

# التربية المهنية

الصف السادس

الفصل الدراسي الثاني

6

فريق التأليف

د. موسى حبيب محمد (رئيساً)

ختم عثمان الطوره

أ. د. منعم عبد الكريم السعيدة

د. زبيدة حسن أبو شويمة (منسقاً)

الناشر: المركز الوطني لتطوير المناهج

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

☎ 06-5376262 / 214 ☎ 06-5376266 ☎ P.O.Box: 2088 Amman 11941

📧 @nccdjor 📧 feedback@nccd.gov.jo 🌐 www.nccd.gov.jo

قرّرت وزارة التربية والتعليم تدريس هذا الكتاب في مدارس المملكة الأردنية الهاشمية جميعها، بناءً على قرار المجلس الأعلى للمركز الوطني لتطوير المناهج في جلسته رقم (2024/9)، تاريخ 2024/10/30 م، وقرار مجلس التربية والتعليم رقم (2024/184)، تاريخ 2024/11/17 م، بدءاً من العام الدراسي 2024 / 2025 م.

ISBN: 978 - 9923 - 41 - 685 - 3

المملكة الأردنية الهاشمية  
رقم الإيداع لدى دائرة المكتبة الوطنية:  
(2024/7/4169)

#### بيانات الفهرسة الأولية للكتاب:

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

إعداد/ هيئة: المركز الوطني لتطوير المناهج - عمان: المركز، 2024

رقم التصنيف: 372.37

الطبعة: الطبعة الأولى

الواصفات: / التربية المهنية / / المناهج / / التعليم الأساسي /

عدد الصفحات: ج2 (108) ص

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

#### المراجعة التربوية

أ. د. أحمد عيسى الطويسى

#### تصميم وإخراج

عبدالرحمن محمود التعمري

#### التحرير اللغوي

محمد صالح شنيور

# قائمة المحتويات

الصفحة

المقدمة

5



الوحدة (1): مهارات في حياتنا

6

8

الدرس (1): التربية الإعلامية



الوحدة (2): التغذية والجمال

16

18

الدرس (1): الحبوب والبقوليات

25

الدرس (2): أساسيات مهنة التجميل



الوحدة (3): المهارات الريادية

34

36

الدرس (1): تنمية مهارات التفكير



الوحدة (4): تكثير النباتات

42

44

الدرس (1): تكثير النباتات بالبذور

50

الدرس (2): نباتات الزينة

60

## الْوَحْدَةُ (5): الصَّانَعَاتُ الْغِذَائِيَّةُ



62

### الدَّرْسُ (1): تَصْنِيعُ مُتَجَاتِ الْحَلِيبِ

72

## الْوَحْدَةُ (6): الصِّيَانَةُ



74

### الدَّرْسُ (1): صِيَانَةُ الْأَثَاثِ الْخَشَبِيِّ

80

## الْوَحْدَةُ (7): الصَّحَّةُ وَالسَّلَامَةُ



82

### الدَّرْسُ (1): الْإِسْعَافَاتُ الْأَوَّلِيَّةُ

87

### الدَّرْسُ (3): اللَّعِبُ الْأَمِنُ

94

## الْوَحْدَةُ (8): الْمَطَاعِمُ



96

### الدَّرْسُ (1): إِدَارَةُ الْمَطَاعِمِ

## المقدمة

انطلاقاً من إيمان المملكة الأردنية الهاشمية الراسخ بأهمية تنمية قدرات الإنسان الأردني، وتسليحه بالعلم والمعرفة؛ سعى المركز الوطني لتطوير المناهج، بالتعاون مع وزارة التربية والتعليم، إلى تحديث المناهج الدراسية وتطويرها؛ لتكون معيّنًا للطلبة على الارتقاء بمستواهم المعرفي، ومجارة أقرانهم في الدول المتقدمة.

يُعَدُّ كتاب التربية المهنية للصف السادس واحداً من الكتب الدراسية التي تُعنى بتنمية استعداد الطلبة وقدراتهم وميولهم للتوجّه نحو المهن، وتنمية مهارات التفكير الإبداعي وحل المشكلات، وإكسابهم المفاهيم المهنية، والاتجاهات الإيجابية نحو المهن والتعليم المهني، والمفاهيم العابرة للمواد الدراسية، والإفادة من الخبرات الوطنية في عمليات الإعداد والتأليف وفق أفضل الطرائق المتبعة عالمياً؛ لضمان انسجامها مع القيم الوطنية الراسخة، وتلبيتها لحاجات طلبتنا والكوادر التعليمية.

وتأسيساً على ذلك، فقد اعتُمِدَت في تأليف الكتاب دورة التعلم الخماسية المنبثقة من مبادئ التعلم النشط التي تمنح الطلبة دوراً محورياً في عملية التعلم، وتتمثل مراحلها في: التهيئة، والاستكشاف، والشرح والتفسير، والتقويم والتوسع.

ويُعزّز محتوى الكتاب تكوين حسّ مهني عند الطلبة، واستخدام مهارات الاستقصاء، والملاحظة، والتصنيف، والترتيب والتسلسل، والمقارنة، والتوقع، والتواصل. وأسئلة تلبي حاجات الطلبة في التعلم، وتُنمّي مهارات التفكير وحل المشكلات، وجمع البيانات وتدوينها.

يشتمل هذا الجزء من الكتاب على ثماني وحدات دراسية، هي: مهارات في حياتنا، التَغْذِيَّةُ والجمال، المهارات الريادية، تكثير النباتات، الصناعات الغذائية، الصيانة، الصحة والسلامة، المطاعم.

ومن المتوقع أن يتصف الطلبة بمجموعة من السمات عند دراستهم مبحث التربية المهنية، مثل: التجريب والتدريب، والتعاون، والعمل بروح الفريق، وامتلاك مهارات الاتصال والتواصل، وتطور مهاراتهم باستمرار، وإدارة الوقت وتنظيمه.

ونحن إذ نقدّم الطبعة التجريبية من هذا الكتاب، فإننا نؤمّل أن يُسهم في تحقيق الأهداف والغايات النهائية المنشودة لبناء شخصية الطالب / الطالبة، وتنمية اتجاهات حب التعلم واكتساب المفاهيم المهنية، والتوجيه نحو المهن والتعليم المهني؛ ونعد بأن نستمر في تطوير الكتاب وإثراء أنشطته المتنوعة في ضوء ما يصل من ملاحظات الميدان التربوي.

والله وليّ التوفيق

المركز الوطني لتطوير المناهج

# مهارات في حياتنا

المهارات  
الحياتية



الفكرة  
العامة

تُساعدُ المهاراتُ الحياتيةُ الفردَ على اتّخاذِ القَراراتِ الصّحيحةِ، عن طريقِ حلِّ المُشكلاتِ، والتّواصلِ الفاعلِ مع الآخرين، وتُسهّلُ في إيجادِ بيئةٍ آمنةٍ تَخْلُو مِن التّئمّرِ.



قائمة الدروس:  
الدَّرْسُ (1): التَّربِيَةُ الإِعْلَامِيَّةُ.





أَتَهَيَّأُ



أَتَأَمَّلُ الصُّورَةَ الْآتِيَةَ، ثُمَّ أَكْتُبُ جُمْلَةً أُعَبِّرُ فِيهَا عَنِ الرِّسَالَةِ الْمُتَضَمِّنَةِ فِيهَا.



الرِّسَالَةُ الْمُتَضَمِّنَةُ فِي الصُّورَةِ السَّابِقَةِ: .....

.....

### الفكرة الرئيسة

- يُعَدُّ التَّوَاصُلُ مَعَ الْآخَرِينَ مِنْ أَهَمِّ الْمَهَارَاتِ الَّتِي يَنْبَغِي لِلْفَرْدِ امْتِلَاكُهَا، وَهُنَاكَ فَرْقٌ بَيْنَ حُرِّيَّةِ التَّعْبِيرِ عَنِ الرَّأْيِ فِي الْآخَرِينَ وَبَيْنَ التَّنَمُّرِ عَلَيْهِمْ.

### ماذا سأتعلَّم؟

- التَّعْبِيرُ عَنِ الرَّأْيِ بِمَوْضُوعِيَّةٍ.
- تَعْرِفُ مَفْهُومَ التَّنَمُّرِ وَالتَّنَمُّرِ الْإِلِكْتُرُونِيِّ.
- تَمَيِّزُ خَطَرِ التَّنَمُّرِ الْإِلِكْتُرُونِيِّ وَآثَرِهِ فِي الْفَرْدِ وَالْمُجْتَمَعِ.

### المفاهيم والمصطلحات

- التَّنَمُّرُ Bullying
- التَّنَمُّرُ الْإِلِكْتُرُونِيُّ Cyberbullying

### القيم والاتجاهات

- تَجَنُّبُ التَّنَمُّرِ عَلَى الْآخَرِينَ، الْمَوْضُوعِيَّةُ، حُرِّيَّةُ الرَّأْيِ، احْتِرَامُ الْآخَرِينَ عِنْدَ التَّعْبِيرِ عَنِ الرَّأْيِ.

## أَسْتَكْشِفُ



مِنْ مَعْرِفَتِي السَّابِقَةِ بِمَفْهُومِ التَّنَمُّرِ، أُصَنِّفُ الْمَوَاقِفَ الْآتِيَةَ إِلَى تَنَمُّرٍ أَوْ حُرِّيَّةٍ شَخْصِيَّةٍ:

- 1 تَصْوِيرُ الْآخَرِينَ دُونَ عِلْمِهِمْ.

- 2 نَشْرُ صُورِ الْآخَرِينَ عَلَى شَبَكَاتِ التَّوَاصُلِ الْاجْتِمَاعِيِّ دُونَ إِذْنِ مِنْهُمْ.

- 3 نَشْرُ خَبَرٍ عَنْ حُصُولِ شَخْصٍ عَلَى جَائِزَةٍ وَهُوَ لَمْ يَحْصُلْ عَلَيْهَا.

- 4 نَشْرُ خَبَرٍ عَنْ حُصُولِ شَخْصٍ عَلَى جَائِزَةٍ، وَالتَّهْنِئَةُ بِذَلِكَ.

♦ **أَسْتَتَبِحُ:** قَدْ يُنْظَرُ إِلَى بَعْضِ الْمَوَاقِفِ عَلَى أَنَّهَا مَقْبُولَةٌ؛ وَلَكِنَّهَا فِي الْحَقِيقَةِ تُعَدُّ تَنَمُّرًا عَلَى الْآخَرِينَ.

## أَقْرَأُ وَأَتَعَلَّمُ



التَّرْبِيَةُ الْإِعْلَامِيَّةُ وَالْمَعْلُومَاتِيَّةُ هِيَ مَجْمُوعَةٌ مِنَ الْمَهَارَاتِ وَالْكَفَايَاتِ الَّتِي تُمَكِّنُ الْفَرْدَ مِنَ الْبَحْثِ عَنِ الْمَعْلُومَةِ وَاسْتِخْدَامِهَا بِأَمَانَةٍ، وَتَقْيِيمِ الرِّسَالِ الْإِعْلَامِيَّةِ، وَتَعْرِفِ طُرُقِ إِنتَاجِ الْمُخْتَوَى الْإِعْلَامِيِّ مَعَ احْتِرَامِ أَخْلَاقِيَّاتِ اسْتِخْدَامِ الْمَعْلُومَاتِ وَنَشْرِهَا وَإِنْتِاجِهَا، وَيُمْكِنُ تَلْخِيصُهَا بِ: أَبْحَثُ، أَحْلُلُ، أَفَكِّرُ، أَنتَبِجُ، أَشَارِكُ.

وَتُعَدُّ التَّرْبِيَةُ الْإِعْلَامِيَّةُ وَالْمَعْلُومَاتِيَّةُ مِنْ مَهَارَاتِ الْقَرْنِ الْحَادِي وَالْعِشْرِينَ الرَّئِيسَةِ الَّتِي تُسَهِّلُ فِي صِنَاعَةِ مُجْتَمَعٍ مُفَكِّرٍ نَاقِدٍ وَمُنْتَبِجٍ مُبْدِعٍ.

وَقَدْ زَادَتْ أَهْمِيَّةُ هَذِهِ الْمَهَارَاتِ بَعْدَ الْإِنْتِشَارِ الْوَاسِعِ لَوَسَائِلِ الْإِعْلَامِ التَّقْلِيدِيَّةِ وَالرَّقْمِيَّةِ وَسُرْعَةِ انْتِشَارِ الْمَعْلُومَاتِ، وَعِنْدَمَا أَصْبَحَتْ مَوَاقِعُ التَّوَاصُلِ الْاجْتِمَاعِيِّ مَصَادِرَ رَئِيسَةٍ لِلْمَعْلُومَاتِ وَوَسِيلَةً لِلتَّعْبِيرِ عَنِ النَّفْسِ. وَأَصْبَحَتْ كَثِيرٌ مِنْ وَسَائِلِ الْإِعْلَامِ تُسْتَخْدَمُ فِي نَشْرِ الْأَكَاذِيبِ وَالتَّضْلِيلِ وَالتَّحْرِيزِ عَلَى الْعُنْفِ وَالْكَرَاهِيَّةِ. لَكِنَّهَا فِي الْوَقْتِ نَفْسِهِ وَسَائِلُ ضَرُورِيَّةٍ لِلتَّعْبِيرِ وَنَشْرِ الرِّوَايَةِ الْبَدِيلَةِ وَقِيَمِ الْإِعْتِدَالِ وَالتَّسَامُحِ، وَاحْتِرَامِ التَّعَدُّدِيَّةِ وَحُقُوقِ الْإِنْسَانِ.

## هناك آداب وشروط لا بد من التزامها عند التعبير عن الرأي، منها:

- المصداقية: ينبغي أن أكون صادقاً عند تعبيري عن رأيي؛ لأن الكذب يُضعف من أثر رأيي عند من يستمع لي.
- عدم فرض الرأي على الآخرين: أعبر عن رأيي دون إجبار الآخرين على تبنيهِ والانتقاد له، ولا يتعارض هذا الأمر مع محاولة إقناع الآخرين برأيي في حال تأكدي من صحته.
- الاستماع لآراء الآخرين واحترامها، وعدم تجاهلها.
- تجنب الغضب والانفعال، والتعبير عن الرأي بأسلوب مهذب ولبق، وفي حال شعرت بأنني قد أغضب أو أنفعل فمن الأفضل أن أنهي النقاش بطريقة لبقة.

✓ اتحقق

ما الصفات التي يجب التحلي بها عند التعبير عن الرأي؟

## التنمر عبر الإنترنت:



أستخدم الرمز المجاور، وأشهد مقطعاً مرئياً (فيديو) عن التنمر الإلكتروني.

يمكن أن يحدث التنمر عبر الإنترنت على وسائل التواصل الاجتماعي، ومنصات التراسل، ومنصات الألعاب الإلكترونية، والهواتف الخلوية. والتنمر: سلوكٌ متكررٌ يهدف إلى تخويف الشخص المُستهدف، أو إغضابه، أو التشهير به.

## أَشْكَالُ التَّنَمُّرِ الْإِلِكْتُرُونِيِّ

مَعَ اتِّسَاعِ اسْتِخْدَامِ شَبَكَةِ الْإِنْتَرْنِتْ فِي مُخْتَلَفِ الْمُعَامَلَاتِ وَدُخُولِ فِئَاتِ الْمُجْتَمَعِ كَافَّةً إِلَى قَائِمَةِ الْمُسْتَحْدِمِينَ وَالْمُسْتَحْدِمَاتِ، بَدَأَ التَّنَمُّرُ الْإِلِكْتُرُونِيُّ بِالظُّهُورِ، وَتَطَوَّرَ مَعَ الْوَقْتِ، وَتَعَدَّدَتْ أَشْكَالُهُ، وَمِنْهَا:

1 رَسَائِلُ التَّهْدِيدِ أَوْ التَّحَرُّشِ أَوْ الْإِبتِزَازِ الَّتِي تَصِلُ مِنْ مَصْدَرٍ مَجْهُولٍ إِلَى الْبَرِيدِ الْإِلِكْتُرُونِيِّ (الْإِيْمِيل) أَوْ الْحِسَابِ الشَّخْصِيِّ فِي تَطْبِيقٍ مَا.

2 التَّعْلِيقَاتُ غَيْرُ اللَّائِقَةِ عَلَى صُورَةٍ خَاصَّةٍ، أَوْ مَقَالٍ، أَوْ مَقْطَعٍ مَرْئِيٍّ (فِيْدِيُو) مَنُشُورٍ عَلَى الْإِنْتَرْنِتِ.

3 تَصْوِيرُ الْآخَرِينَ مِنْ دُونِ عِلْمِهِمْ، وَنَشْرُ صُورِهِمْ كَمَا هِيَ أَوْ التَّعْدِيلُ عَلَيْهَا بِشَكْلِ لَا يَرْغَبُونَ بِالظُّهُورِ فِيهِ عَلَى وَسَائِلِ التَّوَاصُلِ الْمُخْتَلِفَةِ.

4 نَشْرُ شَائِعَاتٍ أَوْ مَعْلُومَاتٍ عَنِ الْآخَرِينَ؛ بِهَدَفِ الْإِسَاءَةِ إِلَيْهِمْ أَوْ تَشْوِيهِ سُمْعَتِهِمْ، عَنْ طَرِيقِ شَخْصِيَّةٍ حَقِيقِيَّةٍ أَوْ مُتَحَلَّةٍ.

5 الدُّخُولُ غَيْرُ الْمَصْرَحِ بِهِ وَغَيْرِ الْقَانُونِيِّ إِلَى الشَّبَكَاتِ؛ بِهَدَفِ الْإِسَاءَةِ إِلَى الْآخَرِينَ.

6 الْإِسْتِْبْعَادُ الْإِلِكْتُرُونِيُّ، وَيَحْدُثُ عِنْدَمَا لَا يَرُدُّ شَخْصٌ مَا عَلَى رِسَالَةٍ إِلِكْتُرُونِيَّةٍ أَوْ فَوْرِيَّةٍ بِالسَّرْعَةِ الْمُتَوَقَّعَةِ.

✓ أَلْتَحَقَّقْ

أَعَدَّدُ أَشْكَالَ التَّنَمُّرِ الْإِلِكْتُرُونِيِّ.

يَتْرُكُ التَّنَمُّرُ الْإِلِكْتُرُونِيُّ آثَارًا فِي الْمُتَمَرِّ / الْمُتَمَرَّةِ، وَالْمُتَمَرِّ عَلَيْهِ / الْمُتَمَرَّةِ عَلَيْهَا، وَفِي الْمُجْتَمَعِ عُمُومًا.

### آثَارُهُ فِي الْمُتَمَرِّ / الْمُتَمَرَّةِ:

- 1 فَقْدَانُ الْأَصْدِقَاءِ / الصَّدِيقَاتِ.
- 2 الْعُزْلَةُ الْاجْتِمَاعِيَّةُ.
- 3 تَأْثِيرَاتٌ فِي الصِّحَّةِ الْعَقْلِيَّةِ وَالنَّفْسِيَّةِ.
- 4 الْعُقُوبَاتُ الْقَانُونِيَّةُ.
- 5 السُّمْعَةُ السَّيِّئَةُ.
- 6 بَدَايَةُ قَبُولِ الْإِنْخِرَاطِ فِي السُّلُوكِ الْإِجْرَامِيِّ.

### آثَارُهُ فِي الْمُتَمَرِّ عَلَيْهِ / عَلَيْهَا:

- 1 الشُّعُورُ بِالْوَحْدَةِ وَالْإِنْعِزَالِ عَنِ الْمُجْتَمَعِ.
- 2 الشُّعُورُ بِالْإِرْهَاقِ وَالْقَلَقِ الدَّائِمِينَ.
- 3 عَدَمُ الْقُدْرَةِ عَلَى الْوُثُوقِ بِالْآخَرِينَ.
- 4 الشُّعُورُ بِالنَّقْصِ.
- 5 إِهْمَالُ الْمَظْهَرِ.
- 6 الْغَضَبُ وَالْبُكَاءُ غَيْرُ الْمُبَرَّرِ.
- 7 التَّأَخُّرُ فِي التَّحْصِيلِ الدَّرَاسِيِّ.
- 8 الشُّعُورُ بِالْخَوْفِ الدَّائِمِ وَعَدَمِ الْأَمَانِ.

## آثارُه في المُجتمَع:

2

تَهْدِيدُ اسْتِقْرَارِ  
الْأُسْرَةِ  
وَالْمُجْتَمَعِ  
كَامِلًا.

1

تَدَهُوْرُ  
العَلَاَقَاتِ  
بَيْنَ أَفْرَادِ  
الْمُجْتَمَعِ.

✓ اُتَحَقَّقْ

أُبَيِّنُ آثَارَ التَّنَمُّرِ الْإِلِكْتُرُونِيِّ فِي الْأَفْرَادِ وَالْمُجْتَمَعَاتِ.

### نشاط 1

أَتَعَاوَنُ مَعَ مَجْمُوعَتِي عَلَى تَنْفِيذِ جَلْسَةِ عَصْفٍ ذَهْنِيٍّ لِمُنَاقَشَةِ آثَارِ أُخْرَى لِلتَّنَمُّرِ غَيْرِ مَا تَعَلَّمْنَاهُ فِي هَذَا الدَّرْسِ.

### رَابِعًا > كَيْفَ نَحُدُّ مِنَ التَّنَمُّرِ الْإِلِكْتُرُونِيِّ؟

1

عَدَمُ مُشَارَكَةِ آيَةِ مَعْلُومَاتٍ شَخْصِيَّةٍ عِبْرَ الْإِنْتَرْنِتِ، مِثْلُ: الْعُنْوَانِ، وَاسْمِ الْمَدْرَسَةِ.

2

التَّدْقِيقُ عَلَى حِسَابَاتِ الْأَطْفَالِ عَلَى وَسَائِلِ التَّوَاصُلِ الْإِجْتِمَاعِيِّ أُسْبُوعِيًّا.

3

التَّحَقُّقُ مِنَ الْمَنْشُورَاتِ وَالْمَعْلُومَاتِ الَّتِي يَنْشُرُهَا الْأَطْفَالُ عَلَى الْإِنْتَرْنِتِ وَمَوَاقِعِ التَّوَاصُلِ الْإِجْتِمَاعِيِّ بِانْتِظَامٍ.



يُسهِمُ التَّشَاوُرُ مَعَ الْوَالِدَيْنِ أَوْ الْمُعَلِّمِ / الْمُعَلِّمَةِ فِي مُسَاعَدَةِ بَعْضِ الْأَشْخَاصِ عَلَى الْحُكْمِ بِأَنَّ مُشَارَكَتِهِمْ فِي مَوَاقِعِ التَّوَاصُلِ الْإِجْتِمَاعِيِّ تُعَدُّ تَنْمُّرًا أَمْ لَا.

## التَّقْوِيمُ



1. **الفكرة الرئيسة:** أَوْضَحِ الصُّوَابَ الْأَسَاسِيَّةَ لِلتَّغْيِيرِ عَنِ الرَّأْيِ الَّتِي تَجْعَلُنِي بَعِيدًا عَنِ التَّنَمُّرِ عَلَى الْآخَرِينَ.

2. **التفسير:** أَيُّ الْحَالَاتِ الْآتِيَةِ تُعَدُّ تَنْمُّرًا؟

أ- أَرْسَلَ شَخْصٌ لِآخَرِ صُورَةً مُخِيفَةً.

ب- نَشَرَ شَخْصٌ خَبْرًا عَنْ سَفَرِ صَدِيقِهِ الَّذِي لَمْ يُسَافِرْ فِي الْحَقِيقَةِ.

ج- أَرْسَلَ إِلَيَّ شَخْصٌ رَمَزَ كَارِيكاتِيرٍ لِشَخْصٍ يُخْرِجُ لِسَانَهُ مُسْتَهْزِئًا.

د- نَشَرَ شَخْصٌ عَلَى مَوْقِعِ التَّوَاصُلِ الْإِجْتِمَاعِيِّ (فيسبوك) صُورَةً مُدْبَلَجَةً لِصَدِيقِهِ بِمَظْهَرٍ غَيْرِ لَائِقٍ.

3. **الاستنتاج:** لِمَاذَا يَنْبَغِي تَجَنُّبُ التَّنَمُّرِ الْإِلِكْتُرُونِيِّ؟

4. **التفكير الناقد:** يُحَاوِلُ بَعْضُ الْمُتَنَمِّرِينَ / الْمُتَنَمَّرَاتِ الْإِبْقَاءَ عَلَى عِلَاقَاتِهِمْ قَائِمَةً مَعَ

الْمُتَنَمَّرِ عَلَيْهِمْ / عَلَيْهِنَّ، بِالرَّغْمِ مِمَّا سَبَّبُوهُ لَهُمْ / لَهُنَّ مِنْ أَذَى. مَا الْخُطَةُ الَّتِي أَنْصَحُ

بِهَا لِلتَّصَرُّفِ مَعَ هَؤُلَاءِ الْمُتَنَمِّرِينَ / الْمُتَنَمَّرَاتِ؟



### التَّوْجِيهُ وَالْإِرشَادُ الْمِهْنِيُّ:

يَحْتَاجُ الْأَشْخَاصُ الَّذِينَ يَتَعَرَّضُونَ لِلتَّنَمُّرِ أحياناً إلى مُسَاعَدَةٍ مِنْ مُخْتَصِّينَ / مُخْتَصَّاتٍ فِي الْإِرشَادِ بِأَنْوَاعِهِ الْمُخْتَلِفَةِ أَوْ فِي الْعِلَاجِ النَّفْسِيِّ. يُمكنُنِي أَنْ أَكونَ مُسْتَقْبَلاً أَحَدَ هَؤُلَاءِ الْمُخْتَصِّينَ / الْمُخْتَصَّاتِ.



### مَشْرُوعِي:

أَتَعَاوَنُ مَعَ مَجْمُوعَتِي عَلَى تَعَرُّفِ حَالَاتِ التَّنَمُّرِ فِي مَدْرَسَتِنَا، وَنَدْرُسُهَا، وَنُحَاوِلُ عِلَاجَهَا، وَنَكْتُبُ تَقْرِيراً فِي ذَلِكَ.



### الْمُسَابَقَةُ الْمِهْنِيَّةُ:

نُشَارِكُ عَلَى شَكْلِ مَجْمُوعَاتٍ فِي الْمُسَابَقَةِ الَّتِي تُجْرِيهَا اللَّجْنَةُ الثَّقَافِيَّةُ لِأَفْضَلِ تَقْرِيرٍ يَتَنَاوَلُ حَالَةَ تَنَمُّرٍ فِي الْمَدْرَسَةِ.

# التَّغْذِيَّةُ وَالْجَمَالُ

الاقتصاد

المنزلي



يُنصَحُ بِالْإِكْثَارِ مِنْ تَنَاوُلِ الْحُبُوبِ الْكَامِلَةِ وَالْبُقُولِيَّاتِ الَّتِي تَدْعِمُ الصَّحَّةَ؛  
لَاخْتِوَائِهَا عَلَى الْعُنَاصِرِ الْغِذَائِيَّةِ اللَّازِمَةِ لِلْحُصُولِ عَلَى شَعْرِ صِحِّيٍّ  
وَبَشَرَةٍ أَكْثَرَ نَضَارَةً.



الفكرة العامة

## قائمة الدروس:

- الدَّرسُ (1): الْحُبُّوبُ وَالْبُقُولِيَّاتُ.  
الدَّرسُ (2): أَاسَاسِيَّاتُ مِهْنَةِ التَّجْمِيلِ.

## الْحُبُوبُ وَالْبُقُولِيَّاتُ



## الفِكرَةُ الرَّئِيسَةُ

- تُشَكِّلُ الْحُبُوبُ وَالْبُقُولِيَّاتُ جُزْءًا مُهِمًّا فِي غِذَاءِ الْإِنْسَانِ الْيَوْمِيِّ؛ وَذَلِكَ لِارْتِفَاعِ قِيَمَتِهَا الْغِذَائِيَّةِ وَانْخِفَاضِ أَثْمَانِهَا.

## مَاذَا سَنَتَعَلَّمُ؟

- تَعَرُّفُ أَنْوَاعٍ مِنَ الْحُبُوبِ وَالْبُقُولِيَّاتِ.
- مَعْرِفَةُ الْأَهَمِّيَّةِ الْغِذَائِيَّةِ لِلْحُبُوبِ وَالْبُقُولِيَّاتِ.
- تَجْهِيْزُ طَبَقٍ مِنَ الْحُبُوبِ وَالْبُقُولِيَّاتِ مِنْ صُنْعِ يَدِي.

## الْمَفَاهِيمُ وَالْمُصْطَلَحَاتُ

- الحُبُوبُ Cereals
- البُقُولِيَّاتُ Legums

## الْقِيَمُ وَالِاتِّجَاهَاتُ

- تَقْدِيرُ الْقِيَمَةِ الصَّحِيَّةِ لِلْحُبُوبِ وَالْبُقُولِيَّاتِ.
- الْعَمَلُ بِرُوحِ الْفَرِيقِ.



أَتَيْنَا

أَتَأْمَلُ الصَّوْرَةَ الْآتِيَةَ، ثُمَّ أُجِيبُ عَمَّا يَلِيهَا:



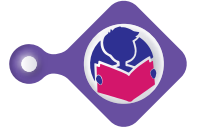
كَيْفَ تُسَهِّمُ وَجِبَةُ الْفَطُورِ الْمُتَكَامِلَةُ فِي بِنَاءِ صِحَّةِ الْإِنْسَانِ؟



أَتَأَمَّلُ الصُّوَرَ الْآتِيَةَ الَّتِي تَحْتَوِي عَلَى بَعْضِ الْحُبُوبِ وَالْبُقُولِيَّاتِ، ثُمَّ أَتَعَاوَنُ مَعَ أَفْرَادِ مَجْمُوعَتِي عَلَى تَصْنِيفِهَا وَفَقَّ الْجَدُولِ الْآتِي:

بُقُولِيَّاتٌ	حُبُوبٌ	
		
		
		
	شَعِيرٌ	
		
		
عَدَسٌ		
		

◆ **أَسْتَنْبِجُ:** تَخْتَلِفُ الْحُبُوبُ عَنِ الْبُقُولِيَّاتِ فِي أُمُورٍ عِدَّةٍ، مِنْهَا: الْحَجْمُ.



## الحبوب Cereals

قَالَ تَعَالَى: ﴿وَأَيُّهَا لَّهُمُ الْأَرْضُ الْمَيِّتَةُ أَحْيَيْنَهَا وَأَخْرِجْنَا مِنْهَا حَبًّا فَمِنْهُ يَأْكُلُونَ﴾ [سورة يس، الآية 33].  
تُعَدُّ الحبوبُ مِنَ الْأَغْذِيَةِ الرَّئِيسَةِ لِمُعْظَمِ سُكَّانِ الْعَالَمِ؛ إِذْ تُمَدُّ الْإِنْسَانَ بِمَا لَا يَقِلُّ عَنْ ثُلُثِ السُّعْرَاتِ الْحَرَارِيَّةِ، فَهِيَ الْمَصْدَرُ الرَّئِيسُ لِلطَّاقَةِ بِسَبَبِ ارْتِفَاعِ نِسْبَةِ الْكَربوهيدراتِ فِيهَا، وَهِيَ أَيْضًا مَصْدَرٌ جَيِّدٌ لِبَعْضِ الْفِيْتَامِينَاتِ وَالْأَمْلاحِ الْمَعْدِنِيَّةِ. وَتُزْرَعُ الحبوبُ فِي مَنَاطِقَ مُخْتَلِفَةٍ وَمَوَاسِمَ زِرَاعِيَّةٍ مُتَفَاوِتَةٍ.

وَتُستَخدَمُ الحبوبُ فِي الصَّنَاعَاتِ التَّحْوِيلِيَّةِ (مِثْلُ: الطَّحِينِ)، لِإِنْتاجِ أَغْذِيَةٍ مُخْتَلِفَةٍ، وَتَتَحَمَّلُ التَّخْزِينَ لِمُدَّةٍ زَمَنِيَّةٍ طَوِيلَةٍ؛ بِسَبَبِ انْخِفَاضِ نِسْبَةِ الرُّطوبَةِ فِيهَا مُقَارَنَةً بِالْمَحَاصِيلِ الْآخَرَى، مَا يَجْعَلُهَا تُستَخدَمُ مَخْزُونًا غِذائيًا اِحْتِيَاظِيًّا لِمُعْظَمِ الدُّوَلِ.

✓ اتَّحَقَّقْ

أَوْضَحِ الْأَهْمِيَّةَ الْغِذَائِيَّةَ لِتَنَاوُلِ الحبوبِ.

### تَحْضِيرُ الشَّوْفَانِ بِالْحَلِيبِ

#### تَمَرِينُ 1

**الْمَعْلُومَاتُ النَّظَرِيَّةُ:** يُعَدُّ الشَّوْفَانُ مَصْدَرًا غَنِيًّا بِالْأَلْيَافِ الْغِذَائِيَّةِ، إِذْ يُسَاعِدُ الْجِسْمَ عَلَى سَدِّ اِحْتِيَاجَاتِهِ مِنَ الطَّاقَةِ الْيَوْمِيَّةِ، وَإِشْعَارِ الْفَرْدِ بِالشَّبَعِ مُدَّةً طَوِيلَةً.

**الْمَوَادُّ وَالْأَدَوَاتُ:** شَوْفَانٌ، حَلِيبٌ، مِلْحٌ، عَسَلٌ، مَكْسِرَاتٌ، مَوْزٌ، لَوْحٌ تَقْطِيعٍ، سِكِّينٌ، أَوْعِيَّةٌ، طَنْجَرَةٌ، فُرْنٌ غَازٍ، مَرْيُولٌ مَطْبَخٍ، قَفَّازَاتٌ، مَاءٌ، صَابُونٌ.

مُتَطَلِّبَاتُ الصَّحَّةِ وَالسَّلَامَةِ الْعَامَّةِ:

- ارْتِدَاءُ مَرْيُولِ الْمَطْبَخِ وَالْقَفَّازَاتِ قَبْلَ الْبَدْءِ بِالْعَمَلِ.
- الْحَذَرُ عِنْدَ التَّعَامُلِ مَعَ فُرْنِ الْغَازِ، أَوْ أَدَوَاتِ التَّقْطِيعِ (السِّكِّينِ) وَاسْتِخْدَامِهَا تَحْتَ إِشْرَافِ الْمُعَلِّمِ / الْمُعَلِّمَةِ.

## خُطُواتُ الْعَمَلِ:

- 1 أَجْهَزِ الْمَوَادَّ وَالْأَدَوَاتِ اللَّازِمَةَ لِلْعَمَلِ.
- 2 أَضَعُ الْحَلِيبَ فِي الطَّنْجَرَةِ، وَأُضِيفُ إِلَيْهَا رَشَّةُ مِلْحٍ.
- 3 أَضِيفُ الشُّوفَانَ إِلَى الْحَلِيبِ وَأُحَرِّكُهُ.
- 4 أَطْهُو الْمَزِيجَ عَلَى نَارٍ مُتَوَسِّطَةِ الْحَرَارَةِ لِمُدَّةٍ (5) دَقَائِقَ مَعَ التَّحْرِيكِ الْمُسْتَمَرِّ. **أَفَكِّرْ: لِمَاذَا؟**
- 5 أَسْكُبُ الشُّوفَانَ بِالْحَلِيبِ فِي طَبَقِ التَّقْدِيمِ.
- 6 أَزَيِّنُ الطَّبَقَ بِالْعَسَلِ وَالْمَوْزِ وَالْمُكْسَّرَاتِ «اخْتِيَارِي».
- 7 أَنْظِفُ الْأَدَوَاتِ الَّتِي أَسْتَخْدِمُهَا، وَأُعِيدُهَا إِلَى مَكَانِهَا الْمُخَصَّصِ، وَأَتْرُكُ مَكَانَ الْعَمَلِ نَظِيفًا.
- 8 أَغْسِلُ يَدَيَّ جَيِّدًا بِالْمَاءِ وَالصَّابُونِ بَعْدَ الْإِنْتِهَاءِ مِنَ الْعَمَلِ مِنْ دُونِ إِسْرَافٍ.



## نشاط 1

أَتَعَاوَنُ مَعَ أَفْرَادِ مَجْمُوعَتِي عَلَى إِعْدَادِ طَبَقِ الْفُشَارِ Popcorn بِإِشْرَافِ مُعَلِّمِي / مُعَلِّمَتِي.

## البُقُولِيَّاتُ Legums

قَالَ تَعَالَى: ﴿فَادْعُ لَنَا رَبَّكَ يُخْرِجْ لَنَا مِمَّا تُنْبِتُ الْأَرْضُ مِنْ بَقْلِهَا وَقِثَّائِهَا وَفُومِهَا وَعَدَسِهَا﴾ [سُورَةُ الْبَقَرَةِ، الْآيَةُ 61].

الْبُقُولِيَّاتُ مِنَ الْمَحَاصِيلِ الْأَسَاسِيَّةِ فِي الْعَالَمِ، وَتُشَكِّلُ جَانِبًا مُهِمًّا فِي التَّغْذِيَةِ؛ لِارْتِفَاعِ قِيَمَتِهَا الْغِذَائِيَّةِ بِاخْتَوَائِهَا عَلَى نِسْبَةٍ عَالِيَةٍ مِنَ الْبُرُوتَيْنِ النَّبَاتِيَّيْنِ، وَانْخِفَاضِ أَثْمَانِهَا مُقَارَنَةً بِالْمُتَّجَاتِ الْحَيَوَانِيَّةِ وَمِنَ الْأَمْثِلَةِ عَلَى الْبُقُولِيَّاتِ: الْحِمَّصُ، وَالْفُولُ، وَالْعَدَسُ.

وَيُمْكِنُ إِعْدَادُ أَطْبَاقٍ مِنَ الْبُقُولِيَّاتِ الطَّازِجَةِ بَعْدَ قَطْفِهَا مُبَاشَرَةً، مِثْلَ الْفُولِ الْأَخْضَرِ، أَوْ تَامَّةَ النَّضْجِ بَعْدَ تَجْفِيفِهَا، مِثْلَ الْفَاصُولِيَّاتِ الْجَفَافَةِ. وَتَعْدُ الْبُقُولِيَّاتُ قَابِلَةً لِلْحِفْظِ لِعِدَّةِ سَنَوَاتٍ.

✓ **أَتَحَقَّقُ**

أَحَدُ الْعُنْصُرِ الْغِذَائِيِّ الْأَسَاسِيِّ فِي الْبُقُولِيَّاتِ.

## تَحْضِيرُ الْحِمَّصِ بِالطَّحِينَةِ

### تَمَرِينُ 2

**الْمَعْلُومَاتُ النَّظَرِيَّةُ:** يُعَدُّ الْحِمَّصُ مِنَ الْأَطْبَاقِ الشَّعْبِيَّةِ الْمَرْغُوبَةِ لَدَى الْمُجْتَمَعِ الْعَرَبِيِّ وَخَاصَّةً فِي بِلَادِ الشَّامِ، إِذْ يُؤْكَلُ طَازِجًا، أَوْ مَطْبُوخًا، أَوْ مَقْلِيًّا، أَوْ مُحَمَّصًا، أَوْ مَشْوِيًّا، أَوْ مَهْرُوسًا.

**الْمَوَادُّ وَالْأَدَوَاتُ:** حِمَّصٌ حَبٌّ، طَحِينَةٌ، مَاءٌ، مِلْحٌ، لَيْمُونٌ، بَقْدُونَسٌ، ثَوْمٌ، زَيْتُ الزَّيْتُونِ، بَيْكَرْبوناتُ الصُّودِيومِ، كَمُونٌ، لَوْحٌ تَقْطِيعٌ، سِكِّينٌ، عَصَارَةُ لَيْمُونٍ، أَوْعِيَّةٌ، طَنْجَرَةٌ، فُرْنٌ غَازٍ، خَلَّاطٌ كَهْرَبَائِيٌّ، مَرْيُولٌ مَطْبَخٍ، قَفَّازَاتٌ، مَاءٌ، صَابُونٌ.

**مُتَطَلِّبَاتُ الصَّحَّةِ وَالسَّلَامَةِ الْعَامَّةِ:**

- ارتداءُ مَرْيُولِ الْمَطْبَخِ وَالْقَفَّازَاتِ، وَتَغْطِيَةُ الشَّعْرِ قَبْلَ الْبَدْءِ فِي الْعَمَلِ.
- عَدَمُ لَمْسِ الْجِهَازِ الْكَهْرَبَائِيِّ، أَوِ السَّلَكِ بِيَدٍ مُبَلَّلَةٍ بِالمَاءِ، وَاسْتِخْدَامُ الْأَجْهَازَةِ تَحْتَ إِشْرَافِ الْمُعَلِّمِ / الْمُعَلِّمَةِ.
- إِغْلَاقُ أُسْطُوَانَةِ الْغَازِ بَعْدَ أَنْ يَنْضَجَ الْحِمَّصُ.

### خُطُواتُ الْعَمَلِ:

- 1 أَجْهَازُ الْمَوَادِّ وَالْأَدَوَاتِ اللَّازِمَةِ لِلْعَمَلِ.
- 2 أَنْقَعُ الْحِمَّصَ مَعَ بَيْكَرْبوناتِ الصُّودِيومِ قَبْلَ (12) سَاعَةٍ مِنَ التَّحْضِيرِ.
- 3 أَغْسِلُ الْحِمَّصَ جَيِّدًا بَعْدَ النَّقْعِ. **أَفَكِّرُ: لِمَاذَا؟**
- 4 أَضَعُ الْحِمَّصَ فِي الطَّنْجَرَةِ عَلَى فُرْنِ الْغَازِ لِيُسَلَقَ حَتَّى يَنْضَجَ تَمَامًا.
- 5 أَدُقُّ الْحِمَّصَ، أَوْ أَضَعُهُ فِي الْخَلَّاطِ مَعَ الْإِخْتِفَاطِ بِبُضْعِ حَبَّاتٍ لِلزَّيْتَةِ.
- 6 أَخْلِطُ الطَّحِينَةَ مَعَ الْمَاءِ وَعَصِيرِ اللَّيْمُونِ وَالثَّوْمِ وَالْمِلْحِ وَالْكَمُونِ بِالْخَلَّاطِ الْكَهْرَبَائِيِّ.

**أفكر:** لماذا يُضاف الكُمون؟

• أَمْزِجُ الْحِمَصَ بِالطَّحِينَةِ.

- أَضَعُ الْخَلِيطَ فِي صَحْنِ التَّقْدِيمِ، وَأَزِينُهُ بِحَبَّاتِ الْحِمَصِ الْمَسْلُوقِ وَالْبَقْدُونِسِ وَزَيْتِ الزَّيْتُونِ.
- أَنْظِفُ الْأَدَوَاتِ الَّتِي أَسْتَحْدِمُهَا، وَأُعِيدُهَا إِلَى مَكَانِهَا الْمُخَصَّصِ، وَأَتْرُكُ مَكَانَ الْعَمَلِ نَظِيفًا.



**أَتَذَكَّرُ:** عِنْدَ إِعْدَادِ أَطْبَاقٍ مِنَ الْحُبُوبِ وَالْبُقُولِيَّاتِ، أُرَاعِي أَنْ تَكُونَ جَافَةً وَسَلِيمَةً، وَذَاتَ رَائِحَةٍ وَلَوْنٍ طَبِيعِيٍّ، وَتَخْلُو مِنَ السُّوسِ وَالشَّوَابِبِ وَالْحَشَرَاتِ؛ كَوْنَهَا تُخَزَّنُ مَدَدًا طَوِيلَةً؛ لِذَا يَجِبُ تَعْبِئُهَا وَتَغْلِيفُهَا وَتَخْزِينُهَا بِطَرِيقَةٍ صَحِيحَةٍ.



### الرَّشُوفُ



يُعَدُّ طَبَقُ الرَّشُوفِ مِنَ الْأَكْلَاتِ الْأُرْدُنِّيَّةِ الْمَشْهُورَةِ، فَهِيَ وَجَبَةٌ صَحِيَّةٌ وَمُفِيدَةٌ، وَمُتَكَامِلَةٌ، وَغَنِيَّةٌ بِالْبُرُوتَيْنِ النَّبَاتِيَّ وَالْكَرْبُوهِيدَرَاتِ. وَيُجَهَّزُ طَبَقُ الرَّشُوفِ

بِاسْتِخْدَامِ الْأُرْزِ أَوْ جَرِيشِ الْقَمْحِ أَوْ الْفَرِيكَةِ أَوْ الْبُرْغُلِ وَالْعَدَسِ وَالْجَمِيدِ، وَيُزَيَّنُ بِالْبَصْلِ الْمَقْلِيِّ بِزَيْتِ الزَّيْتُونِ، أَوْ السَّمْنِ، وَبَعْدَ نَضْجِهِ يُمَكِّنُ تَنَاوُلُهُ كَمَا هُوَ، أَوْ يَوْضَعُ الْخُبْزُ الْمَفْتُوتُ فِي قَاعِ الصَّحْنِ، ثُمَّ يُضَافُ الرَّشُوفُ السَّاخِنُ فَوْقَ الْخُبْزِ، وَيَوْضَعُ السَّمْنُ فِي الْمُتَتَصِفِ، وَيُقَدَّمُ إِلَى جَانِبِهِ الْمُخَلَّلَاتُ وَالْجَرَجِيرُ وَالْبَصْلُ الْأَخْضَرُ. وَيُفَضَّلُ دَائِمًا تَنَاوُلُ الْحُبُوبِ وَالْبُقُولِيَّاتِ مَعًا لِاسْتِكْمَالِ الْعُنَاصِرِ الْغِذَائِيَّةِ.



1. **الفكرة الرئيسة:** ما أهمية الحبوب والبقوليات في غذاء الإنسان؟
2. **أفسر** كلاً مما يأتي:
  - أ- تناول الحبوب والبقوليات معاً أفضل من تناول كل منهما وحده.
  - ب- تُستخدم الحبوب في صناعات تحويلية عديدة.
  - ج- يُنصح بإضافة الكمون إلى معظم الأغذية البقولية.
3. **أطرح** سؤالاً تكون إجابته: «البقوليات».
4. **التفكير الناقد:** لماذا يجب تعبئة الحبوب والبقوليات وتغليفها جيداً عند الحاجة إلى تخزينها بشكل صحيح؟

#### الرّبط مع الصّحة



يُعَدُّ مَرَضُ التَّحَسُّسِ مِنَ الْغُلُوتِينَ (السيلاك) مِنَ الْأَمْرَاضِ النَّاتِجَةِ مِنْ تَنَاوُلِ الْمُتَنَجَّاتِ الْغِذَائِيَّةِ الْمُصَنَّعَةِ مِنَ الْقَمْحِ، مِثْلِ: الْخُبْزِ، وَالْمَعْكُونَةِ، وَالْكَعْكَ، وَهُوَ مَرَضٌ يُسَبِّبُ ضَعْفًا عَامًّا وَنَقْصًا حَادًّا فِي الْوِزْنِ وَالنُّمُوِّ مَعَ تَكَرُّرِ حَالَاتِ الْإِسْهَالِ وَالْمَغْصِ، وَيُنْصَحُ الْأَفْرَادُ الْمُصَابُونَ بِهِ بِاتِّبَاعِ نِظَامِ غِذَائِيٍّ خَالٍ مِنَ الْغُلُوتِينَ مَدَى الْحَيَاةِ.

#### الرّبط مع الزّراعة



عِنْدَ زِرَاعَةِ الْمَحَاصِيلِ الْبَقُولِيَّةِ فِي التُّرْبَةِ يَتَكَوَّنُ عَلَى جُذُورِهَا عَقْدٌ بَكْتِيرِيَّةٌ تُثَبِّتُ النِّتْرُوجِينَ فِيهَا، وَهَذَا يُسَاعِدُ النَّبَاتَاتِ عَلَى النُّمُوِّ خَاصَّةً فِي الْمَوَاسِمِ الْمُتَعاقِبَةِ لِلدَّوْرَةِ الزَّرَاعِيَّةِ، مَا يُقَلِّلُ كَمِّيَّةَ السَّمَادِ الْمُسْتَهْلَكَةِ.



أَتَهَيَّأُ

أَتَذَكَّرُ وَزَمِيلِي / زَمِيلَتِي أَسْمَاءَ الْمَوَادِّ وَالْأَدَوَاتِ الْمُنَاسِبَةِ  
لِلْعِنَايَةِ بِالشَّعْرِ.



### الفكرة الرئيسة

- اهتمَّ الإنسانُ بِمَظْهَرِهِ مُنْذُ  
أَقْدَمِ الْعُصُورِ مُحَاوِلًا إِيْظْهَارَ  
جَمَالِهِ؛ بِاسْتِثْمَارِ الْمَوَادِّ  
الْمُتَوَافِرَةِ فِي الطَّبِيعَةِ لِتَكْوِينِ  
مَوَادِّ تَجْمِيلِيَّةٍ يَسْتَعْمِلُهَا  
لِتَزْيِينِ الشَّعْرِ وَالْوَجْهِ.

### ماذا سأتعلَّمُ؟

- التَّجْمِيلُ وَأَهْمِيَّتُهُ.
- مَجَالَاتُ مِهْنَةِ التَّجْمِيلِ.
- تَصْفِيفُ الشَّعْرِ.

### المفاهيم والمصطلحات

- مِهْنَةُ التَّجْمِيلِ  
Beauty Profession
- مِهْنَةُ تَصْفِيفِ الشَّعْرِ  
Hairdressing Profession
- مِهْنَةُ الْحِلَاقَةِ  
Shaving Profession

### القيم والالتجاهات

- احْتِرَامُ الْعَامِلِينَ وَالْعَامِلَاتِ فِي  
مِهْنَةِ التَّجْمِيلِ، الْعَمَلُ التَّعَاوُنِيُّ،  
التَّوْظِيفُ الذَّاتِيُّ.



## مُشْكِلاتُ الشَّعْرِ

أَتَأْمَلُ الصَّوْرَتَيْنِ الْآتِيَتَيْنِ، ثُمَّ أُجِيبُ عَمَّا يَلِيهِمَا:



- ◆ أَوْضِّحِ الْفَرْقَ بَيْنَ الصَّوْرَتَيْنِ.
- ◆ أَقَارِنُ بَيْنَ الشَّعْرِ الصَّحِيِّ وَالشَّعْرِ الْمُقْصَفِ.
- ◆ أَتَوَقَّعُ أَسْبَابَ تَقْصُفِ الشَّعْرِ.
- ◆ كَيْفَ يُمَكِّنُ مُعَالَجَةُ مُشْكِلةِ تَقْصُفِ الشَّعْرِ؟
- ◆ هَلْ هُنَاكَ مُشْكِلاتٌ أُخْرَى لِلشَّعْرِ؟
- ◆ **أَسْتَنْتِجُ:** إِنَّ الْإِهْتِمَامَ بِتَنَاوُلِ الْأَغْذِيَةِ الصَّحِيَّةِ وَعَدَمِ اسْتِخْدَامِ الْمُسْتَحْضَرَاتِ الْكِيمِيَاءِيَّةِ يَحْدُّ مِنْ مُشْكِلاتِ الشَّعْرِ وَتَسَاقُطِهِ.

## مِهْنَةُ التَّجْمِيلِ Beauty Profession

اهْتَمَّ الْإِنْسَانُ عَلَى مَرِّ الْعُصُورِ بِالْجَمَالِ، فَقَدْ دَلَّتِ الصُّوَرُ وَالتَّمَاثِيلُ وَالْمُنْحَوَاتُ فِي الْحَضَارَاتِ الْقَدِيمَةِ، مِثْلَ الْحَضَارَةِ الْمِصْرِيَّةِ الْقَدِيمَةِ، عَلَى اسْتِعْمَالِ مُسْتَحْضَرَاتِ التَّجْمِيلِ لِتَزِينِ الْبَشَرَةِ وَالشَّعْرِ.

✓ أَنْتَحَقِّقْ

أَوْضِّحْ مَفْهُومَ التَّجْمِيلِ.

وَيُعَرَّفُ التَّجْمِيلُ بِأَنَّهُ الْعِنَايَةُ بِالشَّعْرِ وَالْبَشَرَةِ وَبِالْيَدَيْنِ وَالْقَدَمَيْنِ بِطَرِيقَةٍ صَحِيحَةٍ، وَمُعَالَجَةُ مُشْكَلَاتِهَا.

يُسَهِّمُ التَّجْمِيلُ فِي إِخْفَاءِ عُيُوبِ الْبَشَرَةِ وَالشَّعْرِ وَإِبْرَازِ مَعَالِمِ الْجَمَالِ الطَّبِيعِيِّ، وَتَعْزِيزِ الثَّقَةِ بِالنَّفْسِ، وَتُسَاعِدُ مَوَادُّ التَّجْمِيلِ عَلَى عِلَاجِ مُشْكَلَاتِ الْبَشَرَةِ وَالشَّعْرِ، وَتُحَقِّقُ مَفْهُومَ النِّظَافَةِ وَالْعِنَايَةِ بِالْجِسْمِ.

✓ أَنْتَحَقِّقْ

مَا أَهْمِيَّةُ التَّجْمِيلِ؟

## مَجَالَاتُ مِهْنَةِ التَّجْمِيلِ

مِنْ الْأَمْثَلَةِ عَلَى مَجَالَاتِ مِهْنَةِ التَّجْمِيلِ: مِهْنَةُ تَصْفِيفِ الشَّعْرِ، وَمِهْنَةُ الْحِلَاقَةِ.

## أَوَّلًا: مِهْنَةُ تَصْفِيفِ الشَّعْرِ Hairdressing Profession

تَصْفِيفُ الشَّعْرِ مِهْنَةٌ مِنْ مِهْنَةِ التَّجْمِيلِ الَّتِي يَتَطَلَّبُ إِجَادَتُهَا وَتَنْمِيَّةُ مَهَارَاتِهَا اتِّبَاعَ الْأَسَالِيبِ الْحَدِيثَةِ فِي تَصْمِيمِ التَّشْرِیحاتِ بِمَا يَتَنَاسَبُ مَعَ الْمُنَاسَبَةِ الْاجْتِمَاعِيَّةِ.



**المعلومات النظرية:** عِنْدَ تَصْمِيمِ تَسْرِيحاتِ الشَّعْرِ يَنْبَغِي مُراعاةُ شَكْلِ الْوَجْهِ (بَيَضَوِيٍّ، مُرَبَّعٍ، مُسْتَدِيرٍ)، وَمُراعاةُ الْمُناسَبَةِ الْاجْتِمَاعِيَّةِ وَالْوَضْعِ الْاجْتِمَاعِيِّ لِلزَّبُونِ / لِلزَّبُونَةِ. وَيَعْتَمِدُ جَمَالُ تَصْفِيفِ الشَّعْرِ عَلَى كَثافتهِ وَطَبِيعَتِهِ وَحَالَتِهِ الصَّحِيَّةِ.

**المواد والأدوات:** فُرْشاةٌ أَوْ مِشْطٌ بِمَقْبِضٍ رَفِيعٍ، رِبْطَةُ شَعْرٍ، مِرْآةٌ.

**متطلبات الصحة والسلامة العامة:**

- تَنْظِيفُ مِشْطِ الشَّعْرِ (أَوْ فُرْشَاتِهِ) الْمِشْطِ بِالْمَاءِ الدَّافِئِ وَمَادَّةٍ مُنْظِفَةٍ، وَتَعْقِيمُهُ قَبْلَ الْإِسْتِعْمَالِ.

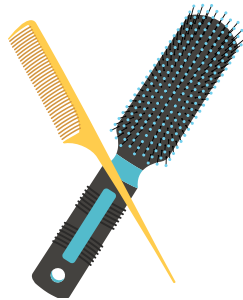
**خطوات العمل:**

- 1 أَعْسِلْ يَدَيْ بِالْمَاءِ وَالصَّابُونِ.
- 2 أَحْضِرِ الْأَدَوَاتِ اللَّازِمَةَ.
- 3 اتَّأَكَّدْ مِنْ نَظَافَةِ شَعْرِي، وَأَجْفِفْهُ، وَأَسْرِّحْهُ.
- 4 أَقْسِمِ شَعْرِي إِلَى قِسْمَيْنِ مُتَسَاوَيْنَيْنِ.
- 5 أَتَبَّتْ كُلَّ قِسْمٍ بَيْنَ يَدَيَّ، ثُمَّ أَبْدَأُ - بِاسْتِخْدَامِ أَصَابِعِي - سَحَبَ خَصْلَةٍ صَغِيرَةٍ مِنْ أَسْفَلِ الْقِسْمِ الْأَيْمَنِ، وَأَوَجَّهَهَا إِلَى الْقِسْمِ الْأَيْسَرِ.
- 6 أَخَذُ خَصْلَةً صَغِيرَةً مِنْ أَسْفَلِ الْقِسْمِ الْأَيْسَرِ وَأَنْقُلُهَا إِلَى الْقِسْمِ الْأَيْمَنِ.
- 7 أَكْرِّرُ الْخُطُواتِ السَّابِقَةَ حَتَّى نِهَايَةِ أَطْرَافِ خَصَلِ الشَّعْرِ، وَأُرَاعِي شَدَّ الضَّفِيرَةِ أَثْنَاءَ إِعْدَادِهَا مِنْ وَقْتٍ إِلَى آخَرٍ. **لِمَاذَا؟**

- 8 أَرْبِطُ نِهَايَةَ الْجَدَلَةِ بِرِبْطَةِ شَعْرٍ. **لِمَاذَا؟**

- 9 أَنْظِفُ أَدَوَاتِ الْعَمَلِ وَالْمَكَانَ.

- 10 أَعْسِلْ يَدَيَّ جَيِّدًا، ثُمَّ أَجْفِفُهُمَا.





أَسْتَخْدِمُ الرَّمَزَ الْمُجاوِرَ، وَأُشَاهِدُ مَقْطَعًا مَرِيئًا (فيديو) يَعْرضُ خُطواتِ تَعَلُّمِ تَسْرِیحةِ شَعْرِ لِلبناتِ، ثُمَّ أَنْفِذُهَا أَمَامَ زُمَلائِي / زَميلاتِي.

## ثانيًا: مهنة الحلاقة Shaving Profession

تُعَدُّ الحِلّاقَةُ مِنَ المِهَنِ القَدِيمَةِ الَّتِي تَطَوَّرَتْ مَعَ تَطَوُّرِ الزَّمَنِ، فَقَدْ كانَ الحَلّاقُ يَنْتَقِلُ مِنْ مَكَانٍ إِلَى آخَرَ لِمُزاوَلَةِ مِهنتِهِ، وَكانَ يُطْلَقُ عَلَيْهِ: «المُزَيِّنُ». إلى أَنْ تَطَوَّرَتِ المِهْنَةُ وَأَصْبَحَ لِلحَلّاقِ مَحَلٌّ ثابتٌ يَقْصِدُهُ الزَّبائِنُ لِحِلّاقَةِ الشَّعْرِ، وَهُمُ فِي الغالِبِ مِنَ الرِّجالِ وَالْفَتَيانِ. يَتَمَتَّعُ الحَلّاقُ بِمَهاراتٍ مُتَعَلِّقَةٍ بِالْعِنايةِ بِشَعْرِ الرِّجالِ وَالْأَوْلادِ، مِنْها: غَسْلُ الشَّعْرِ، وَحِلّاقَتُهُ، وَصَبْغُ الشَّعْرِ وَتَصْفِيفُهُ، وَتَنْظِيفُ البَشَرَةِ. وَهُناكَ كَثِيرٌ مِنْ مُسْتَحْضَراتِ العِنايةِ بِالشَّعْرِ لِلرِّجالِ، مِنْها: مَوادُّ تَلْمِيعِ الشَّعْرِ وَتَسْرِیحِهِ، وَالْبَخاخاتُ المُثَبِّتَةُ لِلشَّعْرِ (Spray)، وَالكَرِيماتُ.

## تَصْفِيفُ الشَّعْرِ

## تمرين 2

**المَعْلوماتُ النَّظَرِيَّةُ:** هُناكَ تَسْرِیحاتُ شَعْرِ عَدِيدَةٌ يُمَكِّنُ لِلحَلّاقِ عَمَلُها بِالتَّشاوُرِ مَعَ الزَّبونِ لِمَعْرِفَةِ ما يُريدُهُ قَبْلَ البَدْءِ بِتَصْفِيفِ شَعْرِهِ، وَذلكَ عَن طَرِيقِ عَرَضِ الصُّورِ وَالرُّسوماتِ التَّوضِیحيَّةِ لِأنواعِ التَّسْرِیحاتِ المُمَكِّنِ عَمَلُها؛ حَتَّى يَكُونَ التَّواصُلُ بَيْنَ الزَّبونِ وَالحَلّاقِ واضِحًا.

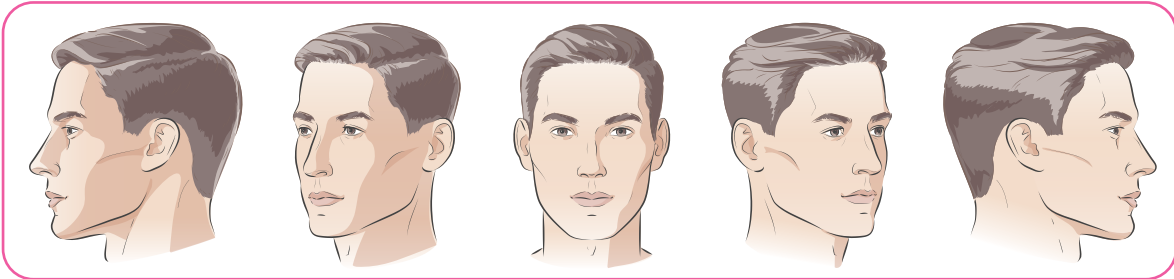
**المَوادُّ والأَدواتُ:** مِشْطٌ، جِلُّ الشَّعْرِ، مِرْأَةٌ.

مُتَطَلِّباتُ الصَّحَّةِ وَالسَّلَامَةِ العامَّة:

- اسْتَخْدامُ الجِلِّ تَحْتَ إشرافِ المُعَلِّمِ / المُعَلِّمَةِ، وَالْحَذَرُ مِنْ دُخولِهِ فِي العَیْنِینِ.

خُطُواتُ الْعَمَلِ:

- 1 أَغْسِلُ يَدَيَّ بِالْمَاءِ وَالصَّابُونِ جَيِّدًا.
- 2 أَحْضَرُ الْأَدَوَاتِ وَالْمَوَادَّ اللَّازِمَةَ.
- 3 أَغْسِلُ شَعْرِي، وَأَجْفِفُهُ بِالْمِنْشَفَةِ جَيِّدًا. **لِمَاذَا؟**
- 4 أَضَعُ الْجِلَّ عَلَى الشَّعْرِ بِالتَّساوِي مِنَ الْجُذُورِ إِلَى الْأَطْرَافِ، وَمِنْ الْأَمَامِ إِلَى الْخَلْفِ.
- 5 أَمْسِطُ جَانِبَيَّ شَعْرِي إِلَى الْخَلْفِ، وَالْجُزْءَ الْعُلُويَّ إِلَى الْأَمَامِ.
- 6 أَحْرِكُ الْجُزْءَ الْأَمَامِيَّ إِلَى أَحَدِ الْجَانِبَيْنِ.
- 7 أَتْرِكُ الشَّعْرَ لِيَجِفَّ وَحْدَهُ.
- 8 أَنْظِفُ أَدَوَاتِ الْعَمَلِ وَالْمَكَانَ.
- 9 أَغْسِلُ يَدَيَّ جَيِّدًا، ثُمَّ أَجْفِفُهُمَا.





أَسْتَخْدِمُ الرَّمْزَ الْمُجَاوِرَ، وَأُشَاهِدُ مَقْطَعًا مَرِيئًا (فِيْدِيُو) يَعْْرِضُ الْخُطُوَاتِ الصَّحِيْحَةَ لِغَسْلِ الشَّعْرِ.

**أَتَذَكَّرُ:** مِنْ أَخْلَاقِيَّاتِ مِهْنَةِ التَّجْمِيلِ: الْمَظْهَرُ الْعَامُّ لِلْمُزَيَّنِّ / لِلْمُزَيَّنَّةِ، وَاحْتِرَامُ الْمَوَاعِيدِ.



### الْعِنَايَةُ بِالْيَدَيْنِ وَالْقَدَمَيْنِ

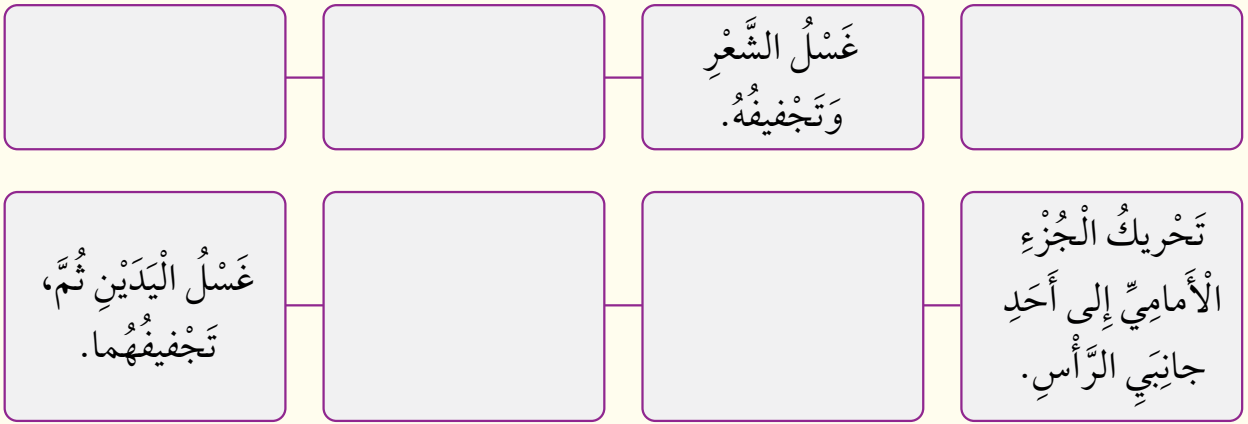


يُسَاعِدُ تَرْطِيبُ الْبَشَرَةِ فِي الْمُحَافَظَةِ عَلَى الْيَدَيْنِ وَالْقَدَمَيْنِ، وَوَقَايَتِهَا مِنَ الْجَفَافِ وَالْأَمْرَاضِ الْجِلْدِيَّةِ. وَلِتَنْعِيمِ جِلْدِ الْيَدَيْنِ يَجِبُ غَسْلُهُمَا بِالطَّرِيقَةِ الصَّحِيْحَةِ؛ لِتَتَخَلَّصَ مِنَ الْأَوْسَاحِ الْعَالِقَةِ بِهِمَا، ثُمَّ وَضْعُ مُرَطَّبٍ خَاصٍّ، وَالْإِهْتِمَامُ بِنَظَافَةِ الْأَظْفَرِ وَتَقْلِيمِهَا بِاسْتِمْرَارٍ؛ لِلْحُصُولِ عَلَى أَظْفَرٍ ذَاتِ مَظْهَرٍ صَحِيٍّ.

وَلِلْعِنَايَةِ بِالْقَدَمَيْنِ تَوْضَعَانِ فِي الْمَاءِ الدَّافِئِ لِيَضَعَ دَقَائِقَ، ثُمَّ تُسْتَخْدَمُ أَدَاةُ التَّقْشِيرِ لِلتَّخَلُّصِ مِنَ الْجِلْدِ الْمَيِّتِ وَالشَّوَائِبِ الْعَالِقَةِ بِالْجِلْدِ، ثُمَّ يَوْضَعُ الْمُرَطَّبُ وَيُرْتَدَى الْجُورْبَانِ، وَيَحْرَصُ الْفَرْدُ عَلَى الْإِسْتِمْرَارِ فِي تَقْلِيمِ أَظْفَرِ الْقَدَمَيْنِ وَنَظَافَتِهَا.



1. **الفكرة الرئيسة:** لماذا يُعدُّ تصنيفُ الشعرِ جزءاً أساسياً من أعمالِ التَّجميلِ؟
2. **أفسر** اهتمامَ الحلاقِ بِشكلِ وجهِ الزَّبُونِ قَبْلَ إجراءِ التَّسريحَةِ لَهُ.
3. **أحدّد** أيَّ المَعلُومَاتِ الآتِيَةِ صَحيحةٌ وأَيُّهَا غَيرُ صَحيحةٍ:
  - تَقْتَصِرُ مِهْنَةُ التَّجْمِيلِ عَلَى السَّيِّدَاتِ فَقَطْ.
  - يُسَاعِدُ عَرَضُ الصُّورِ والرُّسُومَاتِ التَّوْضِيحِيَّةِ لِلتَّسْرِيحَاتِ عَلَى الزَّبُونِ فِي إِيجَادِ التَّوَاصُلِ الفَاعِلِ بَيْنَهُ وَبَيْنَ الحَلَّاقِ.
  - تَوْضَعُ القَدَمَانِ فِي المَاءِ الدَّافِئِ قَبْلَ اسْتِخْدَامِ أَدَاةِ التَّقْشِيرِ.
4. **أستنتج** أَهمِّيَّةَ التَّجْمِيلِ فِي المُحَافَظَةِ عَلَى نَظَافَةِ الجِسمِ.
5. **أوضح** خُطُواتِ تَسْرِيحِ الشَّعْرِ لِلْفَتَيَانِ بِتَكْمِلَةِ المُخَطَّطِ الآتِي:



## الرَّبْطُ مَعَ الصَّحَّةِ



تُعَدُّ التَّغْذِيَةُ أَساساً فِي صِحَّةِ الشَّعْرِ وَصِحَّةِ جِلْدِ الْإِنْسَانِ وَسَلَامَتِهِ؛ لِذَا يَحْرُصُ الْفَرْدُ عَلَى أَنْ تَكُونَ وَجَبَاتُهُ الغِذَائِيَّةُ مُتَوَازِنَةً؛ بِاخْتِوَائِهَا عَلَى العُنَاصِرِ الغِذَائِيَّةِ جَمِيعِهَا، مِثْلُ: البُرُوتَيْنِ، وَالْكَالْسيومِ، وَالْكَرْبُوهِيدْرَاتِ، وَالْحَدِيدِ.



تأسست النقابة العامة لأصحاب صالونات التجميل في عام 1976م. وتهتم النقابة بمهنة التجميل والعاملين/ العاملات فيها، فسعت إلى تطويرها بعقد الدورات لمُتسببيها ومُتسباتها؛ لرفع كفاءتهم، وتقديم كل جديد ومبتكر. وتُشرف النقابة على اختبار مُزاولة المهنة بالتعاون مع وزارة الصحة ومؤسسة التدريب المهني.

### التوجيه والإرشاد المهني:



تشهد مهنة التجميل في الأردن إقبالاً من الشباب والشابات بهدف المحافظة على أناقتهم، وتوجيه مستقبلهم، وتحسين ظروف معيشتهم، خاصة أن مجالات العمل في مهنة التجميل فيها متنوعة، مثل: الشعر، والجسم، والبشرة، والعين. ويمكن الالتحاق بدورات تدريبية خاصة والحصول على شهادات مُصدقة للعمل بها.

### مَشْرُوعِي:



أتعاون وأفرد مجموعتي على زيارة أحد صالونات التجميل؛ للإطلاع على طرق السلامة العامة المُستخدمة في تنظيف أدوات التجميل، ثم نعد تقريراً نناقشه مع المجموعات الأخرى بإشراف المعلم/ المعلمة.

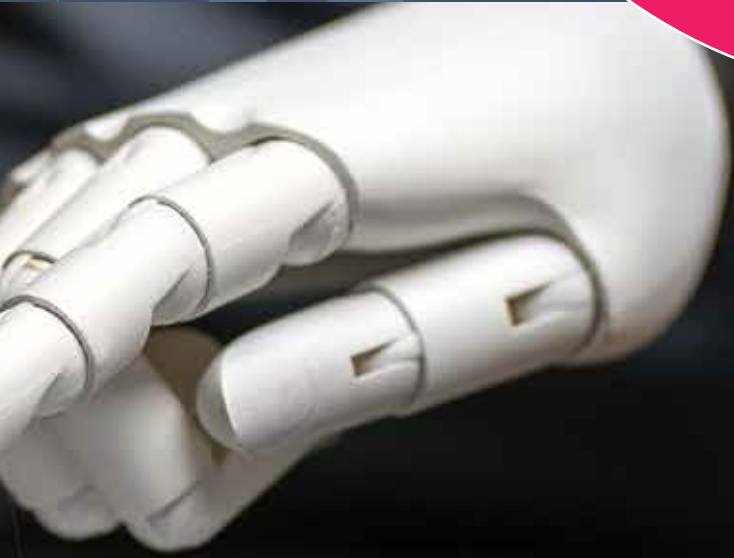
### المُسَابَقَةُ الْمِهْنِيَّةُ:



أشارك في المُسَابَقَةِ الَّتِي تُنظَّمُهَا لَجَنَةُ الصِّحَّةِ الْمَدْرَسِيَّةِ حَوْلَ «أثر الوجبات السريعة في صحة الجسم والشعر» بالتعاون مع مُعَلِّمي/ مُعَلِّماتِ التَّربِيَةِ الْمِهْنِيَّةِ فِي مَدْرَسَتِي.

# المهارات الريادية

ريادة  
الأعمال



الفكرة  
العامة

يُعَدُّ التَّفْكِيرُ وَسِيلَةً لِحَلِّ الْمُسْكِلاتِ، وَاتِّخَاذِ الْقَرَارَاتِ، وَكَشْفِ الْحَقَائِقِ،  
وَالْتَّخْطِيطِ لِلْمُسْتَقْبَلِ، وَالْاِكْتِشَافِ وَالْاِخْتِرَاعِ وَالتَّطَوُّرِ. وَلِلتَّفْكِيرِ مَهَارَاتٌ  
يُمْكِنُ تَعَلُّمُهَا وَالتَّدْرُبُ عَلَى مُمَارَسَتِهَا.

قائمة الدروس:  
الدَّرسُ (1): تَنْمِيَةُ مَهَارَاتِ التَّفْكِيرِ.

## تَنْمِيَّةُ مَهَارَاتِ التَّفْكِيرِ



## الفِكرَةُ الرَّئِيسَةُ

- لِتَنْمِيَةِ التَّفْكِيرِ طُرُقٌ عَدِيدَةٌ يَنْبَغِي لِلْفَرْدِ تَعَلُّمُهَا لِيَسْتَطِيعَ مُمَارَسَةَ أَنْوَاعٍ مُخْتَلِفَةٍ مِنَ التَّفْكِيرِ، وَمِنْ ثَمَّ يُنْذِعُ فِي تَعَامُلِهِ مَعَ الْمَوَاقِفِ وَالْمُشْكِلَاتِ الْمُتَنَوِّعَةِ بِطُرُقٍ صَحِيحَةٍ.

## مَاذَا سَنَتَعَلَّمُ؟

- تَوْظِيفُ أَنْشِطَةٍ تَنْمِيَةِ التَّفْكِيرِ.

## الْمَفَاهِيمُ وَالْمُصْطَلَحَاتُ

- مَهَارَاتُ التَّفْكِيرِ

Thinking Skills

- العَصْفُ الذَّهْنِيُّ

Brain Storming

- التَّخِيلُ الْمَوْجَّه

Guided Imagination

- الْخَرَائِطُ الْمَفَاهِيمِيَّةُ

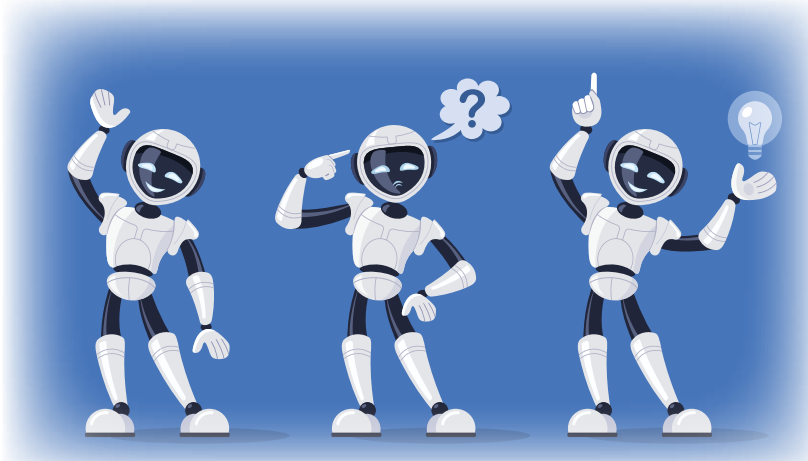
Concept Mapping

- التَّفْكِيرُ الْإِيجَابِيُّ

Positive Thinking

## الْقِيَمُ وَالْإِتِّجَاهَاتُ

- احْتِرَامُ التَّفْكِيرِ، حُرِّيَّةُ التَّفْكِيرِ، تَقَبُّلُ الرَّأْيِ الْآخَرِ، التَّفْكِيرُ الْإِيجَابِيُّ، احْتِرَامُ الْإِبْدَاعِ، الثِّقَةُ بِالنَّفْسِ.



عِنْدَ تَوْجِيهِ مُعَلِّمِي / مُعَلِّمَتِي السُّؤَالَ الْآتِيَّ إِلَيْنَا: «لِمَاذَا تَحَدَّثُ الْخِلَافَاتُ بَيْنَ النَّاسِ؟»، فَإِنَّ إِجَابَاتِنَا سَتَتَنَوَّعُ، لِمَاذَا فِي رَأْيِي؟

## أَسْتَكْشِفُ



أُفَكِّرُ مَعَ مَجْمُوعَتِي فِي حَلِّ الْأَسْئَلَةِ الْآتِيَّةِ:

1 ما عَدَدُ فُصُولِ السَّنَةِ؟

2 ما أَسْمَاءُ فُصُولِ السَّنَةِ مُرَتَّبَةً؟

3 أَقَارِنْ بَيْنَ فُصُولِ السَّنَةِ مِنْ حَيْثُ: دَرَجَةُ الْحَرَارَةِ، وَكَمِّيَّةُ الْمَطَرِ.

4 أَيُّ فُصُولِ السَّنَةِ هُوَ الْأَحَبُّ إِلَيَّ؟ لِمَاذَا؟

♦ هَلْ إِجَابَاتُ الْأَسْئَلَةِ السَّابِقَةِ لَهَا السُّهُولَةُ نَفْسُهَا؟ وَهَلْ فَكَّرْتُ بِالطَّرِيقَةِ نَفْسِهَا عِنْدَ إِجَابَتِي عَنْهَا؟

♦ **أَسْتَتِجُ:** تَحْتَاجُ الْمَهَامُ الْمُخْتَلِفَةُ إِلَى أَنْوَاعٍ مُخْتَلِفَةٍ مِنْ مَهَارَاتِ التَّفْكِيرِ.

## أَقْرَأْ وَاتَّعَلَّمْ



يَتَضَمَّنُ التَّفْكِيرُ مَجْمُوعَةً مِنَ الْعَمَلِيَّاتِ وَالْمَهَارَاتِ الْعَقْلِيَّةِ الَّتِي يَسْتَعْمِلُهَا الْفَرْدُ عِنْدَ الْبَحْثِ عَنْ إِجَابَةِ سُؤَالٍ أَوْ حَلِّ مُشْكَلَةٍ، أَوْ بِنَاءِ مَعْنَى، أَوْ التَّوَصُّلِ إِلَى مَعْرِفَةٍ جَدِيدَةٍ، وَهَذِهِ الْعَمَلِيَّاتُ وَالْمَهَارَاتُ قَابِلَةٌ لِلتَّعَلُّمِ؛ لِذَا لَا بُدَّ مِنْ تَنْمِيَةِ مَهَارَاتِ التَّفْكِيرِ.

### كَيْفَ أَحْسَنُ مَهَارَاتِي فِي التَّفْكِيرِ؟

هُنَاكَ طَرِيقٌ عِدَّةٌ يُمَكِّنُ أَنْ تُسَاعِدَ الْفَرْدَ عَلَى تَحْسِينِ مَهَارَاتِهِ فِي التَّفْكِيرِ، وَفِي مَا يَأْتِي بَعْضُهَا:

**التَّنَوُّعُ فِي مُمَارَسَةِ أَنْمَاطِ التَّفْكِيرِ:** يُمَكِّنُ الْقِيَامُ بِذَلِكَ عَنْ طَرِيقِ حَلِّ الْأَلْغَازِ، أَوْ مُمَارَسَةِ التَّفْكِيرِ الْإِبْدَاعِيِّ بِالْعَصْفِ الذَّهْنِيِّ الَّذِي يُوَصِّلُ إِلَى أَفْكَارٍ جَدِيدَةٍ وَحُلُولٍ لِلْمُشْكَلَاتِ.

1

## نشاط 1

أَتَعَاوَنُ مَعَ مَجْمُوعَتِي عَلَى تَنْظِيمِ جَلْسَةِ حِوَارِيَّةٍ نُنَاقِشُ فِيهَا مَوْضُوعَ الْبِطَالَةِ: أَسْبَابُهَا، وَكَيْفِيَّةُ التَّقْلِيلِ مِنْهَا، وَنَخْتَارُ أَحَدَ أَفْرَادِ الْمَجْمُوعَةِ لِيُسَجِّلَ عَلَى السَّبُورَةِ الْأَفْكَارَ الْمُقَدَّمَةَ خِلَالَ النِّقَاشِ، وَنُلَاحِظُ تَنَوُّعَهَا وَاخْتِلَافَهَا.

2

**تَنْوِيعُ مَصَادِرِ الْمَعْرِفَةِ:** تُعَدُّ الْقِرَاءَةُ مِنْ أَفْضَلِ طُرُقِ تَوْسِيعِ التَّفْكِيرِ، وَتَتَسِمُ بِتَنْوِيعِ مَصَادِرِهَا وَمَوْضُوعَاتِهَا، مَا يُسَاعِدُ عَلَى تَنْوِيعِ الْفَهْمِ وَتَعْمِيقِهِ. أُجَرِّبُ قِرَاءَةَ كُتُبٍ مِنْ مَجَالَاتٍ مُخْتَلَفَةٍ وَتَصَفِّحُ الْمَقَالَاتِ عَلَى الْإِنْتَرْنِتِ؛ لِأَكُونَ عَلَى اطَّلَاعٍ دَائِمٍ بِالْمَعْرِفَةِ الْجَدِيدَةِ.

3

**الِاسْتِفَادَةُ مِنَ الْأَسْئَلَةِ وَالتَّعْلِيقَاتِ:** يُسَهِّمُ طَرْحُ الْأَسْئَلَةِ فِي فَهْمِ الْمَعْلُومَاتِ وَاسْتِيعَابِهَا، وَقَدْ يَحْصُلُ الْفَرْدُ مِنْ ذَلِكَ عَلَى آرَاءٍ وَتَعْلِيقَاتٍ مِنَ الْآخَرِينَ تُثْرِي تَفْكِيرَهُ؛ لِذَا لَا أَتَرَدَّدُ فِي طَرْحِ الْأَسْئَلَةِ وَالتَّفْكِيرِ فِي إِجَابَاتِهَا.

## نشاط 2

أَبْعَثُ شِعَارًا لِزُمَلَائِي / زَمِيلَاتِي فِي الصَّفِّ، وَأَتَلَقَّى تَعْلِيقَاتِهِمْ عَلَيْهِ، وَأُلَاحِظُ كَيْفَ يَتَغَيَّرُ تَفْكِيرِي فِي الشُّعَارِ بِنَاءً عَلَى التَّعْلِيقَاتِ وَالْآرَاءِ.

4

**التَّفْكِيرُ الذَّاتِيُّ وَالتَّقْيِيمُ:** يُسَهِّمُ تَقْيِيمُ عَمَلِيَّةِ التَّفْكِيرِ وَنَتَائِجِهَا بِصُورَةٍ دَوْرِيَّةٍ فِي تَنْمِيَةِ مَهَارَاتِ التَّفْكِيرِ، وَيَكُونُ ذَلِكَ بِالْإِجَابَةِ عَنِ الْأَسْئَلَةِ الْآتِيَةِ: كَيْفَ أَتَعَامَلُ مَعَ الْمُسْكَلَاتِ وَالْمَوَاقِفِ؟ وَمَا طُرُقُ التَّعَامُلِ مَعَهَا؟ وَمَا النَّتَائِجُ الَّتِي أَحَقَّقْتُهَا؟ وَهَذَا بِدَوْرِهِ يُسَاعِدُ عَلَى تَحْدِيدِ نِقَاطِ الْقُوَّةِ وَالضَّعْفِ، وَتَحْسِينِ التَّفْكِيرِ.

5

**المرونة والتغيير:** ينبغي للفرد أن يكون على استعدادٍ لتغيير آرائه ومفاهيمه في حال توافرت أدلة جديدة أو معلومات أفضل، وأن يبحث عن فرص التعلم من الآخرين لتحسين تفكيره، وهذا بدوره يساهم في فتح أبواب جديدة للتفكير والإبداع.

### نشاط 3

أناقش مع مجموعتي الإجابة عن السؤال الآتي: «هل من الضروري أن نلبس جميعنا زيًا موحدًا في المدرسة؟»، وألاحظ تغيير الأفكار عند الأشخاص أثناء النقاش.

6

**التخيّل الموجه:** تقوم هذه الطريقة على توجيه الفرد إلى صياغة سيناريو تخيّلِي ينقله في رحلة تخيّلِيّة، ويحثّه على بناء صور ذهنيّة لما يسمعه، مع توظيف الحواس الخمس في هذه العملية.



أستخدم الرمز المجاور، وأشهد مقطعًا مرئيًا (فيديو)؛ لأتعرّف أكثر عن طريقة التخيّل الموجه.

### نشاط 4

أتعاون مع مجموعتي وبإشراف معلّمي / معلّمتي على تطبيق طريقة التخيّل الموجه في موضوع شح المياه وآثاره.

✓ أتحقّق

ما الطرق الرئيسة لتنمية التفكير؟



أَسْتَخْدِمُ الرَّمْزَ الْمُجَاوِرَ، وَأُشَاهِدُ مَقْطَعًا مَرِيئًا (فيديو) حَوْلَ مَهَارَاتِ التَّوَاصُلِ، وَأُسَجِّلُ أَهَمَّ النُّقَاطِ الْوَارِدَةِ فِيهِ.



### التَّفْكِيرُ الْإِيجَابِيُّ

التَّفْكِيرُ الْإِيجَابِيُّ هُوَ مَوْقِفٌ عَقْلِيٌّ تُتَوَقَّعُ فِيهِ نَتَائِجٌ جَيِّدَةٌ وَمَرْضِيَّةٌ، وَعَدَمُ الشُّعُورِ بِالْإِحْبَاطِ عِنْدَمَا لَا تَسِيرُ الْخُطَطُ وَفَقَ الْمُخَطَّطُ لَهُ. وَهَذَا يَعْنِي الْمُحَاوَلَةَ مَرَّةً أُخْرَى وَعَدَمَ قَبُولِ الْهَزِيمَةِ. الْعَقْلُ الْإِيجَابِيُّ يَنْتَظِرُ دَائِمًا بِشَغَفٍ السَّعَادَةَ وَالصَّحَّةَ وَنَهَايَةَ سَعِيدَةٍ فِي أَيِّ حَالَةٍ.

### التَّقْوِيمُ



#### 1. الْأَفْكَارُ الرَّئِيسَةُ:

- مَا طُرُقُ تَنْمِيَةِ التَّفْكِيرِ؟
- أَوْضَحْ أَشْهَرَ مَهَارَاتِ التَّفْكِيرِ الْإِبْدَاعِيِّ.

#### 2. الْإِسْتِنَاجُ:

- أَحْلَلْ مُشْكَلَةَ ضَيَاعِ الْأَغْرَاضِ الصَّفِيَّةِ الْخَاصَّةِ إِلَى أَسْبَابٍ وَنَتَائِجٍ.
- غَضِبَ طَارِقٌ مِنْ زَمِيلِهِ دَاخِلَ الْغُرْفَةِ الصَّفِيَّةِ وَهَدَّدَهُ، وَحِينَ فَكَّرَ فِي الْعِلَاقَةِ الَّتِي تَرَبُّطُهُ بِهِ مُنْذُ سَنَوَاتٍ عَدِيدَةٍ عَادَ إِلَيْهِ مُعْتَذِرًا. مَا الْعَمَلِيَّةُ الَّتِي أَدَّتْ إِلَى تَغْيِيرِ مَوْقِفِ طَارِقٍ؟

### 3. التفسير:

- لماذا ترتفع أسعار بعض السلع في أوقات محددة؟
- كيف يحدث تغيير التفكير في المواقف المختلفة؟

### 4. التفكير الناقد:

- كيف يمكن أن أكون مُبدعاً / مُبدعة؟
- أبدي رأيي في العبارة الآتية: «كثيراً ما يوقف شخصان النقاش بينهما لمجرد اختلافهما في الرأي».

### الرابط مع العلوم



لا يُملأ الوعاء كاملاً بالماء قبل وضعه في (جزء التجميد في الثلاجة)، لماذا؟

### التوجيه والإرشاد المهني:



كلما ارتقى مستوى تفكير الفرد في تطوير عمله وحل مشكلاته، زادت فرصه في الترقى الوظيفي والإنجاز.

### مشارعي:



أتعاون مع مجموعتي على اختيار مشكلات من واقع الحال في بيوتنا أو مدرستنا، ونضع حلولاً إبداعية لها، ثم نكتب تقريراً نبين فيه رحلتنا مع هذه المشكلات من بدايتها حتى الوصول إلى حلول لها.

### المسابقة المهنية:



أتعاون مع مجموعتي وبإشراف معلّمي / معلّمتي على تطوير معايير لتقييم المشروع الوارد في البند (مشارعي)؛ تمهيداً لتحكيم المشاريع التي تُقدّمها المجموعات، والمشاركة بأفضلها على مستوى المدرسة ومديرية التربية والتعليم التي تتبع لها منطقتنا.

# تَكْثِيرُ النِّبَاتَاتِ

الزَّرَاعَةُ



تُسَهِّمُ طُرُقُ تَكْثِيرِ النِّبَاتَاتِ وَأَسَالِيْبُهَا الْمَتَنَوِّعَةُ فِي زِيَادَةِ الْإِنْتِاجِ الزَّرَاعِيِّ، وَتَقْلِيلِ التَّكَالِيفِ، وَتَحْسِينِ مُسْتَوَى الْمَعِيشَةِ، وَتَشْغِيلِ الْأَيْدِي الْعَامِلَةِ بِمَا يُسَاعِدُ عَلَى الْحَدِّ مِنَ الْبِطَالَةِ وَتَخْتَلِفُ هَذِهِ الطُّرُقُ وَالْأَسَالِيبُ بِحَسَبِ صِنْفِ النَّبَاتِ.



الفِكرَةُ  
العَامَّةُ

## قائمة الدروس:

الدَّرسُ (1): تَكثِيرُ النَّبَاتِ بِالْبُذُورِ

الدَّرسُ (2): نَبَاتَاتُ الزَّيْنَةِ

## تَكْثِيرُ النَّبَاتَاتِ بِالْبُذُورِ



أَتَهَيَّأُ



أَفَكِّرُ:

- ما أَهْمِيَّةُ الْبُذُورِ فِي النَّبَاتِ؟
- ما الْفَائِدَةُ مِنْ تَكْثِيرِ النَّبَاتَاتِ؟



أَسْتَكْشِفُ



تَحْضِيرُ الْأَرْضِ لِلزَّرْعَةِ

أَتَّبِعُ إِرْشَادَاتِ مُعَلِّمِي / مُعَلِّمَتِي عِنْدَ تَحْضِيرِ الْأَرْضِ لِلزَّرْعَةِ.

الْمَوَادُّ وَالْأَدَوَاتُ:

فَأْسٌ، مُشْطُ زِرَاعِيٌّ، مِجْرَفَةٌ، مَلَابِسُ عَمَلٍ، الْمَاءُ وَالصَّابُونُ.

مُتَطَلِّبَاتُ الصَّحَّةِ وَالسَّلَامَةِ الْعَامَّةِ

- الْحَذَرُ عِنْدَ اسْتِعْمَالِ الْأَدَوَاتِ الزَّرَاعِيَّةِ.

## الْفِكْرَةُ الرَّئِيسَةُ

- إِنْتَاجُ نَبَاتَاتٍ مُتَّوَعَةٍ بِاسْتِخْدَامِ الْبُذُورِ، وَذَلِكَ لِلْحِفَاطِ عَلَى النَّبَاتِ، وَتَكَاثُرِهِ.

## مَاذَا سَأَتَعَلَّمُ؟

- اسْتِخْلَاصُ الْبُذُورِ مِنَ الثَّمَرِ.
- زِرَاعَةُ بُذُورِ النَّبَاتَاتِ فِي بِيئَاتٍ زِرَاعِيَّةٍ مُخْتَلِفَةٍ.

## الْمَفَاهِيمُ وَالْمُصْطَلَحَاتُ

- التَّكْثِيرُ الْبُذْرِيُّ

Seed Multiplication

- اسْتِخْلَاصُ الْبُذُورِ

Seed Extraction

## الْقِيَمُ وَالِاتِّجَاهَاتُ

- تَعْزِيزُ مَفْهُومِ الْإِنْتِمَاءِ لِلْأَرْضِ.
- الْعَمَلُ ضِمْنَ فَرِيقٍ.
- تَقْدِيرُ الْعَمَلِ وَالْعَامِلِينَ / الْعَامِلَاتِ فِي مِهْنَةِ الزَّرْعَةِ.

## خُطُواتُ الْعَمَلِ:

- 1 أَرْتَدِي مَلَابِسَ الْعَمَلِ الْمُنَاسِبَةَ قَبْلَ الْبَدْءِ فِي الْعَمَلِ.
  - 2 أَجْهِّزُ الْمَوَادَّ وَالْأَدَوَاتِ اللَّازِمَةَ لِلْعَمَلِ.
  - 3 أَزِيلُ الْحِجَارَةَ وَالْحَشَائِشَ وَبَقَايَا النَّبَاتَاتِ بِاسْتِخْدَامِ الْأَدَوَاتِ الزَّرَاعِيَّةِ الْمُنَاسِبَةِ.
  - 4 أَحْفِرُ الْأَرْضَ بِاسْتِخْدَامِ الْفَأْسِ وَالْمَجْرَفَةِ مَعَ مُرَاعَاةِ نِسْبَةِ الرُّطُوبَةِ فِي التُّرْبَةِ.
  - 5 أَفْتَتُ الْكَدَرَ النَّاتِجَ مِنْ عَمَلِيَّةِ الْحَفْرِ.
  - 6 أَنْعَمُ التُّرْبَةَ وَأُسَوِّيْهَا بِاسْتِخْدَامِ الْمُشْطِ الزَّرَاعِيِّ وَأَزِيلُ الْحِجَارَةَ وَالْحَشَائِشَ الَّتِي تَجَمَّعَتْ نَتِيجَةَ التَّسْوِيَةِ.
  - 7 أَقْسِمُ الْأَرْضَ لِلزَّرَاعَةِ حَسَبَ نَوْعِ الْمَحْصُولِ وَطَرِيقَةِ الرِّيِّ إِلَى أَحْوَاضٍ أَوْ أَثْلَامٍ.
  - 8 أَنْظِفُ الْأَدَوَاتِ الَّتِي أَسْتَحْدِمُهَا، وَأُعِيدُهَا إِلَى مَكَانِهَا الْمُخَصَّصِ، وَأَتْرُكُ الْمَكَانَ نَظِيفًا.
  - 9 أَغْسِلُ يَدَيَّ بِالْمَاءِ وَالصَّابُونِ بَعْدَ الْإِنْتِهَاءِ مِنَ الْعَمَلِ.
- ♦ **أُسْتَبَاحُ:** يُسَاعِدُ تَجْهِيزُ الْأَرْضِ قَبْلَ زِرَاعَتِهَا عَلَى تَفْكِكِ سَطْحِ التُّرْبَةِ وَتَهْوِيَّتِهَا.
- أَنْتَبَهْ:** فِي حَالِ عَدَمِ وُجُودِ أَرْضٍ لِلزَّرَاعَةِ فِي الْبَيْئَةِ الْمَدْرَسِيَّةِ تُسْتَحْدَمُ الْأُصْصُ فِي الزَّرَاعَةِ.



تَقْسِيمُ الْأَرْضِ إِلَى أَثْلَامٍ.



تَنْعِيمُ التُّرْبَةِ.



تَفْتِيتُ الْكَدَرِ.

## أَقْرَأْ وَاتَّعَلَّمْ



✓ **أَتَحَقَّقُ**

أَوْضَحْ مَفْهُومَ التَّكْثِيرِ  
الْبَذَرِيِّ.

## التَّكْثِيرُ الْبَذَرِيُّ Seed Multiplication

يُعَدُّ التَّكْثِيرُ الْبَذَرِيُّ أَحَدَ أَنْوَاعِ تَكْثِيرِ النَّبَاتَاتِ، وَيُعَرَّفُ بِأَنَّهُ إِنْتِاجُ نَبَاتٍ جَدِيدٍ عَنْ طَرِيقِ جَنِينِ الْبَذَرَةِ. وَمِنْ النَّبَاتَاتِ الَّتِي يُمَكِّنُ تَكْثِيرُهَا: الْخَضِرَاوَاتُ (مِثْلُ: الْبَامِيَةِ)، وَنَبَاتَاتُ الزَّيْتِ (مِثْلُ: الرَّيْحَانِ)، وَالْمَحَاصِيلُ الْحَقْلِيَّةُ (مِثْلُ: الْحِمَصِ).

## استخلاص البذور Seed Extraction

تَكْمُنُ أَهْمِيَّةُ الْبُذُورِ فِي إِدَامَةِ نَوْعِ النَّبَاتِ وَالْمُحَافَظَةِ عَلَيْهِ، وَلَا يُمَكِّنُ اسْتِخْرَاجُ الْبُذُورِ وَزِرَاعَتُهَا مُبَاشَرَةً؛ لِأَنَّ كُلَّ نَوْعٍ لَهُ مَوْعِدٌ لِلزَّرَاعَةِ؛ لِذَا يُلْجَأُ إِلَى تَخْزِينِهَا لِحِينِ مَوْعِدِ زِرَاعَتِهَا.

وَتُقَسَّمُ الْبُذُورُ إِلَى قِسْمَيْنِ، هُمَا:



1

الْبُذُورُ الْجَافَّةُ أَوْ النَّاصِبَةُ: وَهِيَ الَّتِي تَجِفُّ عَلَى النَّبَاتِ الْأُمِّ، مِثْلُ الْفَاصُولِيَاءِ، إِذْ تُتْرَكُ بَعْدَ جَنِّهَا مُدَّةَ ثَلَاثَةِ أَيَّامٍ، ثُمَّ تُحْفَظُ فِي أَكْيَاسٍ وَرَقِيَّةٍ وَتُخَزَّنُ فِي مَكَانٍ جافٍّ.



✓ اتَّحَقَّقْ

أَعِدُّ أَنْوَاعَ الْبُذُورِ.

2

الْبُذُورُ الرَّطْبَةُ: وَتَوْجَدُ فِي وَسْطِ سَائِلٍ أَوْ مُغْطَاةٍ بِاللَّبِّ، وَمِنْ أَمْثَلِهَا: الْبُذُورَةُ.

## طَرِيقَةُ اسْتِخْلَاصِ الْبُذُورِ الرَّطْبَةِ:

1	أَخْتَارُ الشَّمَارَ النَّاصِبَةَ.	2	أَقْسِمُ الشَّمَارَ إِلَى عِدَّةِ أَقْسَامٍ.	3	أَغْسِلُ الشَّمَارَ بِالْمَاءِ جَيِّدًا؛ لِإِزَالَةِ اللَّبِّ وَالْإِبْقَاءِ عَلَى الْبُذُورِ وَحَدَهَا.	4	أَضَعُ الْبُذُورَ فِي صَحْنٍ، وَأَتْرُكُهَا لِتَجِفَّ فِي مَكَانٍ مُظَلَّلٍ وَجافٍّ مُدَّةَ لَا تَقُلُّ عَنْ عَشْرَةِ أَيَّامٍ.	5	أَحْفَظُ الْبُذُورَ فِي أَكْيَاسٍ وَرَقِيَّةٍ، وَأَكْتُبُ عَلَيْهَا تَارِيخَ الْإِنْتِاجِ لِحِينِ مَوْعِدِ زِرَاعَتِهَا.
---	--	---	--	---	---	---	--	---	---

✓ اتَّحَقَّقْ

أَتَذَكَّرُ: يُفْضَلُ زِرَاعَةُ الْبُذُورِ الْمُحْفُوظَةِ قَبْلَ سَتَيْنِ مِنْ تَارِيخِ إِنْتِاجِهَا؛ لِأَنَّ نِسْبَةَ إنبَاتِهَا تَقَلُّ بَعْدَ ذَلِكَ.

## زراعة البذور في الأثلام

تُزرعُ بذورُ الخضراواتِ في أثلامٍ، مثل: الباذنجان، والبندورة، والفلفل، والكوسا، والفقوس، سواءً أكانتُ بذورًا أم أشتالًا؛ لسهولة التحكُّم في عمليّة الريّ والتّغشيب والتّسميد.

### زراعة البذور في الأثلام

#### تمرين 1

#### المعلومات النظرية

تُزرعُ البذورُ إذا كان حجمها كبيرًا (مثل الفاصولياء) مباشرةً في الأثلام، ويمكنُ نَقْعُها ليلَةً كاملةً لتسريع الإنبات، وهناكُ بذورٌ تحتاجُ إلى عنايةٍ خاصّةٍ؛ لصغرِ حجمِ البذرة (مثل: بذرة البندورة)، فتُزرعُ في صواني التّشتيل، وبعدَ نموّ الأشتالِ ووصولها إلى الحجمِ المناسبِ تُنقلُ للزراعة في الأرض الدائمة.

**المواد والأدوات:** مجرّفة، مُشط زراعيّ، حبال، أوتاد، بذورُ فاصولياء، سمادٌ بَلَدِيّ، ملابِسُ العمل، ماء.

#### متطلبات الصّحة والسّلامة العامّة

- ارتداء ملابِسِ العمل.
- الحذرُ عند نثرِ السمادِ البَلَدِيِّ المُخْتَمِرِ في التّربة وتحت إشرافِ مُعلّمي / مُعلّمتي.
- عدمُ الإشرافِ في الماء.

#### خطوات العمل:

- 1 أنثر السمادَ البَلَدِيّ المُخْتَمِرَ، وأخلطهُ بالتّربة، ثمّ أمشطُ الأرضَ لتسويتها.
- 2 أحددُ مكانَ الأثلامِ باستخدامِ المجرّفة والحبل، وتكونُ قِمّةُ الثّلمِ أسفلَ الحبل.
- 3 أستعملُ المُشطَ الزراعيّ لأمسحَ به الجانبَ الَّذِي سيزرعُ من الثّلمِ.
- 4 أغلقُ نهاياتِ الأثلامِ.
- 5 أعملُ جُورًا صغيرةً في الثُّلثِ العلويّ من الثّلمِ وبعمقٍ (2-3) سنّيمتراتٍ، بحيثُ تكونُ المسافةُ بينَ كُلِّ جورةٍ والتي بجانبها لا تقلُّ عن (10) سنّيمتراتٍ تقريبًا.

6 أضع في كل جورة من (3-4) بذرات، ثم أغطيها بالتربة.

7 أروي الأتلام مباشرة بعد الزراعة.

8 أنظف الأدوات، ثم أعيدها إلى مكانها المخصص، وأترك المكان نظيفاً.

9 أغسل يدي بالماء والصابون بعد الانتهاء من العمل من دون إسراف في الماء.



## زراعة البذور في الأحواض



تُزرعُ بذورُ النباتاتِ الصغيرة، مثلُ بذورِ السبانخِ والبقدونسِ، في أحواضٍ إما نثرًا أو في خطوطٍ، وذلك بعد تحديد أبعادِ الحوضِ باستخدامِ الجبالِ والأوتادِ، ثم تُسحبُ الكتلُ الترابيةُ من داخلِ الحوضِ وتوضعُ على حافته. ويُفضلُ إضافةُ السمادِ البلديِّ المختمرِ وخلطه بالتربة، وتسوية أرضِ الحوضِ باستخدامِ المُشطِ الزراعيِّ، ثم تُنثرُ البذورُ بانتظامٍ على سطحِ الحوضِ، أو تُزرعُ في خطوطٍ مُستقيمةٍ داخله، وتكونُ المسافةُ بينَ كلِّ خطٍّ والخطِّ الذي يليه (10) سنتيمتراتٍ تقريبًا، وتُغطى البذورُ بطبقةٍ رقيقةٍ من التربة، وتروى ريًا هادئًا باستخدامِ المرشِّ اليدويِّ.



1. **الفكرة الرئيسة:** أَوْضَحْ كَيْفَ تُحَافِظُ النَّبَاتَاتُ عَلَى بَقَائِهَا.
2. **أُبَيِّنُ** خُطُواتِ إِعْدَادِ الْأَرْضِ لِلزَّرْعَةِ.
3. **أُقَارِنُ** بَيْنَ أَنْوَاعِ الْبُذُورِ الْجافَّةِ وَالرَّطْبَةِ مِنْ حَيْثُ: الْوَسْطُ الَّذِي تَوْجَدُ فِيهِ، وَطَرِيقَةُ حِفْظِهَا.
4. **أَسْتَنْجِ** أَيُّ الْمَعْلُومَاتِ الْآتِيَةِ صَحِيحَةٌ وَأَيُّهَا غَيْرُ صَحِيحَةٍ:
  - أ- تُزَالُ الْحِجَارَةُ وَالْحَشَائِشُ مِنَ الْأَرْضِ قَبْلَ زِرَاعَتِهَا.
  - ب- تَقِلُّ نِسْبَةُ إِنْبَاتِ الْبُذُورِ الْمُخَزَّنَةِ لِلزَّرْعَةِ بَعْدَ مُرُورِ عَامَيْنِ عَلَى تَخْزِينِهَا.
  - ج- تُزْرَعُ الْبُذُورُ الصَّغِيرَةُ فِي صَوَانِي التَّشْتِيلِ أَوْ فِي الْأَحْوَاضِ.
  - د- يُفْضَلُ عَدَمُ رِيِّ الْبُذُورِ مُبَاشَرَةً بَعْدَ زِرَاعَتِهَا فِي الْأَثْلَامِ.
5. **التَّفْكِيرُ النَّاقِدُ:** لِمَاذَا تُفْضَلُ زِرَاعَةُ بُذُورِ الْفَجْلِ دَاخِلَ الْأَحْوَاضِ فِي خُطُوطٍ؟

## الرَّبْطُ مَعَ الْبَيِّنَةِ



تُسْتَخْدَمُ كُرَاتُ الْبُذُورِ الطَّيْنِيَّةُ فِي مُسَاعَدَةِ الْأَرْضِي الْقَاحِلَةِ عَلَى التَّحَوُّلِ إِلَى أَرْضٍ خَضِرَاءَ، وَيَتِمُّ ذَلِكَ عَنْ طَرِيقِ غَرْبَةِ التُّرَابِ وَجَبْلِهِ بِالْمَاءِ، ثُمَّ تَوْضَعُ فِيهِ الْبُذُورُ وَالسَّمَادُ، ثُمَّ تُشَكَّلُ عَلَى هَيْئَةِ كُرَاتٍ، وَتُجَفَّفُ حَتَّى تُصْبِحَ صُلْبَةً؛ لِحِمَايَةِ الْبُذُورِ الْمَوْجُودَةِ دَاخِلِهَا مِنَ الطُّيُورِ وَالْحَيَوَانَاتِ الْجَائِعَةِ، ثُمَّ تُلْقَى عَلَى الْأَرْضِ قَبْلَ مَوْسِمِ الْمَطَرِ، فَتَنْبُتُ مَعَ وَفَرَةِ مِيَاهِ الْأَمْطَارِ وَضَوْءِ الشَّمْسِ.





آتَهَيَّا



- ◆ كَيْفَ تُسَهِّمُ النَّبَاتَاتُ فِي الْحَدِّ مِنَ التَّلَوُّثِ الْجَوِّيِّ؟
- ◆ كَيْفَ تَزِيدُ نَبَاتَاتُ الزَّيْنَةِ الْمُسَطَّحَاتِ الْخَضِرَاءَ؟

### أَسْتَكْشِفُ



### أنواع الوسيط الزراعي

اتَّبِعْ إِرْشَادَاتِ مُعَلِّمِي / مُعَلِّمَتِي عِنْدَ تَعَرُّفِ أَنْوَاعِ الْوَسْطِ الزَّرَاعِيِّ.

أَتَأَمَّلُ الصُّوَرَ الْآتِيَةَ، ثُمَّ أُجِيبُ عَمَّا يَلِيهَا:



الْبِيرَلَايْتُ



الْخَلْطَةُ التُّرْبِيَّةُ



الْبَيْتْمُوسُ

- ◆ عَلَامَ تَدُلُّ كُلُّ صَوْرَةٍ مِنَ الصُّوَرِ؟
- ◆ مَا مَكُونَاتُ كُلِّ خَلْطَةٍ؟
- ◆ هَلْ تَصْلُحُ هَذِهِ الْخَلْطَاتُ لِزِرَاعَةِ نَبَاتَاتِ الزَّيْنَةِ؟
- ◆ **أَسْتَنْبِجُ:** يُسَاعِدُ الْوَسْطُ الزَّرَاعِيُّ الْمُنَاسِبُ نَبَاتَاتِ الزَّيْنَةِ عَلَى النُّمُوِّ بِصُورَةٍ جَيِّدَةٍ.

### الفكرة الرئيسة

- يُمَكِّنُ تَكْثِيرُ نَبَاتَاتِ الزَّيْنَةِ الدَّاخِلِيَّةِ وَالْخَارِجِيَّةِ، وَزِرَاعَتُهَا بِطَرِيقٍ مُخْتَلِفَةٍ.

### ماذا سأتعلَّم؟

- زِرَاعَةُ نَبَاتَاتِ الزَّيْنَةِ الدَّاخِلِيَّةِ وَالْخَارِجِيَّةِ، وَتَعَرُّفُ أَمْثَلَةٍ عَلَيْهَا.
- إِنتَاجُ أَشْتَالِ الزَّيْنَةِ.
- خِدْمَةُ نَبَاتَاتِ الزَّيْنَةِ.

### المفاهيم والمصطلحات

- نَبَاتَاتُ الزَّيْنَةِ
- Decoration Plants
- زِرَاعَةُ نَبَاتَاتِ الزَّيْنَةِ
- Cultivation of Ornamental Plants
- الأَشْتَالُ
- Seedlings
- خِدْمَةُ نَبَاتَاتِ الزَّيْنَةِ
- Ornamental Plants Service

### القيم والاتجاهات

- اسْتِشْعَارُ أَثَرِ نَبَاتَاتِ الزَّيْنَةِ فِي تَجْمِيلِ الْبَيْتَةِ الدَّاخِلِيَّةِ وَالْخَارِجِيَّةِ لِلْمَنْزِلِ، الْعَمَلُ بِرُوحِ الْفَرِيقِ، الْمُحَافَظَةُ عَلَى الْبَيْتَةِ.



## نباتات الزينة Decoration Plants

تُستَخدَمُ نباتاتُ الزينة في تزيين المنازل والمدارس والشوارع والحدائق العامة؛ لِتُضْفِي عَلَيْهَا مَنَظَرًا جَمَالِيًّا يَنعَكِسُ عَلَى الْإِنْسَانِ، فَتُشْعِرُهُ بِالْبَهْجَةِ، وَتُحَسِّنُ تَرَكِيزَهُ، وَتَزِيدُ مِنْ إِنْتاجِيَّتِهِ، وَتُثَقِّلُ الإِجْهَادَ، إِضَافَةً إِلَى أَنَّهَا تُحَسِّنُ جَوْدَةَ الْهَوَاءِ فِي الْمَكَانِ الْمُحِيطِ وَتُحَوِّلُ الْمُلَوَّنَاتِ الضَّارَّةَ إِلَى أَكْسُجِينٍ نَقِيٍّ.

✓ اتَّحَقَّقْ

ما أَهْمِيَّةُ نباتاتِ الزينة؟

### أقسام نباتات الزينة:

تُقسَمُ نباتاتُ الزينة إلى قِسْمَيْنِ، هُمَا:

#### نباتات الزينة الدَّاخلِيَّة (نباتات الظل)

وَتَوْضَعُ دَاخِلَ الْمَنَازِلِ، وَتَحْتَاجُ إِلَى ظُرُوفٍ خَاصَّةٍ لِتَنْمُوَ مِنْ حَيْثُ الرُّطوبَةُ، وَالْحَرَارَةُ، وَالضُّوءُ. وَمِنْ أَمْثَلِهَا: السَّجَادُ، وَالْمَطَاطُ، وَالْأُورَكِيدَا، وَالْقَفْصُ الصَّدْرِيُّ.



#### نباتات الزينة الْخَارِجِيَّة (نباتات الشَّمْسِ)

وَتَوْجَدُ فِي الْحَدَائِقِ، وَالشُّرُفَاتِ، وَالْأَمَاكِنِ الْخَارِجِيَّةِ وَتَحْتَ أَشْعَةِ الشَّمْسِ الْمُبَاشِرَةِ، وَتَتَمَتَّعُ بِقُدْرَةٍ عَالِيَةٍ عَلَى التَّكَيُّفِ مَعَ الظُّرُوفِ الْمُنَاحِيَّةِ الْحَارَّةِ وَالْجَافَةِ. وَمِنْ أَمْثَلِهَا: الْكَالُونِيَا، وَالْقَرْنَفُلُ، وَالْيَاسْمِينُ، وَالِدَوْلْفِينُ.



✓ اتَّحَقَّقْ

أُعَدُّ أَقْسَامُ نباتاتِ الزينة.

## زراعة نباتات الزينة Cultivation of Ornamental Plants

لا يتطلَّب التعامل مع نباتات الزينة جهدًا كبيرًا، خاصَّةً إذا اختير النبات بما يُناسب طبيعة المكان الذي سيوضع فيه، ويُفضَّل زراعة نباتات الزينة في فصل الربيع.

### طريقة زراعة نباتات الزينة في الأصيص

#### تمرين 1

**المعلومات النظرية:** لا تقتصر زراعة نباتات الزينة في الأصيص على النباتات الجديدة فقط، وإنَّما تشمل أيضًا نقل النباتات القديمة وتدويرها.

**المواد والأدوات:** أصص، نباتات زينة، مرش ماء، وسط زراعي، ملعقة زراعية، قفازات. **متطلبات الصحة والسلامة العامة:**

- الحذر أثناء التعامل مع نباتات الزينة، والعمل تحت إشراف معلِّمي / معلِّمتي.
- ارتداء القفازات قبل البدء بالعمل.

#### خطوات العمل:

- 1 أجهز الأدوات والمواد اللازمة للعمل.
- 2 أختار الأصيص المناسب للنبته. **أفكر: لماذا؟**
- 3 أتأكد من أن فتحات التصريف للأصيص غير مغلقة.
- 4 أضع حصى صغيرة أسفل الأصيص. **أفكر: لماذا؟**
- 5 أجهز الوسط الزراعي، وذلك بعمل خلطة ترابية من التربة، والرمل، والسَّاد، بنسبة 1:1:1، أو أستخدِم اليتموس أو البيرلايت.
- 6 أضيف طبقة من الوسط الزراعي في قاع الأصيص بوساطة المعلقة.
- 7 أضع البتة وسط الأصيص، ثم أضيف الخلطة الترابية حولها، وأضغط بأصابعي حولها لتثبت.
- 8 أزوي النبات ريًا هادئًا ومن الاتجاهات كافة، ويجب إشباع التربة بالماء. **أفكر: لماذا؟**
- 9 أعيد المواد والأدوات التي أستخدمها بعد تنظيفها إلى مكانها المخصَّص عند الانتهاء من العمل، وأترك المكان نظيفًا.

10 أَغْسِلْ يَدَيَّ بِالْمَاءِ وَالصَّابُونِ عِنْدَ الْإِنْتِهَاءِ مِنَ الْعَمَلِ مِنْ دُونِ إِسْرَافٍ.



## نشاط 1

أَزْرَعْ شَتْلَةَ نَبَاتِ زِينَةٍ دَاخِلِيٍّ أَوْ خَارِجِيٍّ فِي أَصِيصٍ كَمَا تَعَلَّمْتُ فِي التَّمْرِينِ السَّابِقِ، بِإِشْرَافٍ مُعَلِّمِي / مُعَلِّمَتِي.

## إنتاج أشتال الزينة

يُمْكِنُ إِنتَاجُ أَشْتَالِ نَبَاتَاتِ زِينَةٍ جَدِيدَةٍ بِوَسَاطَةِ التَّكْثِيرِ بِالتَّرْقِيدِ، وَهِيَ عَمَلِيَّةٌ تَكْثِيرُ خُضْرِيٍّ (وَتَعْنِي اسْتِعْمَالُ أَيِّ جُزْءٍ مِنْ أَجْزَاءِ النَّبَاتِ فِي التَّكْثِيرِ مَا عَدَا الْبُذُورَ) تُجْرَى لِلنَّبَاتِ وَهُوَ مَا يَزَالُ مُتَّصِلًا بِالنَّبَاتِ الْأُمِّ. وَمِنْ أَشْكَالِ التَّرْقِيدِ:

### 1 التَّرْقِيدُ الْبَسِيطُ (الْأَرَضِيُّ)

وَفِيهِ يُشْنَى الْفَرْعُ الْقَرِيبُ مِنْ سَطْحِ الْأَرْضِ، أَوْ يَوْضَعُ فِي أَصِيصٍ وَيُغَطَّى بِطَبَقَةٍ مِنَ التُّرْبَةِ بَعْدَ عَمَلِ جَرَحٍ أَسْفَلَ الشَّيْئَةِ؛ وَذَلِكَ لِمُسَاعَدَةِ الْفَرْعِ عَلَى تَكْوِينِ الْجُذُورِ، وَيَبْقَى بَاقِي الْفَرْعِ الْمُرْقَدِ ظَاهِرًا، وَعِنْدَ نُمُوِّ الْجُذُورِ يُقَصُّ الْفَرْعُ وَيُزْرَعُ فِي مَكَانٍ آخَرَ.

يُمْكِنُ إِجْرَاءُ التَّرْقِيدِ الْبَسِيطِ فِي نَبَاتَاتٍ مِثْلِ: الْهَيْدَرَا، وَالْيَاسْمِينِ، وَالْعَنْكَبُوتِ.





## 2 الترقيد الهوائي

وفيه تُستعملُ الأفرعُ الهوائيةُ التي يَضَعُ ثَنِيهَا، وَذَلِكَ بِعَمَلِ شَقِّ مَائِلٍ، وَيُحَاطُ الْجُزْءُ مِنَ الْفَرْعِ بِالتُّرْبَةِ أَوْ الْبَيْتَمُوسِ، وَيُغَطَّى بِطَبَقَةٍ مِنَ الْبِلَاسْتِيكِ الرَّقِيقِ، وَيُرْبَطُ جَيِّدًا مَعَ الْمُحَافَظَةِ عَلَى الرُّطُوبَةِ الْمُنَاسِبَةِ لِلتُّرْبَةِ طَوَالَ فِتْرَةِ التَّرْقِيدِ، ثُمَّ يُفْصَلُ عَنِ النَّبَاتِ الْأُمِّ، وَيُنْقَلُ لِلزَّرْعَةِ فِي مَكَانٍ مُسْتَقِلٍّ. وَمِنْ أَمْثَلَةِ النَّبَاتِ الَّتِي تُرَقَّدُ هَوَائِيًّا: الْفِيكْسُ، وَالْدَّرَاسِينَا، وَالْيَاسْمِينُ.

✓ اتَّحَقَّقْ

أَوْضَحْ كَيْفَ يَتِمُّ التَّرْقِيدُ الْهَوَائِيُّ.

## خِدْمَةُ نَبَاتَاتِ الزَّيْنَةِ Ornamental Plants Service

تَحْتَاجُ نَبَاتَاتُ الزَّيْنَةِ إِلَى عِنَايَةٍ خَاصَّةٍ وَمُسْتَمِرَّةٍ؛ كَيْ تَنْمُوَ جَيِّدًا وَتُحَافِظَ عَلَى جَمَالِهَا. وَتَخْتَلِفُ طُرُقُ الْمُحَافَظَةِ عَلَى نَبَاتَاتِ الزَّيْنَةِ مِنْ نَبَاتٍ إِلَى آخَرَ، وَسَتَنَاقِلُ ثَلَاثَ خِدْمَاتٍ رَئِيسَةٍ لِنَبَاتَاتِ الزَّيْنَةِ، هِيَ: الرِّيُّ، وَالتَّسْمِيدُ، وَالتَّقْلِيمُ.

### أَوَّلًا: الرِّيُّ

يُقْصَدُ بِالرِّيِّ إِصْصَالُ الْمَاءِ إِلَى التُّرْبَةِ بِغَرَضٍ تَزْوِيدِهَا بِالرُّطُوبَةِ اللَّازِمَةِ لِنُمُوِّ نَبَاتَاتِ الزَّيْنَةِ، وَتَخْتَلِفُ أَحْتِيَاجَاتُ النَّبَاتَاتِ إِلَى مِقْدَارِ الرِّيِّ مِنْ نَبْتَةٍ إِلَى أُخْرَى، وَيُسْتَدَلُّ عَلَى حَاجَةِ نَبَاتَاتِ الزَّيْنَةِ إِلَى الرِّيِّ عَنْ طَرِيقِ فَحْصِ التُّرْبَةِ بِأَصَابِعِ الْيَدِ أَوْ بِقَلَمِ الرَّصَاصِ بِعُمُقِ (3) سَنْتِمِترَاتٍ تَقْرِيبًا مِنْ سَطْحِ التُّرْبَةِ، فَإِذَا كَانَتِ الْأَصَابِعُ جَافَةً أَوْ الْقَلَمُ جَافًا دَلَّ ذَلِكَ عَلَى أَنَّ النَّبَاتَ فِي حَاجَةٍ إِلَى الرِّيِّ.

وَيُسْتَعْمَلُ الْمِرْشُ الْيَدَوِيُّ لِرِّي نَبَاتَاتِ الزَّيْنَةِ وَقْتَ الصَّبَاحِ الْبَاكِرِ أَوْ الْمَسَاءِ. **أُفَكِّرُ: لِمَاذَا؟**



## ثانيًا: التسميد



التسميد هو تزويد نباتات الزينة بمجموعةٍ من العناصر الغذائية على شكل سَمادٍ؛ لتعويض النقص في خصوبة التربة الناتج من استهلاك النباتات للعناصر الغذائية الموجودة فيها.

وتُقسَم الأسمدة إلى نوعين، هما:

1

الأسمدة الكيميائية،  
مثل: النيتروجين،  
والفسفور، والبوتاسيوم.

2

الأسمدة العضوية  
من مخلفات النباتات  
والحيوانات المختمرة أو  
خليطهما، إذ تُنثر حول  
النبات، ثم تُروى ريًا هادئًا.

ويُعدّ النمو البطيء، وظهور البقع الصفراء على الأوراق وتساقطها من علامات نقص السماد.

## ثالثًا: التقليم



يُقصد بالتقليم إزالة الأوراق والأغصان والزهور الميتة والجافة باستخدام المقص، في بداية موسم النمو، إذا كانت مزهرة، أما إذا كانت غير مزهرة فتقلم في آخر موسم الشتاء، وتُقلم الأوراق والأغصان بزاوية (45) درجة. وفي التقليم يمكن إزالة الأوراق والأفرع المفرطة في النمو.

✓ اتحقق

أفكر: لماذا؟

أبين أهمية خدمة نباتات الزينة.

## أَتَذَكَّرُ:

- 1 أَتَجَنَّبُ وَضْعَ نَبَاتَاتِ الزَّيْنَةِ الدَّاخِلِيَّةِ فِي مَجْرَى التِّيَّارِ الْهَوَائِيِّ أَثْنَاءَ فَتْحِ النِّوَافِذِ وَالْأَبْوَابِ.
- 2 أَضَعُ دِعَامَاتٍ خَشَبِيَّةً أَوْ بِلَاسْتِيكِيَّةً بِالْقُرْبِ مِنَ النَّبَاتَاتِ الَّتِي لَا تَقْوَى عَلَى النُّمُوِّ الرَّأْسِيِّ.
- 3 أَمْسَحُ أَوْرَاقَ النَّبَاتَاتِ بِلُطْفٍ كُلَّمَا دَعَتِ الْحَاجَةُ إِلَى ذَلِكَ؛ لِإِزَالَةِ الْغُبَارِ الَّذِي يُسَبِّبُ انْسِدَادَ الْمَسَامَاتِ.
- 4 أَحْرِصُ عَلَى عَدَمِ رِيِّ النَّبَاتَاتِ بِكَمِّيَّاتٍ كَبِيرَةٍ مِنَ الْمَاءِ؛ لِأَنَّ الْمَاءَ الزَّائِدَ عَنْ حَاجَةِ النَّبَاتَاتِ يُؤَدِّي إِلَى ذُبُولِهَا وَمَوْتِهَا نَتِيجَةً اخْتِنَاقِ الْجُدُورِ.



### الزَّرَاعَةُ فِي صَوَانِي التَّشْتِيلِ



تُعَدُّ طَرِيقَةُ زِرَاعَةِ الْبُذُورِ فِي صَوَانِي التَّشْتِيلِ مِنْ طُرُقِ تَكْثِيرِ نَبَاتَاتِ الزَّيْنَةِ، وَفِيهَا تُعَبَأُ الصَّوَانِي بِالْوَسْطِ الزَّرَاعِيِّ وَيُحَدَّدُ الْمَكَانُ، ثُمَّ تَوْضَعُ الْبُذُورُ (بَذْرَةٌ أَوْ بَذْرَتَانِ) فِي كُلِّ عَيْنٍ مِنْ عُيُونِ

صَيْنِيَّةِ التَّشْتِيلِ، وَتُغَطَّى بِالْوَسْطِ الزَّرَاعِيِّ، وَتُرَوَّى رِيًّا هَادِئًا إِلَى حِينِ نُمُو الْأَشْتَالِ وَنَقْلِهَا إِلَى مَكَانِ زِرَاعَتِهَا، سَوَاءً أَكَانَتْ أَشْتَالُ زِينَةٍ دَاخِلِيَّةٍ أَمْ خَارِجِيَّةٍ. وَمِنَ النَّبَاتَاتِ الَّتِي تَكَثَّرُ بِالْبُذُورِ: السَّجَّادُ، وَالْإِسْبَرَجِسُ النَّاعِمُ، وَالْإِسْبَرَجِسُ الْخَشِنُ.



1. **الفكرة الرئيسة:** ما الفائدة من نباتات الزينة؟
2. **أقارن** بين نباتات الزينة الداخلية والخارجية من حيث: أماكن وجودها، وقدرتها على تحمل الظروف المناخية.
3. **أفسر** كلاً مما يأتي:
  - أ- التأكد من عدم إغلاق فتحات الأصوص قبل الزراعة فيه.
  - ب- يفضل الترقيد البسيط أكثر من الترقيد الهوائي.
  - ج- يفضل ري نباتات الزينة في ساعات الصباح الباكر أو المساء.
  - د- مسح أوراق نباتات الزينة من وقت إلى آخر.
4. **التفكير الناقد:** لماذا تزال أفرع وسيقان وأوراق بعض نباتات الزينة المفردة في النمو؟

#### الرّبط مع الصّحة



الألوفيرا من نباتات الزينة الجليدية، فمثلاً: يخفف الصُّبَارِيَّة التي اشتَهَرَتْ بفوائدها الصّحيّة، إذ يُساعدُ جلُّها على علاج الالتهابات، الجليدية، فمثلاً: يخفف الحروق الناتجة من التعرّض للشمس، وهو مُقشّر طبيعيّ للبشرة، ويُساعدُ على التخلّص من حبّ الشباب، والتخفيف من انتشاره في الجلد.

#### الرّبط مع البيئة



أبحثُ في الإنترنت عن طرق تدوير الأوعية الفارغة في تشكيل أوعية زراعية وإنتاجها بطريقة مميّزة؛ لاستثمارها في زراعة الأشتال.

## التَّوجِيهُ وَالْإِرشَادُ الْمِهْنِيّ:



انطلاقاً من الرؤية الملكية السامية في تشجيع الشباب على الانخراط بالعمل في القطاع الزراعي للحد من البطالة، عمدت وزارة الزراعة إلى تدريب الذكور والإناث على المهارات الزراعية في إنتاج الأزهار وتعبئتها، بالتعاون مع جمعية نباتات الزينة الأردنية؛ بهدف إيجاد فرص عمل لقطاع الشباب.

## مَشْرُوعِي:



- أتعاون مع مجموعتي على تنفيذ مشروع في مدرستنا لإنتاج نباتات زينة داخلية وخارجية في أوعية زراعية «أكياس بلاستيكية، وأصص، وصواني تشيل» ثم بيعها.
- نتعاون أيضاً على تدوير العلب الفارغة لإنتاج أوعية زراعية بطرق مميزة، ثم زراعتها وتزوين ممرات المدرسة.

## المُسَابَقَةُ الْمِهْنِيَّةُ:



- أشارك في المسابقة التي يطلقها معلّمي / معلّمتي عن أفضل منتج تمّ تكثيره.
- أشارك في مسابقة «أجمل صف» التي يطلقها النشاط البيئي؛ لزيادة المسطحات الخضراء في مدرستي.

# الصَّنَاعَاتُ الْغِذَائِيَّةُ

الصَّنَاعَةُ



تَحْوِيلُ الْمَوَادِّ الْغِذَائِيَّةِ الطَّازِجَةِ إِلَى مَوَادِّ غِذَائِيَّةٍ قَابِلَةٍ لِلْحِفْظِ لِمُدَّةٍ زَمَنِيَّةٍ طَوِيلَةٍ.



الفِكرَةُ  
العَامَّةُ

قائمة الدروس:  
الدَّرْسُ (1): تَصْنِيعُ مُنْتَجَاتِ الْحَلِيبِ.





نَتَنَاوَلُ اللَّبَنَةَ وَالْجُبْنَ وَالْجَمِيدَ فِي وَجَبَاتٍ مُخْتَلِفَةٍ وَفِي مُنَاسَبَاتٍ مُتَنَوِّعَةٍ. كَيْفَ تُصَنِّعُ هَذِهِ الْمُنْتَجَاتُ؟ وَمَا الْمَوَادُّ اللَّازِمَةُ لِإِنْتَاجِهَا؟ وَأَيُّ هَذِهِ الْمُنْتَجَاتِ يَسْتَهِلُّكَ كَمِّيَّةً أَكْبَرَ مِنْ الْحَلِيبِ؟ وَأَيُّهَا يَأْخُذُ وَقْتًا أَطْوَلَ لِإِنْتَاجِهِ؟



أُحْضِرُ عَيِّنَاتٍ مُتَسَاوِيَةَ الْحَجْمِ مِنَ اللَّبَنَةِ وَالْجُبْنَ وَالْجَمِيدِ، وَأُحَاوِلُ مَعْرِفَةَ الْفُرُوقِ بَيْنَهَا.

◆ **أَسْتَنْبِجُ:** تَخْتَلِفُ الْمُنْتَجَاتُ الثَّلَاثَةُ فِي كَثَافَتِهَا.

### الْفِكْرَةُ الرَّئِيسَةُ

- الْحَلِيبُ مَادَّةٌ غِذَائِيَّةٌ مُهِمَّةٌ لِصِحَّتِنَا؛ لِذَا تُنَوِّعُ مُنْتَجَاتُهُ لِيَتِمَكَّنَ الْجَمِيعُ مِنْ تَنَاوُلِهَا فِي مُخْتَلَفِ الْأَوْقَاتِ، وَمِنْهَا: اللَّبَنَةُ، وَالْجُبْنُ، وَالْجَمِيدُ.

### مَاذَا سَأَتَعَلَّمُ؟

- تَعْرِفُ طَرِيقَةَ تَصْنِيعِ اللَّبَنَةِ مِنَ الْحَلِيبِ.
- تَعْرِفُ طَرِيقَةَ تَصْنِيعِ الْجُبْنِ مِنَ الْحَلِيبِ.
- تَعْرِفُ طَرِيقَةَ تَصْنِيعِ الْجَمِيدِ مِنَ الْحَلِيبِ.

### الْمَفَاهِيمُ وَالْمُصْطَلَحَاتُ

- اللَّبَنَةُ Thick Yoghurt
- الْجُبْنُ Cheese
- خَمِيرَةُ الْجُبْنِ (Rennet) Cheese yeast
- اللَّبَنُ الرَّائِبُ Yoghurt
- بَادِئَاتُ التَّخْمُرِ Fermentation Starters
- الْجَمِيدُ Dried Youghury

### الْقِيَمُ وَالِاتِّجَاهَاتُ

- إِنِّتْقَانُ الْعَمَلِ، تَقْدِيرُ جُهُودِ مُنْتَجِي الْأَلْبَانِ، تَقْدِيرُ قِيَمَةِ مَوْنَةِ الْبَيْتِ، الْإِعْتِرَازُ بِالْوَطَنِ وَثَقَاتِهِ.



تُعَدُّ اللَّبَنَةُ وَالْجُبْنُ وَالْجَمِيدُ مِنْ أَهَمِّ مُتَّجَاتِ الْحَلِيبِ وَأَكْثَرُهَا انْتِشَارًا.

### أَوَّلًا: إِنْتَاجُ اللَّبَنَةِ

اللَّبَنَةُ هِيَ نَاتِجُ تَكْثِيفِ اللَّبَنِ، إِذْ يُوضَعُ اللَّبَنُ فِي كَيْسٍ مِنَ الْقُمَاشِ الْخَفِيفِ؛ لِيَسْهُلَ نَزْعُ كَافَّةِ الْمَاءِ الْمَوْجُودِ فِي اللَّبَنِ إِلَى الْخَارِجِ.



أَسْتَخْدِمُ الرَّمْزَ الْمُجَاوِرَ، وَأُشَاهِدُ مَقْطَعًا مَرْئِيًّا (فِيْدْيُو) يَعْرِضُ طَرِيقَةَ إِنْتَاجِ اللَّبَنَةِ، وَأَدُوْنُ أَهَمَّ الْخُطَوَاتِ مُخْتَصَرَةً.

لِتَنْفِيزِ طَرِيقَةِ إِنْتَاجِ اللَّبَنَةِ، اتَّبِعْ الْخُطَوَاتِ الْآتِيَةَ:

1 أَغْلِي الْحَلِيبَ السَّائِلَ جَيِّدًا مَعَ تَحْرِيكِهِ بِاسْتِمْرَارٍ حَتَّى يَصِلَ إِلَى دَرَجَةِ تُقَارِبُ (80) مِئْوِيَّةً. (أَفَكِّرْ: لِمَاذَا؟)

2 أَضَعُ الْحَلِيبَ الْمَغْلِيَّ جَانِبًا، وَأَنْتَظِرُ حَتَّى يَبْرُدَ وَيُصْبِحَ بِدَرَجَةِ 30-40 دَرَجَةِ مِئْوِيَّةً.

3 أَمْزِجُ كُلَّ مِلْعَقَتَيْنِ مِنَ اللَّبَنِ الزَّبَادِيِّ (بَادِي الرُّوبَةِ) مَعَ كِيلُوْغَرَامٍ مِنَ الْحَلِيبِ الدَّافِي، وَأُحَرِّكُ الْمَزِيجَ بِبُطْءٍ.

4 أَضَعُ الْمَزِيجَ فِي وَعَاءٍ كَبِيرٍ بَعْدَ أَنْ يَتَجَانَسَ تَمَامًا، ثُمَّ أُغَطِّيهِ بِغِطَاءٍ سَمِيكِ لِمُدَّةٍ (5 - 7) سَاعَاتٍ. وَعِنْدَ الْكَشْفِ عَنِ الْوِعَاءِ بَعْدَ انْقِضَاءِ الْمُدَّةِ يَكُونُ النَّاتِجُ لَبَنًا رَائِبًا.

5

أَضَعُ اللَّبْنَ الرَّائِبَ فِي كَيْسٍ قُمَاشٍ مُعَقَّمٍ؛ لِتَحْوِيلِ اللَّبَنِ الرَّائِبِ إِلَى لَبَنَةٍ.

6

أَعْلَقْتُ الْكَيْسَ فِي مَكَانٍ جافٍّ وَنَظِيفٍ، وَأَضَعْتُ تَحْتَهُ وِعَاءً يَسْتَقَرُّ الْمَصْلُ (الماء الخارج من الكيس) فيه. وَأَتْرَكْتُ الْكَيْسَ مُعَلَّقًا مَا يُقَارِبُ (5) سَاعَاتٍ حَتَّى تُصْبِحَ اللَّبَنَةُ جَاهِزَةً.

7

أُضِيفُ الْمِلْحُ خِلَالَ عَمَلِيَّةِ التَّصْنِيعِ، أَوْ بَعْدَهَا (حَسَبَ الرَّغْبَةِ).

**أَقَارُنُ** بَيْنَ خُطُواتِ إِنْتَاجِ اللَّبَنَةِ السَّابِقَةِ وَخُطُواتِ إِنْتَاجِهَا كَمَا وَرَدَتْ فِي الْمَقْطَعِ الْمَرْئِيِّ.

### إِنْتَاجُ اللَّبَنَةِ

#### تَمَرِينُ 1

#### المَوَادُّ وَالْأَدَوَاتُ

- حَلِيبُ سَائِلٍ (الْكَمِّيَّةُ حَسَبَ الرَّغْبَةِ، وَيُفْضَلُ أَنْ تَتَرَاوَحَ بَيْنَ 3 - 10 كِيلُوغَرَامَاتٍ).
- لَبَنٌ رَائِبٌ (مِلْعَقَتَانِ كَبِيرَتَانِ لِكُلِّ كِيلُوغَرَامٍ مِنَ الْحَلِيبِ السَّائِلِ).
- مِلْحٌ (حَسَبَ الرَّغْبَةِ).
- كَيْسٌ قُمَاشٍ أَبْيَضٌ رَاشِحٌ مَغْلِيٌّ وَمُعَقَّمٌ.

#### مُتَطَلِّبَاتُ الْأَمْنِ وَالسَّلَامَةِ الْعَامَّةِ:

- غَسْلُ الْيَدَيْنِ بِالْمَاءِ وَالصَّابُونِ، وَارْتِدَاءُ الْقَفَّازَاتِ قَبْلَ الْبَدْءِ بِالْعَمَلِ.
- الْعَمَلُ فِي مَكَانٍ صَحِّيٍّ.

#### خُطُواتُ الْعَمَلِ:

أَتَعَاوَنُ مَعَ مَجْمُوعَتِي عَلَى تَطْبِيقِ خُطُواتِ إِنْتَاجِ اللَّبَنَةِ الَّتِي مَرَّتْ بِي سَابِقًا.

## ثانيًا: إنتاج الجبن

الجبن هو ما يُجمد من اللبن، وهو غذاء صحيّ ومشهور، ويُصنع من حليب الماعز أو البقر أو حليب الغنم. ويُعدّ الجبن البلديّ من الأغذية الغنيّة بالعناصر الغذائية المفيدة للكبار والصغار؛ مثل: عنصر الكالسيوم الذي يفيد العظام والأسنان.



أستخدّم الرّمز المُجاور، وأُشاهد مقطعًا مرئيًّا (فيديو) يعرّض طريقة إنتاج الجبن، وأدوّن أهمّ الخطوات مُختصرةً.

### طريقة تخضير الجبن من الحليب:

لتخضير الجبن من الحليب اتّبع الخطوات الآتية:

1 أسكب الحليب في طنجرة كبيرة، وأضيف إليه ملعقة من الملح الخشن، وأحرّك الحليب جيّدًا حتّى يذوب الملح. تكمن أهميّة إضافة الملح في أنّه يقوّي الجبن ويحفظه من التّعفن، ويساعد على تخزينه مدّة طويلة.

2 أشعل نارًا هادئة تحت الحليب؛ كي لا يحترق، وأراقب باستخدام ميزان حرارة درجة حرارة الحليب حتّى تصل إلى (37) درجة مئوية فأطفئ النار.

3 أضع خميرة الجبن (المنفحة) في كوب، وأسكب عليها قليلًا من الحليب وأحرّكهما جيّدًا، ثمّ أسكبهما فوق الحليب الموجود في الطنجرة وأحرّك الخليط.

4 أغطّي الطنجرة بالغطاء الخاص بها، وأضع فوقها غطاءً سميكا، وأترك الخليط مدّة أربع ساعات أو أكثر حتّى يتجبن. ثمّ أفصل الماء عن الحليب الذي أصبح شبه جبن، ثمّ أقطعه إلى قطع داخل الطنجرة؛ ليسهل خروج الماء منه. وتأكد أنّ المادة الناتجة بعد هذه الخطوات هي حليب متجبن (شبه جبن).

5

أَصْفَى الْجُبْنَ بِالشَّاشِ، وَذَلِكَ بِأَنْ أُحْضِرَ وَعَاءً آخَرَ نَظِيفًا، وَأَضَعُ الشَّاشَ فِي دَاخِلِهِ بِحَيْثُ تَكُونُ أَطْرَافُهُ خَارِجَ الْوِعَاءِ مِنَ الْجِهَاتِ كَافَّةً، وَأَسْكُبُ الْحَلِيبَ الْمُتَجَبَّنَ فَوْقَهُ، ثُمَّ أَحْرَكُ الْحَلِيبَ، وَأَرُشُّ حَبَّةَ الْبَرَكَةِ عَلَيْهِ (بِحَسَبِ الرِّغْبَةِ).

6

أُمْسِكُ بِأَطْرَافِ الشَّاشِ وَأَجْعَلُهَا كَالصُّرَّةِ وَأَعْقِدُهَا ثُمَّ أَعْلَقُهَا، وَأَضَعُ الْوِعَاءَ تَحْتَهَا لِتَصْفِيَّتِهَا مِنَ الْمَاءِ جَيِّدًا، وَأَتْرُكُهَا عَلَى هَذِهِ الْحَالِ مَا يُقَارِبُ اثْنَتَيْ عَشْرَةَ سَاعَةً تَقْرِيبًا.

7

أَضَعُ الصُّرَّةَ عَلَى لَوْحٍ نَظِيفٍ بَعْدَ انْقِضَاءِ الْمُدَّةِ، وَأَضَعُ عَلَيْهَا ثِقَلًا؛ لِاسْتِخْرَاجِ مَا تَبَقِيَ مِنَ الْمَاءِ فِيهَا، وَأَتْرُكُهَا مُدَّةَ سَاعَتَيْنِ أَوْ أَكْثَرَ حَتَّى يُصْبِحَ الْجُبْنُ مُتَمَاسِكًا وَقَوِيًّا. وَأَتَأَكَّدُ أَنَّ الْمَادَّةَ النَّاتِجَةَ بَعْدَ هَذِهِ الْخُطُواتِ هِيَ جُبْنٌ مُتَمَاسِكٌ وَقَوِيٌّ.

8

أُخْرِجُ الْجُبْنَ مِنَ الشَّاشِ، وَأَقْطَعُهُ عَلَى شَكْلِ مُرَبَّعَاتٍ، وَأَغْمِسُهُ بِالْمِلْحِ الْخَشِنِ، ثُمَّ أَضَعُهُ فِي وَعَاءٍ آخَرَ، ثُمَّ أَضَعُهُ فِي الثَّلَاجَةِ، وَأُبْقِيهِ لَيْلَةً كَامِلَةً لِتَصْفِيَّتِهِ مِنَ الْمَاءِ جَيِّدًا.

9

أَكْبِسُ الْجُبْنَ أَوْ أُخَزِّنُهُ، وَذَلِكَ بِأَنْ أَغْلِي مَاءً فِي قِدْرٍ حَتَّى يَفُورَ، ثُمَّ أَتْرُكُهُ لِيَبْرُدَ، ثُمَّ أُخْرِجُ الْجُبْنَ مِنَ الثَّلَاجَةِ وَأَضَعُ قَلِيلًا مِنْ مِئْفَحَةِ الْجُبْنِ مَعَ الْمَاءِ، وَأَحْرَكُهَا جَيِّدًا مَعَ مُرَاعَاةِ أَنْ يَكُونَ الْمَاءُ بَارِدًا، إِذْ تُسَاعِدُ الْمِئْفَحَةُ مَعَ الْمَاءِ عَلَى حِفْظِ الْجُبْنِ وَتَخْزِينِهِ، وَأَسْكُبُ الْمَاءَ الْمَخْلُوطَ بِالْمِئْفَحَةِ فَوْقَ الْجُبْنِ، وَأُعْطِيهِ لِلتَّخْزِينِ.

**أَقَارِنُ** بَيْنَ خُطُواتِ تَحْضِيرِ الْجُبْنِ السَّابِقَةِ وَخُطُواتِ تَحْضِيرِهِ كَمَا وَرَدَتْ فِي الْمَقْطَعِ الْمَرْئِيِّ.

### الْمَوَادُّ وَالْأَدَوَاتُ:

- حَلِيبٌ كَامِلٌ الدَّسَمِ (ثَلَاثَةُ لِيْتَرَاتٍ).
- خَمِيرَةُ الْجُبْنِ (الْمِنْفَحَةُ) (نِصْفُ مِلْعَقَةٍ. وَيُمْكِنُ الْحُصُولُ عَلَيْهَا مِنْ مَحَالِّ الْعِطَارَةِ (أَتَذَكَّرُ بَادِئَاتِ التَّخْمُرِ)).
- مِلْحٌ خَشِنٌ (كَمِّيَّةٌ مُنَاسِبَةٌ).
- مِيزَانٌ حَرَارَةٍ خَاصٌّ بِالطَّعَامِ.
- حَبَّةُ الْبَرْكَةِ (مِلْعَقَتَانِ).
- طِنْجَرَةٌ نَظِيفَةٌ، وَشَاشٌ أَبْيَضٌ نَظِيفٌ.

### مُتَطَلِّبَاتُ الْأَمْنِ وَالسَّلَامَةِ الْعَامَّةِ:

- غَسْلُ الْيَدَيْنِ بِالْمَاءِ وَالصَّابُونِ، وَارْتِدَاءُ الْقَفَازَاتِ قَبْلَ الْبَدْءِ بِالْعَمَلِ.
- الْعَمَلُ فِي مَكَانٍ صَحِّيٍّ.

### خُطُواتُ الْعَمَلِ:

أَتَعَاوَنُ مَعَ مَجْمُوعَتِي عَلَى تَطْبِيقِ خُطُواتِ إِنْتَاجِ الْجُبْنِ الَّتِي مَرَّتْ بِي سَابِقًا.

### نَشَاطٌ 1



أَسْتَخْدِمُ الرَّمْزَ الْمُجَاوِرَ، وَأُشَاهِدُ مَقْطَعًا مَرِيئًا (فِيْدِيُو) يَعْرِضُ طَرِيقَةَ تَخْضِيرِ الْجَمِيدِ، وَأُدَوِّنُ أَهَمَّ الْخُطُواتِ مُخْتَصَرَةً.

## طَرِيقَةُ عَمَلِ الْجَمِيدِ:

يُتَّجَجُ الْجَمِيدُ مِنَ الْحَلِيبِ بِاتِّبَاعِ الْخُطُواتِ الْآتِيَةِ:

1

أَعْلِي الْحَلِيبَ لِصِنَاعَةِ اللَّبَنِ «الرَّائِبِ» الْمُنَاسِبِ لِلْجَمِيدِ.

2

أَضَعُ الْحَلِيبَ فِي حَافِظَةٍ لِلْحَرَارَةِ بِحُدُودِ (32) دَرَجَةِ مِئْوِيَّةٍ، وَأُضِيفُ مِلْعَقَتَيْنِ مِنَ اللَّبَنِ إِلَى الْحَلِيبِ لِيَتِمَّ مَا يُسَمَّى (التَّرْوِيبُ)، وَهُوَ تَحَوُّلُ الْحَلِيبِ مِنَ الْحَالَةِ السَّائِلَةِ إِلَى الْحَالَةِ شَبِّهِ الصُّلْبَةِ الَّتِي يُصْنَعُ مِنْهَا الْجَمِيدُ.

3

أَضَعُ مَادَّةَ الْحَلِيبِ الَّذِي أُضِيفَ عَلَيْهِ اللَّبَنُ فِي الثَّلَاجَةِ بَعْدَ أَنْ يُصْبِحَ بِدَرَجَةِ حَرَارَةِ الْغُرْفَةِ أَوْ (20) دَرَجَةِ مِئْوِيَّةٍ لِمُدَّةِ خَمْسِ سَاعَاتٍ.

4

أَضَعُ اللَّبَنَ فِي الْخَلَاطِ أَوْ فِي الْخَضَّاضَةِ الَّتِي تُسْتَعْمَلُ لِمَزْجِ كَمِّيَّاتٍ أَكْبَرَ مِنْ مَادَّةِ اللَّبَنِ الرَّائِبِ، لِمُدَّةِ عَشْرِ دَقَائِقٍ.

5

أَفْصِلُ الْمَادَّةَ الصُّلْبَةَ، وَهِيَ الزُّبْدَةُ.

6

أَعْلِي مَادَّةَ اللَّبَنِ مَعَ التَّحْرِيكِ لِحِينَ تَشَكُّلِ طَبَقَةٍ عَلَى وَجْهِ الْوِعَاءِ، وَتُزَالُ الطَّبَقَةُ، وَبَعْدَهَا أُحَرِّكُ تَحْرِيكًا مُسْتَمِرًّا.

7

أَضَعُ اللَّبَنَ الْمُتَبَقِّيَ بَعْدَ فَضْلِ الزُّبْدَةِ فِي طِنْجَرَةٍ، وَأُسْتَمَرُّ فِي غَلِيهِ عَلَى نَارٍ هَادِئَةٍ حَتَّى يَتَكَوَّنَ الْمَصْلُ عَلَى وَجْهِ اللَّبَنِ، فَتُطْفَأُ النَّارُ، وَيُتْرَكُ اللَّبَنُ مِنْ 15-20 دَقِيقَةً، وَبَعْدَهَا يُزَالُ الْمَصْلُ، وَيُوضَعُ اللَّبَنُ الْمُتَبَقِّي فِي كَيْسٍ قُمَاشٍ.

8

يُفْرَكُ اللَّبَنُ الْمُتَشَكِّلُ فِي مُنْخَلٍ.

9

يُضَافُ الْمِلْحُ إِلَى اللَّبَنِ وَيُعْجَنُ جَيِّدًا.

بَعْدَ أَنْ أَشَاهَدَ الْمَقْطَعَ الْمَرْئِيَّ (الْفِيدْيُو)، أَتَعَاوَنُ مَعَ أَفْرَادِ أُسْرَتِي عَلَى تَصْنِيعِ كَمِّيَّةٍ مِنَ الْجَمِيدِ بِاتِّبَاعِ الْخُطُواتِ السَّابِقَةِ، وَبِاسْتِخْدَامِ الْمُكَوِّنَاتِ وَالْمَوَادِّ الْآتِيَةِ:

### الْمَوَادُّ وَالْأَدَوَاتُ:

- حَلِيبُ أَغْنَامٍ أَوْ مَاعِزٍ (أَرْبَعَةُ كِيلُوغَرَامَاتٍ).
- مِلْحٌ خَشِنٌ (كِيلُوغَرَامٌ وَرُبْعٌ).
- وِعَاءٌ لِلتَّخْضِيرِ.
- قِطْعَةُ قِمَاشٍ.
- خَلَّاطٌ كَهْرَبَائِيٌّ.

### مُتَطَلِّبَاتُ الْأَمْنِ وَالسَّلَامَةِ الْعَامَّةِ:

- غَسْلُ الْيَدَيْنِ بِالْمَاءِ وَالصَّابُونِ، وَارْتِدَاءُ الْقَفَازَاتِ قَبْلَ الْبَدْءِ بِالْعَمَلِ.
- الْعَمَلُ فِي مَكَانٍ صَحِّيٍّ.

### خُطُواتُ الْعَمَلِ:

أَتَعَاوَنُ مَعَ أُسْرَتِي عَلَى تَطْبِيقِ خُطُواتِ إِنتَاجِ الْجَمِيدِ الَّتِي مَرَّتْ بِي سَابِقًا.



يَشِيعُ اسْتِعْمَالُ الْجَمِيدِ فِي طَبَخِ الْمَنْسَفِ. وَلَكِنْ هُنَاكَ أَكْلَاتٌ كَثِيرَةٌ  
يَدْخُلُ الْجَمِيدُ فِي إِعْدَادِهَا. اسْتَخْدِمِ الرَّمْزَ الْمُجَاوِرَ؛ لِاتَّعَرَّفَ مَزِيدًا  
مِنْ هَذِهِ الْأَكْلَاتِ.

## التَّعْوِيمُ



1. **الفكرة الرئيسة:** أُبَيِّنُ خُطُواتِ إِنتاجِ مُنتَجاتِ الحَلِيبِ الآتِيَةِ: اللَّبَنَةِ، الْجُبْنِ.
2. **التفسير:** أَجِدُ فِي الْأَسْواقِ لَبَنَةً طَرِيَّةً وَأُخْرَى أَقْلَ طَرَاوَةً. أَتَوَقَّعُ الْفَرْقَ بَيْنَهُمَا فِي  
خُطُواتِ الْإِنتاجِ.
3. **الاستنتاج:** يُحْفَظُ الْجُبْنُ الْبَلَدِيُّ عَادَةً فِي مَحْلُولٍ مِلْحِيٍّ، هَلْ هُنَاكَ طُرُقُ أُخْرَى  
لِحِفْظِهِ؟ مَا هِيَ؟
4. **التفكير الناقد:** أَيُّ الْخُطُواتِ تُعَدُّ الْأَكْثَرُ صُعُوبَةً فِي إِنتاجِ كُلِّ مِنَ: اللَّبَنَةِ، وَالْجُبْنِ؟ أُبَرِّرُ  
إِجابَتِي.



يَجِبُ حِفْظُ مُنْتَجَاتِ الْأَلْبَانِ فِي أَوْعِيَةٍ غَيْرِ شَفَّافَةٍ؛ لِأَنَّ الْأَوْعِيَةَ الشَّفَّافَةَ تَتَسَبَّبُ فِي إِتْلَافِ بَعْضِ الْعُنَاصِرِ الْغِذَائِيَّةِ وَتَأْكُسِدُهَا فِي هَذِهِ الْمُنْتَجَاتِ.

### مَشْرُوعِي:



نُحَضِّرُ عَلَى شَكْلِ مَجْمُوعَاتٍ، كَمِّيَّاتٍ مِنَ الْحَلِيبِ، وَنُصْنَعُ الْجُبْنَ مِنْهَا، وَنَسْتَخْدِمُهَا لِإِلَاِسْتِعْمَالِ الْمَنْزِلِيِّ.

### الْمُسَابَقَةُ الْمِهْنِيَّةُ:



تُشَكَّلُ لَجَنَةٌ مِنْ طَلَبَةِ الصَّفِّ، وَتُعَدُّ مُوَاصِفَاتٍ لِلْجُبْنِ الْبَلَدِيِّ، وَتُطَبِّقُ هَذِهِ الْمَعَايِرَ عَلَى إِنْتَاجِ الْمَجْمُوعَاتِ فِي بَنْدٍ (مَشْرُوعِي)، وَتُعْلِنُ تَرْتِيبَ الْمَجْمُوعَاتِ حَسَبَ هَذِهِ الْمَعَايِرِ.

# الصِّيَانَةُ

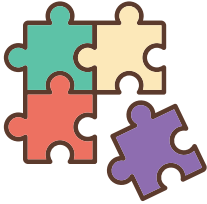
الصَّنَاعَةُ



هُنَاكَ مَجْمُوعَةٌ مِنَ الْأَعْمَالِ الَّتِي تَهْدَفُ إِلَى إِعَادَةِ الْقِطْعِ التَّالِفَةِ إِلَى وَظِيفَتِهَا الْأَوَّلِيَّةِ بِأَفْضَلِ صُورَةٍ.



قائمة الدروس:  
الدرس (1): صيانة الأثاث الخشبي.



مَنْ أَنَا؟

خَشَبٌ فَاحِرٌ مُكَوَّنٌ مِنْ خَمْسَةِ حُرُوفٍ.



### الفكرة الرئيسة

- تُحَافِظُ الصِّيانَةُ الدَّوْرِيَّةُ لِلْأَثَاثِ عَلَى اسْتِمْرَارِ قِطْعَةِ الْأَثَاثِ لِأَطْوَلِ مُدَّةٍ مُمَكِنَةٍ.

### ماذا سأتعلَّم؟

- تَعْرِفُ طَرِيقَةَ إِنتَاجِ قِطْعِ الْأَثَاثِ.
- تَنْفِذُ صِيَانَةَ قِطْعِ الْأَثَاثِ.

### المفاهيم والمصطلحات

- الصِّيانَةُ Maintenance
- الْأَثَاثُ Furniture
- الْإِنْتَاجُ Production
- الْأَخْشَابُ The Woods

### القيم والاتجاهات

- الْمُحَافَظَةُ عَلَى قِطْعِ الْأَثَاثِ الْخَشَبِيِّ مِنَ التَّلَفِ، تَقْدِيرُ أَهْمِيَّةِ الصِّيانَةِ الدَّوْرِيَّةِ لِلْأَثَاثِ، تَقْدِيرُ مِهْنَةِ النِّجَارَةِ.

## أَسْتَكْشِفُ



أَتَأْمَلُ الصُّورَتَيْنِ الْمُجَاوِرَتَيْنِ، ثُمَّ أُجِيبُ عَمَّا يَأْتِي:  
« أَصِفُ مَا أَشَاهِدُهُ فِي الصُّورَتَيْنِ.

« مَا سَبَبُ تَلَفِ قِطْعِ الْأَثَاثِ الْخَشَبِيِّ؟

« مَتَى يَحْتَاجُ الْأَثَاثُ إِلَى الصِّيَانَةِ؟

أَسْتَنْبِجُ:

♦ تُسَهِّمُ الصِّيَانَةُ الدَّوْرِيَّةُ لِلْأَثَاثِ فِي حِفْظِ الْقِطْعِ  
الْخَشَبِيِّ مِنَ التَّلَفِ.

♦ تُشَكِّلُ الْمُحَافَظَةُ عَلَى الْأَثَاثِ نَوْعًا مِنَ الْإِقْتِسَادِ الْمَنْزِلِيِّ.



## أَقْرَأُ وَأَتَعَلَّمُ



### الأثاث Furniture

تُعَدُّ قِطْعُ الْأَثَاثِ أَهَمَّ عُنْصُرٍ مِنْ عَنَاصِرِ الدِّيكُورِ فِي الْمَنْزِلِ؛ فَهِيَ تُوفِّرُ الرَّاحَةَ وَتَعَكِّسُ ذَوْقَ  
صَاحِبِهِ. وَيَعْرِفُ الْأَثَاثُ بِأَنَّهُ كُلُّ مَا يُسْتَخْدَمُ فِي الْمَنْزِلِ أَوْ الْمَكَاتِبِ أَوْ الْمَدْرَسَةِ مِنْ قِطْعٍ  
مُتَحَرِّكَةٍ أَوْ ثَابِتَةٍ؛ لِتَوْفِيرِ الرَّاحَةِ الْيَوْمِيَّةِ، وَتَحْسِينِ الْأَدَاءِ الْوُظَيْفِيِّ.

لِذَا تَجِبُ الْمُحَافَظَةُ عَلَى قِطْعِ الْأَثَاثِ، وَذَلِكَ بِإِجْرَاءِ الصِّيَانَةِ الدَّوْرِيَّةِ؛ لِضَمَانِ الْمُحَافَظَةِ عَلَى  
جَمَالِهَا وَدَيَمُومَتِهَا.

✓ أُنَحَقِّقُ

ما أَهْمِيَّةُ قِطْعِ الْأَثَاثِ؟

## طُرُقُ إِنْتاجِ قِطْعِ الْأَثَاثِ

تَطَوَّرَتْ صِنَاعَةُ الْأَثَاثِ عَلَى مَرِّ الْعُصُورِ، مَا أَدَّى إِلَى تَنْوُّعٍ كَبِيرٍ فِي التَّصَامِيمِ وَالْمَوَادِّ الْمُسْتَخْدَمَةِ فِي تَصْنِيعِ قِطْعِ الْأَثَاثِ، فَيُمْكِنُ أَنْ يُسْتَخْدَمَ فِي إِظْهَارِ جَمَالِ الْقِطْعِ إِلَى جَانِبِ الْخَشَبِ: الْمَعَادِنُ، وَالزُّجَاجُ، وَالْبِلَاسْتِيكُ، وَالْجِلْدُ، وَالْفَلِينُ. وَمِنْ أَمْثَلَةِ قِطْعِ الْأَثَاثِ: الْكَرَاسِي، وَالطَّاوِلَاتُ، وَالْخَزَائِنُ، وَالْأَسِرَّةُ.

### إِنْتاجُ قِطْعَةِ أَثَاثٍ

#### نَشَاطٌ 1



أَشَاهِدُ مَقْطَعًا مَرْيَا (فِيْدِيُو) يَعْرِضُ خُطُواتِ إِنْتاجِ طَاوِلَةٍ خَشَبِيَّةٍ، عَنْ طَرِيقِ مَسْحِ الرَّمْزِ الْمُجَاوِرِ، ثُمَّ أَدَوْنُ فِي دَفْتَرِي خُطُواتِ عَمَلِهَا، وَأَنْفِذُهَا بِاسْتِخْدَامِ الْوَرَقِ الْمُقَوَّى، وَالْمِسْطَرَّةِ، وَالْمَقْصِ، وَاللَّاصِقِ.

### صِيَانَةُ قِطْعَةِ أَثَاثٍ قَدِيمَةٍ

#### تَمَرِينٌ 1

**الْمَوَادُّ وَالْأَدَوَاتُ:** قِطْعَةُ أَثَاثٍ (دُرْجٌ، أَوْ مَقْعَدٌ)، وَرَقُ زُجَاجٍ أَوْ وَرَقُ الصَّنْفَرَةِ أَوْ وَرَقُ الْحَفِّ، قِطْعَةُ فَلِينٍ، مَعْجُونَةٌ، مِشْحَافٌ، فُرْشَاةٌ دِهَانٍ، دِهَانٌ زَيْتِيٌّ، مَلَابِسٌ عَمَلٍ، قُفَّازَاتٌ، مَاءٌ، صَابُونٌ.

**مُتَطَلِّبَاتُ الْأَمْنِ وَالسَّلَامَةِ الْعَامَّةِ:**

- الْحَذَرُ الشَّدِيدُ عِنْدَ التَّعَامُلِ مَعَ الْأَدَوَاتِ وَالْمَوَادِّ، مِثْلَ: وَرَقِ الزُّجَاجِ، وَالْدِّهَانِ الزَّيْتِيِّ، وَالْمِشْحَافِ.
- ارْتِدَاءُ الْمَلَابِسِ الْخَاصَّةِ بِالْعَمَلِ وَالْقُفَّازَاتِ.

#### خُطُواتُ الْعَمَلِ:

- 1 أَجْهَزُ الْمَوَادَّ وَالْأَدَوَاتِ اللَّازِمَةَ قَبْلَ الْبَدْءِ بِالْعَمَلِ.
- 2 أَقِيمُ قِطْعَةَ الْأَثَاثِ (الدَّرْجَ، أَوْ الْمَقْعَدَ) بِفَحْصِ حَالَتِهَا، وَتَحْدِيدِ الْمُسْكِلةِ أَوْ التَّلَفِ أَوْ الْأَجْزَاءِ الْمَفْقُودَةِ مِنْهَا.
- 3 أَنْظِفُ قِطْعَةَ الْأَثَاثِ مِنَ الْغُبَارِ وَالْأَتْرَبَةِ.
- 4 أَصْلِحُ الْأَضْرَارَ الْهَيْكَلِيَّةَ، مِثْلَ: تَثْبِيتِ الْمَسَامِيرِ وَالْبَرَاعِي لِلْقِطْعَةِ، أَوْ يُمَكِّنُ إِضَافَةَ قِطْعَةِ خَشَبِيَّةٍ لِظَهْرِ الدَّرْجِ، أَوْ الْمَقْعَدِ بِمُسَاعَدَةِ مُعَلِّمِي / مُعَلِّمَتِي.

- 5 أَقْصِ وَرَقَةَ الزُّجَاجِ، وَأُثْبِتْهَا عَلَى قِطْعَةٍ فَلَيْنٍ، ثُمَّ أَبْدَأْ بِتَنْعِيمِ السَّطْحِ وَالْحَوَافِ؛ لِضَمَانِ لَمَسَاتِ نِهَائِيَّةٍ نَاعِمَةٍ وَمُتَسَاوِيَةٍ، مَعَ مُرَاعَاةِ الْحَفِّ بِاتِّجَاهِ الْأَلْيَافِ.
- 6 أَضْعُ الْمَعْجُونَةَ لِسَدِّ الثُّقُوبِ وَالشُّرُخِ وَأَمَاكِنِ طَرَقِ الْمَسَامِيرِ وَالْبَرَاجِي دَاخِلَ الْخَشَبِ بِاسْتِخْدَامِ الْمَشْحَافِ، وَأَتْرُكُ الْقِطْعَةَ حَتَّى تَجِفَّ، ثُمَّ أَنْعَمُهَا جَيِّدًا بِوَرَقِ الزُّجَاجِ.
- 7 أَدَهِّنُ السَّطْحَ بِدِهَانٍ زَيْتِيٍّ حَسَبَ اللَّوْنِ الْمَطْلُوبِ بِوَسَاطَةِ فُرْشَاةِ الدَّهَانِ.
- 8 أَنْظِفُ الْأَدَوَاتِ الَّتِي أَسْتَخْدِمُهَا، وَأُعِيدُهَا إِلَى مَكَانِهَا الْمُخَصَّصِ، وَأَتْرُكُ الْمَكَانَ نَظِيفًا.
- 9 أَغْسِلُ يَدَيَّ جَيِّدًا بِالْمَاءِ وَالصَّابُونِ بَعْدَ الْإِنْتِهَاءِ مِنَ الْعَمَلِ مِنْ دُونِ إِسْرَافٍ.



### تدوير الأثاث القديم



أَدَّى التَّطَوُّرُ الَّذِي يَشْهَدُهُ الْعَالَمُ إِلَى زِيَادَةِ اسْتِهْلَاكِ الْمَوَارِدِ الطَّبِيعِيَّةِ، مَا أَثَّرَ فِي الْبِيئَةِ سَلْبًا؛ لِذَا يُعَدُّ تَدْوِيرُ الْأَثَاثِ مِنَ الْحُلُولِ الْمُسْتَدَامَةِ لِتَخْفِيزِ تَكَالِيفِ الْإِنْتِاجِ وَاسْتِهْلَاكِ الْمَوَادِّ الْخَامِ، مِثْلُ الْأَخْشَابِ، وَفِي الْوَقْتِ نَفْسِهِ يُحَافِظُ عَلَى الْبِيئَةِ،

فِيُمْكِنُ تَحْوِيلُ الْأَدْرَاجِ الْقَدِيمَةِ إِلَى رُفُوفٍ جِدَارِيَّةٍ تَوْضَعُ الْكُتُبُ وَالْدَيَّكُورَاتُ عَلَيْهَا.



1. **الفكرة الرئيسة:** أَوْضَحْ كَيْفَ نَحَافِظُ عَلَى قِطْعِ الْأَثَاثِ الْخَشَبِيِّ.

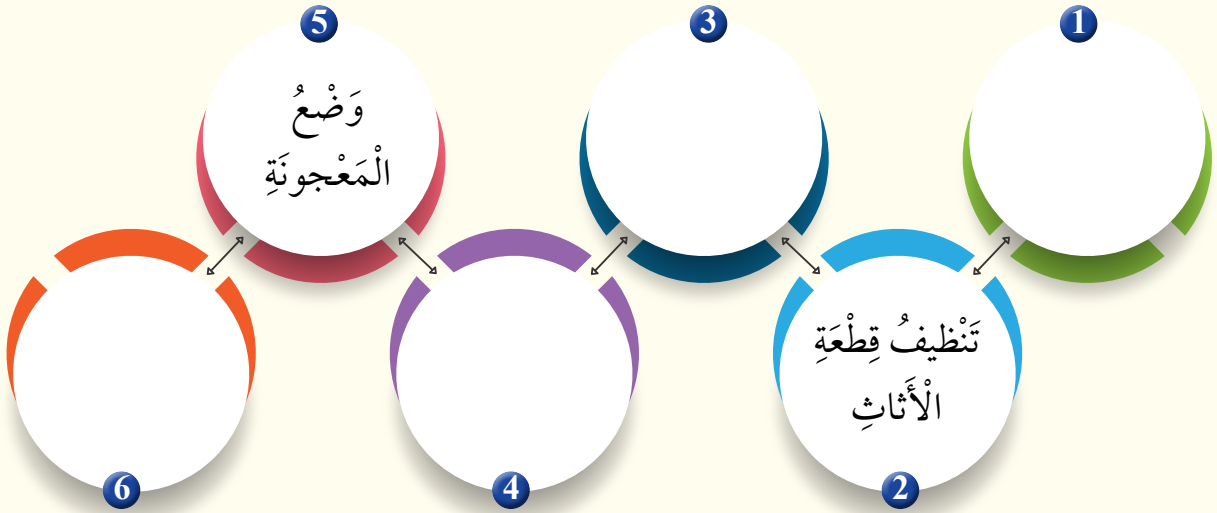
2. **أفسّر** كُلًّا مِمَّا يَأْتِي:

أ- تُجْرَى صَنْفَرَةٌ لِقِطْعَةِ الْأَثَاثِ الْقَدِيمَةِ قَبْلَ دِهَانِهَا.

ب- تَوْضَعُ الْمَعْجُونَةُ عَلَى قِطْعَةِ الْأَثَاثِ الْقَدِيمَةِ.

ج- يُسْتَخْدَمُ الْقَلَمُ وَالْوَرَقَةُ وَالْمِسْطَرَّةُ لِتَصْمِيمِ أَيِّ قِطْعَةِ أَثَاثٍ قَبْلَ إِنْتَاجِهَا.

3. **أبين** مَرَاكِلَ صِيَانَةِ قِطْعَةِ أَثَاثٍ قَدِيمَةٍ.



الرَّبْطُ مَعَ تِكْنُولُوجِيَا الْمَعْلُومَاتِ



يُشِيرُ الْأَثَاثُ الرَّقْمِيُّ إِلَى دَمَجِ قِطْعِ الْأَثَاثِ بِمُكُونَاتِ الْإِلِكْتُرُونِيَّةِ ذَكِيَّةٍ، مَا يَرْفَعُ مِنْ أَدَاءِ الْقِطْعَةِ، وَيُلَبِّيَ أَحْتَاجَاتِ مُسْتَحْدِمِهَا/ مُسْتَحْدِمَتِهَا بِصُورَةٍ أَكْثَرَ تَطَوُّرًا. وَمِنْ أَمَثَلَةِ الْأَثَاثِ الرَّقْمِيِّ: الْأَرِيكَةُ الذَّكِيَّةُ مُتَعَدِّدَةُ الْأَغْرَاضِ الَّتِي تَتَمَيَّزُ بِوَحْدَةِ إِضَاءَةٍ وَتَشْغِيلِ الْمَوْسِيقَى الْهَادِئَةِ، وَيُمْكِنُ تَحْوِيلُهَا إِلَى سَرِيرٍ.



يُمْكِنُ اسْتِثْمَارُ بَقَايَا الْأَخْشَابِ وَتَدْوِيرُهَا بَعْدَ الْإِنْتِهَاءِ مِنْ صُنْعِ قِطْعِ الْأَثَاثِ، أَوْ الْبِنَاءِ، أَوْ التَّجْدِيدِ فِي صِنَاعَةِ دِيكُورَاتِ الْجُدُرَانِ، أَوْ قِطْعِ أَثَاثٍ تَوْضَعُ فِي الْحَدِيقَةِ، أَوْ عَمَلِ إَكْسِسُورَاتٍ، مِثْلُ: عِلَاقَةِ مِفَاتِيحٍ، بَرَوَازِ صُورَةٍ، صِنَادِيقٍ بِحُجُومٍ مُخْتَلِفَةٍ، وَسَائِلَ تَعْلِيمِيَّةٍ.

### التَّوْجِيهَ وَالْإِزْشَادُ الْمِهْنِيَّ:



تُعَدُّ صِنَاعَةُ نَحْتِ الْخَشَبِ أَوْ الْحَفْرِ عَلَى الْخَشَبِ مِنَ الْأَعْمَالِ الرَّائِدَةِ وَالْمُمَيَّزَةِ فِي مِهْنَةِ النِّجَارَةِ، وَمِنْ أَهَمِّ الْحِرَفِ التَّقْلِيدِيَّةِ وَأَبْرَزِهَا فِي الْأُرْدُنِّ. وَلِأَهَمِّيَّةِ الْمُنْتَجَاتِ الْخَشَبِيَّةِ وَارْتِبَاطِهَا بِإِرْثِ الْأَجْدَادِ، أُسِّسَتْ جَمْعِيَّةُ نَحَاتِي الْخَشَبِ الْأُرْدُنِّيَّةُ فِي عَامِ 2012م، وَقَدْ سَعَتْ إِلَى تَدْرِيبِ الشَّبَابِ وَالشَّبَابَاتِ وَهُوَاعِ النَّحْتِ عَلَى الْخَشَبِ؛ بِهَدَفِ نَشْرِ هَذَا الْفَنِّ وَالْحِفَاطِ عَلَيْهِ، وَالْمُشَارَكَةِ فِي الْمَعَارِضِ الْمَحَلِّيَّةِ وَالْعَالَمِيَّةِ. وَيُسْتَخْدَمُ الْخَشَبُ الزَّائِدُ مِنَ الْأَشْجَارِ وَأَدَوَاتِ الْحَفْرِ (مِثْلُ: الْأَزَامِيلِ، وَالْمَطَارِقِ الْخَشَبِيَّةِ، وَالْمَبَارِدِ وَغَيْرِهَا) فِي إِنْتَاجِ زَخَارِفَ وَطَنِيَّةٍ وَإِسْلَامِيَّةٍ وَثَرَاثِيَّةٍ جَمِيلَةٍ.

### مَشْرُوعِي:



أَتَعَاوَنُ مَعَ أَفْرَادِ مَجْمُوعَتِي عَلَى صِنَاعَةِ مِيدَالِيَّةٍ مِنْ جُذُوعِ الْخَشَبِ بِأَشْكَالٍ وَتَصَامِيمٍ مُخْتَلِفَةٍ، وَنَعْرِضُهَا فِي الْمَعْرِضِ السَّنَوِيِّ لِلْمَدْرَسَةِ، وَنُسَوِّقُهَا.

### الْمُسَابَقَةُ الْمِهْنِيَّةُ:



- أَشَارِكُ فِي الْمُسَابَقَةِ الْمَدْرَسِيَّةِ بِأَجْمَلِ مَشْغُولَةٍ خَشَبِيَّةٍ أُعِيدَ تَدْوِيرُهَا، بِإِشْرَافِ مُعَلِّمِي / مُعَلِّمَتِي فِي مَدْرَسَتِي.

- أَشَارِكُ وَزَمِيلِي / زَمِيلَتِي فِي مُسَابَقَةِ أَجْمَلِ مَقْعَدٍ (دُرْج) فِي الْغُرْفَةِ الصَّفِيَّةِ.

# الصَّحَّةُ وَالسَّلَامَةُ

السَّلَامَةُ  
وَالصَّحَّةُ  
وَالْبَيْئَةُ



عَلَى الْإِنْسَانِ أَنْ يُمَارِسَ حَيَاتَهُ بِطُرُقٍ آمِنَةٍ تَقِيهِ الْحَوَادِثَ، وَإِذَا مَا تَعَرَّضَ  
لَأَيِّ حَادِثٍ فَإِنَّ الْإِسْعَافَ الْأَوَّلِيَّ ضَرُورِيٌّ لِلْحِفَافِظِ عَلَى حَيَاتِهِ إِلَى حِينِ  
نَقْلِهِ إِلَى الْمُسْتَشْفَى.



الفِكرَةُ  
العَامَّةُ

## قائمة الدروس:

الدَّرسُ (1): الإسعافاتُ الأوليَّةُ.

الدَّرسُ (2): اللَّعِبُ الآمِنُ.



أَتَهَيَّأُ



### الفكرة الرئيسة

- التَّعَرُّضُ لِلشَّمْسِ لَهُ فَوَائِدُ عَدِيدَةٌ، وَلَكِنَّهُ يُصْبِحُ ضَارًّا وَخَطِيرًا إِنْ زَادَ عَنِ الْحَاجَةِ، وَلَا سِيَّما عِنْدَ ارْتِفَاعِ دَرَجَاتِ الْحَرَارَةِ، فَقَدْ يُسَبِّبُ ذَلِكَ ضَرْبَةَ الشَّمْسِ، وَهُوَ مِنَ الْأَسْبَابِ الرَّئِيسَةِ لِحُدُوثِ الرُّعَافِ أَيْضًا.

### ماذا سَتَعْلَمُ؟

- تَعْرِفُ إِجْرَاءَاتِ الْوَقَايَةِ مِنْ ضَرْبَةِ الشَّمْسِ وَالرُّعَافِ.
- التَّعَامُلُ مَعَ ضَرْبَةِ الشَّمْسِ وَالرُّعَافِ وَفَقَ قَوَاعِدِ السَّلَامَةِ.

### المفاهيم والمصطلحات

- ضَرْبَةُ الشَّمْسِ Sunstroke
- الْوَقَايَةُ Prevention
- الْإِسْعَافُ الْأَوَّلِيُّ First Aid
- الرُّعَافُ Nose Bleedings

### القيم والاتجاهات

- الْحِفَاطُ عَلَى الْحَيَاةِ، مُسَاعَدَةُ الْآخَرِينَ، تَقْدِيرُ قِيَمَةِ الدَّمِّ لِلْحَيَاةِ.



لِمَاذَا نَتَعَرَّقُ كَثِيرًا عِنْدَ التَّعَرُّضِ لِلشَّمْسِ الْحَارَّةِ؟



أَسْتَخْدِمُ وَزُمَلَائِي / زَمِيلَاتِي التَّعَابِيرَ الْآتِيَةَ لِتَكْوِينِ جُمْلٍ إِرْشَادِيَّةٍ تُسَهِّلُ فِي الْوَقَايَةِ مِنَ الْإِصَابَةِ بِضَرْبَةِ الشَّمْسِ:

الْمَاءُ وَالسَّوَائِلُ، مَلَابِسُ فَضْفَاضَةٍ خَفِيفَةٍ، قُبْعَةُ الرَّأْسِ، مُدَّةٌ طَوِيلَةٌ، سَاعَاتُ الذُّرُوءِ، الرَّأْسُ وَالرَّقَبَةُ، الظِّلُّ وَالرَّاحَةُ الْمُتَكَرِّرَةُ، الْعَمَلُ الشَّاقُّ، طِفْلٌ فِي سَيَّارَةٍ مُغْلَقَةٍ مُتَوَقِّفَةٍ.



يُمْكِنُ أَنْ يُصَابَ الشَّخْصُ بِسَبَبِ تَعَرُّضِهِ لِلشَّمْسِ مُدَّةً طَوِيلَةً بِضَرْبَةِ الشَّمْسِ وَالرَّعَافِ، وَيَلْزَمُ عِنْدَ ذَلِكَ تَطْبِيقُ بَعْضِ إِجْرَاءَاتِ الْإِسْعَافِ الْأَوَّلِيِّ.

### أَوَّلًا: ضَرْبَةُ الشَّمْسِ

ضَرْبَةُ الشَّمْسِ هِيَ حَالَةٌ طَبِيعِيَّةٌ طَارِئَةٌ، يُمْكِنُ أَنْ تَحْدُثَ بِسَبَبِ التَّعَرُّضِ الطَّوِيلِ لِدَرَجَاتِ الْحَرَارَةِ الْمُتَرَفِّعَةِ، أَوْ الْمَجْهُودِ الْبَدَنِيِّ فِي الظُّرُوفِ الْحَارَّةِ وَالرَّطْبَةِ. وَيَحْدُثُ ذَلِكَ عِنْدَمَا يَفْشَلُ نِظَامُ تَنْظِيمِ دَرَجَةِ حَرَارَةِ الْجِسْمِ، فَتَرْتَفِعُ دَرَجَةُ الْحَرَارَةِ الْأَسَاسِيَّةِ إِلَى مُسْتَوَيَاتٍ خَطِيرَةٍ. وَيُمْكِنُ أَنْ تَهْدَدَ ضَرْبَةُ الشَّمْسِ حَيَاةَ الشَّخْصِ الْمُصَابِ، وَتَتَطَلَّبُ عِنَايَةً طَبِيعِيَّةً فَوْرِيَّةً بَعْدَ إِجْرَاءِ الْإِسْعَافَاتِ الْأَوَّلِيَّةِ اللَّازِمَةِ.



أَسْتَخْدِمُ الرَّمْزَ الْمُجَاوِرَ، وَأُشَاهِدُ مَقْطَعًا مَرِّيًّا (فِيْدِيُو) عَنْ ضَرْبَةِ الشَّمْسِ، وَأُسَجِّلُ أَهَمَّ الْإِجْرَاءَاتِ الْخَاصَّةِ بِإِسْعَافِ مَنْ يُصَابُ بِهَا.

عِنْدَ الشَّكِّ فِي إِصَابَةِ شَخْصٍ مَا بِضَرْبَةِ الشَّمْسِ، يَنْبَغِي لِي اتِّخَاذُ إِجْرَاءَاتٍ فَوْرِيَّةٍ لِإِسْعَافِهِ، وَهِيَ:

1 أَتَّصِلُ بِالِدَّفَاعِ الْمَدَنِيِّ أَوْ بِمَنْ لَهُ دِرَايَةٌ بِالْإِسْعَافَاتِ الْأَوَّلِيَّةِ؛ لِلْحُصُولِ عَلَى الْمُسَاعَدَةِ الطَّبِيعِيَّةِ الطَّارِئَةِ عَلَى الْفَوْرِ.

2 أَنْقُلُ الشَّخْصَ الْمُصَابَ إِلَى مَكَانٍ بَارِدٍ وَذِي تَهْوِيَةٍ جَيِّدَةٍ بَعِيدًا عَنْ مَصْدَرِ الْحَرَارَةِ.

3 أَزِيلُ آيَةَ مَلَابِسٍ ضَيِّقَةٍ أَوْ ثَقِيلَةٍ؛ لِلْمُسَاعَدَةِ عَلَى تَبْرِيدِ الْجِسْمِ.

4 أَبْلُلُ جِلْدَ الشَّخْصِ الْمُصَابِ بِمَاءٍ بَارِدٍ، أَوْ أَصْعُ كِمَادَاتٍ ثَلْجٍ عَلَى رَقَبَتِهِ وَتَحْتَ إِبْطِهِ وَعَلَى الْمَنَاطِقِ الْمُتَوَرِّمَةِ فِي جِسْمِهِ - إِنْ وَجَدْتُ.

5 أَشْجِّعُ الشَّخْصَ الْمُصَابَ - إِذَا كَانَ وَاعِيًا وَقَادِرًا عَلَى الْبَلْعِ - عَلَى شُرْبِ الْمَاءِ الْبَارِدِ أَوْ السَّوَائِلِ الْغَنِيَّةِ بِالْإِلِكْتُرُولِيتِ (الْكَالْسِيُومُ، الْبُوتَاسِيُومُ، الْكَلُورُ، الْفُوسْفَاتُ، الْمَغْنِيسِيُومُ).

6 أُرَاقِبُ الْعَلَامَاتِ الْحَيَوِيَّةَ لِلشَّخْصِ الْمُصَابِ، بِمَا فِي ذَلِكَ التَّنَفُّسُ وَالنَّبْضُ، إِلَى حِينَ وَصُولِ الْمُسَاعَدَةِ الطَّبِيعِيَّةِ.

**أَتَذَكَّرُ:** ضَرْبَةُ الشَّمْسِ حَالَةٌ طَبِيعِيَّةٌ طَارِئَةٌ تَتَطَلَّبُ عِنَايَةً فَوْرِيَّةَةً؛ لِذَا يُمَكِّنُ أَنْ يُؤَدَّى تَأْخِيرُ الْعِلَاجِ إِلَى مُضَاعَفَاتٍ خَطِيرَةٍ، مِثْلُ: تَلَفِ الدِّمَاغِ، وَفَشْلِ بَعْضِ الْأَعْضَاءِ، وَقَدْ يُؤَدِّي إِلَى الْمَوْتِ.

✓ أَتَحَقَّقُ

كَيْفَ أَعْرِفُ أَنَّ شَخْصًا مَا مُصَابٌ بِضَرْبَةِ الشَّمْسِ؟ وَكَيْفَ يُمَكِّنُ إِسْعَافُهُ؟

## ثانيًا: الرُّعافُ



الرُّعافُ هُوَ نَزِيفُ الدَّمِ مِنَ الْأَنْفِ، وَمَعَ أَنَّهُ يُمَكِّنُ أَنْ يَكُونَ مُزْعِجًا أَوْ مُخِيفًا، لَكِنَّهُ فِي الْعَادَةِ لَيْسَ عَلَامَةً عَلَى أَيِّ شَيْءٍ خَطِيرٍ، وَيُمْكِنُ عِلَاجُ بَعْضِ حَالَاتِهِ الْخَفِيفَةِ فِي الْمَنْزِلِ. وَقَدْ يَتَدَفَّقُ الدَّمُ مِنْ إِحْدَى فَتَحَتَيِ الْأَنْفِ أَوْ كِلْتَيْهِمَا، وَيُمْكِنُ أَنْ يَكُونَ قَوِيًّا أَوْ خَفِيفًا، وَيَسْتَمِرُّ مِنْ بَضْعِ ثَوَانٍ إِلَى (15) دَقِيقَةً أَوْ أَكْثَرَ.

## خُطُواتُ إِسْعَافِ الرُّعَافِ:

عِنْدَ إِصَابَةِ شَخْصٍ بِالرُّعَافِ يُنْبَغِي لِي اتِّخَاذُ الْإِجْرَاءَاتِ الْآتِيَةِ:

- 1 أَطْلُبُ إِلَى الشَّخْصِ الْمُصَابِ أَنْ يَسْتَرَخِي، وَأُطْمِئِنُّهُ، وَأَذْكُرُ لَهُ أَنَّ مَا تَعَرَّضَ لَهُ أَمْرٌ عَارِضٌ قَدْ يَحْصُلُ مَعَ أَيِّ شَخْصٍ آخَرَ.
- 2 أَجْلِسُ الشَّخْصَ الْمُصَابَ بِاسْتِقَامَةٍ، وَأُمِيلُ رَأْسَهُ قَلِيلًا إِلَى الْأَمَامِ؛ لِمَنْعِ نُزُولِ الدَّمِ إِلَى الْحَلْقِ.
- 3 أَضْغَطُ بِإِبْهَامِي وَسَبَّابَتِي عَلَى مُقَدِّمَةِ أَنْفِ الشَّخْصِ الْمُصَابِ لِمُدَّةِ (5) دَقَائِقَ عَلَى الْأَقْل.
- 4 فِي حَالِ اسْتِمْرَارِ نَزِيفِ الْأَنْفِ أُعِيدُ الضَّغْطَ مَرَّةً أُخْرَى مُدَّةَ (10) دَقَائِقَ.
- 5 يُمَكِّنُ وَضْعُ كِمَادَاتِ ثَلْجٍ عَلَى عَظْمَةِ أَنْفِ الشَّخْصِ الْمُصَابِ؛ لِتَقْلِيلِ الْأَوْعِيَةِ الدَّمَوِيَّةِ وَتَخْفِيفِ النَّزِيفِ.
- 6 يُنْصَحُ بِتَجَنُّبِ الْإِنْحِنَاءِ إِلَى الْأَمَامِ أَوْ حَمْلِ أَشْيَاءَ ثَقِيلَةٍ بَعْدَ تَوَقُّفِ النَّزِيفِ.



صُورَةٌ تُوضِّحُ عَمَلِيَّةَ الضَّغْطِ عَلَى مُقَدِّمَةِ الْأَنْفِ وَالْمُصَابِ فِي وَضْعِ الْجُلُوسِ الصَّحِيحِ.

✓ اتَّحَقَّقْ

أَتَعَاوَنُ وَزَمِيلِي / زَمِيلَتِي عَلَى تَمَثُّلِ مَشْهَدٍ قَصِيرٍ لِلتَّعَامُلِ مَعَ شَخْصٍ مُصَابٍ بِالرُّعَافِ.



- مَعَ فَقْدَانِ الْجِسْمِ كَمِّيَّةً كَبِيرَةً مِنَ السَّوَائِلِ وَالْأَمْلَاحِ خِلَالَ التَّعَرُّضِ إِلَى الْجَوِّ الْحَارِّ لِمُدَّةٍ طَوِيلَةٍ، يُصَابُ الشَّخْصُ بِالْإِجْهَادِ الْحَرَارِيِّ؛ وَيَتَعَلَّقُ ذَلِكَ بِنَوْعِيَّةِ الْجُهْدِ وَالْعَمَلِ الَّذِي يَقُومُ بِهِ، مِثْلُ: الْعَمَلِ فِي الْبِنَاءِ، أَوْ التَّعَرُّضِ لِحَرَارَةِ الْأَفْرَانِ، أَوْ لِأَيِّ جُهْدٍ تَحْتَ أَشْعَةِ الشَّمْسِ وَالتَّعَرُّقِ بِشِدَّةٍ مِنْ دُونِ تَعْوِيضِ السَّوَائِلِ، وَيُؤَدِّي ذَلِكَ إِلَى اضْطِرَابٍ فِي وَظَائِفِ الْجِسْمِ. وَمِنْ أَعْرَاضِ الْإِجْهَادِ الْحَرَارِيِّ: التَّعَرُّقُ الشَّدِيدُ، وَشُحُوبُ الْوَجْهِ، وَالصُّدَاعُ، وَعَدَمُ الْإِتِّزَانِ، وَالْغَثْيَانُ، وَبُرُودَةُ الْجِسْمِ، وَتَقَلُّصُ الْعَصَلَاتِ وَالْأَلَمُ حَادٌّ بِهَا، وَتَسَارُعُ النَّبْضِ وَالتَّنَفُّسِ، وَتَشَوُّشُ الرُّؤْيَةِ، وَانْخِفَاضُ مُعَدَّلِ ضَغْطِ الدَّمِ.
- هَلْ هُنَاكَ اخْتِلَافٌ بَيْنَ أَعْرَاضِ ضَرْبَةِ الشَّمْسِ وَأَعْرَاضِ الْإِجْهَادِ الْحَرَارِيِّ؟

### التَّوْقِيمُ



1. **الفِكرَةُ الرَّئِيسَةُ:** أَوْضَحِ الْمَقْصُودَ بِكُلِّ مِمَّا يَأْتِي: ضَرْبَةُ الشَّمْسِ، الرَّعَافُ.
2. **التَّفْسِيرُ:** لِمَاذَا يَجِبُ أَنْ يَكُونَ رَأْسُ الشَّخْصِ الْمُصَابِ بِالرَّعَافِ مَائِلًا إِلَى الْأَمَامِ أَثْنَاءَ إِسْعَافِهِ، وَلَيْسَ إِلَى الْخَلْفِ؟
3. **الِاسْتِثْنَاءُ:**
  - أ- كَيْفَ أَتَجَنَّبُ الْإِصَابَةَ بِضَرْبَةِ الشَّمْسِ؟
  - ب- أَوْضَحِ خُطُواتِ إِسْعَافِ الشَّخْصِ الْمُصَابِ بِضَرْبَةِ الشَّمْسِ.
  - ج- مَا أَسْبَابُ الرَّعَافِ؟
  - د- كَيْفَ أَتَجَنَّبُ الْإِصَابَةَ بِالرَّعَافِ؟
  - هـ- أَوْضَحِ خُطُواتِ إِسْعَافِ الشَّخْصِ الْمُصَابِ بِالرَّعَافِ.
4. **التَّفْكِيرُ النَّاقِذُ:** مَا أخطرُ الْأَعْرَاضِ الَّتِي تَظْهَرُ عَلَى الشَّخْصِ الْمُصَابِ بِضَرْبَةِ الشَّمْسِ؟



أَتَوَقَّعُ مَا الْمَشَاعِرُ الَّتِي يُحِسُّ بِهَا الْأَهْلُ فِي حَالِ وَقُوعِ  
حَادِثٍ لِطِفْلِهِمْ أَثْنَاءَ اللَّعِبِ.

### الْفِخْرَةُ الرَّئِيسَةُ

■ تُعَدُّ مُمَارَسَةُ الْأَلْعَابِ الْمُتَنَوِّعَةِ  
حَقًّا مِنْ حُقُوقِ الْأَجْسَادِ  
وَالْعُقُولِ، شَرْطٌ أَنْ يُحَافَظَ  
عَلَيْهَا، فَلَا تُعَرَّضُ لِلْخَطَرِ؛ مَا  
يَتَطَلَّبُ اللَّعِبَ بِطُرُقٍ آمِنَةٍ وَفِي  
أَمَاكِنَ آمِنَةٍ.

### مَاذَا سَأَتَعَلَّمُ؟

■ أَهْمِيَّةُ التَّعَامُلِ مَعَ وَسَائِلِ اللَّعِبِ  
بِطَرِيقَةٍ آمِنَةٍ.  
■ تَعَرُّفُ أَسَالِيبِ التَّعَامُلِ مَعَ  
وَسَائِلِ اللَّعِبِ بِطَرِيقَةٍ آمِنَةٍ.  
■ اسْتِخْدَامُ أَدَوَاتِ اللَّعِبِ وَفَقَ  
قَوَاعِدِ السَّلَامَةِ وَالصِّحَّةِ وَالْبَيْئَةِ.

### الْمَفَاهِيمُ وَالْمُصْطَلَحَاتُ

■ اللَّعِبُ الْأَمِينُ Safe Playing  
■ الْأَلْعَابُ الْإِلِكْتُرُونِيَّةُ  
Electronic Games

### الْقِيَمُ وَالِاتِّجَاهَاتُ

■ الْمُحَافَظَةُ عَلَى النَّفْسِ، مُرَاعَاةُ  
أَمَانِ الْآخَرِينَ، الْحَذَرُ أَثْنَاءَ  
اللَّعِبِ.



أَصْنَفُ وَزُمَلَائِي / زَمِيلَاتِي الْحَالَاتِ الْآتِيَةَ إِلَى لَعِبِ آمِنٍ أَوْ لَعِبِ غَيْرِ آمِنٍ:

1 اللَّعِبُ فِي الشَّارِعِ.

2 اللَّعِبُ بِرُمِي الْحِجَارَةِ عَلَى الْآخَرِينَ.

3 اللَّعِبُ عَلَى (الْأَيَادِ) لِمُدَّةِ رُبْعِ سَاعَةٍ.

4 اللَّعِبُ مَعَ الْإِخْوَةِ بِأَدَوَاتٍ حَادَّةٍ.

5 لَعِبُ كُرَةِ الْقَدَمِ بَيْنَ طَلَبَةِ الصَّفِّ السَّادِسِ وَالصَّفِّ الْعَاشِرِ.

6 لَعِبُ كُرَةِ الْقَدَمِ عَلَى مُسَطَّحٍ عُشْبِيٍّ.

7 اللَّعِبُ بِتَسْلِيطِ الضَّوِّ عَلَى عُيُونِ الْآخَرِينَ.

8 لَعِبُ الشَّطْرَنْجِ فِي الْبَيْتِ لِمُدَّةِ سَاعَةٍ.

9 قِيَادَةُ دَرَّاجَةٍ هَوَائِيَّةٍ مَعَ لُبْسِ وَاقي الرَّأْسِ.

10 اللَّعِبُ بِالثَّلْجِ مَعَ الْأَهْلِ مِنْ دُونِ وَضْعِ حِجَارَةٍ فِي كُرَاتِ الثَّلْجِ.



هُنَاكَ قَوَاعِدُ لِلْعِبِ الْأَمِنِ بِشَكْلِ عَامٍّ، وَاللَّعِبِ الْأَمِنِ بِالْأَلْعَابِ، وَمِنْهَا الْآتِي:

### أَوَّلًا: قَوَاعِدُ عَامَّةٌ لِلْعِبِ الْأَمِنِ



1 يَجِبُ اخْتِيَارُ أَمَاكِنَ لِعِبِ أَمْنَةٍ، مِثْلُ: السَّاحَاتِ الْمُخَصَّصَةِ لِلْعِبِ، وَالْمَلَاعِبِ الرِّيَاضِيَّةِ، وَالْحَدَائِقِ الْعَامَّةِ وَالْخَاصَّةِ الْمُحَاطَةِ بِجُدْرَانٍ أَمَانٍ عَالِيَةٍ. وَيُمنَعُ اللَّعِبُ فِي الشُّوَارِعِ وَالْأَرَصِفَةِ، وَفِي سَاحَاتِ وَقُوفِ السَّيَّارَاتِ الْخَاصَّةِ وَلَا سِيَّمَا فِي التَّجْمُعَاتِ السَّكْنِيَّةِ الْمُشْتَرَكَةِ.



2 التِّزَامُ قَوَاعِدِ السَّلَامَةِ الْمُروَرِيَّةِ وَآدَابِ السَّيْرِ فِي الطَّرِيقِ أَثْنَاءَ الذَّهَابِ إِلَى سَاحَةِ اللَّعِبِ أَوِ الْمَلْعَبِ، وَحَمْلُ الْكُرَةِ دَاخِلَ سَلَّةٍ أَوْ كَيْسٍ؛ لِتَجَنُّبِ تَدَخُّرِهَا فِي الشَّارِعِ.

3 تَجَنُّبُ اللَّعِبِ بِالزَّلَّاجَاتِ بِأَنْوَاعِهَا (سَكَيْت، سَكوتر، رولر بليدز) فِي الشَّارِعِ، فَهِيَ لَيْسَتْ وَسِيلَةً مُوَاصِلَاتٍ، بَلْ أَجْهَزَةٌ رِيَاضِيَّةٌ التَّزَلُّجُ بِهَا مَسْمُوحٌ فِي الْمَلَاعِبِ وَسَاحَاتِ التَّزَلُّجِ وَالْحَدَائِقِ الْعَامَّةِ فَقَطْ.



4 حَمْلُ الْأَدَوَاتِ عِنْدَ الذَّهَابِ إِلَى مَكَانِ اللَّعِبِ، وَعَدَمُ اللَّعِبِ بِهَا إِلَّا بَعْدَ الْوُصُولِ إِلَى الْمَكَانِ الْمُنَاسِبِ، وَالتَّرَوُّدُ بِأَدَوَاتِ الْوِقَايَةِ الْمُنَاسِبَةِ حَسَبَ اللَّعْبَةِ.

5 الْإِتْبَاهُ لِلْمَوْجُودِينَ / لِلْمَوْجُودَاتِ فِي الْمَكَانِ أَثْنَاءَ اللَّعِبِ، وَتَجَنُّبُ إِيْدَائِهِمْ.

✓ اتَّحَقَّقْ

أَوْضَحْ قَوَاعِدَ اللَّعِبِ الْأَمِنِ الْعَامَّةِ.

## ثانيًا: اللَّعِبُ الْأَمِنُ بِالْأَلْعَابِ الْإِلِكْتُرُونِيَّةِ

هُنَاكَ عِدَّةُ خُطُواتٍ تُسَهِّمُ فِي بَقَاءِ الشَّخْصِ فِي مَأْمِنٍ مِنَ الْمَخاطرِ أَثناءَ اللَّعِبِ عَبرَ الْإِنْتَرْنِتِ، هِيَ:



1

عَدَمُ الْكَشْفِ عَنِ التَّفَاصِيلِ الشَّخْصِيَّةِ لِحِسابي، وَحِمَايَتُهَا كُلَّ مَرَّةٍ لِلدُّخُولِ إِلَى الْإِنْتَرْنِتِ، وَالتَّأَكُّدُ أَثناءَ إِنْشاءِ حِسابٍ جَدِيدٍ مِنْ اسْتِخْدَامِ اسْمٍ مَجْهُولٍ أَوْ مُسْتَعَارٍ، وَاسْتِخْدَامِ صُورَةٍ تَعْبِيرِيَّةٍ. يُمَكِّنُ فِي حَالِ اسْتِخْدَامِ الشَّخْصِ اسْمَهُ الْأَوَّلَ أَوْ الْأَخِيرَ أَثناءَ اللَّعِبِ التَّعَرُّفُ إِلَيْهِ بِسُهُولَةٍ، مَا يُعَرِّضُهُ إِلَى الْمُضايِقَةِ مِنْ بَعْضِ مُسْتَحْدِمِي / مُسْتَحْدِمَاتِ هَذِهِ الْأَلْعَابِ.

2



تَجَنُّبُ نَشْرِ أَيَّةِ مَعْلُومَاتٍ شَخْصِيَّةٍ، وَلَا يُعَدُّ نَشْرُ الْأَصْدِقَاءِ مَعْلُومَاتِهِمُ الشَّخْصِيَّةَ عَبرَ الْإِنْتَرْنِتِ مُبَرَّرًا لِلتَّصَرُّفِ مِثْلَهُمْ وَتَقْلِيدِهِمْ فِي ذَلِكَ.

3

عَدَمُ التَّرَدُّدِ فِي سُؤَالِ شَخْصٍ بِالِغِ مَسْئُولٍ يُوَثِّقُ بِهِ مِثْلَ الْوَالِدَيْنِ أَوْ الْمُعَلِّمِ / الْمُعَلِّمَةِ عِنْدَ الشَّكِّ بِأَيَّةِ مُشَارَكَةٍ غَرِيبَةٍ.

4



الْحِرْصُ عَلَى ضَغْطِ زَرِّ كَاتِمِ الصَّوْتِ أَثناءَ اللَّعِبِ بِالْأَلْعَابِ تُشْتَمِلُ عَلَى مُحَادَثَاتٍ (دَرَدَشَاتٍ) صَوْتِيَّةٍ.



حَظَرُ اللَّاعِبِ / اللَّاعِبَةِ عِنْدَ مُوَاجَهَةِ سُلُوكٍ لَا يُشْعِرُ بِالْإِزْتِيحِ مِنْهُ / مِنْهَا، وَيُمْكِنُ الْإِبْلَاحُ عَنْ تِلْكَ الْإِسَاءَةِ لِمُنْتَجِي / لِمُنْتَجَاتِ الْأَلْعَابِ.

التَّحَدُّثُ مُبَاشِرَةً إِلَى الْوَالِدَيْنِ فِي حَالِ وُصُولِ كِتَابَاتٍ مُسِيئَةٍ مِنْ حِسَابَاتٍ مُتَعَدِّدَةٍ؛ مَنْعًا لِتَضَاعُفِ الْمُسْكِلَةِ وَازْدِيَادِ الْأَمْرِ سُوءًا.

تَعْرِفُ فَوَائِدَ الْمُرَاقَبَةِ الْأَبَوِيَّةِ: يُعَدُّ التَّحَدُّثُ إِلَى الْوَالِدَيْنِ وَسِيلَةً أَكْثَرُ أَمَانًا مِنْ اسْتِخْدَامِ إِعْدَادَاتِ الْحِمَايَةِ الْمُتَاحَةِ فِي أَنْظِمَةِ الْأَلْعَابِ، فَمِنْ الْجَيِّدِ التَّحَدُّثُ إِلَيْهِمَا حَوْلَ كَيْفِيَّةِ عَمَلِ بَرَامِجِ الْمُرَاقَبَةِ الْأَبَوِيَّةِ الْمُتَوَافِرَةِ فِيهَا، وَمَعْرِفَةِ سَبَبِ إِبْقَاءِ الْإِعْدَادَاتِ كَمَا هِيَ. قَدْ يُسَاعِدُ ذَلِكَ عَلَى أَنْ يَكُونَ لَدَى الْوَالِدَيْنِ اهْتِمَامَاتٌ فِي أَلْعَابِ الْإِنْتَرْنِتِ، فَقَدْ يَكُونُ الشَّخْصُ غَيْرَ مُحْتَرِفٍ بَعْدُ، وَلَكِنْ بَعْدَ مُنَاقَشَتِهِ لَوَالِدَيْهِ وَالِاسْتِمَاعِ لِمَا يَقُولَانِ حَوْلَ مَخَاطِرِ أَلْعَابِ الْإِنْتَرْنِتِ سَتُعَزِّزُ الثَّقَّةُ بَيْنَهُمْ.

✓ اتَّحَقَّقْ

أَذْكُرْ قَوَاعِدَ اللَّعِبِ الْأَمِنِ بِالْأَلْعَابِ الْإِلِكْتُرُونِيَّةِ.



تُعَدُّ لُعْبَةُ كُرَةِ الْقَدَمِ مِنَ الْأَلْعَابِ الشَّائِعَةِ، وَمِنْ إِجْرَاءَاتِ اللَّعِبِ الْأَمِنِ الْخَاصَّةِ بِهَا: الْاسْتِعْدَادُ الْجَيِّدُ، وَارْتِدَاءُ الْأَدَوَاتِ اللَّازِمَةِ (مِثْلُ: الْحِذَاءِ الْخَاصِّ، وَوَأَقِيَاتِ السَّاقَيْنِ)، وَالتَّكَاثُفُ مِنْ أَنَّ الْمَلْعَبَ آمِنٌ لِمُمَارَسَةِ اللَّعِبِ.



### 1. الفِكْرَةُ الرَّئِيسَةُ:

أ. أَوْضَحِ الْقَوَاعِدَ الْعَامَّةَ لِلْعِبِّ الْأَمِنِ.

ب. أَعِدِّدْ قَوَاعِدَ الْعِبِّ الْأَمِنِ بِالْأَلْعَابِ الْإِلِكْتُرُونِيَّةِ.

### 2. التَّفْسِيرُ: لِمَاذَا يَجِبُ أَنْ يَكُونَ لَعِبُنَا آمِنًا؟

3. **الِاسْتِثْنَاءُ:** اسْتَخْدِمِ الْكَلِمَاتِ وَالتَّعَابِيرَ الْآتِيَةَ: (صِحَّتِي، وَالِدِي، الْخَوْفُ، ثِقَتِي، صِحَّةٌ،

الِاسْتِمْرَارِ) فِي اسْتِثْنَاءِ أَهْمِيَّةِ الْعِبِّ الْأَمِنِ:

أ- أَلْعَبُ بِأَمَانٍ؛ لِأَحَافِظَ عَلَى ..... وَ ..... زُمَلَائِي / زُمِيلَاتِي.

ب- أَلْعَبُ بِأَمَانٍ؛ لِأَخَفِّفَ مِنْ خَوْفِ ..... عَلَيَّ.

ج- إِذَا لَعِبْتُ بِأَمَانٍ تَزْدَادُ ..... بِنَفْسِي.

د- فِي حَالِ إِصَابَتِي أَثْنَاءَ الْعِبِّ يَزْدَادُ .....

هـ- أَلْعَبُ بِأَمَانٍ؛ لِأَتَمَكَّنَ مِنْ ..... فِي الْعِبِّ.

4. **التَّفَكُّيرُ النَّاقِدُ:** أَكْتُبْ كَلِمَةً (نَعَمْ) بِجَانِبِ الْمَعْلُومَةِ الصَّحِيحَةِ، وَكَلِمَةً (لا) بِجَانِبِ

الْمَعْلُومَةِ غَيْرِ الصَّحِيحَةِ فِي مَا يَأْتِي:

• يُعَدُّ الْعِبُّ بِالزَّلَّاجَاتِ فِي الْبَيْتِ لَعِبًا آمِنًا ( ) .

• الْمُحَافَظَةُ عَلَى سَلَامَةِ الْآخَرِينَ أَثْنَاءَ الْعِبِّ لَيْسَتْ مَسْئُولِيَّتِي، فَأَنَا مَسْئُولٌ عَنْ

سَلَامَتِي فَقَطْ ( ) .

• التَّعْرِيفُ بِنَفْسِي لِكُلِّ مَنْ يَتَوَاصَلُ مَعِي لِلْعِبِّ عَبْرَ الْإِنْتَرْنِتِ ضَرُورِيٌّ، وَأُبَادِرُ إِلَيْهِ ( ) .

• أَخْفِي عَنْ وَالِدِي مَا يُرْسَلُ إِلَيَّ مِنْ كَلَامٍ مُسِيٍّ مِنْ حِسَابِ مُعَيَّنٍ ( ) .

• أَكْثَمَ صَوْتِ اللَّعْبَةِ الْإِلِكْتُرُونِيَّةِ؛ حَتَّى لَا يَعْلَمَ أَحَدٌ وَالِدِي مَاذَا أَلْعَبُ ( ) .



يُسْهِمُ امْتِلَاكُ مَهَارَاتِ الإِسْعَافِ الْأَوَّلِيِّ وَاللَّعِبِ الْأَمِنِ فِي تَنْمِيَةِ الْعَلَاqَاتِ الإِجْتِمَاعِيَّةِ وَنَشْرِ الْمَحَبَّةِ بَيْنَ النَّاسِ.

### التَّوْجِيهُ وَالْإِزْشَادُ الْمِهْنِيُّ:



تَعْقِدُ مُدِيرِيَّةُ الدَّفَاعِ الْمَدْنِيِّ وَمَرَاكِزُ مُتَخَصِّصَةٌ دَوْرَاتٍ فِي الإِسْعَافَاتِ الْأَوَّلِيَّةِ، وَيُمْكِنُ لِمُتَلَقِّي / لِمُتَلَقِّيَةِ مِثْلِ هَذِهِ الدَّوْرَاتِ الإِلْتِحَاقُ بِمَهَنٍ ذَاتِ عِلَاقَةٍ بِالإِسْعَافِ الْأَوَّلِيِّ فِي أَمَاكِنَ عَدِيدَةٍ، مِثْل: مُدِيرِيَّةِ الدَّفَاعِ الْمَدْنِيِّ، وَالْمَلَاعِبِ، وَالْفَنَادِقِ، وَالْجَامِعَاتِ، وَمَرَاكِزِ اللَّيَاقَةِ الْبَدَنِيَّةِ.

### مَشْرُوعِي:



أَتَعَاوَنُ مَعَ مَجْمُوعَتِي عَلَى تَنْفِيذِ مَشْرُوعٍ نُنَظِّمُ عَنْ طَرِيقِهِ مَلَفًا يَحْتَوِي عَلَى إِجْرَاءَاتِ السَّلَامَةِ وَالْإِسْعَافَاتِ لِإِصَابَاتٍ يُمَكِّنُ أَنْ تَحْدُثَ أَثْنَاءَ مُمَارَسَةِ بَعْضِ الْأَلْعَابِ، مِثْل: كُرَّةِ الْقَدَمِ، وَكُرَّةِ الْيَدِ، وَالْكُرَّةِ الطَّائِرَةِ، وَسِبَاقَاتِ الْجَرِيِّ، وَرُكُوبِ الدَّرَاجَاتِ.

### الْمُسَابَقَةُ الْمِهْنِيَّةُ:



أَشَارِكُ مَعَ زُمَلَائِي / زُمِلَاتِي اللَّعِبَ فِي أَلْعَابٍ مُتَنَوِّعَةٍ، مِثْل: كُرَّةِ الْقَدَمِ، وَكُرَّةِ الْيَدِ، وَشَدِّ الْحَبْلِ. وَنَظْلُبُ إِلَى لَجْنَةِ التَّحْكِيمِ تَحْدِيدَ أَكْثَرِ الْفِرَقِ التِّزَامًا بِقَوَاعِدِ اللَّعِبِ الْأَمِنِ.

## المَطَاعِمُ

الفَنَدَقَةُ  
وَالسِّيَاحَةُ



تُسَهِّمُ الْمَطَاعِمُ فِي تَنْشِيطِ حَرَكََةِ السِّيَاحَةِ الدَّاخِلِيَّةِ وَالْخَارِجِيَّةِ؛ لِمَا تُقَدِّمُهُ مِنْ خِدْمَاتٍ تُلَبِّي حَاجَاتِ الْعُمَلَاءِ مِنَ الْأَطْعِمَةِ وَالْمَشْرُوبَاتِ.



الفِكرَةُ  
العَامَّةُ



قائمة الدروس:  
الدَّرسُ (1): إِدارةُ المَطَاعِمِ.



أَتَأَمَّلُ الصَّوْرَةَ الْآتِيَةَ، ثُمَّ أُجِيبُ عَمَّا يَلِيهَا:



• أَصِفُ مَا أَشَاهِدُهُ فِي الصَّوْرَةِ.

• أَذْكُرُ مَوْقِفًا ذَهَبْتُ فِيهِ إِلَى مَطْعَمٍ، وَالْمُنَاسَبَةَ الَّتِي دَعْتَنِي إِلَى الدَّهَابِ.

### الفِكرَةُ الرَّئِيسَةُ

- إِنَّ إِدَارَةَ الْمَطَاعِمِ بِالطَّرِيقَةِ الْمُنْثَلَى تُسَاعِدُ عَلَى نَجَاحِهَا، وَذَلِكَ بِتَلْبِيَةِ احْتِيَاجَاتِ الْعُمَلَاءِ وَزِيَادَةِ الْمَبِيعَاتِ.

### مَاذَا سَأَتَعَلَّمُ؟

- تَعْرِفُ أَنْوَاعَ الْمَطَاعِمِ.
- تَعْرِفُ الْخِدْمَةَ الَّتِي يُقَدِّمُهَا الْمَطْعَمُ.
- تَعْرِفُ دَوْرَ الْعَامِلِينَ / الْعَامِلَاتِ فِي الْمَطْعَمِ.

### الْمَفَاهِيمُ وَالْمُصْطَلَحَاتُ

- The Restaurant الْمَطْعَمُ
- Menus قَوَائِمُ الطَّعَامِ
- Restaurant Service خِدْمَةُ الْمَطَاعِمِ
- Reception الْإِسْتِقْبَالُ
- Catering تَقْدِيمُ الطَّعَامِ

### الْقِيَمُ وَالِاتِّجَاهَاتُ

- تَقْدِيرُ أَهْمِيَّةِ أَنْوَاعِ الْمَطَاعِمِ فِي تَلْبِيَةِ احْتِيَاجَاتِ الْعُمَلَاءِ وَمُسْتَوَاهُمْ الْإِجْتِمَاعِيِّ مِنْ الْأَطْعِمَةِ وَالْمَشْرُوبَاتِ، تَشْجِيعُ السَّيَاحَةِ الدَّاخِلِيَّةِ وَالْخَارِجِيَّةِ، تَقْدِيرُ مِهْنَةِ الْعَمَلِ وَالْعَامِلِينَ / الْعَامِلَاتِ فِي الْمَطَاعِمِ.



أَحْلُ الْكَلِمَاتِ الْمُتَقَاتِعَةَ الْآتِيَةَ بِالتَّعَاوُنِ مَعَ مَجْمُوعَتِي؛ ثُمَّ أَكْشِفُ مِنَ الْأَحْرُفِ الْمُتَبَقِّيَةِ الْكَلِمَةَ الَّتِي أَكْمِلُ بِهَا الْجُمْلَةَ الْآتِيَةَ.

يُطْلَقُ عَلَى الْمَكَانِ الَّذِي تُقَدَّمُ فِيهِ الْمَأْكُولَاتُ وَالْمَشْرُوبَاتُ لِلْعُمَّاءِ مُقَابِلَ مَبْلَغٍ مَالِيٍّ:

### تَعْلِيمَاتُ اللَّعْبَةِ:

أَسْتَعِينُ بِالْأَسْئَلَةِ الْآتِيَةِ لِمَعْرِفَةِ حَلِّ الْكَلِمَاتِ الْمُتَقَاتِعَةِ وَإِنْجَازِ اللَّعْبَةِ عَنْ طَرِيقِ تَظْلِيلِ الْحُرُوفِ:

م	ف	ر	ن	غ	ا	ز
ن	ل	و	ر	ق	ا	ل
ي	ش	ع	ك	ي	ك	غ
ك	ع	و	ق	م	ع	ا
س	ن	ب	ك	ة	ط	ر
ا	س	م	ك	ة	م	ا
ب	ة	ج	ا	ل	ث	ل

● أداة تُسْتَخْدَمُ لِتَقْطِيعِ الْفَاكِهَةِ.....

● أداة تُسْتَخْدَمُ لِتَنَاوُلِ الشُّورَبَاتِ.....

● جِهَازٌ كَهْرَبَائِيٌّ لِحِفْظِ الطَّعَامِ.....

● حَيَوَانٌ يَعِيشُ فِي الْمَاءِ.....

● جِهَازٌ يُسْتَخْدَمُ لِلطَّهْيِ.....

● أداة تُسْتَخْدَمُ لِتَنَاوُلِ الْأُرْزِ.....

● مِنْ أَهَمِّ الْبَهَارَاتِ فِي الْمَطْبَخِ يَبْدَأُ اسْمُهُ بِحَرْفِ (و).....

● حَلْوَى تُقَدَّمُ إِلَى جَانِبِ الشَّايِ أَوْ الْقَهْوَةِ.....

● فَاكِهَةٌ صَيْفِيَّةٌ مِنْ (3) حُرُوفٍ تَبْدَأُ بِحَرْفِ (ع).....

أَسْتَنْبِجُ أَنَّ الْمَطَاعِمَ أَمَاكِينَ لِتَقْدِيمِ الطَّعَامِ وَالشَّرَابِ بِاسْتِخْدَامِ أَدَوَاتٍ وَمَوَادٍّ مُخْتَلِفَةٍ.



## المطاعم Restaurants

انتشرت المطاعم وتعددت اختصاصاتها، وأصبحت موردًا اقتصاديًا للمستثمرين والمستثمرات في قطاع المطاعم وخدمة المواطنين والمواطنات والسياح. وتسهم المطاعم في توفير الراحة، والغذاء الصحي والمتكامل للعملاء وفي المكان والزمان المناسبين.

✓ اتحقق

ما أهمية المطاعم؟

### أنواع المطاعم والصورة الدالة عليها

#### تمرين 1

#### خطوات العمل:

- أتعاون مع مجموعتي على قراءة الأوصاف الخاصة بالمطاعم كما وردت في الجدول (1) الآتي:

الجدول (1): أنواع المطاعم وأوصافها.

رقم المطعم	نوع المطعم	وصف المطعم
1	مطعم العائلات	يتسم هذا النوع بالشكل العائلي من حيث: الاعتدال في الديكورات، والأثاث، والأسعار، وتحديد قوائم الطعام فيها. ومنها أيضًا: «الكافيتريا».
2	المطعم الكلاسيكي	من المطاعم قليلة الانتشار؛ وذلك لارتفاع تكلفة وجبة الطعام الواحدة، وغالبًا ما يوجد في الفنادق الفاخرة، فهي مؤسسة على أعلى مستويات الجودة.

رَقْمُ الْمَطْعَمِ	نَوْعُ الْمَطْعَمِ	وَصْفُ الْمَطْعَمِ
3	الْمَطْعَمُ الشَّعْبِيُّ	تُقَدَّمُ فِيهِ أَنْوَاعٌ مُخْتَلِفَةٌ مِنَ الْمَأْكُولَاتِ الشَّعْبِيَّةِ وَبِأَسْعَارٍ مُعْتَدِلَةٍ، وَيَخْدُمُ فِتَّةً عَرِيضَةً مِنَ النَّاسِ ذَوِي الدَّخْلِ الْمَادِّيِّ الْمَحْدُودِ، وَيُوجَدُ فِي الْمَنَاطِقِ الشَّعْبِيَّةِ ذَاتِ الْكثَافَةِ السَّكَّانِيَّةِ.
4	مَطْعَمُ الْخِدْمَةِ الذَّائِيَّةِ	يُقَدَّمُ مَجْمُوعَةٌ مُتَنَوِّعَةٌ مِنَ الْمَأْكُولَاتِ الَّتِي تَكُونُ مَعْرُوضَةً أَمَامَ الْعُمَّالِ، مِثْلَ الْبُوفِيَّاتِ، وَيَخْتَارُ الْعَمِيلُ نَوْعَ الطَّعَامِ الَّذِي يُفَضِّلُهُ مِنْ بَيْنِ الْأَنْوَاعِ الْمَعْرُوضَةِ.
5	الْمَطْعَمُ الْمُوسِمِيُّ	يَنْتَشِرُ هَذَا النَّوعُ فِي مَوَاسِمَ مُحَدَّدَةٍ مِنَ الْعَامِ يَسْتَمِرُّهَا النَّاسُ مَصَافِيحَ أَوْ مَشَاتِي. وَمِنْ أَمَثَلَتِهَا: مَطَاعِمُ الشَّوْاطِي، وَالْقُرَى السِّيَاحِيَّةِ.
6	مَطْعَمُ الْمَأْكُولَاتِ السَّرِيعَةِ	نَشَأَ هَذَا النَّوعُ مِنَ الْمَطَاعِمِ نَتِيجَةً سُرْعَةَ إِيقَاعِ الْعَصْرِ وَحَاجَةِ النَّاسِ إِلَى وَجَبَةٍ صَغِيرَةٍ، وَسَرِيعَةٍ لَا يَتَطَلَّبُ تَنَاوُلُهَا وَقْتًا كَبِيرًا، وَلَكِنَّ هَذِهِ الْمَطَاعِمَ تُقَدَّمُ طَعَامًا عَالِي السُّعْرَاتِ الْحَرَارِيَّةِ؛ لِذَلِكَ يَجِبُ تَنَاوُلُ الْأَغْذِيَّةِ الصَّحِيَّةِ الْخَفِيفَةِ.
7	مَطْعَمُ اسْتِرَاحَةِ الطَّرِيقِ	يُنشَأُ هَذَا النَّوعُ مِنَ الْمَطَاعِمِ عَلَى جَانِبِي طُرُقِ السَّفَرِ؛ لِيَتِمَكَّنَ أَصْحَابُ السَّيَّارَاتِ، أَوِ الْحَافِلَاتِ مِنْ تَنَاوُلِ وَجَبَاتٍ خَفِيفَةٍ بِسَعَرٍ مُعْتَدِلٍ.

• نَتَأَمَّلُ صُورَ الْمَطَاعِمِ الظَّاهِرَةِ فِي الشَّكْلِ الْآتِي، ثُمَّ نُصَنِّفُهَا حَسَبَ أَنْوَاعِهَا، وَذَلِكَ بِكِتَابَةِ رَقْمِ الْمَطْعَمِ الْمُنَاسِبِ مِنَ الْجَدْوَلِ (1) السَّابِقِ أَسْفَلَ كُلِّ مِنْهَا:



✓ أتحقق

أُعَدُّ أَنْوَاعَ الْمَطَاعِمِ.

- نَعْرِضُ مَا نَتَوَصَّلُ إِلَيْهِ أَمَامَ الْمَجْمُوعَاتِ الْأُخْرَى.

## قوائم الطّعام Menus

تتألّف قائمة الطّعام من أربعة أقسام، هي: المُقَبَّلَات (مثل السَّلَطَات)، والأَطْبَاق الرَّئِيسَة (مثل اللُّحوم)، والمشروبات (مثل العصائر)، والحلويات (مثل الكِنَافَة أو البَقْلَاوَة). ومنها قوائم ثابتة، وأخرى مُتغيّرة.

### نشاط 1



أتأمّل الصّورة المُجاوِرَ لقائمة طّعام، ثمّ أعاون مع مجموعتي على الإجابة عما يأتي:

- ما الهدف من قوائم الطّعام في المَطاعِم؟
- ما تأثير قوائم الطّعام في اختيارات العملاء؟

## خِدمة المَطاعِم

تبرز أهمية خِدمة المَطاعِم بإشباع حاجات العملاء ورغبتهم المُسرّعة بِأكثَر ممّا يتوقّعون، وتوجد أنواع كثيرة من خِدمة المائدة في المَطاعِم، ومن أشهرها:

## خِدمة الصّحن الجاهز



تتميّز خِدمة الصّحن الجاهز بأسلوبها الذي لا يتطلّب مهارات كثيرة، إذ يُعرف الصّحن ويُجمّل داخل المَطبخ، ثمّ يُقدّم النادل / النّادِلة الصّحن جاهزاً للعميل / للعميلة عن يمينه / يمينها، وبعد الانتهاء من تناول الوجبة تُرفع الصّحون عن يسار العميل / العميلة. وتُستخدم هذه الطّريقة في الـ «كوفي شوب»، أو في الحفلات الكبيرة، وذلك لِسرعة تقديم الطّعام للعملاء، وسرعة سحب الصّحون الفارغة من أمامهم. ومن عيوبها: فقدان الطّعم حرارتها إذا حدث تأخير في تقديم الطلّبات.

✓ أتحقّق

أبين عيوب خِدمة الصّحن الجاهز.

أَتَعَاوَنُ مَعَ مَجْمُوعَتِي عَلَى إِعْدَادِ طَبَقٍ مِنْ اخْتِيَارِي، ثُمَّ تَقْدِيمِهِ بِأُسْلُوبِ خِدْمَةِ الصَّخْنِ الْجَاهِزِ، وَيُرَافِقُ ذَلِكَ إِعْدَادُ مَقْطَعٍ مَرِّيٍّ (فِيدْيُو) قَصِيرٍ يُبَيِّنُ طَرِيقَةَ إِعْدَادِ الطَّبَقِ وَطَرِيقَةَ تَقْدِيمِهِ، ثُمَّ نَعْرِضُهُ أَمَامَ الْمَجْمُوعَاتِ الْأُخْرَى فِي مَشْغَلِ التَّرْبِيَةِ الْمِهْنِيَّةِ.

### دَوْرُ الْعَامِلِينَ/ الْعَامِلَاتِ فِي الْمَطْعَمِ

تَخْتَلِفُ أَدْوَارُ الْعَامِلِينَ/ الْعَامِلَاتِ فِي الْمَطَاعِمِ حَسَبَ الدَّوْرِ الْمُخَصَّصِ لِكُلِّ مِنْهُمْ فِي الْمَطْعَمِ. وَمِنْ الْمُسَمَّيَاتِ الرَّئِيسَةِ ذَاتِ الْعِلَاقَةِ بِالْعَمَلِ فِي الْمَطَاعِمِ:

#### مُديرُ/ مُدِيرَةُ الْمَطْعَمِ

يُشْرِفُ عَلَى إِدَارَةِ الْمَطْعَمِ بِصُورَةٍ كَامِلَةٍ مِنْ حَيْثُ:

- 1 الإشرافُ على العاملين/ العاملات، وتدريبهم، ووضع خطة لعملهم في المطعم.
- 2 الإشرافُ والرقابةُ على حفظ المواد الغذائية وتخزينها، ومعالجة المشكلات والأعطال، مثل إصلاح الأجهزة وصيانتها.

#### رئيسُ المضيفين/ رئيسةُ المضيفات

يَكُونُ مَسْئُولًا عَنِ الإشرافِ الكَامِلِ عَلَى سَيْرِ الخِدْمَةِ فِي الْمَطْعَمِ عَنْ طَرِيقِ:

- 1 القيامُ بمهامِّ مديرٍ/ مُدِيرَةِ الْمَطْعَمِ أَثْنَاءَ غِيَابِهِ/ غِيَابِهَا.
- 2 توزيعُ المهامِّ على العاملين/ العاملاتِ فِي الخِدْمَةِ، وتوجيههم، ومتابعتهم.

#### مَسْئُولُ مَحَطَّةِ الخِدْمَةِ (الكابتنُ)

يُؤَدِّي الكابتنُ فِي الْمَطْعَمِ دَوْرًا مُهِمًّا فِي الْمَحَطَّةِ الْخَاصَّةِ بِهِ (الْمَحَطَّةُ: مِسَاحَةٌ مُعَيَّنَةٌ فِي الْمَطْعَمِ تَشْمَلُ عَدَدًا مِنَ الطَّاوِلَاتِ وَالْكَرَاسِي يُشْرِفُ عَلَيْهَا كَابِتَنٌ). وَيَتِمَثَّلُ دَوْرُهُ بِمَا يَأْتِي:



1 التَّرحيبُ بِالْعُمَّالِ بِمُجَرَّدِ دُخُولِهِمْ إِلَى الْمَطْعَمِ بِابْتِسَامَةٍ وَتَحِيَّةٍ وَاحْتِرَامٍ.

2 سُؤَالُ الْعُمَّالِ عَنْ عَدَدِ الْأَفْرَادِ أَوْ الْحُضُورِ عَلَى الطَّائِلَةِ. **أَفْكَرٌ: لِمَاذَا؟**

3 سُؤَالُ الْعُمَّالِ عَنْ أَيِّ تَفْضِيلَاتٍ مُعَيَّنَةٍ فِي مَا يَتَعَلَّقُ بِالطَّائِلَةِ، فَقَدْ يَحْتَاجُ الْعُمَّالُ كِبَارُ السَّنِّ إِلَى طَائِلَاتٍ قَرِيبَةٍ مِنْ مَدْخَلِ الْمَطْعَمِ؛ كَيْ لَا يُضْطَرُّوا لِلسَّيْرِ ذَهَابًا وَعَوْدَةً مَسَافَةً طَوِيلَةً.

4 تَقْدِيمُ الْفَوَاتِيرِ عِنْدَ انْتِهَاءِ الْعُمَّالِ مِنْ تَنَاوُلِ وَجَبَاتِهِمْ، وَتَوْدِيْعُهُمْ بِابْتِسَامَةٍ مَعَ شُكْرِهِمْ عَلَى زِيَارَتِهِمْ.

**أَتَذَكَّرُ:** مِنْ حَقِّ عُمَّالِ الْمَطْعَمِ الْحُصُولُ عَلَى قَائِمَةِ الطَّعَامِ؛ لِذَا يَنْبَغِي التَّأَكُّدُ مِنْ نَظَافَةِ قَوَائِمِ الطَّعَامِ مِنَ الْأَوْسَاحِ قَبْلَ تَقْدِيمِهَا إِلَيْهِمْ.

**مُسَاعِدُ / مُسَاعِدَةُ الْكَابِتِينَ (النَّادِلُ / النَّادِلَةُ)**

يَتِمَثَّلُ دَوْرُهُ / دَوْرُهَا بِ:

1 الْمَسْئُورِيَّةُ عَنْ تَحْضِيرِ صَالَةِ الطَّعَامِ وَنَظَافَةِ أَدْوَاتِ الْمَائِدَةِ.

2 تَقْدِيمُ الْمَأْكُولَاتِ وَالْمَشْرُوبَاتِ بِطَرِيقَةٍ صَحِيحَةٍ وَحَسَبَ نَوْعِ الْخِدْمَةِ الْمُتَبَعَةِ فِي الْمَطْعَمِ.

**الْمُضَيِّفُ / الْمُضَيِّفَةُ**

يَتِمَثَّلُ دَوْرُهُ / دَوْرُهَا بِ:

1 التَّأَكُّدُ مِنْ نَظَافَةِ الصَّالَةِ وَالْأَدْوَاتِ الْمَوْجُودَةِ فِي الْخِزَانَةِ الْجَانِبِيَّةِ اللَّازِمَةِ لِلْعُمَّالِ.

4 الْإِلْمَامُ بِقَوَاعِدِ إِطْفَاءِ الْحَرِيقِ وَإِجْرَائَاتِهِ، وَقَوَاعِدِ الْإِسْعَافَاتِ الْأَوَّلِيَّةِ.

**الْمُتَدَرِّبُ / الْمُتَدَرِّبَةُ (الْمُتَدَرِّجُ / الْمُتَدَرِّجَةُ)**

تَخْتَصُّ هَذِهِ الْوُظُفَةُ بِأَعْمَالِ النَّظَافَةِ الْخَاصَّةِ بِالْمَطْعَمِ نَفْسِهِ.



### نشاط 3

أَتَعَاوَنُ مَعَ أَفْرَادِ مَجْمُوعَتِي عَلَى تَجْسِيدِ دَوْرِ الْعَامِلِينَ / الْعَامِلَاتِ فِي الْمَطْعَمِ فِي اسْتِقْبَالِ الزُّوَارِ، وَتَقْدِيمِ الطَّعَامِ عَنْ طَرِيقِ مَشْهَدٍ تَمَثِيلِيٍّ نَعْبِرُ فِيهِ عَنْ جُهِودِهِمْ / جُهِودِهِنَّ الْمَبْدُولَةِ فِي إِظْهَارِ الْمَطْعَمِ فِي أَفْضَلِ صَوْرَةٍ.



أَمِينُ / أَمِينَةُ الصُّنْدُوقِ (أَوِ الْكَاشِيرُ، أَوْ أَمِينُ الْكَاشِ): مُصْطَلَحٌ يُسْتَخْدَمُ فِي عَالَمِ الْمَطَاعِمِ وَالْمَقَاهِي وَغَيْرِهَا؛ لِلإِشَارَةِ إِلَى الشَّخْصِ الَّذِي يَعْمَلُ فِي نَقَاطِ الْبَيْعِ لِإِتْمَامِ عَمَلِيَّاتِ الدَّفْعِ

وَالتَّسْوِيَةِ مَعَ الْعُمَّالِ. يُدْخَلُ الْكَاشِيرُ قَائِمَةَ الْمُشْتَرِيَّاتِ إِلَى بَرْنَامِجِ الْمُحَاسَبَةِ عَنْ طَرِيقِ قَارِيِ الْبَارْكُودِ، أَوْ يَدَوِيًّا بِاسْتِخْدَامِ لَوْحَةِ مَفَاتِيحِ مَآكِئَةِ الْكَاشِيرِ، وَبِمُسَاعَدَةِ الْمَآكِئَةِ وَالْبَرْنَامِجِ الْمُثَبَّتِ عَلَيْهَا تُحَسَبُ الْقِيَمَةُ الْكَامِلَةُ، فَيَسْتَلِمُهَا الْكَاشِيرُ مِنَ الْعَمِيلِ / الْعَمِيلَةِ، ثُمَّ يَسْلُمُهَا / يُسَلِّمُهَا الْفَاتُورَةَ الَّتِي تُثَبِّتُ عَمَلِيَّةَ الدَّفْعِ. وَقَدْ أَسْهَمَتْ وَسَائِلُ الدَّفْعِ الْإِلِكْتُرُونِيِّ مِثْلَ الْمَحْفَظَةِ الرَّقْمِيَّةِ أَوْ بِطَاقَةِ الْفِيْزَا فِي تَوْفِيرِ الْوَقْتِ وَالْجُهِدِ.



1. **أَقَارُنُ** بَيْنَ الْمَطْعَمِ الْكِلَاسِيكِ وَالْمَطْعَمِ الشَّعْبِيِّ مِنْ حَيْثُ: الْخِدْمَةُ، وَالْأَسْعَارُ، وَالْفَنَّةُ الْمُسْتَهْدَفَةُ.
2. **أَوْجَهُ** لَزُمَلَائِي / لَزَمِيَاَتِي سُؤَالًا تَكُونُ إِجَابَتُهُ: « الْمَطْعَمُ ».
3. **أَسْتَنْجِ** أَهْمِيَّةَ مَطَاعِمِ اسْتِرَاحَاتِ الطَّرِيقِ.
4. **أُفَسِّرُ** تَمَيِّزَ خِدْمَةِ الصَّخْنِ الْجَاهِزِ فِي الْمَطَاعِمِ.
5. **أَوْضَحُ** دَوْرَ الْمُضَيَّفِ / الْمُضَيِّفَةِ فِي الْمَطْعَمِ.

#### الرَّبْطُ مَعَ تَكْنُولُوجِيَا الْمَعْلُومَاتِ



أَصْبَحَ لِلرُّبُوتِ دَوْرٌ كَبِيرٌ فِي الْعَمَلِ فِي الْمَطَاعِمِ؛ لِمَا يَتَمَيَّزُ بِهِ مِنْ سُرْعَةٍ وَدِقَّةٍ وَكِفَاءَةٍ مُقَارَنَةً مَعَ الْعَامِلِينَ / الْعَامِلَاتِ مِنَ الْبَشَرِ فِي الْمَطْعَمِ، وَمِنْ أُمُثْلَتِهِ: الرُّبُوت « بلاتو Plato » الَّذِي حَلَّ مَكَانَ النَّادِلِ / النَّادِلَةِ فِي تَقْدِيمِ الطَّعَامِ لِلْعُمَلَاءِ دَاخِلَ الْمَطْعَمِ. وَتُسَهِّمُ خِدْمَةُ التَّوْصِيلِ مِنَ الْمَطَاعِمِ، أَوِ الْمَقَاهِي إِلَى الْمَنَازِلِ فِي تَوْفِيرِ الْوَقْتِ وَالْجُهْدِ عَلَى الْفَرْدِ فِي تَلْبِيَةِ أَحْتِيَاجَاتِهِ، سَوَاءً أَكَانَتْ عَبْرَ تَطْبِيقَاتٍ إلكترونيَّةٍ خَاصَّةٍ، أَوْ عَنْ طَرِيقِ خِدْمَةِ تَوْصِيلِ شَرِكَاتٍ مُتَخَصِّصَةٍ فِي هَذَا الْمَجَالِ.

#### الرَّبْطُ مَعَ التَّرْبِيَةِ الْإِسْلَامِيَّةِ



أَكَّدَ الْإِسْلَامُ آدَابَ الطَّعَامِ، مِثْلَ: غَسْلِ الْيَدَيْنِ قَبْلَ تَنَاوُلِ الطَّعَامِ، وَالتَّسْمِيَةِ، وَالْأَكْلَ بِالْيَدِ الْيُمْنَى، وَالْأَكْلَ مِمَّا قُرْبَ مِنْ طَعَامٍ، وَعَدَمَ إِصْدَارِ صَوْتٍ أَثْنَاءَ مَضْغِ الطَّعَامِ، أَوِ الْحَدِيثِ بِصَوْتٍ مُرْتَفِعٍ. وَنَهَى الْإِسْلَامُ عَنِ النَّفْخِ فِي الْإِنَاءِ، قَالَ سَيِّدُنَا رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: « إِذَا شَرِبَ أَحَدُكُمْ فَلَا يَتَنَفَّسْ فِي الْإِنَاءِ » [رَوَاهُ الْبُخَارِيُّ وَمُسْلِمٌ]. إِنَّ هَذِهِ الْأَدَابَ الَّتِي وَجَّهَ إِلَيْهَا سَيِّدُنَا رَسُولُ اللَّهِ ﷺ مُنْذُ أَكْثَرِ مِنْ أَرْبَعَةِ عَشَرَ قَرْنًا مِنَ الزَّمَانِ تُدْرَسُ فِي الْعَصْرِ الْحَدِيثِ ضِمْنَ عِلْمِ إتيكِت تَنَاوُلِ الطَّعَامِ فِي الْمَطَاعِمِ؛ لِمَا لَهَا مِنْ أَثَرٍ فِي الْمُحَافَظَةِ عَلَى صِحَّةِ الْأَفْرَادِ، وَمَنْعِ انْتِشَارِ الْأَمْرَاضِ وَالْأَوْبَةِ الَّتِي تَنْتَقِلُ عَنْ طَرِيقِ الْعَادَاتِ السَّيِّئَةِ فِي الْأَكْلِ.



### التَّوجِيهَ وَالْإِرشَادُ الْمِهْنِيّ:

أَسْهَمَتِ الْمَطْبَاخُ الْإِنْتَاجِيَّةُ فِي تَخْفِيفِ الْأَعْبَاءِ الْمَادِّيَّةِ عَنِ الْأُسْرِ، وَذَلِكَ بِعَمَلِ عَدَدٍ كَبِيرٍ مِنْ رَبَّاتِ الْبُيُوتِ فِي صِنَاعَةِ الْأَطْبَاقِ الْمُخْتَلِفَةِ مِنَ الْمَأْكُولَاتِ، وَالْحَلَوِيَّاتِ، وَالْمَخْبُوزَاتِ، وَصِنَاعَةِ الشُّوْكُولَاتَةِ، وَالْمُرَبِّيَّاتِ وَالْمُخَلَّلَاتِ وَغَيْرِهَا، وَتَرْوِجِهَا عَبْرَ مَوَاقِعِ التَّوَاصُلِ الْإِجْتِمَاعِيِّ، وَأَسْهَمَتِ أَيْضًا فِي تَوْفِيرِ فُرْصِ عَمَلٍ مُخْتَلِفَةٍ لِعَدَدٍ مِنَ الْعَاظِلِينَ عَنِ الْعَمَلِ وَأَصْحَابِ الْمَوَاهِبِ. وَتُرَخَّصُ هَذِهِ الْمَطْبَاخُ الْإِنْتَاجِيَّةُ وَفَقَ الْأَصُولِ الْمُعْتَمَدَةِ مِنَ الْجِهَاتِ الْمُخْتَصَّةِ، وَتَتَابَعُ بِصُورَةٍ دَوْرِيَّةٍ لِتَقْدِيمِ أَطْبَاقٍ تَلْتَزِمُ الشُّرُوطَ الصَّحِيَّةَ.

### مَشْرُوعِي:



أَصَمَّمُ شِعَارًا خَاصًّا بِمَطْعَمِي الْمُسْتَقْبَلِيِّ لِلْوَجَبَاتِ السَّرِيعَةِ يَكُونُ جَاذِبًا وَسَهْلَ التَّذَكُّرِ، وَيَحْمِلُ هُويَّةَ الْمَطْعَمِ (اسْمُهُ، وَشِعَارُهُ).

### الْمُسَابَقَةُ الْمِهْنِيَّةُ:



أَشَارِكُ فِي الْمُسَابَقَةِ الَّتِي تُنظَّمُهَا اللَّجْنَةُ الْمِهْنِيَّةُ تَحْتَ عُنْوَانِ «أَفْضَلُ طَبَقٍ شَعْبِي»؛ بِهَدَفِ تَأْصِيلِ الْمَأْكُولَاتِ الشَّعْبِيَّةِ الْأُرْدُنِيَّةِ وَاسْتِدَامَتِهَا وَفَقَ شُرُوطٍ مُحَدَّدَةٍ، مِثْلُ: طَرِيقَةِ التَّقْدِيمِ وَالْعَرْضِ، وَالْمَذَاقِ.