دروس بلس
DorosPlus

المملكة العربية السعودية

وزارة التعليم
Ministry of Education

قررت وزارة التعليم تدريس
هذا الكتاب وطبعه على نفقتها

المهارات الحياتية والأسرية

دروس بلس
DorosPlus

للصف الأول الابتدائي

الفصل الدراسي الثاني

قام بالتأليف والمراجعة

فريق من المتخصصين

طبعة ١٤٤٣-٢٠٢١

يوزع مجاناً ولا يباع
وزارة التعليم
Ministry of Education
2021 - 1443

دروس بلس
DorosPlus

الْوَحْدَةُ الأُولَى

صِحَّتي وَسَلَامَتي

- اَلْجُلُوسُ الصَّحِيحُ
- نَظَافَةُ الوَجْهِ

دروس بلس
DorosPlus

وزارة التعليم
Ministry of Education
2021 - 1443

دروس بلس
DorosPlus

صِحَّتِي وَسَلَامَتِي



دروس بلس
DorosPlus

يُتوقعُ من المتعلمِ في نهايةِ الوحدةِ:

- أن يُطبقَ الجلوسَ بشكلٍ صحيح.
- أن يُطبقَ طريقةَ تنظيفِ الوجهِ عملياً.

رابط الدرس الرقمي
www.ien.edu.sa

الْجُلُوسُ الصَّحِيحُ

الْمَفَاهِيمُ الرَّئِيسَةُ :
- الْجُلُوس.
- الْجُلُوسُ الصَّحِيح.

صِفْ ما تُشاهِدُهُ فِي الصُّورَةِ؟



جلوس صحيح لطالبه جميله :عامودها الفقري معتدل

◆ أَيُّ الجَلَسَاتِ الْآتِيَةِ صَحِيحَةٌ؟







وزارة التعليم
Ministry of Education
1443 - 2021

دروس بلس
DorosPlus

أُسْرَتِيَ العَزِيزَةَ

أُسْرَتِيَ العَزِيزَةَ: أَبْدَأُ اليَوْمَ دراسةَ دَرْسٍ جَدِيدٍ أَتَعَلَّمُ فِيهِ (الجلوس الصحيح)
وَهَذا نَشاطٌ نَسْعَدُ بِتَنْفِيذِهِ مَعاً
مَعَ وَافِرِ الحُبِّ- ابْنُكُمْ/ ابْنَتُكُمْ.

نشاط

عزيزيَ الأبَ/ عزيزتي الأمَّ:
تأكَّدَا منْ جُلُوس أَبْنائكُما جلوسًا صَحِيحًا في المَنْزِل.

◆ أَجْلِسُ بِطَرِيقةٍ صَحِيحَةٍ حَتَّى يَكُونَ ظَهْرِيْ مُلاَصِقاً لِظَهْرِ الْمَقْعَدِ.



◆ الْجِلْسَةُ الْخَاطِئَةُ تُؤَثِّرُ فِي سَلاَمَةِ ظَهْرِي.



◆ الْمَقْعَدُ وُضِعَ لِي وَلَيْسَ لِلْحَقِيبَةِ.



وزارة التعليم
Ministry of Education
2021 - 1443

دروس بلس
DarosPlus

نَشَاط ١

أُطَبِّقُ الْجِلْسَةَ الصَّحِيحَةَ عَلَى الْكُرْسِيِّ فِي الصَّف.

أُسْرَتِيَ العَزِيزَةَ

عَزِيزِيَ الأَبَ/ عزيزتي الأُمَّ، ساعِدا أَبْناءَكُما عَلَى الإِجابةِ عنِ السُّؤَالِ الآتي:

لِمَ يُحَذِّرُ المُخْتَصُّونَ مِنَ الجُلُوسِ غَيْرِ الصحِيح؟

...الجلوس بطريقة غير صحيحة يؤثر على سلامة العامود الفقري.....

دروس بلس
DarosPlus

وزارة التعليم
Ministry of Education
2021 - 1443

دروس بلس
DorosPlus

نَشَاط ٢

لِمَ يَجِبُ عَلَيَّ الْجُلُوسَ بِطَرِيقَةٍ صَحِيحَةٍ؟

حتى أحافظ على سلامة عامودي الفقري

أُسْرَتِيَ العَزِيزَةَ

عَزِيزِيَ الأَبَ/ عزيزتي الأُمَّ، أَرْشِدا أبناءكُما إلى تغييرِ وَضْعِيَّةِ الجلوسِ كُلَّ ٣٠ دقيقةً على الأقلِّ وذلكَ بالوقوفِ أو المشي.

دروس بلس
DorosPlus

دروس بلس
DorosPlus

نشاط ٣

أَشْتَرِكُ مَعَ زُمَلائي فِي التَّعْلِيقِ عَلَى الصُّوَرِ الآتية:



طالبه تسجل بطريقة صحيحة



جلوسها خاطئ قد تسقط وتؤذي نفسها



طريقة جلوسها خاطئة



طريقة جلوسها خاطئة

أختبر نفسي

أُقَوِّمُ نَفْسِي بِتَلْوِينِ الشَّكْلِ المُنَاسِبِ:

	نعم	لا
أُطَبِّقُ الْجِلْسَةَ الصَّحِيحَةَ.		
أَنْصَحُ مَنْ يَجْلِسُ جِلْسَةً خَاطِئَةً.		
أَتَجَنَّبُ الْجِلْسَةَ الْخَاطِئَةَ.		

نشاط ٤

أَقْتَرِحُ أَمَاكِنَ يُمْكِنُنِي تَطْبِيقُ الجُلُوسِ الصَّحِيحِ فِيهَا غَيْرَ الصَّفِّ:

اجلس في غرفتي عند المذاكرة-اجلس في المكان المخصص في صالة المنزل وغرفة المعيشة وفي غرفة الطعام

وزارة التعليم
Ministry of Education
2021 - 1443

دروس بلس
DorosPlus

نَشَاط ٥

أَرْسُمُ دَائِرَةً حَوْلَ الْأَشْكَالِ الصَّحِيحَةِ:



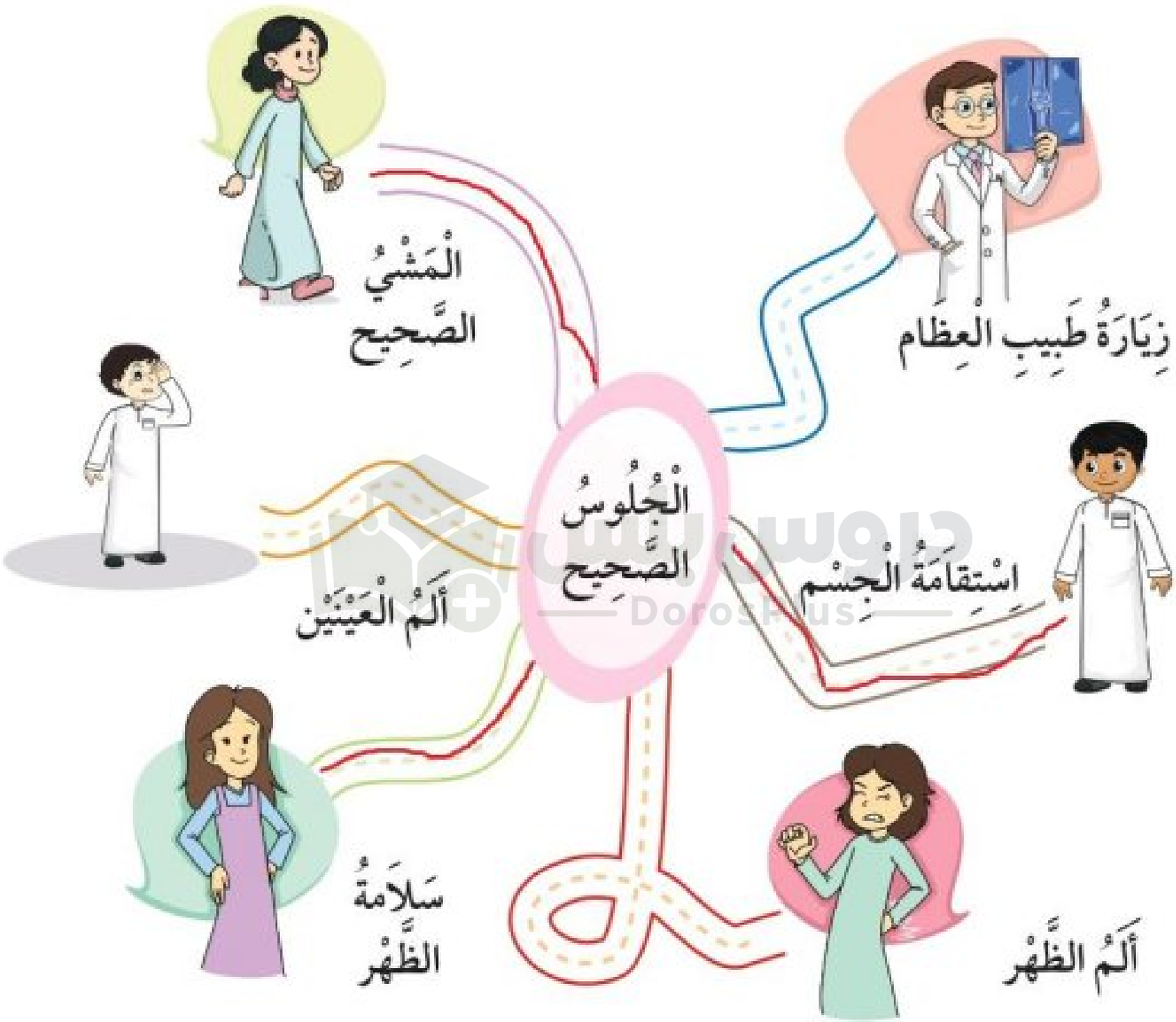
السَّبَبُ وَالنَّتِيجَةُ

السَّبَبُ	النَّتِيجَةُ
الْجُلُوسُ الصَّحِيحُ وَالِاسْتِمَاعُ لِلْمُعَلِّمِ	يُسَاعِدُكَ عَلَى الفَهْمِ.
الْجُلُوسُ طَوِيلاً أَمَامَ التِّلْفَازِ وَالحَاسُوبِ	يُؤَثِّرُ فِي سَلَامَةِ ظَهْرِكَ وَعَيْنَيْكَ.

دروس بلس
DorosPlus

هيّا نمرح

١ أُلَوِّنُ الطَّرِيقَ النَّاتِجَ عَنِ الْجُلُوسِ الصَّحِيحِ:

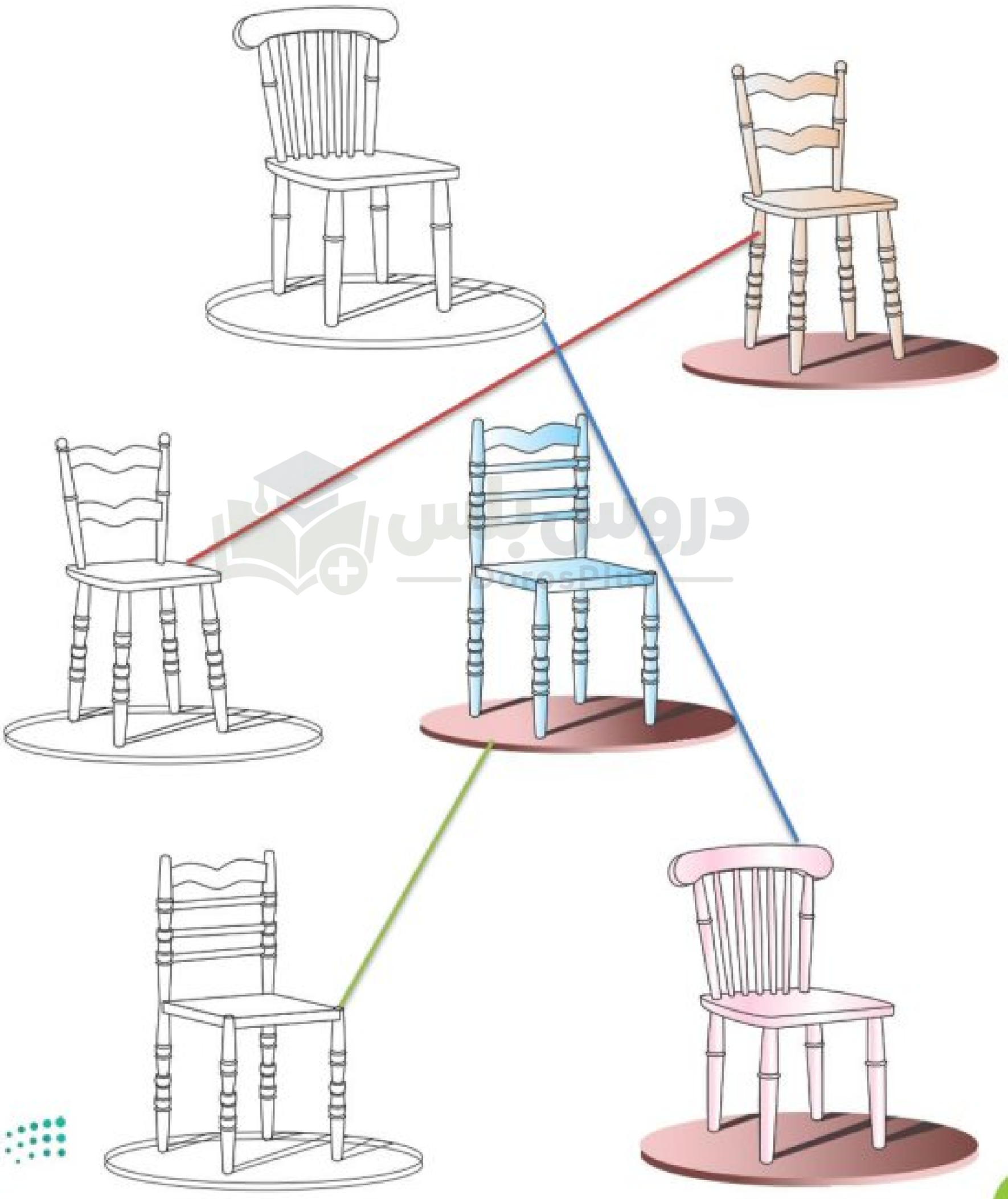


٢ ما الشَّيْءُ الَّذِي لَهُ أَرْبَعُ أَرْجُلٍ، لَكِنَّهُ لَا يَتَحَرَّكُ؟

الكـــرسي

دروس بلس
DorosPlus

٢ أَصِلُ الْكُرْسِيَّ بِالْكُرْسِيِّ الْمُشَابِهِ لَهُ، ثُمَّ أُلَوِّنُهُ:



وزارة التعليم
Ministry of Education
2021 - 1443

رابط الدرس الرقمي
www.ien.edu.sa

نَظَافَةُ الْوَجْهِ

الْمَفَاهِيمُ الرَّئِيسَة :
- النَّظَافَة.
- الْوَجْه.
- نَظَافَةُ الْوَجْه.

جُزْءٌ مِنَ الْجِسْمِ، فِيهِ الْعَيْنَانِ
وَالأَنْفُ وَالْفَمُ، فَمَا هُوَ؟



الوجه

نَشَاط ١



لِمَ يَبْدُو وَجْهُ الفتى والْفَتَاةِ مُتَّسِخاً

لأنهم لم يحافظوا على نظافته

وزارة التعليم
Ministry of Education
1443

دروس بلس
DorosPlus

◆ أُنظِّمُ أَفكَارِي:

كَيْفَ أُحَافِظُ عَلَى وَجْهِي نَظِيفاً؟

أَغْسِلُهُ بِالمَاءِ.

أَغْسِلُهُ بِالْمَاءِ وَالصَّابُونِ.

أُجَفِّفُهُ بِرِفْقٍ.

أُرَطِّبُهُ بِكَرِيمٍ مُرَطِّبٍ.



نَشَاط ٢

أَفْتَرِضُ أَنَّنِي ذَهَبْتُ فِي نُزْهَةٍ بَرِّيَّةٍ مَعَ عَائِلَتِي، وَلَيْسَ لَدَيَّ مَاءٌ أَغْسِلُ به وَجْهِي؛ أَقْتَرِحُ طَرَائِقَ بَدِيلَةً لِتَنْظِيفِهِ. استخدم المناديل المبللة المعقمة لدي

نَشَاط ٣

أَكْتَشِفُ الْأَخْطاءَ فِي الْأَشْكالِ الآتية:


تحريك العينين بشدة


استخدام أدوات حادة في الإذن


وضع الإصبع في فتحة الأنف


عدم تنظيف الفم والوجه بعد الأكل

وزارة التعليم
Ministry of Education
2021 - 1443

الطَّرِيقَةُ الصَّحِيحَةُ لِتَنْظِيفِ أَجْزاءِ وَجْهِي:



أَغْسِلُ عَيْنَيَّ بِالْماءِ.



أُنَظِّفُ أَنْفِي بِمِنْدِيلٍ نَظِيفٍ.



بَعْدَ الْأَكْلِ، أَغْسِلُ فَمِي مِنَ الْخَارِجِ بِالماءِ وَالصَّابُونِ.



أُنَظِّفُ أُذُنِي مِنَ الْخَارِجِ بِمِنْدِيلٍ نَظِيفٍ .

دروس بلس
DorosPlus

دروس بلس
DorosPlus

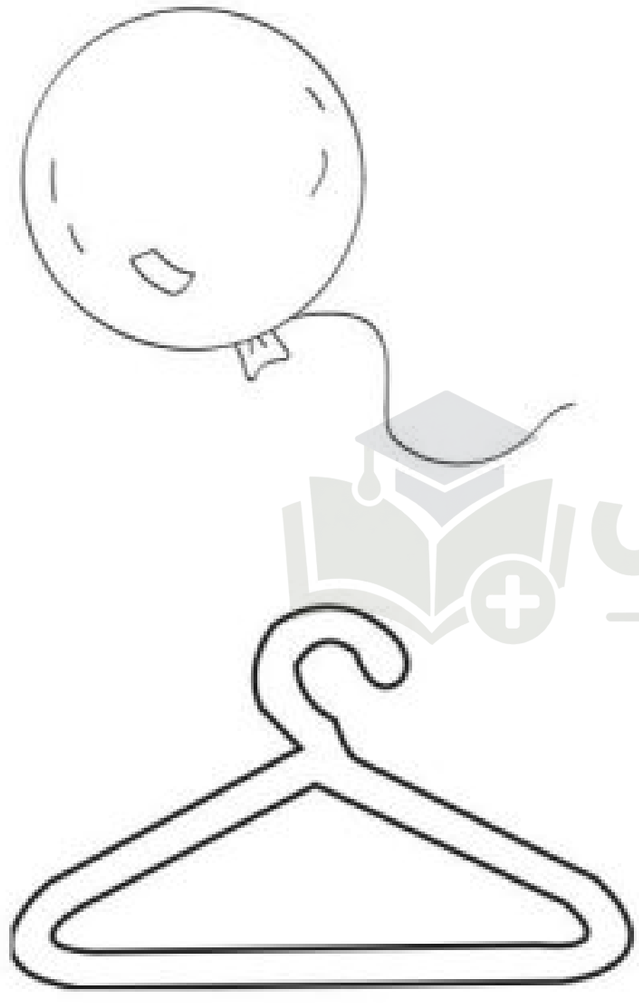
إِرْشادَاتٌ عامَّة

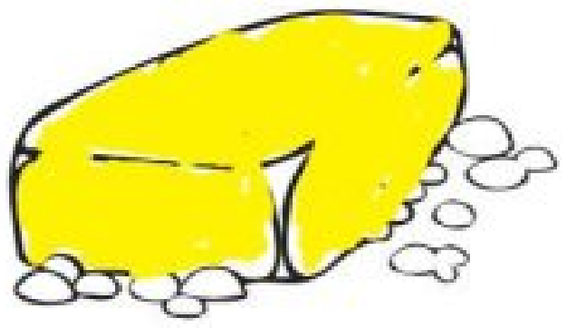
- الْحِرْصُ عَلَى النَّظَافَةِ يَقِي مِنَ الْأَمْراضِ.
- تَغْمِيضُ الْعَيْنَيْنِ عِنْدَ غَسْلِ الوَجْهِ بِالْمَاءِ وَالصَّابُونِ أَمْرٌ ضَرُورِيٌّ.
- اِسْتِخْدامُ الْكريمِ الْمُرَطِّبِ بَعْدَ غَسْلِ الوَجْهِ يُحَافِظُ عَلَى نَضَارَتِهِ.
- النَّوْمُ الْكافِي يُرِيحُ الْوَجْهَ وَالْعَيْنَيْنِ.
- تَنْظِيفُ الْأَنْفِ وَالْأُذُنَيْنِ بِطَرِيقَةٍ خَاطِئَةٍ يُعَرِّضُكَ لِلْخَطَرِ.

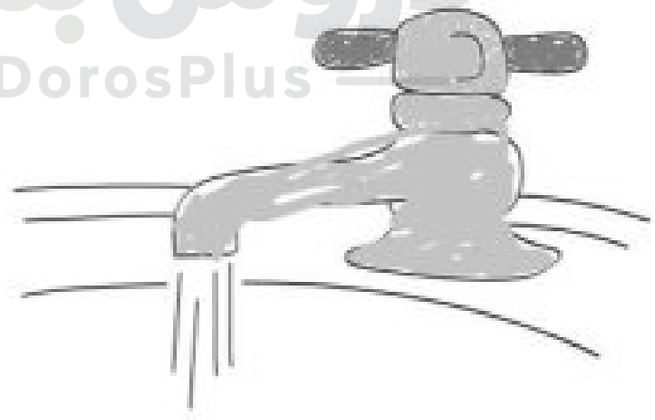
دروس بلس
DorosPlus

هيّا نمرح

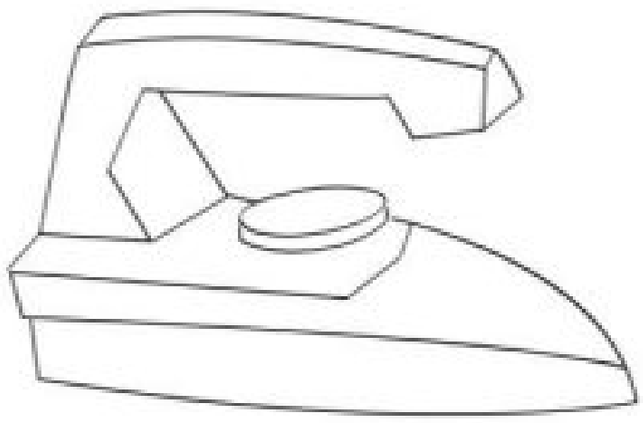
١ أُلَوِّنُ أَدَواتِ نَظافَةِ الْوَجْهِ:









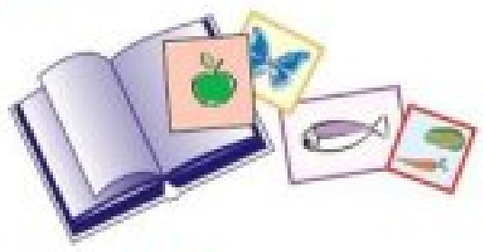


دروس بلس
DorosPlus
وزارة التعليم
Ministry of Education
2021 - 1443

دروس بلس
DorosPlus

٢ أَجْمَعُ وَأُلْصِقُ صُوَراً لِأَدَوَاتِ نَظَافَةِ الْوَجْهِ:







وحَدَةُ صِحَّتِي وَسَلامَتِي



أَتَعَلَّمُ لُغَةَ الإِشَارَةِ بِشَغَفٍ؛ حَتَّى أَتَواصَلَ مَعَ زُمَلَائِي/ زَمِيلَاتِي مِنَ الصُّمِّ، وَأَنَا قَادِرٌ- بِتَوفِيقِ اللَّهِ- عَلَى إِتْقانِهَا بِكَفَاءةٍ عالِيَةٍ.







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

دروس بلس
DorosPlus







دروس بلس
DorosPlus

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

وزارة التعليم
Ministry of Education
2021 - 1443

دروس بلس
DorosPlus

الْوَحْدَةُ الثَّانِيَة

شَخْصِيَّتِي

- كَيْفَ أَتَصَرَّف؟
- كَيْفَ أَعْتَذِر؟

دروس بلس
DorosPlus

وزارة التعليم
Ministry of Education
2021 - 1443

دروس بلس
DorosPlus

شَخْصِيَّتِي



دروس بلس
DorosPlus

يُتوقعُ من المتعلِّم في نهايةِ الوحدةِ:

- أن يُجيدَ التصرفَ الصحيحَ إذا تنمرَ عليهِ الآخرونَ.
- أن يُوضِّحَ التصرفَ السليمَ إذا نَسِيَ وجبتَهُ أو أدواتِهِ المدرسيةَ.
- أن يتصرَّفَ بهدوءٍ في وقتِ راحةِ العائلةِ.
- أن يعتذرَ إذا بَدَرَ منه خَطَأ.

دروس بلس
DorosPlus

رابط الدرس الرقمي
www.ien.edu.sa

كَيْفَ أَتَصَرَّفُ؟

كَيْفَ أَتَصَرَّفُ إِذَا تَنَمَّر عَلَيَّ الآخَرُونَ؟

المَفَاهِيمُ الرَّئيسة:
• التَّصَرُّفُ السَّليم.

أُسْرَتِي العَزِيزَةَ

أُسْرَتِيَ العَزِيزَةَ:

أَبْدَأُ اليَوْمَ دراسةَ دَرْسٍ جَدِيدٍ أَتَعَلَّمُ فِيه (كَيْفَ أَتَصَرَّفُ؟) وَهَذا نَشاطٌ نَسْعَدُ بِتَنْفِيذِهِ مَعاً مَعَ وَافِرِ الحُبِّ- ابْنُكُمْ/ ابْنَتُكُمْ.

نشاط:

• عزيزيَ الأبَ/ عزيزتي الأمَّ: ناقشا أبناءكما عند ملاحظة أي تصرفات تشير لتعرضهم للتنمر في المدرسة.

دروس بلس
DorosPlus

وزارة التعليم
Ministry of Education
2021 - 1443

دروس بلس
DorosPlus

◆ مُهَنَّدٌ طالبٌ مُؤَدَّبٌ، تَنَمَّرَ عَلَيْهِ زَمِيلُهُ، فَكَيْفَ يَتَصَرَّف؟

التَّصَرُّفُ السَّلِيم

١. يُنَاقِشُهُ لِمَعْرِفَةِ سَبَبِ الْإِسَاءَةِ.
٢. يُذَكِّرُهُ بِآيَةٍ أَوْ حَدِيثٍ.
٣. يُخْبِرُ الْمُعَلِّمَ بِالأَمْرِ.

النَّتِيجَة

تَسُودُ الأُلْفَةُ وَالْمَحَبَّةُ.

التَّصَرُّفُ الْخَاطِئ

١. يَبْكِي.
٢. يَصْمُتُ وَيَنْعَزِلُ عَنِ الآخَرِين.

النَّتِيجَة

تَقَعُ الْعَدَاوَةُ وَالْبَغْضَاءُ.

دروس بلس
DorosPlus

أَسْتَمِعُ لِهَذِهِ الآيَةِ وَأُذَكِّر بِهَا مَنْ يَسْخَرُ مِنَ الْآخَرِينَ:

قَالَ تَعَالَى:



﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِّن قَوْمٍ عَسَىٰٓ أَن يَكُونُواْ خَيْرًا مِّنْهُمْ ﴾[1]

أُسْرَتِيَ العَزِيزَةَ

عزيزيَ الأبَ/ عزيزتي الأم: ساعِدا أبناءكما في كتابةِ نصيحةٍ لمن يتنمرُ على الآخرين.

(١) سورة الحجرات الآية رقم(١١).

دروس بلس
DorosPlus

نَشَاط ١

أَخْتَارُ الْإِجَابَةَ الصَّحِيحَةَ فِيمَا يَأْتِي:

تَنَمَّرَ أَحَدُ زُمَلَائِكَ عَلَى آخَر، ماذَا يَنْبَغِي أَنْ تَفْعَل؟



١. ~~أُحَاوِلُ الإِصْلَاحَ بَيْنَهُمَا.~~

٢. أُشَجِّعُ زَمِيلِي عَلَى الرَّدِّ عَلَيْه.

٣. أَكْتَفِي بِالْمُشَاهَدَةِ فَقَطْ.

دروس بلس
DorosPlus

أُسْرَتِيَ العَزِيزَةَ

عَزِيزِيَ الأَبَ/ عزيزتي الأُمَّ: ناقشا أبناءكما في التصرف الصحيح عند التعرض للموقفِ الآتي:

- مشاهدةُ أحدِ زُملائه يتعرضُ للتنمر.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2021 - 1443

دروس بلس
DorosPlus



كَيْفَ أَتَصَرَّفُ إِذَا نَسِيتُ أَدَوَاتِيَ الْمَدْرَسِيَّةَ؟

◆ إِنَّكَ طَالِبٌ حَرِيص، وَلَكِنْ مَاذَا لَوْ نَسِيتَ أَدَوَاتِكَ الْمَدْرَسِيَّةَ يوماً ما، كَيْفَ تَتَصَرَّف؟



التَّصَرُّفُ السَّلِيم

١. أُخْبِرُ مُعَلِّمِيْ وَأَعْتَذِرُ مِنْهُ، وَلَا أَلْتَزِمُ الصَّمْتَ.
٢. أَطْلُبُ مِنْهُ الْمُسَاعَدَةَ.
٣. أَسْتَعِيرُ مِنْ زَمِيلِي، ثُمَّ أُعِيدُ ما اسْتَعَرْتُهُ مَعَ الشُّكْرِ.



النتيجة

كِتَابَةُ الدُّرُوسِ، وَعَدَمُ التَّأَخُّرِ فِي تَدْوِينِ الْوَاجِبَاتِ.



نَشَاط ٢

كَيْفَ أَتَصَرَّفُ إِذَا نَسِيتُ وَجْبَتِي الْمَدْرَسِيَّةَ؟

اخبر المعلم –استلف من زميلي وارد له السلف اليوم التالي

وزارة التعليم
Ministry of Education
2021 - 1443

دروس بلس
DorosPlus

نَشَاط ٣

إِذَا نَسِيَ أَحَدُ زُمَلائِي وَجْبَتَهُ الْمَدْرَسِيَّةَ؛ فَكَيْفَ أُقَدِّمُ لَهُ الْمُسَاعَدَةَ؟

١ أُقْرِضُهُ بَعْضَ النُّقُودِ لِيَشْتَرِيَ مِنَ الْمَقْصَفِ مَا يَحْتَاجُ.

٢ أَتْرُكُهُ دُونَ مُسَاعَدَةٍ.

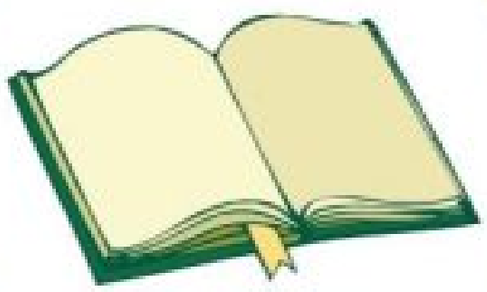
٣ أُشْرِكُهُ فِي وَجْبَتِي الْمَدْرَسِيَّةِ.

٤ أُخْبِرُ الْمُشْرِفَ عَلَى الطُّلَّابِ وَقْتَ الْفُسْحَةِ بِالْأَمْرِ.

◆ أُرَدِّدُ هَذَا الْحَدِيثَ وَأَفْهَمُ مَعْنَاهُ:

عَنْ عَبْدِاللَّهِ بْنِ عُمَرَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ:

«وَمَنْ كَانَ فِي حَاجَةِ أَخِيهِ كَانَ اللَّهُ فِي حَاجَتِهِ»(١)



(١) صحيح البخاري: ٢٤٤٢.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2021 - 1443

دروس بلس
DorosPlus



كَيْفَ أَتَصَرَّفُ فِي وَقْتِ رَاحَةِ الْأَهْلِ؟

التَّصَرُّفُ السَّلِيم

١. عَدَمُ إِزْعَاجِ مَنْ كَانَ نَائِماً.
٢. كِتَابَةُ الْوَاجِبَاتِ المَدْرَسِيَّةِ.
٣. الانْشِغَالُ بِالْقِرَاءَةِ أَوِ التَّلْوِينِ.

النَّتِيجَة

١. رِضَا الْوَالِدَيْنِ وَأَفْرَادِ عَائِلَتِي عَنِّي.
٢. تَوْفِيرُ الْجَوِّ الْمُنَاسِبِ لِمَنْ يَرْغَبُ فِي الرَّاحَةِ وَالاسْتِذْكَارِ.

التَّصَرُّفُ الخَاطِئ

١. الْعَبَثُ بِالنَّارِ أَوِ الْأَدَوَاتِ الْحَادَّةِ.
٢. الْخُرُوجُ مِنَ المَنْزِلِ دُونَ اسْتِئْذَانٍ.
٣. إِصْدَارُ الْأَصْوَاتِ الْعَالِيَةِ.

النَّتِيجَة

١. غَضَبُ الْوَالِدَيْنِ وَالْعَائِلَةِ مِنِّي.
٢. التَّعَرُّضُ لِلْخَطَرِ.

وزارة التربية
Ministry of Education

دروس بلس
DorosPlus

نَشَاط ٤



أُحَدِّدُ عَلَى هَذه السَّاعَة وَقْتَ رَاحَة عائلَتي.

إِرْشَادَاتٌ عَامَّة

- الْعَفْوُ مِنْ أَخْلاقِ الْمُسْلِمِينَ.
- نُصْحُكَ لِمَنْ يَتَنَمَّرُ عَلَى الآخَرِينَ أَمْرٌ ضَرُورِيٌّ.
- مُسَاعَدَةُ الْآخَرِينَ مِنَ الْأَخْلاقِ الْإِسْلامِيَّةِ.
- لِكُلِّ عَائِلَةٍ وَقْتُ رَاحَةٍ، فَلاَ تُزْعِجْ أَحَداً فِي وَقْتِ رَاحَتِهِ.

دروس بلس
DorosPlus

دروس بلس
DorosPlus

هيّا نمرح

أُقَوِّمُ نَفْسِي بِتَلْوِينِ المَكَانِ الْمُنَاسِبِ:

	نعم	لا
١	أَتَنَمَّرُ عَلَى الآخرين.	
٢	أَنْصَحُ مَنْ يَتَنَمَّرُ على الآخَرِين.	
٣	أَنْسَى أَدَوَاتِيَ الْمَدْرَسِيَّةَ.	
٤	أَشْكُرُ المُعَلِّمَ عِنْدَمَا يُسَاعِدُنِي.	
٥	أَحْرِصُ عَلَى تَنَاوُلِ وَجْبَتِيَ الْمَدْرَسِيَّةِ.	
٦	أَبْكِي خَوْفاً مِنَ المُعَلِّم.	
٧	أُعِيدُ الأَدَوَاتِ الَّتِي اسْتَعَرْتُهَا مِنْ زَمِيلِي.	
٨	أُسَاعِدُ مَنْ يَحْتَاجُ إِلَى مُسَاعَدَتِي.	
٩	أَسْتَأْذِنُ ثَلاثًا قَبْلَ الدُّخُولِ.	
١٠	أَعْبَثُ بِالْمَنْزِلِ وَقْتَ رَاحَةِ عَائِلَتِي.	

دروس بلس
DorosPlus

دروس بلس
DorosPlus

رابط الدرس الرقمي

www.ien.edu.sa

كَيْفَ أَعْتَذِرُ؟

المَفَاهِيمُ الرَّئِيسَة:
- الاعْتِذَار.

لِمَ يَغْضَبُ الآخَرُونَ مِنِّي؟

◆ عِنْدَمَا يَغْضَبُ الْآخَرُونَ مِنِّي؛ أَعْرِفُ أَنَّنِي فَعَلْتُ فِعْلاً خَاطِئاً قَدْ يَكُونُ:

١ أَخْذَ الْأَشْيَاءِ بِغَيْرِ حَقٍّ

٢ الْعَبَثَ

٣ عَدَمَ قَوْلِ الْحَقِيقَةِ

٤ التنمر عَلَى الآخَرِينَ

٥ الْإِزْعَاجَ

٦ إِهْمَالَ الدُّرُوسِ

دروس بلس
DorosPlus

دروس بلس
DorosPlus

نَشَاط ١

عد سماع الكلام-الصراخ -
واللعب بالكرة في المنزل



أَذْكُرُ مَوَاقِفَ أُخْرَى تُغْضِبُ الآخَرِينَ.

إِذَا أَخْطَأْتُ وَغَضِبَ الآخَرُونَ مِنِّي فَإِنَّنِي
أَصْمُتُ وَأَعْرِفُ خَطَئِي.

◆ كَيْفَ يُسَامِحُنِي الآخَرُونَ إِذَا أَخْطَأْتُ؟

أَعْتَذِرُ لِيُسَامِحَنِيَ الْآخَرُونَ، وَأَقُولُ:



١ أَنَا آسِف

٢ لَنْ أَعُودَ لِمِثْلِ هَذَا

٣ سَامِحُونِي

وزارة التعليم
Ministry of Education
2023 - 1445

دروس بلس
DorosPlus

نَشَاط ٢

مَا الَّذِي يَنْبَغِي أَنْ أَفْعَلَهُ عِنْدَمَا يَغْضَبُ الْآخَرُونَ مِنِّي؟

ضَعْ عَلَامَةَ (✓) عِنْدَ السُّلُوكِ السَّلِيمِ:

أَعْتَذِرُ	أُوَاصِلُ اللَّعِبَ	أَضْحَكُ
✓	○	○

نَشَاط ٣

أُلَوِّنُ الْإِجَابَةَ الصَّحِيحَةَ:

مَاذَا أَفْعَلُ إِذَا سَامَحَنِيَ الْآخَرُونَ؟	نعم	لا
أَعُودُ لِفِعْلِ مَا يُغْضِبُهُمْ.	☺	☹
أَفْرَحُ لِمُسَامَحَتِهِمْ إِيّايَ.	☺	☹
أَتَجَنَّبُ الفِعْلَ الخَاطِئَ.	☺	☹

دروس بلس
DorosPlus

وزارة التعليم
Ministry of Education
2021 - 1443

دروس بلس
DorosPlus

أَغْضَبْتَ أُمَّكَ، ابْتَكِرْ وَسِيلَةً فَعَّالَةً تُقَدِّمُ فِيها اعْتِذَارَك.

إِرْشَادَاتٌ عَامَّة

- تَجَنُّبُ مَا يُغْضِبُ الْآخَرِينَ يُقَرِّبُهُمْ إِلَيْك.
- غَضَبُ الْآخَرِينَ مِنَّا لَا يَعْنِي أَنَّهُمْ يَكْرَهُونَنَا.
- تَقَبَّلِ اعْتِذَارَ مَنْ يَعْتَذِرُ إِلَيْك.
- الاعْتِذَارُ يَعْنِي النَّدَمَ عَلَى الفِعْلِ، فَلَا تَعُدْ إِلَيْهِ مَرَّةً أُخْرَى.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2022 - 1443

دروس بلس
DorosPlus



١ أُلَوِّنُ عِبَارَاتِ الاِعْتِذَارِ:

أَنَا آسف

لَنْ أَعُودَ
لِمِثْل هَذَا

دَعُونِي
وَشَأْنِي

أَنَا حُر

أُفّ

سَامِحُونِي

دروس بلس
DorosPlus

دروس بلس
DorosPlus

٢ أَضعُ عَلاَمَةَ (✓) عَلَى التَّصَرُّفِ السَّلِيمِ وَعَلاَمَةَ (✗) عَلَى التَّصَرُّفِ الْخَاطِئِ فِي الأَشْكالِ الآتِيَةِ:













دروس بلس
DorosPlus

وزارة التعليم
Ministry of Education
2021 - 1443

دروس بلس
DorosPlus

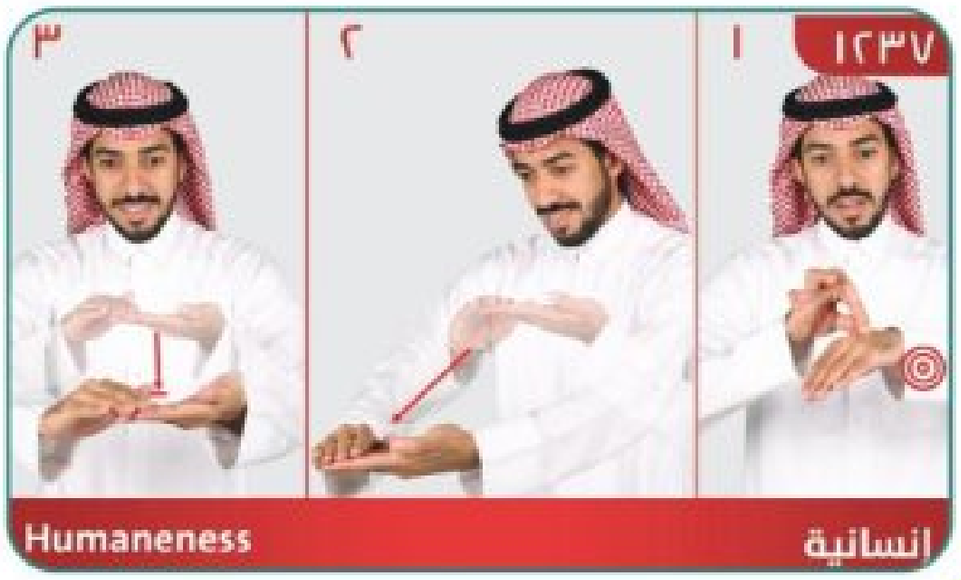
وحدة
شَخْصِيَّتِي



أَتَعَلَّمُ لُغَةَ الإِشَارَةِ بِشَغَفٍ؛ حَتَّى أَتَواصَلَ مَعَ زُمَلَائِي/ زَمِيلَاتِي مِنَ الصُّمِّ، وَأَنَا قَادِرٌ- بِتَوفِيقِ اللَّهِ- عَلَى إِتْقَانِهَا بِكَفَاءَةٍ عَالِيَةٍ.







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

وزارة التعليم
Ministry of Education
2021 - 1443







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

دروس بلس
DorosPlus
وزارة التعليم
Ministry of Education
2021 - 1443

دروس بلس
DorosPlus

تَمَارِينُ عَامَّة

دروس بلس
DorosPlus



دروس بلس
DorosPlus

تمارين عامة

١ أَمْلأُ الفَرَاغَ بِالكَلِمَاتِ المُنَاسِبَة:

الصابُون - النُّقُود - الجُلُوس - آسِف - التَّنَمُّر

أ) أَغْسِلُ وَجْهِي دائِماً بِالماءِ و..الصابون..

ب) إذا نَسِيَ أَحَدُ زُمَلائِي وَجْبَتَهُ المَدْرَسِيَّةَ، أُقْرِضُهُ بَعْضَ ..النقود.. لِيَشْتَرِيَ مِنَ المَقْصَفِ.

ج) إذا تَصَرَّفْتُ تَصَرُّفاً غَيْرَ صَحِيحٍ أَعْتَذِرُ وَأَقُولُ أَنَا ..آسف..

د) لِسَلامَةِ ظَهْرِي أَحْرِصُ عَلَى ..الجلوس.. الصَّحِيح.

هـ) أَتَعاوَنُ مَعَ زُمَلائِي لِلْقَضاءِ عَلَى ظَاهِرَةِ ..التنمر..

وزارة التعليم
Ministry of Education

دروس بلس
DorosPlus

تَمَارِينُ عَامَّة

٢ أَضَعُ عَلَامَةَ (✓) تَحْتَ التَّصَرُّفِ الصَّحِيحِ فِي الْأَشْكَالِ الآتِيَةِ:



√



X



X



√

دروس بلس
DorosPlus

دروس بلس
DorosPlus

٢ أُحِيطُ الشَّكْلَ الصَّحِيحَ بِدَائِرَةٍ:













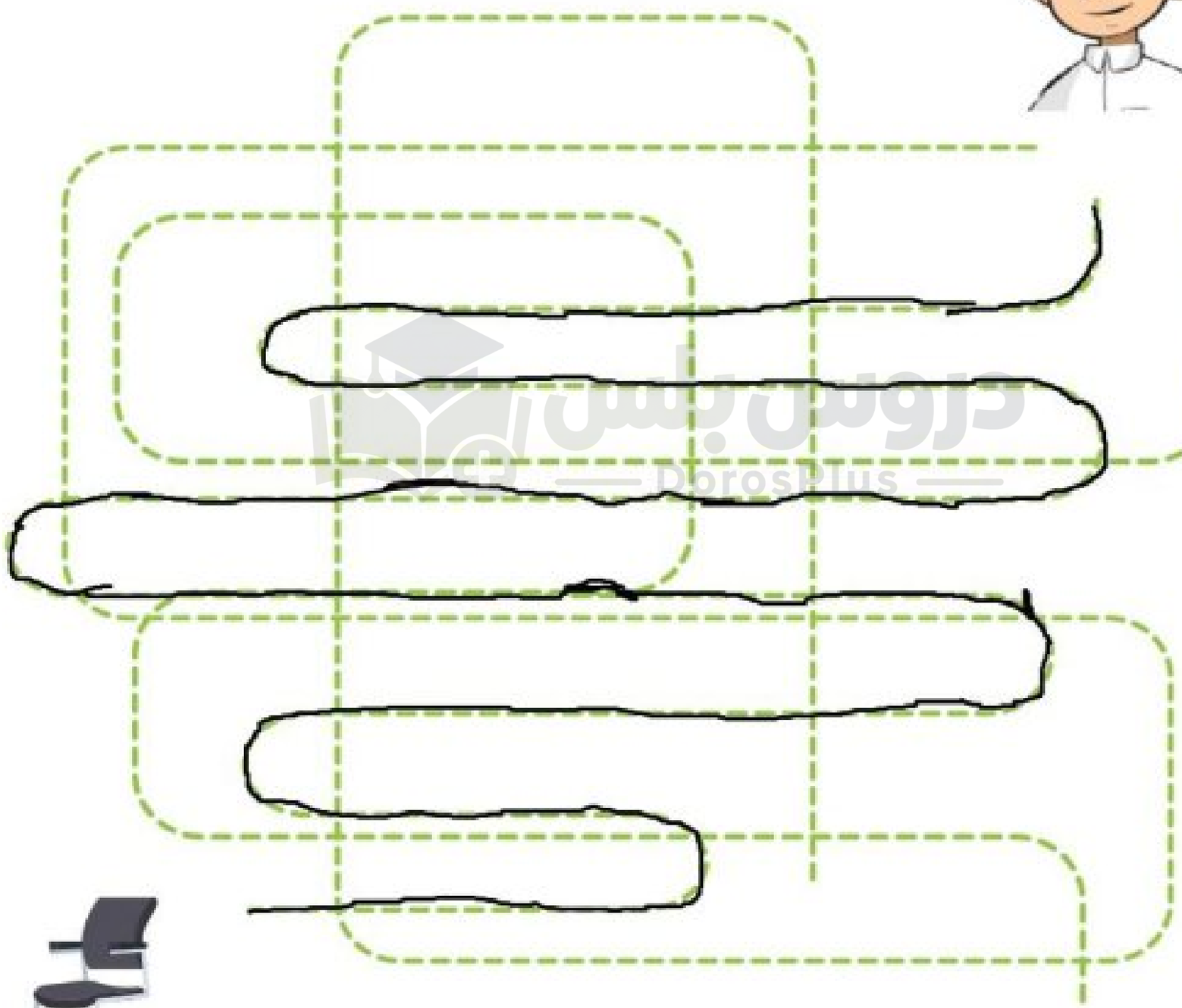
وزارة التعليم
Ministry of Education
2023

دروس بلس
DorosPlus

تَمَارِينُ عَامَّة

٤ أُسَاعِدُ فَوَّازًا لِلْوُصُولِ لِلْكُرْسِيِّ الْمُنَاسِبِ لِلْجُلُوس:







دروس بلس
DorosPlus

دروس بلس
DorosPlus

٥ أَبحثُ عَنْ حَلٍّ لِزَميلِي الَّذي:

١- تَنَمَّر عليه أحد أصدقائِه.

يخبر المعلم أو يتجنب أماكن تواجدهم

٢- يُرِيد أن يعتذر لوالدته.

يرسم على ورقة ويكتب أسف ويهديها والدته

وزارة التعليم
Ministry of Education