ١٧٦	Mountain Brothers / Shutterstock.com	صفحة ٦٤
Mikhail Gnatkovskiy / Shutterstock.com	صفحة ١٨١	Anna.zabella / Shutterstock.com	صفحة ٦٤
schusterbauer / Shutterstock.com	صفحة ١٨١	Shutterstock.com / Iriska48	صفحة ٦٤
Anton_Ivanov / Shutterstock.com	صفحة ١٨٦	Anton Starikov / Shutterstock.com	صفحة ٦٤
isparklinglife / Shutterstock.com	صفحة ١٨٦	GraphicsRF / Shutterstock.com	صفحة ٦٤
Prerna-jain / Shutterstock.com	صفحة ١٨٧	Voinau Pavel / Shutterstock.com	صفحة ٧٠
Oleg Zaslavsky / Shutterstock.com	صفحة ١٨٧	OlgaChernyak / Shutterstock.com	صفحة ٧٠
Johanna K M Nilsson / Shutterstock.com	صفحة ١٨٧		
WitthayaP / Shutterstock.com	صفحة ١٩٢		

حقوق الطبع والنشر © ٢٠٢٢/٢٠٢٣

جميع حقوق النشر محفوظة لوزارة التربية والتعليم والتعليم الفني.
لا يسمح بتوزيع هذا الكتاب خارج وزارة التربية والتعليم والتعليم الفني.



Egyptian Knowledge Bank
بنك المعرفة المصري

