

المستوى



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



دولة فلسطين

وَأَوَّلَآءَ تَرْبِيَّتِهِ وَتَعْلِيمِهِ

# الثقافة الوطنية والحياتية

## التعليم الموازي

### (المستوى الأول)

فريق التأليف:

أ.جمال سالم

أ.إيمان الريماوي (منسقة)



## قررت وزارة التربية والتعليم في دولة فلسطين

تدريس هذا الكتاب في مدارسها بدءاً من العام الدراسي ٢٠١٨ / ٢٠١٩ م

### الإشراف العام

رئيس لجنة المناهج  
د. صبري صيدم  
نائب رئيس لجنة المناهج  
د. بصري صالح  
رئيس مركز المناهج  
أ. ثروت زيد

### الدائرة الفنية

الإشراف الفني  
التصميم الفني  
كمال فحماوي  
سمر عوض

### التحرير اللغوي

متابعة المحافظات الجنوبية  
د. سهير قاسم  
د. سميرة النخالة

### الطبعة التجريبية

٢٠١٩ م / ١٤٤٠ هـ

جميع حقوق الطبع محفوظة ©

دولة فلسطين  
وزارة التربية والتعليم



مركز المناهج

moche.gov.ps | mohe.pna.ps | mohe.ps

facebook.com/MinistryOfEducationWzartAltrbyWaltlym

فاكس +970-2-2969377 | هاتف +970-2-2969350

حي الماصيون، شارع المعاهد

ص. ب 719 - رام الله - فلسطين

pcdc.edu.ps | pcdc.mohe@gmail.com

يتصف الإصلاح التربوي بأنه المدخل العقلاني العلمي النابع من ضرورات الحالة، المستند إلى واقعية النشأة، الأمر الذي انعكس على الرؤية الوطنية المطورة للنظام التعليمي الفلسطيني في محاكاة الخصوصية الفلسطينية والاحتياجات الاجتماعية، والعمل على إرساء قيم تعزز مفهوم المواطنة والمشاركة في بناء دولة القانون، من خلال عقد اجتماعي قائم على الحقوق والواجبات، يتفاعل المواطن معها، ويعي تراكيبها وأدواتها، ويسهم في صياغة برنامج إصلاح يحقق الآمال، ويلامس الأماني، ويرنو لتحقيق الغايات والأهداف.

ولما كانت المناهج أداة التربية في تطوير المشهد التربوي، بوصفها علماً له قواعده ومفاهيمه، فقد جاءت ضمن خطة متكاملة عالجت أركان العملية التعليمية التعلمية بجميع جوانبها، بما يسهم في تجاوز تحديات النوعية بكل اقتدار، والإعداد لجيل قادر على مواجهة متطلبات عصر المعرفة، دون التورط بإشكالية التشتت بين العولمة والبحث عن الأصالة والانتماء، والانتقال إلى المشاركة الفاعلة في عالم يكون العيش فيه أكثر إنسانية وعدالة، وينعم بالرفاهية في وطن نحمله ونعظمه.

ومن منطلق الحرص على تجاوز نمطية تلقّي المعرفة، وصولاً لما يجب أن يكون من إنتاجها، وباستحضار واعٍ لعدد المنطلقات التي تحكم رؤيتنا للطالب الذي نريد، وللبنية المعرفية والفكرية المتوخّاة، جاء تطوير المناهج الفلسطينية وفق رؤية محكومة بإطار قوامه الوصول إلى مجتمع فلسطيني ممتلك للقيم، والعلم، والثقافة، والتكنولوجيا، وتلبية المتطلبات الكفيلة بجعل تحقيق هذه الرؤية حقيقة واقعة، وهو ما كان له ليكون لولا التناغم بين الأهداف والغايات والمنطلقات والمرجعيات، فقد تألفت وتكاملت؛ ليكون النتاج تعبيراً عن توليفة تحقق المطلوب معرفياً وتربوياً وفكرياً.

ثمّة مرجعيات تؤطر لهذا التطوير، بما يعزز أخذ جزئية الكتب المقررة من المنهاج دورها المأمول في التأسيس؛ لتوازن إبداعي خلّاق بين المطلوب معرفياً، وفكرياً، ووطنياً، وفي هذا الإطار جاءت المرجعيات التي تم الاستناد إليها، وفي طبيعتها وثيقة الاستقلال والقانون الأساسي الفلسطيني، بالإضافة إلى وثيقة المنهاج الوطني الأول؛ لتوجّه الجهد، وتعكس ذاتها على مجمل المخرجات.

ومع إنجاز هذه المرحلة من الجهد، يغدو إجزاء الشكر للطواقم العاملة جميعها؛ من فرق التأليف والمراجعة، والتدقيق، والإشراف، والتصميم، واللجنة العليا أقل ما يمكن تقديمه، فقد تجاوزنا مرحلة الحديث عن التطوير، ونحن واثقون من تواصل هذه الحالة من العمل.

## وزارة التربية والتعليم

مركز المناهج الفلسطينية

آب / ٢٠١٩

بسم الله الرحمن الرحيم

نضع بين أيديكم المستوى الأول من كتاب الثقافة الوطنية والحياتية، الذي جاء منسجماً مع أهداف وزارة التربية والتعليم التي تسعى إلى تطوير المناهج، ومواكبة التطورات العلمية على الصعد كافة، لينسجم وتطلعات الوزارة لتعزيز المعارف والمهارات لدى الطلبة، وتوظيفها في حياتهم العملية، ولتنمية الاتجاهات الإيجابية التي تسهم في صقل شخصياتهم، وتعزيز انتمائهم لوطنهم، وتزويد من قدرتهم على التواصل مع الآخرين، ومن العمل ضمن الفريق. بالإضافة إلى زيادة قدرتهم على اتخاذ القرارات المناسبة فيما يتعلق بصحتهم، وغذائهم، والبيئة من حولهم.

ولتحقيق ذلك، فقد ركّز الكتاب على أنشطة متنوّعة المستوى تتسم بإمكانية تنفيذ الطلبة لها، مع مراعاة الفروق الفردية بينهم. مع الاهتمام بتضمين المحتوى للصور، والنصوص، والرسومات، والأشكال، مع التأكيد على مبدأ التقويم التكويني والواقعي.

احتوى كتاب المستوى الأول على ست وحدات هي:

الأولى: الاحتلال البريطاني والصهيوني لفلسطين، وتتكوّن من ثلاثة دروس هي: الدرس الأول: فلسطين الموقع والمساحة والحدود، الدرس الثاني: الاحتلال البريطاني لفلسطين، والدرس الثالث: الاحتلال الصهيوني لفلسطين.

الثانية: النظام السياسي والمواطنة، وتتكوّن من درسين هما: الدرس الأول: النظام السياسي في فلسطين، والدرس الثاني: المواطنة.

الثالثة: المهارات الحياتية، وتتكوّن من درسين: الدرس الأول: الاتصال والتواصل، والدرس الثاني: التعاون وعمل الفريق.

الرابعة: الغذاء والتغذية، وتتكوّن من درسين هما: الدرس الأول: الغذاء، والدرس الثاني: طرق حفظ الطعام. الخامسة: الصحة ونمط الحياة: وتتكوّن من درسين هما: الدرس الأول: التغذية في مراحل العمر المختلفة، والدرس الثاني: السلامة العامة.

السادسة: التربية البيئية، وتتكوّن من درسين: الدرس الأول: البيئة ومكوناتها، والدرس الثاني: مشكلات بيئية ومقترحات للحلول.

تستلهم فلسفة الكتاب أهمية اكتساب الطلبة منهجية في التفكير والعمل؛ لجعل التكامل حقيقة واقعية، وهدفاً قابلاً للتحقيق.

# المحتويات

رقم الصفحة	الوحدة / الدرس
٦	الوحدة الأولى: الإحتلال البريطاني والصهيوني لفلسطين
٨	الدرس الأول: فلسطين الموقع والمساحة والحدود
١٤	الدرس الثاني: الإحتلال البريطاني لفلسطين
٢١	الدرس الثالث: الإحتلال الصهيوني لفلسطين
٢٩	الوحدة الثانية: النظام السياسي والمواطنة
٣١	الدرس الأول: النظام السياسي في فلسطين
٤٠	الدرس الثاني: المواطنة
٤٦	الوحدة الثالثة: المهارات الحياتية
٤٨	الدرس الأول: الاتصال والتواصل
٥٦	الدرس الثاني: التعاون وعمل الفريق
٦٠	الوحدة الرابعة: الغذاء والتغذية
٦٢	الدرس الأول: الغذاء
٦٨	الدرس الثاني: طرق حفظ الطعام
٧٤	الوحدة الخامسة: الصحة ونمط الحياة
٧٦	الدرس الأول: التغذية في مراحل العمر المختلفة
٨١	الدرس الثاني: السلامة العامة
٨٧	الوحدة السادسة: الصحة ونمط الحياة
٨٩	الدرس الأول: البيئة ومكوناتها
٩٤	الدرس الثاني: تشكيلات بيئية ومقترحات الحلول
١٠١	المشروع

الاحتلال البريطاني والصهيوني لفلسطين

الأولى

الوحدة



أفكر:



رؤج الفكر الصهيوني لمقولة (إن فلسطين أرض بلا شعب، لشعب بلا أرض).

يتوقع من الطلبة بعد دراستهم لهذه الوحدة والتفاعل مع أنشطتها أن يتمكنوا من التعرف على فلسطين من حيث موقعها الجغرافي، ومساحتها، وحدودها، وأهم المدن الفلسطينية، وما تعرضت له فلسطين من مؤتمرات استعمارية انتهت بالاحتلال البريطاني لفلسطين وفرض الانتداب عليها، ثم الاحتلال الصهيوني، ومعرفتهم للأحداث التي مرّ بها الشعب العربي الفلسطيني، والتحديات الجسام التي واجهت القضية الفلسطينية منذ نشأتها، والجهود الوطنية للنضال الوطني الفلسطيني والتضحيات التي قدمها الفلسطينيون وما زالوا من أجل نيل حريتهم واستقلالهم أسوة بشعوب العالم، وذلك من خلال تحقيق الآتي:

◀ ممارسة التعلم الذاتي، وإدارة الحوار والنقاش من خلال الأنشطة التي تضمنها الكتاب.  
◀ الربط بين موقع فلسطين وأهميته من ناحية، والأحداث التاريخية التي تعرضت لها منذ مطلع القرن العشرين.

◀ نقد الأحداث التاريخية، وتحليلها، وتفسيرها في ضوء المعلومات التاريخية.  
◀ توظيف النصوص التاريخية لفهم المؤتمرات الاستعمارية (اتفاقية سايكس بيكو، ووعده بلفور، واتفاقية سان ريمو) التي تعرضت لها فلسطين خلال الحرب العالمية الأولى وما بعدها.

◀ تحليل نص وعده بلفور لإثبات بطلانه من الناحيتين التاريخية والقانونية.  
◀ إعداد التقارير والبحوث العلمية لبعض القضايا المتصلة بموضوعات الوحدة.  
◀ المشاركة في الفعاليات الوطنية التي تهدف للحصول على التحرر والاستقلال، وبناء الدولة الفلسطينية المستقلة وعاصمتها القدس.



يتوقّع من الطّلبة بعد الانتهاء من الدرس أن يكونوا قادرين على:



- ١- بيان موقع فلسطين بالنسبة للعالم.
- ٢- توضيح موقع فلسطين بالنسبة للوطن العربيّ.
- ٣- تعيين المدن الفلسطينيّة على خريطة فلسطين.

### موقع فلسطين بالنسبة للعالم:



نشاط (١):

نُلاحظ خريطة العالم، ونستنّج، ثم نُجيب:



خريطة (١): خريطة العالم

- نُسمِّي القارات في الخريطة.
- نذكر اسم القارة التي تقع فيها فلسطين.
- نُحدِّد القارات التي تتوسَّطها فلسطين.
- نُعيِّن البحار التي تُشرف عليها فلسطين.
- نستنتج أهمية موقع فلسطين بالنسبة للعالم.

## أنا تعلّمت:



فلسطين إحدى دول قارة آسيا، ويشكّل موقعها الجغرافيّ ملتقى ثلاث قارات هي: آسيا، وإفريقيا، وأوروبا، فهي تقع في الجزء الجنوبيّ الغربيّ لقارة آسيا، على الساحل الجنوبيّ الشرقيّ للبحر المتوسّط، وتقع قُرب الجزء الشماليّ الشرقيّ لقارة إفريقيا، أمّا بالنسبة لقارة أوروبا، فموقع فلسطين على البحر المتوسّط جعله جسراً بحريّاً يصل بين فلسطين وقارة أوروبا.

## موقع فلسطين بالنسبة للوطن العربيّ:



### نشاط (٢):

نلاحظ خريطة الوطن العربيّ الصّماء، ونستعينُ بالأطلس الجغرافيّ، ونقومُ بما يأتي:



خريطة (٢): خريطة الوطن العربيّ

- نُحدّد القارات التي يقع فيها الوطن العربيّ .
- نكتب أسماء الدول العربيّة على الخريطة .
- نُعيّن المسطّحات المائيّة التي يُشرف عليها الوطن العربيّ .
- نُحدّد موقع فلسطين بالنسبة للوطن العربيّ .
- نستنتج أهمية موقع فلسطين بالنسبة للوطن العربيّ .

## أنا تعلّمت :

تقع فلسطين في الجناح الآسيويّ من الوطن العربيّ، ضمن المنطقة المعروفة ببلاد الشام التي تضمّ دُولَ: فلسطين، والأردن، وسوريّة، ولبنان، حيث تقع فلسطين في الجزء الجنوبيّ الغربيّ من بلاد الشام، بين البحر المُتوسّط غربًا، ونهر الأردن شرقًا، وهذا المَوقع جعل فلسطين حلقة وصلٍ بين الجناح الآسيويّ والجناح الإفريقيّ في الوطن العربيّ، وتبلغ مساحة فلسطين (٢٧٠ ٢٧ كم<sup>٢</sup>).

تنبع أهميّة موقع فلسطين الجغرافيّ في أنّها تشكّل حلقة وصل بريّة بين آسيا وإفريقيا؛ بفعل الاتّصال الطّبيعيّ للأرض الفلّسطينيّة مع الأرض المِصريّة، كما أنّ الموقع البحريّ لفلسطين على البحر المُتوسّط غربًا جعلها حلقة وصل، وممرًا بحريًا بين أوروبا والأمريكتين من جهة، وبعض الدول الآسيوية، مثل العراق، وإيران، ومنطقة الخليج العربيّ من جهة أخرى. وإشرافها على البحر الأحمر من الجنوب، سهّل اتّصالها مع منطقة جنوب آسيا وشرقها، من خلال بحر العرب، والمحيط الهندي.



نلاحظُ الخريطة، ونستعينُ بخريطة جغرافية لفلسطين،  
ثم نقومُ بما يأتي:

- نسمي البحار التي تُشرف عليها فلسطين.
- نذكر أسماء الدول العربية المجاورة لفلسطين.

خريطة (٣): خريطة فلسطين

- نُكمل الجدول الآتي:

عاصمة فلسطين	مدن فلسطينية ساحلية	مدن في الأغوار الفلسطينية	مدن فلسطينية داخلية

أنا تعلمت:



يحد فلسطين من الشمال سورية ولبنان، ومن الجنوب مصر وخليج العقبة، ومن الشرق الأردن، ومن الغرب البحر المتوسط. وتعدّ مدينة القدس عاصمة فلسطين، ومن المدن الفلسطينية الساحلية: عكا، وحيفا، ويافا، وأسدود، وغزة. ومن المدن الفلسطينية الواقعة في الأغوار

الفلسطينية: بيسان، وأريحا، وهناك مدن فلسطينية داخلية مثل: جنين، ونابلس، ورام الله، والخليل وغيرها.

### نشاط تطبيقي



نختار مدينة فلسطينية، ونكتب عنها تقريراً يتضمّن: موقعها الجغرافي، ومساحتها، وعدد سكانها، وأبرز معالمها الحضارية.

### أقيمُ تعلّمي:



السؤال الأول: أختار رمز الإجابة الصحيحة فيما يأتي:

١- ما اسم القارة التي تقع فيها فلسطين؟

أ- أوروبا. ب- إفريقيا. ج- آسيا. د- أستراليا.

٢- ما اسم القارتين التي يقع فيهما الوطن العربيّ؟

أ- آسيا وإفريقيا. ب- آسيا وأوروبا. ج- إفريقيا وأوروبا. د- آسيا وأستراليا.

٣- كم تبلغ مساحة فلسطين؟

أ- ٢٥٠٠٠ كم<sup>٢</sup>. ب- ٢٦٠٠٠ كم<sup>٢</sup>. ج- ٢٧٠٢٧ كم<sup>٢</sup>. د- ٢٧٥٠٠٠ كم<sup>٢</sup>.

٤- ما عاصمة دولة فلسطين؟

أ- رام الله. ب- القدس. ج- نابلس. د- الخليل.

السؤال الثاني: أيبّن أهمية موقع فلسطين بالنسبة للعالم.

السؤال الثالث: أحدّد فلسطين من جهاتها الأربع.

السؤال الرابع: أستنتج أهمية موقع فلسطين بالنسبة للوطن العربي.

السؤال الخامس: أعيّن على خريطة صماء لفلسطين، ما يلي:

- دول: الأردن، وسوريّة، ولبنان، ومصر.
- بحار: البحر المتوسط، والبحر الميت.
- مدن: القدس، وعكا، ويافا، وغزة، وصفد، ورام الله، ونابلس، وقلقيلية.
- بحيرات وخلجان: بحيرة طبريّة، وخليج العقبة.
- أنهار: نهر الأردن.



خريطة(٤): فلسطين صماء

يتوقع من الطلبة بعد الانتهاء من الدرس أن يكونوا قادرين على:



١- توضيح بنود اتفاقية سايكس-بيكو سنة ١٩١٦م.

٢- تحليل وعد بلفور الذي صدر سنة ١٩١٧م.

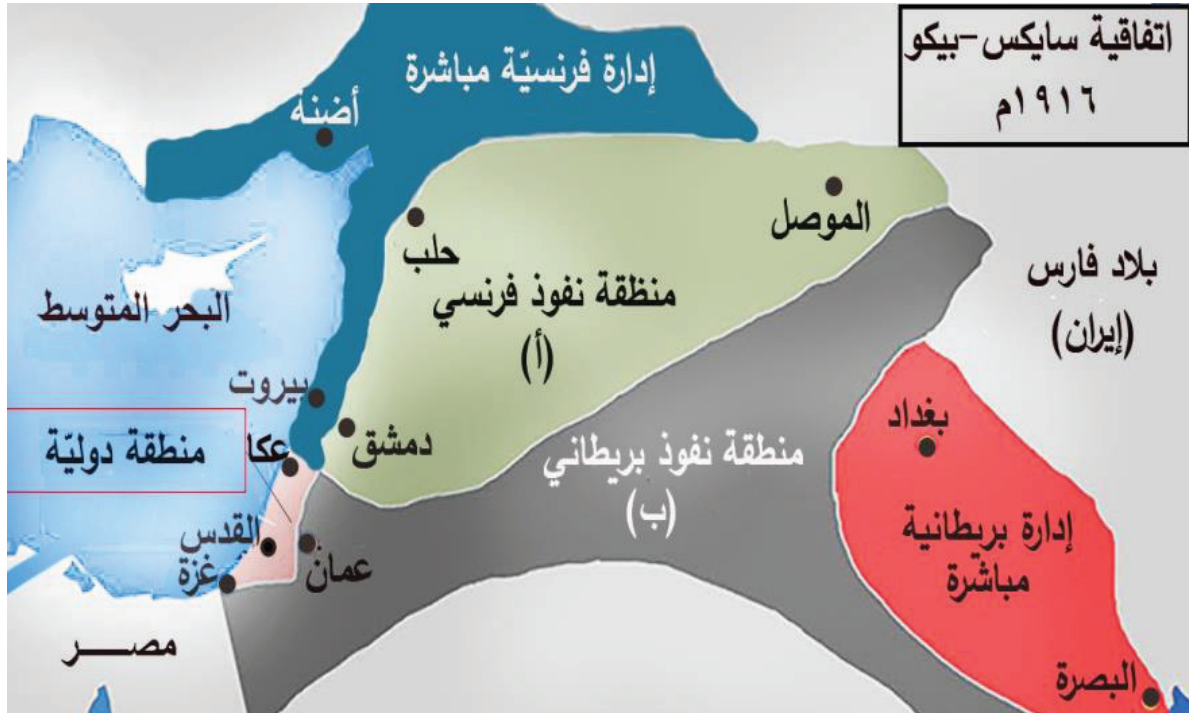
٣- تتبع الاحتلال البريطاني لفلسطين منذ سنة ١٩١٧م.

### اتفاقية سايكس-بيكو سنة ١٩١٦م:



نشاط (١):

نلاحظ الخريطة، ونستنتج، ثم نجيب:



خريطة (١): اتفاقية سايكس-بيكو

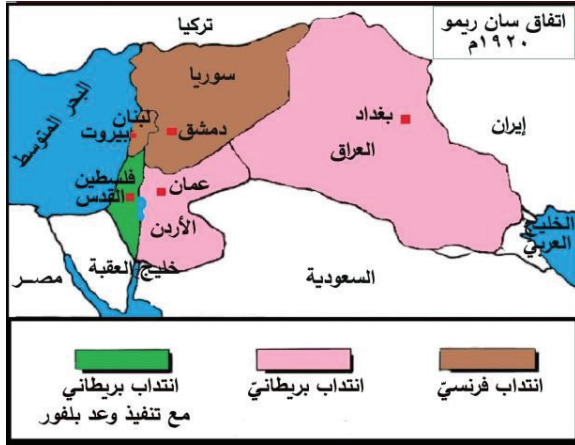
- نسمي الدول الاستعمارية التي وقّعت اتفاقية سايكس-بيكو سنة ١٩١٦م.
- نوضح التقسيمات الاستعمارية حسب الاتفاقية.
- نستنتج وضع فلسطين في اتفاقية سايكس-بيكو.



## أنا تعلمت:

- بدأت المفاوضات السرية بين بريطانيا، وفرنسا، وروسيا في بدايات الحرب العالمية الأولى في مقر السفارة الفرنسية بالقاهرة في تشرين ثاني سنة ١٩١٥م، بين المندوب السامي البريطاني للشرق الأدنى مارك سايكس، والمندوب السامي الفرنسي فرانسوا جورج بيكو، وبإشراف مندوب روسيا القيصرية لتقاسم المنطقة العربية الآسيوية بين الدولتين الاستعماريتين فرنسا وبريطانيا، واستمرت المفاوضات حتى أيار سنة ١٩١٦م، وأسفرت عن توقيع اتفاقية القاهرة السرية (اتفاقية سايكس-بيكو)، وكانت بصورة وثائق سرية تم تبادلها بين الدول الثلاث، وتم الكشف عنها بعد اندلاع الثورة البلشفية في روسيا في أكتوبر سنة ١٩١٧م، وقد نصت الاتفاقية على الآتي:
- استيلاء فرنسا على سورية ولبنان وولاية أضنة.
  - استيلاء بريطانيا على جنوب العراق وأوسطه بما فيها مدينة بغداد، وكذلك مينائي عكا وحيفا في فلسطين.
  - المنطقة المحصورة بين الأقاليم التي تحصل عليها فرنسا، وتلك التي تحصل عليها بريطانيا تكون اتحاد دول عربية أو دولة عربية موحدة، ومع ذلك فإن هذه الدولة تقسم إلى مناطق نفوذ بريطانية وفرنسية، ويشمل النفوذ الفرنسي شرقي سورية وولاية الموصل، بينما النفوذ البريطاني يمتد إلى شرقي الأردن والجزء الشمالي من ولاية بغداد حتى الحدود الإيرانية.
  - يخضع الجزء الباقي من فلسطين لإدارة دولية.
  - يكون ميناء الإسكندرونة حرًا.

وكانت الاتفاقية تهدف إلى فصل سورّيّة الكبرى، وبلاد الرافدين (الهلال الخصيب) عن تركيا، وعن باقي المناطق والأقاليم العربيّة، لذا فإن الشعب العربي الفلسطيني عارض الاتفاقية؛ لأنها تهدف إلى فصل بلاده فلسطين عن عمقها التاريخي وامتدادها الجغرافي والطبيعي.



خريطة (٢): اتفاقية سان-ريمو

وما أن انتهت الحرب العالميّة الأولى، حتى قامت بريطانيا وفرنسا بتعديل اتفاق سايكس-بيكو، وتخلت فرنسا عن فلسطين ومنطقة الموصل مع المطالبة بحصتها من النفط، وفي نيسان سنة ١٩٢٠م، أقرّ مؤتمر سان ريمو الانتداب الذي يُفترض أن يُعدّ المنطقة المنتدبة للاستقلال، وعُهد لبريطانيا بالانتداب على فلسطين (الضفة الشرقيّة والضفة الغربية لنهر الأردن)، والعراق، فيما حظيت فرنسا بسوريا ولبنان.

## وعد بلفور:

### نشاط (٢):

نقرأ النص، ونستنتج، ثم نُجيب:

وزارة الخارجية، في الثاني من تشرين ثاني/ نوفمبر سنة ١٩١٧م. عزيزي اللورد ليونيل والتر روتشيلد: يسرني أن أبلغكم بالنيابة عن حكومة جلالته، بالتصريح التالي الذي ينطوي على العطف على أمانى اليهود الصّهاينة التي تم تقديمها للحكومة ووافقت عليها. "إن حكومة صاحب الجلالة تنظر بعين العطف إلى تأسيس وطن في فلسطين للشعب اليهودي، وستبذل قصارى جهدها لتحقيق هذه الغاية، على أن يفهم جلياً أنه لن يُؤتى بعمل من شأنه أن ينتقص من الحقوق المدنيّة والدينيّة التي تتمتع بها الطوائف غير اليهودية المقيمة في فلسطين، ولا من الحقوق أو الوضع السياسي التي يتمتع به اليهود في أي بلد آخر". وسأكون ممتناً لكم إذا أخطتم الاتحاد الصهيوني علماً بهذا التصريح.

التوقيع: آرثر جيمس بلفور.

نستنتج العناصر الرئيسيّة التي وردت في وعد بلفور.



صدر وعد بلفور بتاريخ ٢ / ١١ / ١٩١٧م، على شكل تصريح من وزير خارجية بريطانيا جيمس بلفور إلى اللورد روتشيلد أحد أثرياء اليهود، بإقامة (وطن قومي) لليهود في فلسطين، وكان من دوافع بريطانيا في إصدار هذا الوعد التقاء المصالح البريطانية الاستعمارية والصهيونية، فدخل بريطانيا في الحرب العالمية الأولى (١٩١٤-١٩١٨م) جعلها بحاجة لدعم الصّهاينة لها في مختلف أنحاء العالم سياسياً ومادياً، ولمن يدعمها في حماية قناة السويس، وفي الوقت نفسه، كانت الحركة الصهيونية تبحث عمّن يدعم مشروعها بإقامة وطن قومي لليهود على أرض فلسطين، فرأت في بريطانيا خير من يساعدها في ذلك.

إضافة إلى حاجة بريطانيا لليهود الروس للضغط على روسيا؛ لاستمرارها في الحرب العالمية الأولى بعد انسحابها منها؛ بسبب قيام الثورة الروسية عام ١٩١٧م ضد القيصر.

تجلت مظاهر التمييز العنصري في نص الوعد، فقد تجاهل مصطلح العرب، واستخدم مصطلح (الطوائف غير اليهودية)، وذلك في إشارة منه إلى أنّ العرب (مسلمين ومسيحيين) يشكلون أقلية داخل المجتمع الفلسطيني، علماً أنّ العرب في ذلك الوقت كانوا يشكلون ٩٢٪ من الشعب الفلسطيني، وكانوا يملكون من الأرض ما نسبته ٩٨٫٥٪، ويحمي الوعد الحقوق والوضع السياسي لليهود في فلسطين وخارجها، ولم يعترف بأيّ حقوق سياسية للعرب باستثناء حقوق مدنيّة ودينيّة فقط، كما أن الوعد جاء مناقضاً لوعود بريطانيا مع الشريف حسين، واعترافها بأن تكون فلسطين جزءاً من الدولة العربيّة المستقلة بعد نهاية الحرب العالمية الأولى.

## الاحتلال البريطاني لفلسطين:

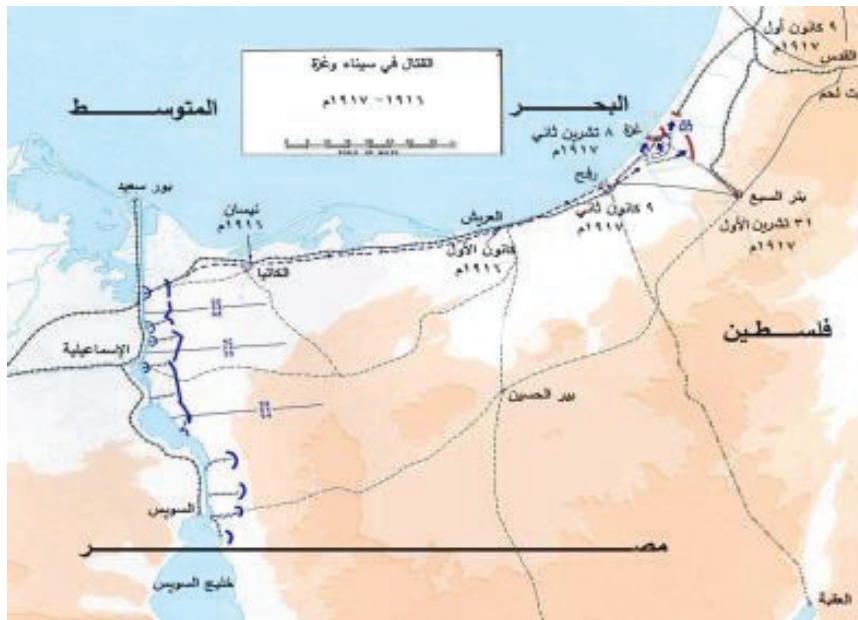


نشاط (٣):

نُلاحظُ الصُّور، ونستنتجُ، ثم نُجيب:



القائد العسكري البريطاني (النبلي) والجنود الإنجليز ينتشرون في مدينة القدس بعد احتلالها



خريطة (٣): الاحتلال البريطاني لفلسطين

- نصفُ ما نشاهدُه في الصُّور.
- نتتبَّعُ الاحتلال البريطاني لفلسطين من خلال الخريطة.



تمكّن الجيش البريطاني بقيادة الجنرال اللنبي من احتلال بئر السبع جنوبيّ فلسطين بتاريخ ٣١/١٠/١٩١٧م، واحتل مواقع الحامية التركية، وأنزل العلم التركي، ورفع العلم البريطاني بدلاً منه، وبهذا ابتدأت المأساة الفلسطينية، وشعر اللنبي بالفرح والابتهاج بسبب هذا الانتصار الذي حققه، ثم اتجه اللنبي إلى غزة، وبعد معارك دامية تمكّن من احتلالها يومي ٧-٨/١١/١٩١٧م، وبعد أن فرض اللنبي سيطرته على غزة توجّه شمالاً إلى الرملة، ومن هناك قسّم قواته إلى قسمين: الأول والأقوى كان باتجاه القدس، واحتلها بتاريخ ١١/١٢/١٩١٧م، بعد معارك ضارية في منطقة اللطرون وقرها، وحول المدينة المقدسة، أما القسم الثاني فتوجّه شمالاً إلى يافا.

بعد احتلال القدس توجه اللنبي بقسم من جيشه باتجاه نابلس وجبالها، وتحرك القسم الثاني للسيطرة على السهل الفلسطيني الساحلي، وبعد قتال عنيف استمر تسعة أشهر تلقى خلاله الجنرال اللنبي إمدادات كثيرة من الجنود والعتاد، ومع انقطاع الإمداد عن الجيش التركي بسبب عمليات تخريب خطوط السكك الحديدية والجسور، واستطاع اللنبي من الوصول إلى جسر بنات يعقوب على نهر الأردن، بعد معارك شرسة في بيسان، والناصرية، ومجدو، وطبرية، ومن ثم دخل إلى دمشق بمساعدة قوات الثورة العربية، بتاريخ ٢٠/٩/١٩١٨م، فرضت بريطانيا حكمها العسكري على فلسطين، ثم حولته إلى إدارة مدنيّة بعد فرض الانتداب رسمياً عليها سنة ١٩٢٢م، واستمر الاحتلال البريطاني لفلسطين حتى سنة ١٩٤٨م.

رفض الشعب العربيّ الفلسطينيّ الاحتلال البريطانيّ لبلادهم، وقد حارب الآلاف من أبنائه ضمن صفوف القوات التركيّة المدافعة عن فلسطين وغيرها من المناطق والولايات العربية، وارتبطت مقاومته بمواقفه من اتفاقية سايكس بيكو، ووعد بلفور، وصك الانتداب، فجميعها تلغي وجود الشعب الفلسطينيّ وحقوقه، فحارب مع الدولة التركيّة بشرف، وعندما سقطت حارب وحيداً بشرف كما لا يزال حتى الآن.



**السؤال الأول:** أختار رمز الإجابة الصحيحة فيما يأتي:

١- أي الدول الآتية وقعت اتفاقية سايكس- بيكو سنة ١٩١٦م؟

أ- روسيا، وألمانيا، وبريطانيا.      ب- روسيا، وفرنسا، وألمانيا.

ج- ألمانيا، وبريطانيا، وفرنسا.      د- روسيا، وبريطانيا، وفرنسا.

٢- ما الدولة التي كشفت عن اتفاقية سايكس- بيكو السريّة سنة ١٩١٧م؟

أ- بريطانيا.      ب- روسيا.      ج- ألمانيا.      د- تركيا.

٣- ما الوضع السياسي لفلسطين في اتفاقية سايكس- بيكو سنة ١٩١٦م؟

أ- وضعت تحت الإدارة الدوليّة.      ب- وضعت تحت الإدارة الفرنسيّة.

ج- وضعت تحت الإدارة البريطانيّة.      د- وضعت تحت الإدارة البريطانيّة المشتركة.

٤- متى صدر وعد بلفور؟

أ- ٢ أيلول سنة ١٩١٧م.      ب- ٢ تشرين الأول سنة ١٩١٧م.

ج- ٢ تشرين ثاني سنة ١٩١٧م.      د- ٢ كانون الأول سنة ١٩١٧م.

٥- ما الدولة التي احتلت مدينة القدس عام أواخر سنة ١٩١٧م؟

أ- فرنسا.      ب- بريطانيا.      ج- ألمانيا.      د- تركيا.

**السؤال الثاني:** نذكر بنود اتفاقية سايكس- بيكو سنة ١٩١٦م.

**السؤال الثالث:** نوضّح تقسيم بلاد الشام والعراق في اتفاقية سان ريمو سنة ١٩٢٠م.

**السؤال الرابع:** نستنتج هدف الدول الاستعماريّة من اتفاقية سايكس- بيكو سنة ١٩١٦م.

**السؤال الخامس:** نناقش دوافع بريطانيا من إصدار وعد بلفور.

**السؤال السادس:** نوضّح موقف الشعب العربيّ الفلسطينيّ من اتفاقية سايكس- بيكو

ووعده بلفور.

يتوقع من الطلبة بعد الانتهاء من الدرس أن يكونوا قادرين على:



- ١- توضيح مراحل الاحتلال الصهيوني لفلسطين.
- ٢- بيان النتائج التي نجمت عن الاحتلال الصهيوني لفلسطين سنة ١٩٤٨م.
- ٣- استنتاج الإجراءات التي اتبعتها الاحتلال الصهيوني في فلسطين بعد سنة ١٩٦٧م.

### الاحتلال الصهيوني لفلسطين:



نشاط (١):

نلاحظُ الصُّور، ونستنتجُ، ثم نُجيب:



- نناقشُ المقصود بكلّ من الصُّورتين.
- نحسبُ عدد السنوات التي مضت على النكسة.



أصدرت الأمم المتحدة قرار تقسيم فلسطين بتاريخ ٢٩/١١/١٩٤٧م رقم (١٨١) الذي أعطى ٥٤٪ من فلسطين للحركة الصهيونية، رغم أن عددهم لم يكن يتجاوز ثلث عدد السكان، ولا يملكون سوى ٦٦٪ من أرض فلسطين، وفي الوقت نفسه أعلنت بريطانيا بأنها ستنتهي انتدابها على فلسطين بتاريخ ١٥/٥/١٩٤٨م. وقع عبء الدفاع عن فلسطين منذ صدور قرار التقسيم وحتى انسحاب بريطانيا على الشعب الفلسطيني وحده (قوات الجهاد المقدس) بقيادة المناضل عبد القادر الحسيني الذي استشهد في معركة القسطل قرب القدس بتاريخ ٨/٤/١٩٤٨م، وجاهد الشعب الفلسطيني بأطيافه كافة موحداً ضد بريطانيا والعصابات الصهيونية التي نفذت عمليات إرهابية ومجازر عديدة بحق الشعب الفلسطيني، بهدف ترويعه وتهجيريه عن أرضه، ومن هذه المجازر: دير ياسين، وقولونيا، وقرية أبو شوشة، ووداراس، وغيرها.

دخلت الجيوش العربية (مصر، والأردن، وسورية، والعراق، ولبنان) إلى فلسطين في اليوم المحدد للانسحاب البريطاني، وكانت قد دخلت فلسطين فرقا من المتطوعين من دول عربية عديدة إلى جانب الفلسطينيين سُمي (جيش الإنقاذ) بقيادة فوزي القاوقجي، ورغم المقاومة الباسلة والانتصارات التي حققتها المقاومة الفلسطينية (الجهاد المقدس) و(جيش الإنقاذ) إلى جانب المجهود الحربي للجيوش العربية إلا أنها فشلت في حماية فلسطين من الاحتلال الصهيوني لها الذي تمكن من احتلال حوالي (٧٧٪) من فلسطين.



## نشاط تطبيقي (١)

نقرأ من صحيفة فلسطين عناوين الأخبار المتعلقة بفلسطين سنة ١٩٤٨م، ونناقشها:



صورة (١): صحيفة فلسطين سنة ١٩٤٨م



## نشاط تطبيقي (٢)

نلاحظُ الخرائط الآتية، ونستنتجُ منهما ما حدث في فلسطين عام ١٩٤٨م.



خريطة (١): فلسطين قبل قرار التقسيم وبعده

تمكّن الاحتلال الصّهيونيّ من هزيمة الجيوش العربيّة (مصر، وسوريّة، والأردن) في حرب حزيران سنة ١٩٦٧م، وأكملت احتلالها لفلسطين، إذ تمكنت من احتلال الضفة الغربيّة بما في ذلك الشّطر الشرقيّ لمدينة القدس، إضافة إلى قطاع غزة، واحتلت بعض الأجزاء من سوريّة (هضبة الجولان)، ومن الأراضي المصريّة (صحراء سيناء).

## نتائج حرب سنة ١٩٤٨م:



نشاط (١):

نلاحظ، ونستنتج، ثم نُجيب:



- نُفسّر المقصود بمفتاح العودة.
- نذكر رقم القرار الذي ينصّ على حق العودة للفلسطينيين، وتاريخ صدوره، والجهة التي أصدرته.
- نستنتج العلاقة بين الصّورتين.

## أنا تعلّمت:



كان من نتائج حرب سنة ١٩٤٨م، والاحتلال الصّهيونيّ لفلسطين تهجير مليون فلسطينيّ من منازلهم وأملاكهم بالقوة العسكريّة الصّهيونيّة المدعومة بريطانياً وأمريكياً، وتدمير سبعمائة قرية وبلدة وتجمع سكانيّ وإزالتها عن الوجود على مدى امتداد خريطة بلاده الجغرافيّة، إضافة

إلى المجازر التي ارتكبتها البريطانيون والصّهاينة بحق الشعب العربيّ الفلسطينيّ، وأصبح هؤلاء اللاجئين يعيشون في مخيمات أقامتها لهم هيئة الأمم المتحدة في مناطق اللجوء في فلسطين (الضفة الغربيّة وقطاع غزة)، وسوريّة، ولبنان، والأردن.

أصدرت الأمم المتحدة قرار حقّ العودة للاجئين الفلسطينيين رقم (١٩٤) بتاريخ ١١/١٢/١٩٤٨م، وتم إنشاء وكالة غوث وتشغيل اللاجئين الفلسطينيين (الأونروا) بهدف تقديم الخدمات الإنسانية لهم. إضافة إلى أن فلسطين أصبحت مقسّمة إلى ثلاث مناطق:

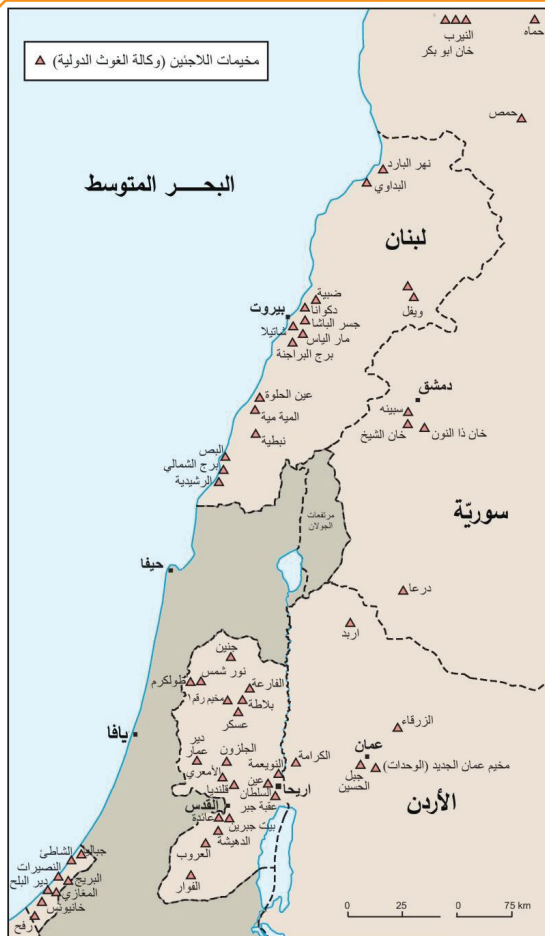
- ١- الأراضي التي احتلها الصّهاينة (٧٧٪) من مساحة فلسطين.
- ٢- الضفة الغربيّة التي أصبحت تابعة للمملكة الأردنيّة الهاشمية.
- ٣- قطاع غزة تحت الإدارة المصريّة.

## نشاط تطبيقي



نلاحظ الخريطة، ونكمل الجدول:

الدولة	المُخيمات
فلسطين	
الأردن	
سوريّة	
لبنان	





نلاحظُ الصُّور، ونستنتجُ منها لِنُجيب عن الأسئلة الآتية:



صورة(٣): الحواجز العسكرية



صورة(٢): هدم المباني



صورة(٥): الاستيطان الصهيوني



صورة(٤): جدار التوسع العنصري

- نناقش الإجراءات التي يمارسها الاحتلال الصهيوني في فلسطين كما تظهر في الصُّور.
- نُعطي أمثلة أخرى على ممارسات الاحتلال الصهيوني في فلسطين عامة، ومدينة القدس خاصة.



لجأ الاحتلال الصّهيونيّ إلى اتخاذ مجموعة من الإجراءات العنصرية تجاه الشّعب الفلسطينيّ والأرض الفلسطينيّة، فقد حكم الضفة الغربيّة وقطاع غزة حكماً عسكرياً حوّله فيما بعد إلى إدارة مدنيّة، وبدأ بمصادرة الأراضي وبناء المستعمرات الاستيطانية الصّهيونيّة عليها، وإقامة الحواجز العسكريّة الثابتة والمتنقلة على المدن والبلدات والقرى الفلسطينيّة، واعتقال المناضلين من أبناء شعبنا، وإغلاق المدارس والجامعات الفلسطينيّة، واعتقال المعلّمين والطّلبة، وبناء جدار الضّمّ والتّوسع العنصريّ لسرقة الأرض، وتقطيع أوصال الأرض الفلسطينيّة، وحرمان الفلسطينيين من الدخول إلى الأراضي المحتلة عام ١٩٤٨م، بما فيها الشطر الشرقيّ من مدينة القدس إلا بعد الحصول على تصاريح يفرضها الاحتلال عنوة على الفلسطينيين، إضافة إلى تحكّمه في المعابر الدوليّة.



**السؤال الأول:** أختارُ رمز الإجابة الصّحيحة فيما يأتي:

- ١- متى صدر قرار تقسيم فلسطين؟
  - أ- ٢٩/١١/١٩٤٦م.
  - ب- ٢٩/١١/١٩٤٧م.
  - ج- ٢٩/١١/١٩٤٨م.
  - د- ٢٩/١١/١٩٥٠م.
- ٢- ما مضمون القرار (١٨١)؟
  - أ- تقسيم فلسطين إلى دولتين: عربيّة وصهيونيّة.
  - ب- دولة صهيونيّة في فلسطين.
  - ج- دولة عربيّة في فلسطين.
  - د- إعادة اللاجئين الفلسطينيين وتعويضهم.

٣- ما اسم المعركة التي استشهد فيها القائد عبد القادر الحسيني؟

أ- معركة الشجرة. ب- معركة باب الواد.

ج- معركة الكرامة. د- معركة القسطل.

٣- مم تألف جيش الإنقاذ سنة ١٩٤٨م؟

أ- الجيوش العربيّة الرسميّة. ب- المتطوعون العرب.

ج- قوات الجهاد المقدس. د- متطوعون فلسطينيون.

٤- أيّ القرارات الآتية ينصّ على حق العودة للاجئين الفلسطينيين وتعويضهم؟

أ- ١٨١. ب- ٢٤٢. ج- ١٩٤. د- ٣٣٨.

السؤال الثاني: نستنتج المراحل التي مرّت بها المقاومة الفلسطينيّة ضد الاحتلال الصّهيونيّ

سنة ١٩٤٨م.

السؤال الثالث: نبيّن النتائج التي نجمت عن الاحتلال الصّهيونيّ لفلسطين سنة ١٩٤٨م.

السؤال الرابع: نوضّح التّقسيمات الجغرافيّة والسكانيّة في فلسطين بعد الاحتلال الصّهيونيّ

لفلسطين سنة ١٩٤٨م.

السؤال الخامس: نذكر أمثلة على إجراءات الاحتلال الصّهيونيّ لفلسطين بعد سنة ١٩٦٧م.

السؤال السادس: نناقش سبل مواجهة إجراءات الاحتلال الصّهيونيّ في فلسطين.



أفكر:



أعلن المجلس الوطني الفلسطيني وثيقة إعلان استقلال فلسطين في دورته التاسعة عشر في الجزائر، ورغم ذلك ما زالت فلسطين ترزح تحت الاحتلال.

يتوقع من الطلبة بعد دراستهم لهذه الوحدة والتفاعل مع أنشطتها أن يتعرفوا على مفهوم الدولة، ومقوماتها، والقانون الأساسي، والنظام السياسي الفلسطيني، والسلطات الثلاث في الدولة، ومفهوم المواطنة، ومكوناتها، وأهميتها في تقوية النسيج الاجتماعي الفلسطيني، وتحقيق السلم المجتمعي المبني على سيادة القانون، والحقوق والواجبات للمواطن الفلسطيني بغض النظر عن العرق، أو اللغة، أو الديانة، أو الوضع الاجتماعي والسياسي والاقتصادي، أو الإعاقة، وذلك من خلال تحقيق الآتي:

- ◀ ممارسة التعلم الذاتي، وإدارة الحوار والنقاش من خلال الأنشطة التي تضمنها الكتاب.
- ◀ تدريب الطلبة على إعداد التقارير والبحوث العلمية لبعض القضايا المتصلة بموضوعات الوحدة.

- ◀ الربط بين المفاهيم والمصطلحات الواردة في الوحدة.
- ◀ المشاركة في الفعاليات السياسية بشكل عام، والانتخابات بشكل خاص.
- ◀ ممارسة الحقوق والواجبات للمواطن في الدولة.
- ◀ ممارسة الديمقراطية في بناء مؤسسات الدولة وتنميتها.



يتوقع من الطلبة بعد الانتهاء من الدرس أن يكونوا قادرين على:



- ١- توضيح مفهوم الدولة، ومقوماتها.
- ٢- توضيح مفهوم الدستور (القانون الأساسي).
- ٣- بيان أشكال السلطات في الدولة.
- ٤- استنتاج أهمية الانتخابات في الدولة.

### مفهوم الدولة، ومقوماتها:



نشاط (١):

نلاحظ الشكل، ونقرأ الكلمات الظاهرة، ثم نقوم بما يأتي:



- نتعاون معاً في وضع تعريف لمفهوم الدولة.
- نستنتج من الشكل مقومات أو أركان الدولة.



الدولة مجموعة من الأفراد يمارسون نشاطهم على إقليم جغرافيّ محدد، ويخضعون لنظام سياسيّ معيّن يتولى شؤون الدولة، وتشرف الدولة على أنشطة سياسية واقتصادية واجتماعية تهدف إلى تقدمها وازدهارها، وتحسين مستوى حياة الأفراد فيها، وينقسم العالم إلى مجموعة كبيرة من الدول. ومقومات الدولة هي:

١- الشعب: مجموعة من الأفراد يقيمون فوق إقليم الدولة، ويرتبطون برابطة سياسية وقانونية تعرف بالجنسية، إضافة إلى الأجانب المقيمين في الدولة، ولا يحملون جنسيتها.

٢- الإقليم: الإطار الجغرافي من الأرض التي تُمارس فيها الدولة سيادتها وسلطتها على الأفراد، ولا يمكن تصوّر دولة دون إقليم، ويشمل الإقليم أو الوطن: الإقليم البري والبحريّ والجويّ.

٣- السّطة السّياسية (الحكومة): وجود شعب معين على إقليم لا يكفي لقيام الدولة، فلا بد من قيام سلطة سياسية أو حكومة تباشر السّطات باسم الدولة؛ لتحقيق أهدافها التي تسعى إليها.

٤- السّيادة: وتعني امتلاك الدولة القرار والسّطة لإدارة شؤونها الداخلية، وعلاقتها الخارجية مع الدول، واحترام استقلال كلّ دولة، وعدم التدخل في شؤونها الداخلية، والسيادة شعار للكرامة الوطنية؛ باعتبارها أفضل تجسيد لمعاني الحرية والاستقلال وحق تقرير المصير.

٥- الاعتراف الدوليّ: ويعني إعلان قبول الدولة في المجموعة الدولية، وتقرّها بالحق والامتيازات المرتبطة بعنصر السيادة كحق البقاء في الوجود، وحقّ الدفاع عن النفس في إطار القانون، وحقّ المساواة، وحقّ الاحترام المتبادل، وفي المقابل تلتزم الدولة بالواجبات المترتبة على قبول الاعتراف والسيادة كعدم التدخل في الشؤون الداخلية للدول الأخرى، واللجوء إلى الطّرق السلمية في حلّ الخلافات وغيرها.



نشاط (٢):

نُلاحظُ الصُّور، ونقرأ، ونستنتج، ثم نُجيب:



القانون الأساسي الفلسطيني:

المادة (١): فلسطين جزء من الوطن العربي الكبير، والشعب العربي الفلسطيني جزء من الأمة العربية، والوحدة العربية هدف يعمل الشعب الفلسطيني من أجل تحقيقه.

المادة (٢): الشعب مصدر السلطات، ويمارسها عن طريق السلطات التشريعية والتنفيذية والقضائية على أساس مبدأ الفصل بين السلطات على الوجه المبين في هذا القانون الأساسي.

المادة (٣): القدس عاصمة فلسطين.

- نُوضِّحُ مفهوم كلٍّ من: الدستور، والقانون الأساسي.

- نستنتجُ أهمية الدستور للدولة.



## أنا تعلّمت:

الدستور أعلى وثيقة قانونية في الدولة، ومنه تنبثق القوانين التي تنظّم مجالات الحياة كافة، والدستور يتضمّن قواعد قانونية تحدد شكل الدولة، وشكل النظام السياسيّ ونظام الحكم فيها، والسلطات الثلاث في الدولة وطبيعة العلاقة فيما بينها من جهة ومع الأفراد من جهة أخرى، ويتضمّن الدستور الحقوق والحريات العامة للأفراد، ويبيّن أهم الواجبات المفروضة عليهم في المجتمع، والضمانات الضرورية لحماية هذه الحقوق والحريات.

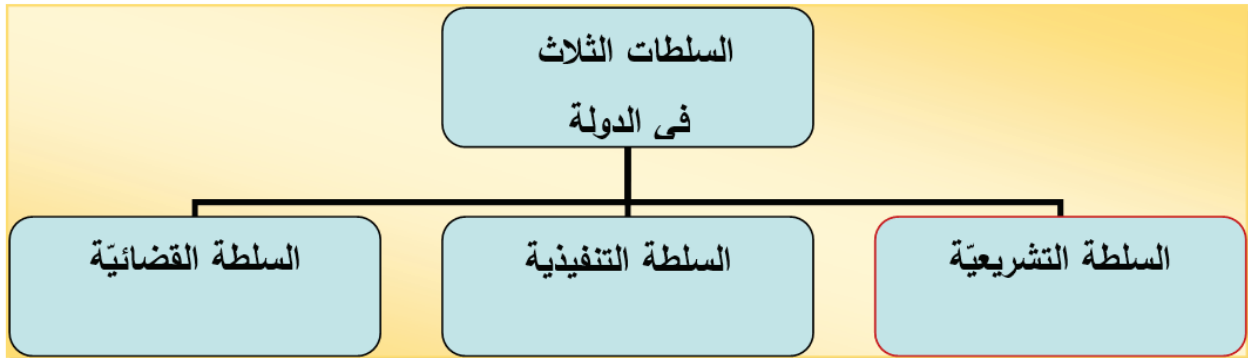
يُعدّ القانون الأساسي الفلسطيني بمثابة الدستور المؤقت، أو المقترح لدولة فلسطين، وصدر عن المجلس التشريعيّ الفلسطينيّ عام ٢٠٠٢م، وتم تعديله عامي ٢٠٠٣م، و٢٠٠٥م، وصدر لفترة انتقالية مؤقتة، فهو يشكل خطوة أساسية على طريق تحقيق الحقوق الوطنية والتاريخية الثابتة للشعب العربيّ الفلسطينيّ، ولا تتعارض أحكامه مع حقّ الشعب الفلسطينيّ في مواصلة السعي والعمل من أجل العودة وتقرير المصير، بما في ذلك إقامة الدولة الفلسطينية وعاصمتها القدس أولى القبلتين وثالث الحرمين الشريفين، ومسرى نبينا محمد (صلى الله عليه وسلم) ومهد سيدنا المسيح عليه السلام.

## السلطات الثلاث في الدولة:



نشاط (٣):

نلاحظ الشكل الآتي، ثم نُجيب:



- نختار المهمة الرئيسة المناسبة لكل سلطة من الكلمات المكتوبة في أسفل الشكل .
- نُحدّد الجهات الرسميّة التي تُمثّلُ السُّلطات الثلاث في فلسطين .
- نناقش المشكلات التي تُعاني منها السُّلطة التشريعيّة في فلسطين .



## أنا تعلّمت :

### السُّلطات في الدولة ثلاثة، هي :

**السُّلطة التشريعيّة:** وهي سلطة منتخبة مباشرة من الشعب، ومهمتها سن القوانين والتشريعات التي تنظّم حياة الناس والمجتمع، ومراقبة السُّلطة التنفيذية ومساءلتها، ومتابعة أعمالها، والمصادقة على موازنة الدولة، وهي ذات تسميات مختلفة بين دولة وأخرى: البرلمان، مجلس النواب، مجلس الشعب، المجلس التشريعيّ.

**السُّلطة التنفيذية:** وهي الحكومة والأجهزة والمؤسسات المتفرعة عنها أو التابعة لها جميعاً. ومهمتها تنفيذ القوانين والتشريعات التي تقرّها السُّلطة التشريعيّة، وإدارة أمور الدولة والمواطنين وفقها، حيث توفر الأمن والنظام في الدولة، وتخضع لرقابة السُّلطة التشريعيّة.

**السُّلطة القضائيّة:** ومهمتها الأساسيّة الحكم في المنازعات بين مختلف الجهات، وكذلك تفسير القوانين والحكم فيها، وضمان تنفيذها من مختلف الجهات داخل المجتمع، كما تعمل على منع انتهاك حقوق الأفراد من قبل أفراد آخرين أو من قبل السُّلطة التشريعيّة أو التنفيذية، وتعمل على تحقيق مبدأ سيادة القانون. وتتكوّن السُّلطة القضائيّة من القضاة على اختلاف درجاتهم ومراتبهم، وأنواع المحاكم جميعها في الدولة، مثل محكمة الصلح، والبداية، ومحاكم الاستئناف، ومحكمة العدل العليا، ويتمتع أعضاء هذه السُّلطة بحماية دستورية؛ خوفاً من تعرضهم لضغوط ونفوذ السُّلطات التشريعيّة أو التنفيذية.



تعاوناً معاً في تحديد السلطة المسؤولة عن المهمات المبينة في الجدول:

القضائية	التشريعية	التنفيذية	الموقف
			أطلقت النيران باتجاه المدنيين عند اعتقال المواطن (ح. ر) نتيجة لصراخ بعض النسوة، ومحاولة تصوير الحادثة.
			لا يوجد في فلسطين قانون عفو عام.
			بقي أحد المواطنين موقوفاً مدة (40) يوماً دون توجيه أية تهمة بحقه.
			تم تعديل الدستور الفلسطيني عام 2003م، لاستحداث منصب رئيس الوزراء.
			مواطن يقود سيارة غير قانونية.
			أحد المواطنين قام بإطلاق النار في عرس حفيده، مما أدى إلى إصابة أحد الحاضرين بجروح طفيفة.
			مطالبة موظفي الدولة بتطبيق قانون الخدمة المدنية.

## الانتخابات:



نشاط (٤):

نلاحظ الصّور، ونستنتج، ثم نُجيب:



- نصفُ ما نُشاهده في الصّورتين.
- نُفسرُ المقصود بالانتخابات.
- نستنتجُ أهمية الانتخابات في الدولة.



## أنا تعلّمت:

يعني الانتخاب لغوياً الاختيار أو الانتقاء، انتخب الشخص أي اختاره من بين مجموعة من الأشخاص، أما اصطلاحاً فتعني بأنه اختيار شخص من بين عدد من المرشحين ليكون نائباً يُمثّل الجماعة التي ينتمي إليها، وكثيراً ما يطلق على الانتخاب (الاقتراع)، أي الاقتراع على اسم معين، ويُعدّ الانتخاب حقاً عاماً للمواطنين، وليس لسلطة من السلطات أن تحرم المواطن من ممارسة هذا الحق ما دام مستوفياً شروط الانتخابات التي يُقرّها قانون الانتخابات، منها الجنسيّة، والعمر، وألا يكون صادراً بحقه حكماً قضائياً.

وتكمن أهمية الانتخابات في تحقيق المشاركة السياسيّة الفاعلة التي تؤدي إلى الاستقرار السياسي والاجتماعي، وتهيئة الظروف الملائمة للنمو والتقدم، والابتعاد عن الاستبداد والتفرد في السّلطة من قبل شخص أو حزب سياسيّ، واتخاذ القرارات العشوائية التي لا يتوافق عليها المجتمع، وتزويد السّلطة السياسيّة بالشرعيّة؛ لأنها تضمن تمثيل السّلطة السياسيّة للمجتمع بأطيافه كافة، وتعزيز إحساس الفرد بالانتماء الوطني، وتقوية شعوره بأهميته كفرد في المجتمع، وباحترام السّلطة السياسيّة له، وتسليط الضوء على القضايا الوطنيّة المهمة.

أُجريت أول انتخابات فلسطينيّة عام ١٩٩٦م، بعد تشكيل السّلطة الوطنيّة الفلسطينيّة، وقد شملت كلاً من المجلس التشريعي، ورئاسة السّلطة الوطنيّة، وأُجريت الانتخابات الفلسطينيّة الثّانية عام ٢٠٠٦م.



السؤال الأول: أختارُ رمز الإجابة الصحيحة فيما يأتي:

١- أيّ مقومات الدولة الآتية تعني امتلاك الدولة القرار لإدارة شؤونها الداخليّة وعلاقتها الخارجية مع الدول الأخرى؟

أ- الشعب. ب- الإقليم. ج- السيادة. د- الاعتراف الدوليّ

٢- متى صدر القانون الأساسي الفلسطينيّ؟

أ- ٢٠٠٢م. ب- ٢٠٠٣م. ج- ٢٠٠٤م. د- ٢٠٠٥م.

٣- ما عاصمة فلسطين في القانون الأساسي الفلسطينيّ؟

أ- رام الله. ب- القدس. ج- بيت لحم. د- نابلس.

٤- ما أعلى وثيقة قانونيّة في الدولة؟

أ- السّلطة السّياسيّة. ب- قانون مكافحة الفساد.

ج- قانون الجرائم الإلكترونيّة. د- الدستور.

٥- ما مهمة السّلطة التشريعيّة في الدولة؟

أ- تفسير القوانين. ب- إصدار القوانين.

ج- تنفيذ القوانين. د- توجيه السّلطة القضائيّة.

٦- من يُمثّل السّلطة التّنفيذيّة في فلسطين؟

أ- المجلس التشريعيّ. ب- الحكومة.

ج- مجلس القضاء الأعلى. د- محكمة العدل العليا.

٧- متى أُجريت أول انتخابات فلسطينيّة؟

أ- ١٩٩٣م. ب- ١٩٩٦م. ج- ٢٠٠٠م. د- ٢٠٠٤م.

السؤال الثاني: أذكر مقومات (أركان) الدولة.

السؤال الثالث: أوضّح المقصود بكلّ من: الدولة، والدستور، والقانون الأساسي، والسلطة التنفيذية، والانتخابات.

السؤال الرابع: ناقش مع زملائي أهمية المشاركة في الانتخابات.

### نشاط تطبيقي



نلاحظ الخريطة، ونُكمل الجدول:



خريطة (١): العالم السياسي

	دول كبيرة المساحة
	دول صغيرة المساحة
	دول عربيّة على البحر المتوسط.
	دول في قارة أوروبا.
	دول في أمريكا الجنوبيّة.

يتوقع من الطلبة بعد الانتهاء من الدرس أن يكونوا قادرين على:



١- توضيح مفهوم المواطنة، والمواطنة الكونيّة.

٢- التّفريق بين الحقوق والواجبات.

٣- استنتاج المكوّنات الرئيّسة للمواطنة.

### مفهوم المواطنة:



نشاط (١):

نلاحظُ الصّور، ونقرأُ النّص، ونستنتجُ، ثم نُجيب:



١- نوضّح المقصود بمفهوم المواطنة.

٢- نستنتجُ العلاقة بين كلّ من المواطنة، والمواطنة الكونيّة، والمواطنة الرقميّة.



**المواطنة بشكل عام هي:** المكان الذي يستقر فيه الفرد بشكل ثابت داخل الدولة، أو يحمل جنسيتها، ويكون مشاركاً في الحكم، ويخضع للقوانين الصادرة عنها، ويتمتع بشكل متساوٍ مع بقية المواطنين في الحقوق وأداء مجموعة من الواجبات أو المسؤوليات تجاه الدولة التي ينتمي إليها دون أي نوع من التمييز كالعرق، أو اللغة، أو الجنس، أو الدين، أو الإعاقة، أو الوضع الاجتماعي والاقتصادي، ما يؤدي إلى شعور الفرد بالانتماء إلى دولته. وحقوق المواطنة يجب أن يتمتع بها المواطنين جميعهم في الدولة كالحقوق المدنية والسياسية والاجتماعية والاقتصادية.

أما المواطنة الكونية فتعني: شعور الفرد بالانتماء إلى مجتمع أوسع (المجتمع الإنساني) الذي يتخطى الحدود الوطنية، ويُعزز القواسم المشتركة بين البشر في العالم، وأوجه الترابط بين المستويين الوطني والدولي. ومن هذه القواسم المشتركة: العدالة، والتعاون، واحترام الكرامة الإنسانية، والتفاهم، والعيش المشترك لحلّ المشكلات والتحديات التي تواجه العالم أجمع، مثل قضايا التحرر، والتنمية المُستدامة، والمشكلات البيئية وغيرها.

أما المواطنة الرقمية فتعني مجموعة القواعد والمعايير والأعراف والأفكار والمبادئ المتبعة في الاستخدام الأمثل للتكنولوجيا، والتي يحتاجها المواطنون من أجل الإسهام في رقي الوطن، فهي توجيه وحماية، توجيه الأفراد نحو منافع التكنولوجيا الحديثة، والحماية من أخطارها، واستخدام التكنولوجيا الحديثة من أجل التبادل الإلكتروني للمعلومات، والمشاركة الإلكترونية الكاملة في المجتمع، أو شراء السلع وبيعها عن طريق (شبكة الانترنت)، لذا يمكن القول بأن المواطن الرقمي هو المواطن الذي يستخدم (شبكة الانترنت) بشكل منتظم وفعال وآمن.

## إن تدعيم المواطنة في الدولة يؤدي إلى:

- ١- ضمان المساواة والعدل بين المواطنين في الحقوق والواجبات.
- ٢- تحدّد من الصّراعات الداخليّة الطائفية والعرقية والحزبية، وتدعم السّلم الأهلي والاستقرار السياسيّ.
- ٣- تعزيز انتماء المواطن لوطنه، وتدفعه إلى المشاركة في تطوير مجتمعه.
- ٤- تحقيق الديمقراطية والعدالة والشفافية والشراكة، وضمان الحقوق والواجبات.
- ٥- تنظيم العلاقة بين المواطن والدولة على أساس الثقة المتبادلة بما يضمن الشراكة الحقيقية في تنمية المجتمع وتقدمه.

### الحقوق والواجبات:



#### نشاط (٢):

نلاحظ الجدول، ونصنّف الواردة فيه إلى حقوق وواجبات:

الرقم	العبارة	واجبات	حقوق
١	المحافظة على الممتلكات العامة في الدولة.		
٢	إحدى النقابات المهنية تنظّم وقفة احتجاجية للمطالبة بتحسين مرتباتهم.		
٣	المواطن (س) يلتزم بدفع الصّرائب على محله التجاري بشكل منتظم.		
٤	الدفاع عن الوطن والتضحية من أجله.		
٥	مواطن لديه إعاقة حركية تقدم للحصول على وظيفة في إحدى المؤسسات الرسميّة.		
٦	زوجة تطالب بنصيبها من إرث والدها.		
٧	مجموعة من المواطنين ينفذون عملاً تطوعياً في بلدتهم.		
٨	طالبة أنهت الثانوية العامة (الإنجاز)، وترغب في مواصلة تعليمها الجامعيّ.		
٩	احترام القوانين وتطبيقها.		



## أنا تعلّمت:

**يُقصد بالحقوق:** حق المواطن الفرد في الدولة الحصول على مجموعة من الأمور التي تضمن له حياة كريمة، ويتمتع بها، وليس لأحد الحق في نزعها منه، أو حرمانه من التمتع بها. وقد وردت هذه الحقوق في الإعلان العالمي لحقوق الإنسان والمواثيق الدوليّة الأخرى ذات العلاقة. وتمتاز ببعض الخصائص منها: إنها حقوق طبيعيّة، وعالميّة للبشر جميعهم، وشاملة لنواحي الحياة السياسية والاقتصاديّة والاجتماعيّة والثقافيّة جميعها.

**أما الواجبات:** فهي مجموعة المسؤوليات أو الالتزامات التي يقوم بها المواطن تجاه المجتمع والدولة التي ينتمي إليها، وقد تكون هذه الواجبات إلزاميّة كدفع الضرائب، أو اختياريّة كالمشاركة المجتمعية للمواطن في قضايا تخدم الصّالح العام.

## نشاط تطبيقي



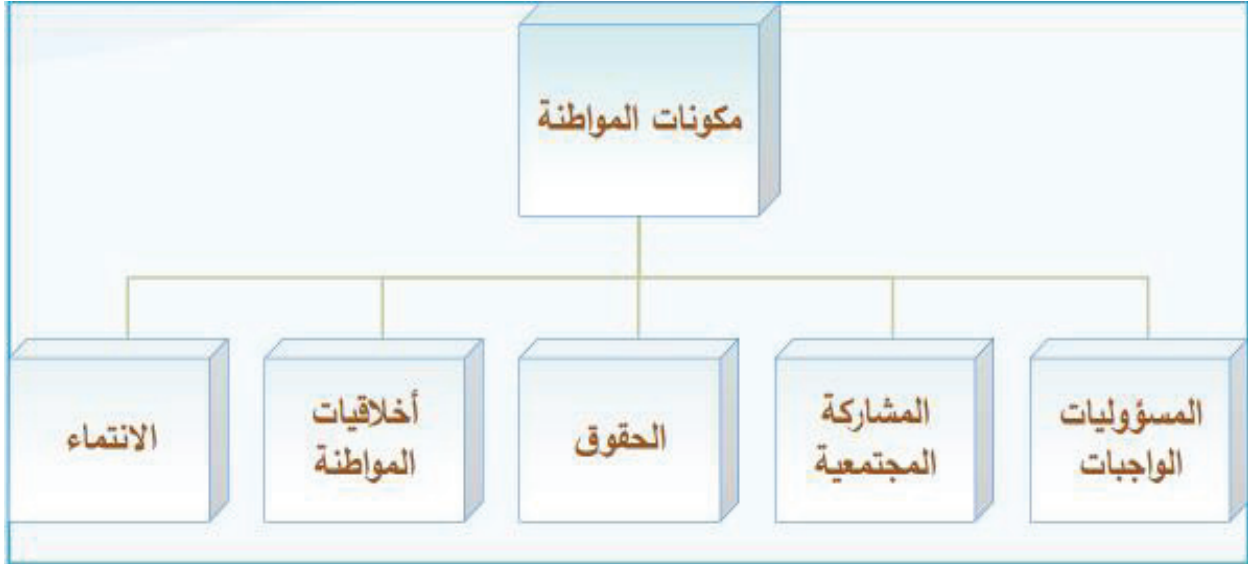
- نناقشُ العلاقة بين المواطنة والوطنية.
- نُعطي أمثلة على الحقوق الواردة في الجدول مستعينين بالإعلان العالمي لحقوق الإنسان:

	حقوق سياسيّة
	حقوق اجتماعيّة
	حقوق اقتصاديّة
	حقوق ثقافيّة



نشاط (٣):

نُلاحظُ الشّكل، ونستنتجُ، ثم نُجيب:



- نوضّحُ مكوّنات المواطنة مع الأمثلة.



أنا تعلّمت:

لا تتحقّق المواطنة الكاملة في المجتمع والدولة إلا إذا شملت مكوّناتها الأساسيّة كافة: **المسؤوليات (الواجبات):** وتعني الالتزامات التي يؤدّيها المواطن تجاه وطنه ومجتمعه الذي يعيش فيه.

**مسؤوليات مُلزمة** بمعنى ضرورة تأديتها وعدم الإخلال بها، وبحاسب عليها وفق القانون.

**مسؤوليات طوعية** ولا يُحاسب عليها في حالة عدم القيام بها.

**المشاركة المجتمعية:** أن يكون المواطن مشاركاً إيجابياً تجاه قضايا مجتمعه المختلفة في المجالات السياسيّة والاقتصاديّة والاجتماعية والثقافية.

**الحقوق:** الحقوق التي يتمتع بها المواطن في الدولة، وهي في الوقت نفسه التزامات أو واجبات يجب على الدولة توفيرها، والالتزام بها وحمايتها.

**أخلاقيات المواطنة:** القيم التي يكتسبها المواطن، وتنعكس إيجابياً في سلوكه تجاه المجتمع الذي يعيش فيه.

**الانتماء:** شعور داخلي وجداني يجعل المواطن يُحب وطنه، ويعمل على تقدمه والارتقاء به، والدفاع عنه وحمايته.

أقيمُ تعلّمي:



**السؤال الأول:** أوضّح المقصود بكل من: المواطنة، المواطنة العالميّة، والمواطنة الرقميّة.

**السؤال الثاني:** أبيّن أهمية تدعيم المواطنة في الدولة.

**السؤال الثالث:** أذكرُ بعض خصائص حقوق الإنسان.

**السؤال الرابع:** نناقشُ الفرق بين الحقوق والواجبات والعلاقة بينهما.

**السؤال الخامس:** أعطي أمثلة على الحقوق السياسيّة والاقتصاديّة والاجتماعية والثقافيّة للمواطن في الدولة.

**السؤال السادس:** أقتُرُ بعض الطرق للتّعامل الآمن مع (الإنترنت).

**السؤال السابع:** أوضّح أهميّة المواطنة في المجتمع والدولة.

**السؤال الثامن:** أناقشُ مكوّنات المواطنة الكاملة مع الأمثلة.



أفكر:



بالتعاون والتواصل يتم إعمار الحياة.

يتوقع من الطلبة بعد دراستهم لهذه الوحدة والتفاعل مع أنشطتها من نقل المعارف، وتطوير مهارات التعامل مع الآخرين، والتواصل معهم بشكل فعال، وبناء علاقات سليمة، والتعاون والعمل بروح الفريق، ويتم ذلك من خلال تحقيق الآتي:

- ◀ توظيف صور لاستنتاج أهمية الاتصال اللفظي والاتصال غير اللفظي.
- ◀ توظيف مهارة الإصغاء الجيد.
- ◀ التعبير عن المشاعر بطريقة صحيحة.
- ◀ إعطاء ملاحظات مناسبة حول موضوع معين.
- ◀ العمل بروح الفريق.
- ◀ احترام إسهامات الآخرين، وإبداعاتهم.
- ◀ تقييم قدرات الشخص، وإسهاماته داخل المجموعة.



يتوقع من الطلبة بعد الانتهاء من الدرس أن يكونوا قادرين على:



- ١- تعريف عملية الاتصال .
- ٢- توضيح أهمية الاتصال في الحياة .
- ٣- تحديد عناصر الاتصال الفعال ومبادئه .
- ٤- التعرف إلى أشكال الاتصال وأنواعه .
- ٥- تطبيق مهارات الاتصال الفعال في الأنشطة المختلفة .
- ٦- التعرف إلى معوقات عملية الاتصال .

### مفهوم الاتصال والتواصل:



#### نشاط (١):

نقرأ النص الآتي، ثم نجيب عن الأسئلة التي تليه:

ارتبطت أجواء الشتاء الباردة في فلسطين بالجلسات العائلية، والتجمع حول



المدفأة للاستمتاع بدفئها، وعادة يستعد الناس لمواجهة الشتاء بتخزين المؤون، مثل القطّين والزيبب والمربيات والدّبس. وأهم ما يميّز هذه الجلسات ما يسرده الأجداد من قصص وحكايات للأطفال، مثل قصة الشاطر حسن، والزّير سالم.

- أصفُ ما أشاهدُه في الصّورة.
- أصفُ الإيحاءات الظّاهرة على كلّ من الجدة، والأطفال.
- على ماذا يدلّ ذلك؟
- أبيّنُ أهمية التّحدث مع الآخرين.



## أنا تعلّمت:

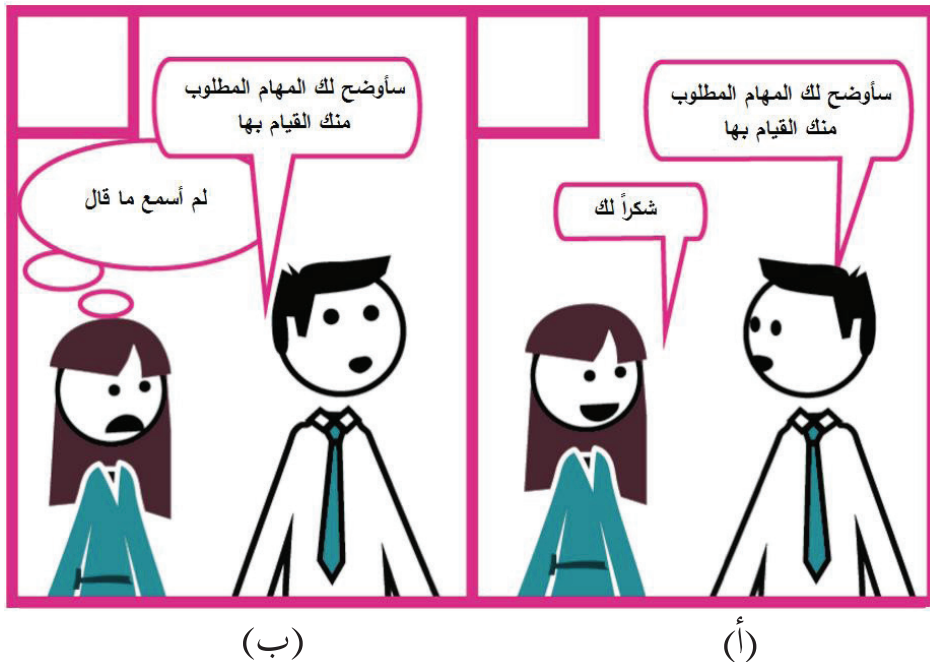
عرفت منظّمة الصّحة العالميّة المهارات الحيّاتية بأنّها مجموعة من الكفاءات النفسيّة، والاجتماعيّة، والمهارات التي تساعد على اتخاذ قرارات مبنية على معلومات صحيحة، كما تعدّ مهارات الاتّصال والتّواصل واحدة من المهارات الحيّاتية المستخدمة لنقل الأفكار، والمعلومات من شخص إلى آخر سواء عن طريق الرسائل الكتابيّة، أو الشفهيّة التي ترافقها تعبيرات الوجه، ولغة الجسد.

## أهمية الاتّصال



نشاط (٢):

نتأمّل الصّورة الآتية، ثم نُجيب:



- أقرن بين الصورتين (أ) و(ب).
- أيّ الصورتين أؤيد؟ ولماذا؟
- أضع إشارة (√) على الصورة ذات السلوك الصحيح.
- ماذا أستنتج؟



## أنا تعلّمت:

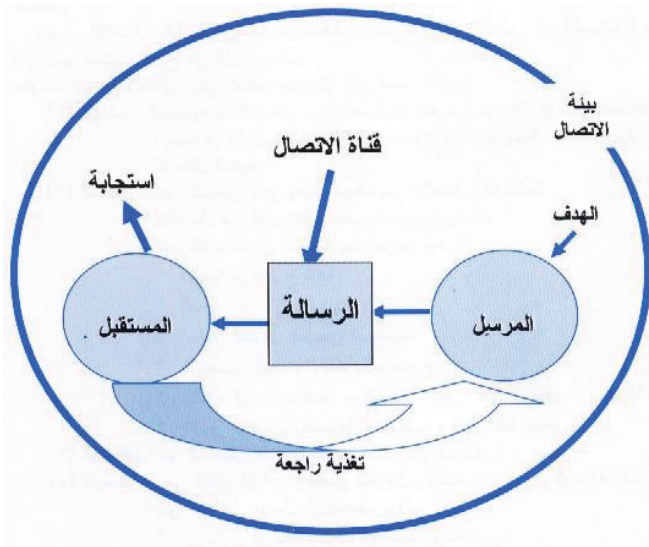
يعدّ الاتّصال وسيلة للتخاطب والتّفاعل بين الأطراف المختلفة، ووسيلة مهمة لتخطيط الأعمال وتنظيمها بهدف تحقيق الأهداف المرجوة؛ كما يساعد على فهم الأفكار، والمشاعر، والتّعبير عنها، وتطوير العلاقات مع الآخرين، فهي تعدّ أساس العلاقات الإنسانية جميعها التي تتشكل من خلال الحوار والتّفاعل ومبادلة الآراء.

## عناصر الاتّصال:



### نشاط (٣):

أوظف المخطط المجاور، ثم أجب عن الأسئلة الآتية:



- أوضّح العلاقة بين العناصر الموجودة فيه.
- ما أهمية التّغذية الراجعة.

شكل (١): عناصر الاتّصال



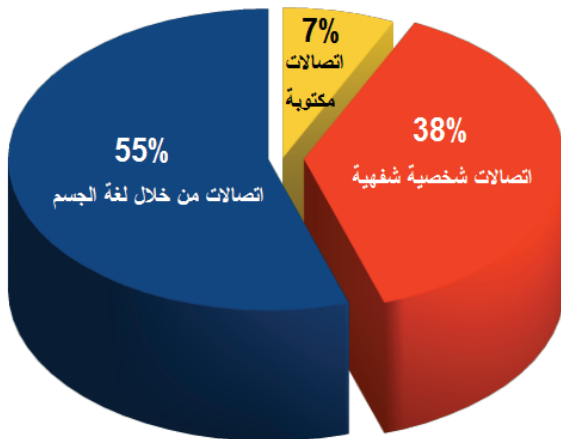
تتكوّن عملية الاتّصال من العناصر الآتية:

- المرسل أو المصدر: وهو الشخص أو الطرف الذي يقوم بإرسال الرسالة ليؤثر في المستقبل.
- المُستقبل: ويعرف بأنه الشخص أو الطرف المتلقي للرسالة، فيُحلّل محتواها، ويفك رموزها، ويتفاعل مع مرسلها.
- الرسالة: وهي الفكرة أو المعلومة المراد إيصالها من المُستقبل إلى المرسل، وقد تكون هذه الرسالة مكتوبة، أو مصوّرة، أو لفظية أو غير لفظية (حركات، إشارات،). وليتم فهمها بالشكل الصّحيح يجب أن تكون الرسالة واضحة ومفهومة، ومناسبة لثقافة المستقبل وخبراته، وكذلك بعيدة عن الغموض، والتشكيك، أو التّضليل.
- قناة الاتّصال: وهي الوسيلة أو الطّريقة التي تتم من خلالها إرسال الرسالة، وقد تكون قنوات بصرية، أو سمعية، أو سمعية بصرية معاً.
- التّغذية الراجعة: وتعبّر عن ردة فعل المستقبل واستجابته للرسالة، وقد تكون على شكل استجابة سمعية، أو مكتوبة، أو حركات جسدية.

## أنواع الاتّصال:



نشاط (٤):



شكل (٢): أنواع الاتصال

أدرس الشكل المجاور، ثم أجب عما يلي:

- أيّ أنواع الاتّصال يشكّل النسبة الأكبر، ولماذا برأيك؟
- ما العلاقة بين الاتّصال اللفظي (الشفهي) والاتّصال غير اللفظي (من خلال لغة الجسد).



## أنا تعلّمت:

ينقسم الاتّصال إلى ما يلي:

١- **لفظي:** كلّ ما يصدر عن الشخص من كلام وقول من خلال التّعبير اللفظي، أي اللغة المُستخدمة، ويتضمّن الكلمات المنطوقة أو المكتوبة؛ حيث تعدّ اللغة من أهم وسائل الاتّصال، ويُلاحظ أن هذا النوع من الاتّصال يختلف من شخص إلى آخر؛ فبإمكان كلّ شخص أن يعبر عن الفكرة نفسها، ولكن باستخدام كلمات مختلفة (شعر، نثر، زجل، أو لغة عامية)، وحتى يتم فهم الرسالة بالشكل الصّحيح يجب ألاّ تتعدد معاني الكلمات بين المرسل والمستقبل، وأن يتم اختيار الكلمات المناسبة للزمن و الفئات العمرية التي نتعامل معها، كذلك عدم استخدام المصطلحات الغامضة أو المضللة.

٢- **غير لفظي:** ويقصد بها لغة الجسم والإيماءات الجسدية من خلال الإشارات المتضمنة لتعبيرات الوجه وإشارات اليدين والرأس والعينين، ونبرة الصّوت، المظهر العام، والانفعالات (كالابتسامة)، والإنصات للآخرين، والحركات الجسمية، وأسلوب الوقوف، ويمكن للتّعبيرات غير اللفظية أن تكون وسيلة لتوضيح الرسالة اللفظية أو تأكيدها.

### بحث



يرسم كلّ طالب زميله عندما تظهر عليه إحدى الحالات الآتية: الفرح الشّديد، الغضب الشّديد، الخوف الشّديد.



### نشاط (٥):

أوظفُ الصُّورةَ المجاورةَ للإجابة عن الأسئلة الآتية.



- أصفُ الصُّورةَ.

- ما سبب شعور الموظف بالإرباك؟ ولماذا؟

- ما رأيك في هذا النوع من التّواصل؟

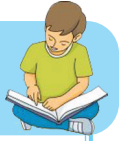


### أنا تعلّمت:

تتعدد مهارات الاتصال الشخصي لتتضمّن:

١- **مهارات التّحدث:** وتحدد تبعاً لكلّ من: سرعة ومستوى وحدة الصوت، ومستوى الصوت.

٢- **مهارات الإصغاء:** يمر الإصغاء بمراحل عديدة، وهي: السّماع، والتّفسير، والاستيعاب، والتّذكر، والتّقييم، والاستجابة، ولكي تكون مصغياً جيداً وليس مستمعاً يجب سماع الرسالة، والعمل على استيعابها وتفسيرها، التّركيز على حديث المرسل، وعدم المقاطعة، والتّعمق في مضمون الكلمات، وملاحظة الاتّصالات غير اللفظية التي تصدر من المرسل (إشارات، حركاته، إيماءاته...); فلا تقتصر الطّريقة التي يتم فيها التّواصل بين الأشخاص على اللغة فقط، حيث إن عدم تطابق الرسالة اللفظية مع غير اللفظية يعدّ أحد معوقات الاتّصال الفعال.



السؤال الأول: أوضّح المقصود بكلّ مما يلي:

المهارات الحياتية، ومهارة الاتّصال والتّواصل.

السؤال الثاني: أوفّق بين العمودين في الجدول أدناه.

الدلالة العلمية	الاتّصال غير اللفظي
الملل والضجر	الابتسامة
تركيز الانتباه	التثاؤب
الاندهاش	تركيز العينين على الطرف الآخر
الرضا والارتياح	تجنب تلاقي العيون
الهروب أو اللامبالاة	رفع الحواجب

السؤال الثالث: نقرأ الموقف الآتي، ثم نجيب عن الأسئلة التي تليه:

تم تعيين السيد عدنان مديراً لإحدى المدارس في محافظة الخليل، وفي اليوم التّالي لتعيينه قام بدعوة الموظفين والعاملين جميعهم في المدرسة؛ وذلك في اجتماع للتعارف، وتوضيح سياسته وأسلوبه في العمل. في بداية الاجتماع استهل السيد عدنان حديثه التّرحيب بالحضور، ثم انتقل مباشرة إلى الحديث عن نفسه موضّحاً تاريخه الوظيفي، وكيف ترقّى إلى درجة مدير بسبب جديته، وإخلاصه وحزمه في العمل بالرغم من صغر سنه مقارنة بغيره من مديري المدارس الأخرى. وأكد أنه يميل إلى العمل وليس مجرد الكلام والشعارات، وعاهد موظفيه على مشاركتهم في حلّ المشكلات، واتخاذ

القرارات، كما ركز على أنه سيستمع إلى آرائهم ووجهات نظرهم بصبر وعناية استغرق حوالي ٤٠ دقيقة وأثناء انصراف الحضور دارت الأحاديث الجانبية بين الأعضاء، حيث رأى بعضهم أن المدير الجديد يبدو أنه رجل إنجازات، وهو جاد في عمله، ورأى فريق آخر أنه ذو شخصية مغرورة ومُتسلطة ومصاب بعقدة العظمة، ورأى آخرون أنه رجل ديمقراطي في أسلوب إدارته.

١- كيف تفسّر هذا التّضارب في تقييم الحضور لمدير المدرسة الجديد؟

٢- ما تقييمك لأسلوب الاتّصال الذي تم بين المدير وموظفيه؟

٣- ما مهارات الاتّصال التي تتوقع وجودها عند كلّ من المدير والموظفين؟

يتوقع من الطلبة بعد الانتهاء من الدرس أن يكونوا قادرين على:



- ١- توضيح المقصود بالتعاون.
- ٢- التعرف إلى أهمية التعاون.
- ٣- استنتاج خصائص فريق التعاون.
- ٤- التوصل إلى معوقات العمل التعاوني.

### مفهوم التعاون:



#### نشاط (١):

أقرأ النص الآتي، ثم أجب عن الأسئلة التي تليه:



تتخذ الطيور خلال هجرتها الموسمية شكلاً منتظماً يشبه حرف V؛ مما يسهل عملية التواصل بين هذه الطيور وخصوصاً مع قائد السرب لتتبع أوامره وحركته في الجو.

- أحدد قائد المجموعة.

- أبين لماذا تكون هجرة الطيور بهذا الشكل أسهل.

- ماذا أتوقع أن يكون مصير الطير الذي يتعد عن السرب؟ ولماذا؟



تعدّ مهارة التّعاون واحدة من المهارات الحياتية المتعلقة بارتباط مجموعة من الأفراد على أساس الحقوق والالتزامات المتساوية؛ لمواجهة المشكلات المختلفة والتّغلب عليها، وبشكل عام هو تفاعل إيجابي ومشاركة بين اثنين أو أكثر لإنجاز عمل ما.

## أهمية التّعاون:



نشاط (٢):

أتأمّل الصّورة المجاورة، ثم أجيب عن الأسئلة الآتية:



- ما العمل الذي تحاول مجموعة النمل القيام

به؟

- ما وظيفة كلّ نملة؟

- ما النتيجة التي أتوقّع الوصول إليها بعد الانتهاء

من العمل؟

- هل يمكن الوصول إلى النتيجة نفسها لو عملت كلّ نملة بمفردها؟ ولماذا؟



يؤدّي التّعاون إلى إنجاز المهمّات على إيجاد بيئة محفّزة للعمل؛ من خلال تشجيع المبادرات، وإشعار الفرد بأهمية ما يقوم به، وتنمية قدراته ومواهبه الإبداعية، كذلك العمل على دمج الأشخاص ممن لديهم مشكلات اتصالية مع الناس بسبب الخجل أو التلعثم وغيره في العمل، كما يعمل التّعاون على تقوية القيم الإنسانية والأخلاقية في المجتمع؛ فغالباً ما تنعكس روح العمل الجماعي على تصرفات الأعضاء خارج الفريق ما يسهم في إنجاز العديد من المهمّات بكفاءة أكبر، ووقت وجهد أقل، كذلك يعمل على حلّ العديد من المشكلات ما

يسهم في بناء علاقات ناجحة؛ حيث يبعد الشخص عن الأناية وحبّ الذات، مما يعزز مفهوم المشاركة في النجاح وتقاسم المعلومات.

## خصائص فريق التعاون:



نشاط (٣):

أتأملُ القول الآتي، ثم أناقشه مع زملائي:

"قلي وسوف أنسى، أرني وسوف أتذكر، أشركني وسوف أفهم".

## أنا تعلّمت:



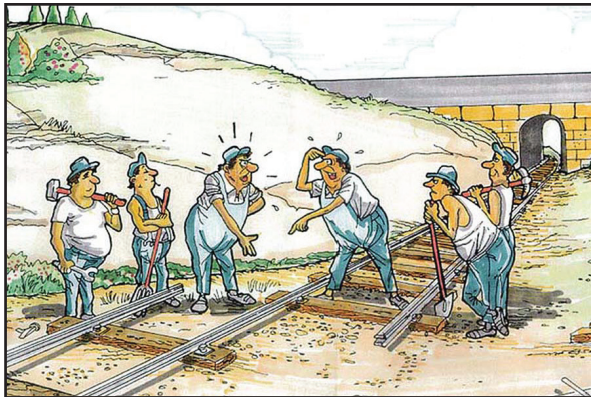
هناك العديد من الصّفات والخصائص التي تجعل من فريق العمل فريقاً ناجحاً قادراً على أداء مهماته بالشكل المطلوب، ومنها: القيادة المشاركة، الثقة المتبادلة بين أعضاء الفريق أنفسهم وبينهم وبين القائد، فهم وتوضيح المهمّات والأدوار جماعياً، والمشاركة في أعمال الفريق جميعها، والاتفاق الجماعي في اتخاذ القرارات، والتقييم الذاتي وتنويع الأساليب ما يزيد من شعور الفرد بالانتماء، والالتزام، والتعاون، والاستماع بانتباه، والقدرة على التّأقلم.

## معوقات العمل التّعاوني:



نشاط (٤):

أتأمّلُ الصّورة المجاورة، ثم أجيّبُ عن الأسئلة الآتية:



- أصفُ ما أراه في الصّورة.
- ماذا أستنتج؟
- ما الأسباب المتوقعة للمشكلة؟
- أقترحُ حلولاً لهذه المشكلة.



هناك العديد من المعوقات التي تواجه التعاون، منها: سوء الظن، والأنانية، والاختلاف في وجهات النظر، والخوف من الفشل.

أقيمُ تعلّمي:



السؤال الأول:

أتأملُ الصورة الآتية، وأوضِّحُ جوانب التعاون فيها:



السؤال الثاني: أوضِّحُ كلاً مما يلي:

١- خصائص التعاون.

٢- معوقات العمل التعاوني.

السؤال الثالث: أناقشُ ما يلي:

١- يُوَدِّي التعاون في إنجاز المهمّات إلى إيجاد بيئة محفّزة للعمل.

٢- التعاون هو رقي للأخلاق وصفاء للنفس.



أفكر:



لا تُقاس صحة الفرد بكمية الغذاء التي يتناولها، وإنما بنوعه.

يتوقع من الطلبة بعد دراستهم لهذه الوحدة والتفاعل مع أنشطتها أن يكونوا قادرين على توظيف المعلومات والمعارف الخاصة بالغذاء والتغذية للمحافظة على الصحة. وذلك من خلال تحقيق الآتي:

- ◀ توظيف الصور والرسومات لتوضيح أهمية الغذاء للجسم.
- ◀ إعداد وجبة غذائية متوازنة.
- ◀ المُقارنة بين المجموعات الغذائية.
- ◀ تطبيق بعض طرق حفظ الطَّعام.



يتوقع من الطلبة بعد الانتهاء من الدرس أن يكونوا قادرين على:



- ١- توضيح المقصود بكلّ من الغذاء، والتغذية، والغذاء المتوازن، الهرم الغذائي، والطبق الغذائي.
- ٢- التعرف إلى المجموعات الغذائية.
- ٣- تصنيف الأطعمة إلى المجموعة الغذائية التي تنتمي إليها.
- ٤- التخطيط لوجبة غذائية متوازنة.

### الغذاء:



#### نشاط (١):

أتأملُ الصّورة المجاورة، ثم أُجيبُ عن الآتي:



- سمّ المواد الغذائية الظاهرة.
- ما أهمية تناول الغذاء؟
- أيّ منها تفضل تناوله بكثرة، ولماذا؟
- أيّ منها تفضل تناوله صباحاً؟



تكمّن أهمية التّغذية في أنّها المقومّ المهم من المقومات التي تضمّن بقاء الإنسان على قيد الحياة، والتّغذية السّليمة تمنح الإنسان الحصول على جسم صحي خالٍ من الأمراض. لا تستطيع الكائنات الحية العيش دون غذاء؛ فهو يمدّها بالعناصر اللازمة للنمو، وبناء الأنسجة والخلايا، وتجديدها. وبالتالي يمكن تعريف الغذاء بأنه: المأكّل والمشرب الذي يحتوي على العناصر الغذائيّة المفيدة للجسم، أما التّغذية فتعرف على أنّها: مجموع العمليات الحيويّة اللازمة لتحويل الأطعمة وهضمها، وتوفير الصّحة والحيويّة والنّشاط لجسم الكائن الحي.

### المجموعات الغذائيّة:



نشاط (٢):

أسمّي المواد الغذائيّة الظّاهرة في الصّورة المجاورة، ثم أجيّب عن الأسئلة الآتية:



- أصنّف هذه المواد إلى مجموعات، وأسمّي كلّ مجموعة.
- ما الأساس الذي اعتمده في التّصنيف؟
- ما أهمية كلّ مجموعة لجسم الكائن الحي؟



صُنّفت المواد الغذائيّة إلى ثلاث مجموعات غذائيّة:

أولاً: أغذية الطّاقة: وتضم الأغذية التي تزود الجسم بالطّاقة اللازمة للقيام بالعمليات الحيويّة المختلفة:

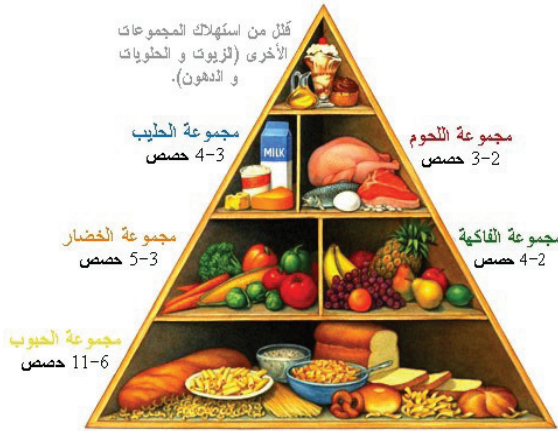
**الكربوهيدرات:** كما في الأرز، والمعكرونة، والبطاطا، والمربي، والحلويات... .  
**الدهون:** وقد يكون مصدرها حيوانياً: السمن، والزبدة، أو مصدر نباتي مثل: زيت الزيتون،  
 وزيت السمسم، وزيت الذرة... .

**ثانياً: أغذية البناء:** وتضم البروتينات كما في البروتينات الحيوانية، مثل: اللحوم، والحليب  
 ومشتقاته، والبيض، والبروتينات النباتية كما في البقوليات، مثل: الفول، والحمص،  
 والعدس.

**ثالثاً: أغذية الوقاية:** تشتمل الأغذية التي تقي الجسم من الإصابة بالأمراض، وتوجد في  
 الخضار والفواكه، وتضم:  
 - الأملاح المعدنية: مثل: الكالسيوم، والحديد، واليود، والفسفور.

- الفيتامينات: مثل فيتامين أ، وفيتامين ب.  
 - الماء.

ولتحديد أنواع المواد الغذائية الواجب تناولها  
 بشكل يومي، ثم تقسمها إلى ست مجموعات،  
 ولم يوضّح الهرم الكميات على وجه التحديد بل  
 أعطى فكرة عامة عنها.



تم استبدال الهرم الغذائي بالصحن الغذائي  
 وهو عبارة عن رسم يضم طبق لتناول الطعام  
 وكوب مقسم إلى خمس مجموعات غذائية  
 بنسب مختلفة. ويعدّ هذا الطبق الأكل الصحي  
 الذي طوّره خبراء التغذية للصحة العامة بمثابة  
 دليل لإعداد وجبات غذائية صحية ومتوازنة سواء.





أبحث في أنواع المواد الغذائية التي يجب الإكثار منها في كل مرحلة من المراحل العمرية الآتية: الطفولة، والشباب، والشيخوخة، موضحاً أسباب ذلك.

### نشاط تطبيقي



أتمعن المواد الغذائية الظاهرة في الصورة، ثم أقوم بما يلي:

- أرتبها في الطبقات الغذائية حسب المجموعة التي تنتمي إليها.
- أسمى كل مجموعة.
- أرتب هذه المواد في مجموعات الهرم الغذائي، ثم أسمى كل مجموعة.

### الغذاء المتوازن:



نشاط (٣):

اقرأ القصيدة الآتية، ثم أجب عما يلي:

- ما الموضوع الذي تتحدث عنه القصيدة؟ وما أهميته للجسم؟
- ما المواد الغذائية التي ذكرتها، وإلى أي مجموعة غذائية تنتمي؟

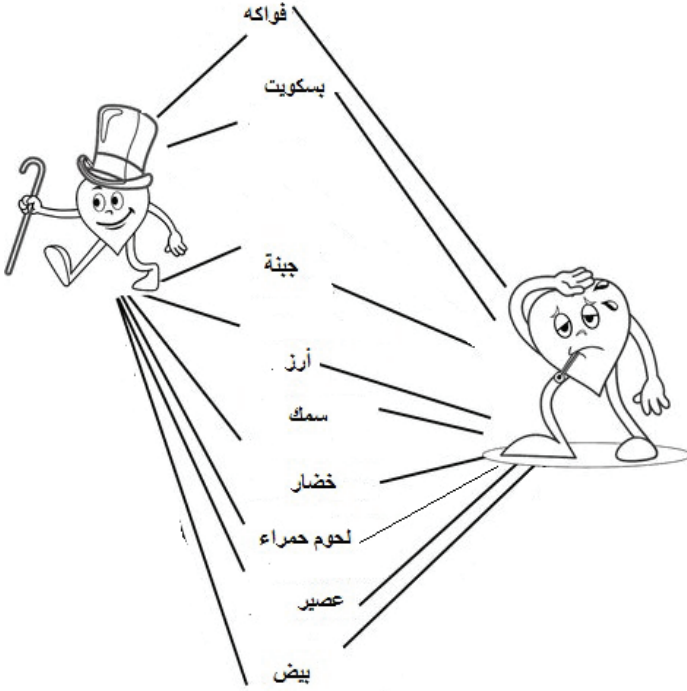
### التوازن الغذائي

تَوَازَنُ الْغِذَاءِ	خَيْرٌ مِنَ الدَّوَاءِ
وَكُلُّ مَنْ يَفْعَلُهُ	يَعِيشُ فِي هَنَاءِ
وَخَيْرُهُ مَا كَانَ مِنْ	طَبِيعَةِ الْأَشْيَاءِ
فَاكِهَةً وَخَضِرَةً	وَشَرِبَةً مِنْ مَاءِ
وَصَالِحِ اللَّحُومِ مِنْ	بَخْرٍ وَمِنْ سَمَاءِ
وَاللَّحْلِيِّبِ دَوْرَهُ	فِي قُوَّةِ الْأَعْضَاءِ
وَالْتَمُرُ فِيهِ الْحَفْظُ مِنْ	جُوعٍ وَمِنْ عَنَاءِ
وَالْأَصْلُ فِي الْأَكْلِ اعْتِدَا	لُ دُونَ مَا امْتَلَأَ
إِنَّ الْغِذَاءَ نِعْمَةٌ	مَنْ خَالَقَ مَعْطَاءِ



يحتوي الغذاء المُتوازن على جميع العناصر الغذائية جميعها اللازمة للجسم، وهذا يتطلب التنوع في مصادر الغذاء، دون الإفراط في تناولها.

### نشاط تطبيقي



وضعت سعاد الرسم الكاريكاتوري الآتي لعمل استفتاء بين طالبات صفها حول الأغذية التي يفضلن تناولها:

- ما المواد الغذائية الظاهرة؟
- أصفها حسب العناصر الغذائية التي تنتمي إليها.
- ما أهمية كل منها للجسم.
- أحضّر منها وجبة غذائية متوازنة.

### أقيمُ تعلّمي:



### السؤال الأول:

أوضّح المقصود بكلّ من:

- الغذاء.
- أغذية الطّاقة.
- الغذاء المُتوازن.

## السؤال الثاني:

أتأملُ الشكل المجاور، ثم أُجيب:

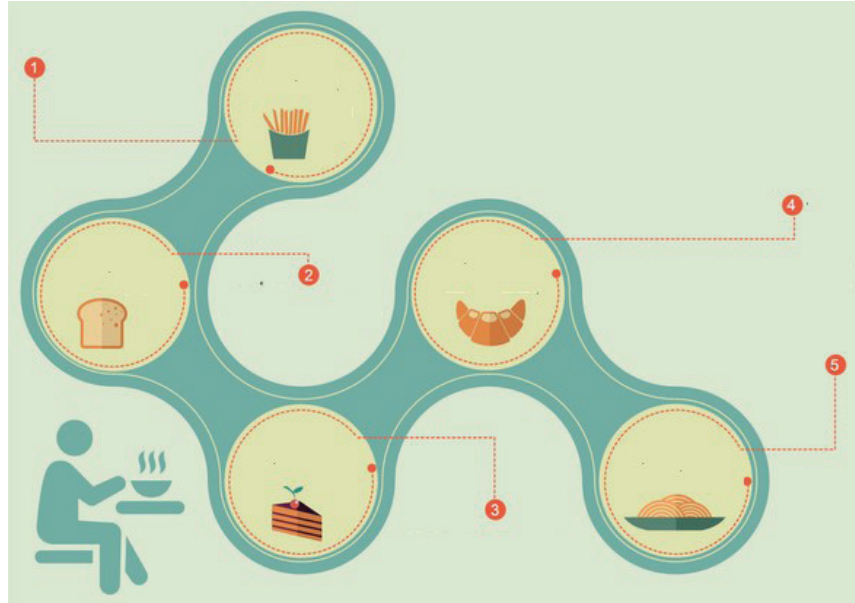


- أَسْمِي المجموعات الغذائية الموضحة في الرسم.

- أخططُ لوجبة فطور ووجبة غداء صحيّة.

## السؤال الثالث:

أتأملُ المواد الغذائية الظاهرة في الصورة الآتية، ثم أقومُ بما يلي:



أقترحُ مواد غذائية أخرى بديلة للحصول على وجبة عشاء متوازنة.

- أحددُ اسم المجموعة التي تنتمي إليها كلُّ مجموعة.

- أبيِّنُ سبب التّبديل.

## السؤال الرابع: أناقش الآتي:

- المعدة بيت الداء.

- يعمل الغذاء المُتوازن على تحسين صحة الفرد.

يتوقع من الطلبة بعد الانتهاء من الدرس أن يكونوا قادرين على:



- ١- توضيح المقصود بحفظ الطعام.
- ٢- إعطاء أمثلة على طرق حفظ الطعام.
- ٣- الربط بين نوع الغذاء وطريقة الحفظ المناسبة له.

### طرق حفظ الطعام:



نشاط (١):

أرصد أماكن حفظ المواد الغذائية الظاهرة في الصورة في منزلي، ثم أجب عن الأسئلة الآتية:

- أصف المواد الغذائية حسب مكان حفظها.
- لماذا يجب وضع البيض في عبوات خاصة بالثلاجة؟
- ما المادة الغذائية التي يمكن حفظها في كل من الثلاجة أو على رفوف المطبخ؟ ولماذا؟





## أنا تعلّمت:

من أشكال تكيف الإنسان مع البيئة ومن أجل البقاء حفظ الأغذية؛ خاصة وأن الغذاء لا يتوافر على مدار العام باستمرار، من هنا جاءت الفكرة لحفظ الغذاء من التلف لفترة طويلة، قد تمتد إلى أسابيع أو شهور وحتى سنة ليشكل مخزوناً يتم استهلاكه في فترات الجوع وشحّ الطّعام. ويقصد **بحفظ الأغذية**: العملية التي يقوم بها الإنسان لتأخير الفساد الطبيعي للأطعمة لأطول فترة زمنية ممكنة.



للتّقاش: يلجأ الناس إلى حفظ المواد الغذائية.

## طرق حفظ الأغذية:



### نشاط (١):

أقرأ النص الآتي، ثم أجب عن الأسئلة التي تليه:

قام الإنسان في عصر ما قبل التاريخ بتجفيف الحبوب وبعض المنتجات النباتية الأخرى في الشّمس، كما عمل على إبقاء الغذاء خارج الكهوف لتبقى باردة، كذلك قام بتجفيف الأسماك واللحم على النار. كما قام بتمليح اللحم والسّمك لمنع فساده، أما تعليب الأغذية فبدأ في بداية القرن التاسع عشر من خلال وضع الأغذية في آنية زجاجية يتم قفلها بإحكام بالفلين، وتسخينها في ماء مغلي، بعد ذلك بدأ استخدام الحفظ بالتّخزين على درجات الحرارة المنخفضة.

- ما أول الطّرق التي استخدمها الإنسان لحفظ الأغذية؟

- تتبع التّطور التّاريخي لحفظ الأغذية.

- ما طرق الحفظ المُستخدمة حالياً؟

- أعطِ مثلاً على كلّ طريقة؟



هناك العديد من الطرق لحفظ المواد الغذائية، منها:

- التجميد: ويتم في الفريزر في درجة حرارة ١٨ درجة تحت الصفر، وهي الدرجة المناسبة لحفظ اللحوم، والدواجن والأسماك، والخضروات المفروزة، ... .
- التبريد: ويتم في الثلاجة في درجة تتراوح (١-٥) درجات، ويشمل تبريد العصائر الطازجة والأجبان والمربى، والخضار الطازجة، والبيض والحليب.
- التجفيف: مثل: الفواكه، والحبوب، والخضراوات.
- التملح: مثل الجبنة واللحوم.
- التخليل: كالزيتون/ والخيار، والباذنجان، ... .
- التعليب: يمكن تعليب الطعام لفترات طويلة جداً، وذلك من خلال غلي الطعام في العلب لقتل البكتيريا جميعها، ثم إغلاقها بإحكام.

### شروط حفظ الأغذية:



نشاط (٢):

أتملُ الفقرات الموجودة في الجدول، وأقوم تعبئة الاستبانه:

الرقم	العبارة	نعم	لا
١	تكون أماكن تخزين المواد الغذائية ورفوفها نظيفة ومهواة.		
٢	يحفظ الطعام المطبوخ في أوعية مغطاة داخل الثلاجة.		
٣	يتم تخزين اللحوم والحليب والبيض بشكل منفصل منعاً لحدوث التلوث.		
٤	تخزن الحبوب والبقوليات على رفوف المطبخ.		
٥	يوجد عفن على بعض رفوف تخزين المواد الغذائية.		
٦	يوجد تعليمات واضحة على المواد الغذائية المحفوظة داخل الفريزر.		
٧	يوجد معلبات مخزنة منتهية الصلاحية.		
٨	تُخزن المواد المطبوخة والمواد غير المطبوخة بشكل منفصل داخل الثلاجة.		



- حتى يتم حفظ الأغذية بطرق صحية وصحيحة يجب مراعاة عدد من الشروط، منها:
- التأكد من تاريخ صلاحية المواد المحفوظة باستمرار.
- تُحفظ المعلّبات والمواد التّمويّنية على رفوف المطبخ مع مراعاة ظروف الحفظ المطلوبة (نظيفة ومهواة، وبعيدة عن الحرارة، والرطوبة، والمواد الكيميائية...).
- التأكد من ضبط درجات البرودة للتّلاجة، حيث تكون أربع درجات مئوية، وناقص ١٨ درجة بالنسبة للفرّيزر.
- تُحفظ المعلّبات في التّلاجة صيفاً، لتفادي فساد الأغذية نتيجة تفاعل بعض الإضافات الصناعيّة والمواد الحافظة مع المادة الغذائيّة فيطراً عليها تغيير في خواصّها الفيزيائيّة.
- يفضّل تفريغ باقي الأغذية المعلّبة المفتوحة في أوعية زجاجية محكمة الإغلاق، وحفظها في التّلاجة.
- يجب عدم إدخال الطّعام المطبوخ وهو ساخن إلى التّلاجة حتى لا تتغير درجة حرارة التّلاجة، فيؤثّر ذلك على تبريد باقي الأطعمّة، حيث يجب تخزين الأطعمّة المطبوخة في التّلاجة بعد مرور ساعة على طهيها.
- يحفظ البيض في المكان المُخصّص له في باب التّلاجة، شريطة أن يوضع طرف البيض الأصغر للأسفل.
- توضع في باب التّلاجة المشروبات والألبان ذات الاستخدام اليومي نظراً لبرودتها المنخفضة.
- يمكن أن تُحفظ الفاكهة والخضراوات في درج التّلاجة السفلي.
- بالنسبة للخضر الورقية يوضع بينها ورق ليمتص الرطوبة، ويتم تغييره من فترة إلى أخرى.
- تحفظ اللحوم والأسماك والدجاج بعد تغليفها بأكياس بلاستيكية مفرغة من الهواء في الفرّيزر.
- يُحفظُ الأكل المطبوخ على الرفوف العليا.

للتّقاش: لا يمكن حفظ الحليب في التّلاجة لمدة زمنية تزيد عن أسبوع.





أرصدُ بعض المواد الغذائية التي تم حفظها في المنزل، ثم أكتبُ تقريراً مختصراً عنها موضحاً فيه طريقة حفظ كلِّ مادة، وأسباب اختيار هذه الطريقة للحفظ، وهل هناك طرق أخرى، للمواد التي تم رصدها؟ مع تدعيم ذلك بمجموعة من الصُّور مستعيناً بمصادر المعلومات المختلفة.

أقيمُ تعلّمي:



السؤال الأول:

- ما أهمية حفظ الأغذية؟ - ما الأمور الواجب مراعاتها عند حفظ المعلبات.

السؤال الثاني: أكملُ الجدول الآتي، ثم أجبُ عن الأسئلة التي تليه:

المادة الغذائية	طريقة الحفظ	المدة الزمنية المناسبة للحفظ	شروط الحفظ
			
			
			

١- أيّ طرق الحفظ المُستخدمة تُحافظ على المواد الغذائية فترة زمنية أطول؟ ولماذا؟

٢- أيّ تلك الطّرق أقلّها تلويثاً للبيئة؟

٣- أيّ من هذه المواد الغذائية يمكن حفظها بأكثر من طريقة؟

**السؤال الثاني: أفسّر ما يلي:**

١- هناك بعض المواد المحفوظة تحتاج إلى إعادة تصنيع.

٢- تُسهم عملية التصنيع الغذائيّ في إطالة عمر المادة الغذائية المحفوظة.

٣- يتم حفظ الطّعام المطبوخ على الرفوف العليا للتّلاجة.



أفكر:

من يريد الحفاظ على صحته يختار نمطاً من الحياة في بيئة صحية مناسبة.



يتوقع من الطلبة بعد دراستهم لهذه الوحدة والتفاعل مع أنشطتها أن يكونوا قادرين على توضيح كيفية اعتبار نمط الحياة انعكاساً لصورة الفرد، وقيمه، والطريقة التي يرى فيها نفسه ويراه بها الآخرون. ويمكن أن يعدّ نمط الحياة نموذجاً متكاملًا من النشاطات كالهوايات، والاهتمامات، ويتم ذلك من خلال تحقيق الآتي:

- ◀ توضيح أخطار الأغذية الفاسدة عملياً.
- ◀ إعداد نشرة بمخاطر الأغذية الفاسدة.
- ◀ تطبيق قواعد السلامة في المنزل.
- ◀ تطبيق بعض الممارسات للمحافظة على نظافة البيئة والممتلكات العامة.
- ◀ توظيف صور لاستنتاج أهمية النظافة الشخصية.



يتوقع من الطلبة بعد الانتهاء من الدرس أن يكونوا قادرين على:



- ١- توضيح أهمية التغذية في بعض المراحل العمرية المختلفة.
- ٢- تحديد العناصر الغذائية اللازمة لبعض المراحل العمرية.
- ٣- الربط بين المرحلة العمرية وبعض العادات الغذائية.

### تغذية الطفل في عمر المدرسة:



نشاط (١):

أتأملُ الصورة المجاورة، ثم أُجيبُ عن الأسئلة الآتية:



- ما المواد الغذائية التي تشاهدُها في الصورة؟
- ما المجموعة الغذائية التي تنتمي إليها كلُّ مادة غذائية؟
- هل تنصح طلبة المدارس بتناول مثل هذه الوجبة؟ ولماذا؟



يحتاج الإنسان إلى متطلبات تغذوية خاصة بكلّ مرحلة يمرّ بها من مراحلها المختلفة تعتبر مرحلة المدرسة من المراحل العمرية المهمّة التي يجب الاهتمام بها، خاصة من ناحية التّغذية، ويبدأ الاهتمام من ضرورة تناول وجبة فطور غنية بالعناصر الغذائية اللازمة لنموهم،

وبالتالي فإنه من الضروري التركيز على المواد الغذائية الغنية بالكربوهيدرات، مع ضرورة التّقليل قدر الإمكان من تناول السكاكر والحلويات، وعدم شراء المواد الغذائية من الباعة المتجولين.

### تغذية الفرد في مرحلة المراهقة:



نشاط (٢):

أستنتج من الصّورة، ثم أجب عن الأسئلة الآتية:



- أصف ما أشاهدُه في الصّورة.

- هل يمكن اعتبار هذه الوجبة الغذائية وجبة صحية متوازنة؟ ولماذا؟

- أقرحُ بديلاً لهذه الوجبة لتصبح ذات قيمة غذائية أكبر.



## أنا تعلمت:

تعتبر مرحلة المراهقة مرحلة انتقالية بين الطفولة والشباب، لذا فإنها تتطلب نظاماً غذائياً معيناً؛ بسبب التغيير السريع في جسم المراهق، وبالتالي يجب الإكثار من المواد الغذائية الغنية بالبروتينات اللازمة لبناء الجسم ونموه، مع ضرورة الابتعاد عن تناول الوجبات السريعة الغنية بالدهون، وتناول الكولا ومشروبات الطاقة، إلى جانب الابتعاد عن برامج الحميات المختلفة التي يتم اتباعها للابتعاد عن الإصابة بأمراض سوء التغذية، لذا يجب استشارة خبراء متخصصين قبل اتباع أي نظام غذائي لإنقاص الوزن، أو زيادته.

## تغذية كبار السن:



### نشاط (٣):

اقرأ النص الآتي، وأستنتج من الشكل المرفق، ثم أجب عن الأسئلة الآتية:

" قامت منظمة الصحة العالمية بوضع عدد من التوصيات والإرشادات المتعلقة بتغذية المسنين في شهر رمضان".

## توصيات منظمة الصحة العالمية لتغذية المسنين

### أرشادات في تغذية المسنين في رمضان

يجب أن يكون الإفطار غني بالبروتين بمعدل 1-1.5 غم/كغم يومياً		شرب 2-3 لتر سوائل يومياً للمحافظة على سلامة الكلى		تناول 3 وجبات رئيسية وهي الإفطار، وجبة بعد مرور ساعتين ثم السحور		<b>السيدات</b> <b>1800</b> سعر حراري	
تناول الألياف لتفادي الإمساك		طبخ الطعام جيداً حتى يتمكن المسنين مضغه بسهولة		تناول أطعمة غنية بالفيتامينات والمعادن		<b>الرجال</b> <b>2200</b> سعر حراري	
تقليل الملح والتوابل		التزام حمية غذائية خاصة لمرضى السكري، وارتفاع الضغط والكوليسترول		تجنب تناول البقول الجافة لتجنب عسر الهضم			
جعل الخضروات جزءاً أساسياً في الوجبة الرمضانية لتسهيل عملية الهضم		تجنب المنبهات لأنها مدرة للبول		تنظيم جرعات الأدوية المزمّنة			

- ما المواد الغذائية التي يجب التركيز عليها؟ وما المواد الغذائية التي يجب تجنب تناولها؟
- لماذا يجب الإكثار من شرب السوائل؟
- لماذا يجب التقليل من استخدام الملح؟



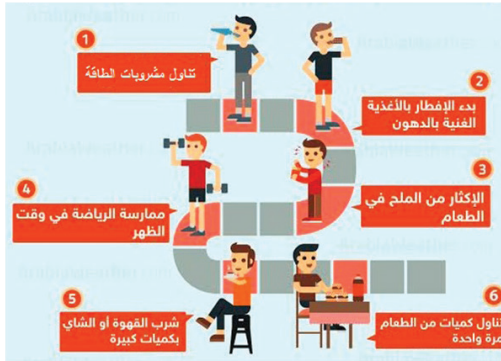
تزداد أهمية تناول الطّعام الصّحي مع التّقدم في السن؛ خاصة وأن الشيخوخة ترتبط بتغيرات عديدة، مثل: نقص العناصر الغذائية، وتدهور الحالة الصّحية، لذا يجب عليهم تناول مجموعة متنوعة من الأطعمة؛ كالخضار، والفواكه، والأسماك، واللحوم منزوعة الدهون والمزيد من الألياف الغذائية والفيتامينات والأملاح المعدنية، إضافة إلى شرب كميات كافية من الماء، وضرورة الابتعاد عن التدخين.

أقيمُ تعلّمي:



السؤال الأول: أتمعنُ الصّور الآتية، ثم أوضّحُ الآتي:

- الفئة العمرية المستهدفة. - الجانب السّلبّي. - مقترح الحل.



السؤال الثّاني: أكملُ الجدول الآتي:

المراهق	الطفّل في سن المدرسة	المرحلة العمرية
		وجه الاختلاف
		المجموعة الغذائية المطلوب الإكثار منها.
		الأغذية الواجب تجنب تناولها.

السؤال الثّالث: أختارُ أحد الفئات العمرية، ثم أحضّرُ وجبة غذائية متوازنة لهم.

## السؤال الرابع: أقرأ الحالة الآتية، ثم أجب عن الأسئلة التي تليها:

أجرى باحثون في إحدى الجامعات دراسة لمعرفة مدى اقتناع طالبات الصف الثامن بأهمية تناول وجبة الفطور، وقد شارك في هذه الدراسة ٢٠٠ طالبة من ٦ مدارس، وقد تقدمت الطالبات جميعهن إلى اختبار في مبحث التربية المهنية في تمام الساعة التاسعة صباحاً. تم تقسيم الطالبات إلى ثلاث مجموعات:

**المجموعة أ:** لم تتناول طالبات هذه المجموعة وجبة الفطور في ذلك اليوم على الإطلاق.  
**المجموعة ب:** تناولت طالبات هذه المجموعة في بيوتهم وجبة فطور مكوّنة من زيت وزعتر مع كأس حليب وملعقة سكر في الساعة السابعة صباحاً.  
**المجموعة ج:** لم تتناول طالبات هذه المجموعة وجبة الفطور في بيوتهن يوم الامتحان، لكنهن تناولن وجبة مكوّنة من زيت وزعتر مع كأس حليب وملعقة سكر في المدرسة في الساعة الثامنة والنصف صباحاً.

تم فحص تركيز السكر في دم الطالبات جميعهن قبل الامتحان، وثلاث مرات خلاله، ورصد النتائج في الجدول أدناه:

المتغيّر	المجموعة أ	المجموعة ب	المجموعة ج
تركيبية وجبة الفطور	لم يأكلن	زيت وزعتر مع حليب وسكر	زيت وزعتر مع حليب وسكر
الوقت الذي مرّ من بداية الوجبة حتى بداية الامتحان.	لم يأكلن	120 دقيقة	30 دقيقة
معدل النجاح في الامتحان.	متوسط	متوسط	كبير
معدل التّغيير في تركيز السكر في الدم خلال الامتحان مقارنة بتركيزه قبل الامتحان.	لم يطرأ أي تغيير	لم يطرأ أي تغيير	ارتفع تركيز السكر في الدم في نصف الساعة الاولى، ثم بدأ في الانخفاض بعد ذلك.

- ما رأيك في النتائج؟ وعلام تدل؟

- ما تفسيرك لذلك؟

يتوقّع من الطّلبة بعد الانتهاء من الدرس أن يكونوا قادرين على:



١- التّعرف إلى قواعد السّلامة العامّة في المنزل.

٢- استنتاج أهمية غسل اليدين.

٣- توضيح أهمية النّظافة العامّة.

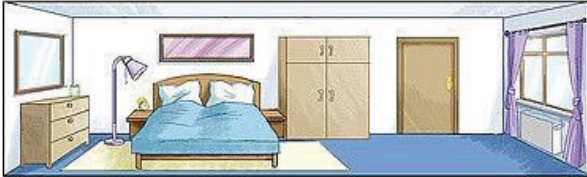
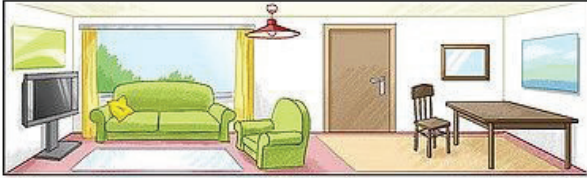
٤- تطبيق قواعد النّظافة في المرافق الصّحية.

### قواعد السّلامة في المنزل:



نشاط (١):

أتمعنُ الشكل المجاور، وأستنتجُ، ثم أُجيبُ عن الأسئلة الآتية:



١- أصفُ ما أشاهده في الصّورة.

٢- أحددُ مصادر الخطر فيها.

٣- أضعُ دائرة حول الوسائل التي تجعل

المنزل صحياً.



يعتبر المنزل من أكثر الأماكن التي يمكن أن تحصل فيها الحوادث، لذا يجب تحديد مصادر الخطر والعمل على اتباع سبل الوقاية المطلوبة، وإذا كان ليس بالإمكان منع وقوع الحوادث نهائياً فإن اتخاذ الوقاية اللازمة من شأنه أن يخفف من نسب وقوعها بشكل كبير، كما يخفف من خطورة الإصابة عند حدوثها. ففي المطبخ مثلاً يجب إبعاد الأدوات الحادة، وأوعية الطعام الساخنة عن متناول الأيدي، وفي الحمام ضرورة إبعاد مواد التنظيف، والشامبو والصابون في خزائن مغلقة، مع مراعاة ظروف التخزين.

### النظافة الشخصية:



نشاط (٢):

اقرأ النص الآتي، ثم أوظف الصورة للإجابة عن الأسئلة التي تليها:



استيقظ وليد في صباح أحد الأيام باكراً، وأخذ يفكر مستاءً فيما يجب عليه فعله قبل تناول وجبة إفطاره، وذهابه إلى المدرسة.

- ما الأمور التي يجب على وليد القيام بها؟
- ما فائدة كل منها؟
- لماذا تتوقع أن وليد يشعر بالاستياء؟
- بماذا تنصحه؟



تعرف النظافة الشخصية بأنها مجموعة من العادات التي يجب الالتزام بها، والحرص على اتباعها بهدف المحافظة على النشاط، والحيوية، والصحة، إضافة إلى المحافظة على المظهر الشخصي للإنسان، وتكمن أهمية النظافة الشخصية في تخليص الجسم من الروائح الكريهة مما يزيد من الثقة بالنفس، والوقاية من الإصابة بالعديد من الأمراض. ومن طرق المحافظة على النظافة الشخصية الاستحمام، وقصّ الأظافر بشكلٍ دوري، وتغيير الجوارب بشكلٍ يومي، والاهتمام بتنظيف الأسنان بعد تناول الطعام، وتنظيف الملابس وغسلها باستمرار.

## غسل اليدين:



### نشاط (٣):

أتتبّع الصّور في الشكل أدناه، ثم أجيب عن الأسئلة التي تليها:



١- أصف ما أشاهدُه في الصورة.

٢- ما أهمية غسل اليدين؟

٣- متى يجب غسل اليدين؟



## أنا تعلّمت:

للتخلص من الجراثيم والأوساخ التي يمكن أن تلتصق باليدين خلال القيام بالأنشطة اليومية المختلفة يجب على الكبار وعلى الصغار على حد سواء غسل أيديهم؛ حيث إن غسل اليدين يقي الشخص من الإصابة بالعديد من الأمراض، ويمنع تلوث المواد والأدوات التي نلمسها. تتضمن الطريقة الصحيحة لغسل اليدين ما يلي:

- تبليل اليدين بالماء.

- استخدام كمية كافية من الصابون لتغطية أجزاء اليدين جميعها.

- فرك اليدين ببعضهما.

- فرك راحة اليد اليمنى على ظهر اليد اليسرى، ثم القيام بتشابك الأصابع ببعضها، ثم القيام بالعكس.

- فرك الأيدي ببعضهما مع جعل الأصابع متداخلة.

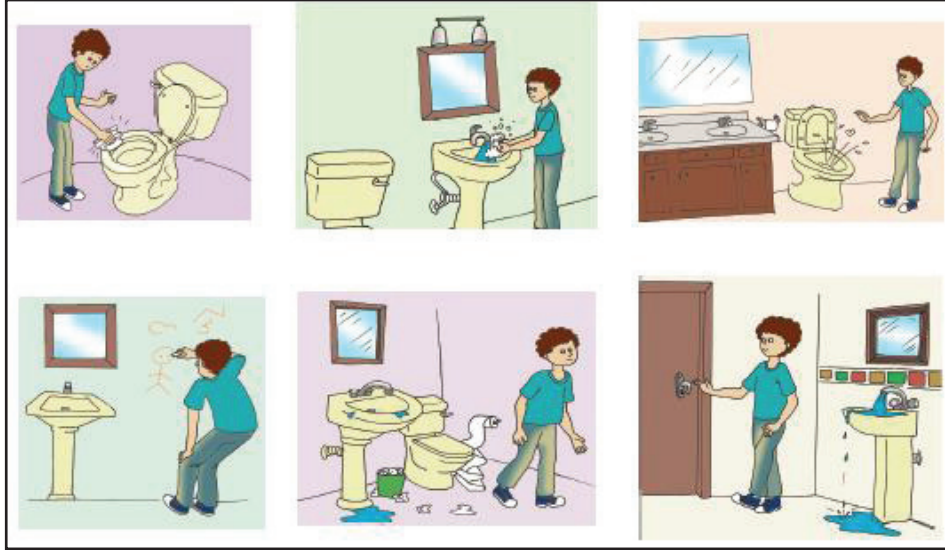
- فرك ظهر الأصابع مع اليد الأخرى، حيث يتم تشابكها معاً.

- فرك إبهام اليد اليسرى في راحة يدك اليمنى، ومن ثم القيام بالعكس.

- شطف اليدين، ثم تجفيفها.



أدرُس الشكل أدناه، ثم أُجيبُ عن الأسئلة الآتية:



- ١- ما السلوكيات الإيجابية في الصورة؟ ولماذا؟
- ٢- ما السلوكيات الخاطئة في الصورة؟ ولماذا؟
- ٣- ما الأخطار الصحيّة الناجمة عن القيام بالسلوكيات الخاطئة؟
- ٤- اقترح قواعد لتعديل السلوكيات الخاطئة؟

أنا تعلّمت:



تعدّ التّمنية الصحيّة الشاملة في المجالات جميعها أمراً ضرورياً لتحقيق مستوى عالٍ من الصّحة في المجتمع. والمرافق الصحيّة واحدة من أهم الممتلكات سواء كانت الخاصة أو العامة التي يجب الحفاظ على نظافتها والتّعامل معها بحذر شديد؛ للوقاية من الإصابة بالأمراض المختلفة، مثل غسل اليدين بعد استخدام المراحيض، وعدم رمي المحارم على الأرض، والتأكد من نظافة المراحيض بعد استخدامه.

## نشاط تطبيقي



أزورُ المرافق الصحيّة في المدرسة لتعبئة الاستمارة المرفقة، ثم أكملُ الجدول الذي يليها:

الرقم	العبارة	نعم	لا
١	يوجد روائح كريهة.		
٢	يوجد ماء، وأوراق على الأرض.		
٣	صنابير المياه محكمة الإغلاق.		
٤	الجدران نظيفة وخالية من الكتابة.		
٥	يوجد صابون على المغاسل.		
٦	يوجد شبك على النوافذ.		

ممارسات الطلبة السلبية	الحلول المقترحة	التوصيات
مدى ملاءمة المرافق الصحيّة لشروط الصحة العامة	الحلول المقترحة	التوصيات

أقيّم تعلّمي:



السؤال الأول:

أ- أذكر ثلاثة مصادر للخطر في المنزل.

ب- ما طرق النظافة الشخصية؟

السؤال الثاني: أرتّب الصور الآتية، ثم أوضح على ماذا يدل كل منها.



(د)

(ج)

(ب)

(أ)



أفكر:

يعتبر التّعليم البيئيّ عملية تعليمية شمولية تمتد مدى الحياة.



يتوقع من الطلبة بعد دراستهم لهذه الوحدة والتفاعل مع أنشطتها أن يكونوا قادرين على  
توظيف المفاهيم المتعلقة بالبيئة ومكوناتها في جوانب الحياة المختلفة، ويتم ذلك من  
خلال تحقيق الآتي:

- ◀ توظيف صور ورسومات للتوصل إلى مكونات البيئة الحية وغير الحية.
- ◀ تقدير أهمية التوازن البيئي عملياً.
- ◀ تطبيق بعض طرق الحفاظ على موارد البيئة المختلفة.
- ◀ تطبيق بعض الممارسات للحد من العديد من المشكلات البيئية.





يتوقع من الطلبة بعد الانتهاء من الدرس أن يكونوا قادرين على:

- ١- التعرف إلى مكونات البيئة الحية وغير الحية.
- ٢- توضيح المقصود بكلّ من البيئة، والتوازن البيئي، والنظام الحيويّ.
- ٣- توضيح أثر بعض المشكلات العالمية على البيئة.
- ٤- اقتراح الحلول لبعض المشكلات البيئية.

### مفهوم البيئة:



نشاط (١):

أوظفُ الصّورة المجاورة؛ للإجابة عن الأسئلة الآتية:



- أصفُ ما أشاهدُ في الصّورة.
- ما أشكال التضاريس فيها؟
- ما العلاقة بين المكونات الظاهرة فيها؟



### أنا تعلمت:

يعدّ علم البيئة أحد فروع علم الأحياء، ويختص بدراسة العلاقات بين الكائنات الحية المختلفة بينها وبين المكونات غير الحية المحيطة بها. وتعرف البيئة بأنها المكونات جميعها التي تؤثر في الكائنات الحية على اختلافاتها الحيوية، والكيميائية، والفيزيائية. وتعدد الأشكال البيئية على سطح الأرض، فمنها: البحار، والمحيطات، والصحاري، والغابات... وغيرها.



أقرأ النص الآتي، ثم أجب عن الأسئلة الآتية:



تقع قرية عين قينيا إلى الشمال الغربي من مدينة رام الله، وتبعد عنها 7 كم، وكلمة قينيا تعني القصب. وتبلغ مساحة أراضيها 2494 دونماً، وتحيط بها قرى المزرعة القبليّة، وعين عريك، والجانية، ودير إزيع، وبيتونيا. وتعدّ القرية موقعاً أثرياً يحتوي على أنقاض وكهوف فيها مدافن، كما يوجد إلى جوارها خربتان أثريتان.

كما يوجد إلى جوارها خربتان

- أين تقع قرية عين كينيا؟

- ما أهميتها للفلسطينيين؟

- ما مكوّنات البيئة الظاهرة في الصورة؟ وما العلاقة بينها؟

## أنا تعلّمت:



تتكوّن البيئة مما يلي:

١- مكوّنات طبيعية: وتشمل: الماء، والهواء، والتربة، والحيوان، والنبات، والإنسان، حيث

إنّ هذه العناصر جميعها ضرورية لاستمرار حياة الكائن الحيّ ونموه وتطوره، ويمكن

تقسيمها إلى مكوّنات حية، ومكوّنات غير حية.

٢- مكوّنات غير طبيعية: ويقصد بها المنشآت جميعها التي أنشأها الإنسان، مثل: المباني،

والمصانع، والسدود، والطرق.

## النظام البيئي:



نشاط (٣):



- ألاحظُ الصورة المجاورة، وأجيبُ عن الآتي:
- أصنّفُ مكوّنات البيئة إلى مكوّنات حية، ومكوّنات غير حية.
  - ما العلاقة بين كلّ من الصياد والبحر، والطير والأشجار؟
  - ما الهدف من هذه العلاقة؟

## أنا تعلّمت:



يعبّر النظام البيئي عن مساحة طبيعية وكلّ ما تحويه من مكوّنات حية ومكوّنات غير حية، فقد يكون بركة ماء صغيرة، أو صحراء كبيرة. وهو عبارة عن مصطلح يعبّر عن التفاعل الحاصل بين المكوّنات المختلفة للوصول إلى حالة الاستقرار.

## التوازن البيئي:



نشاط (٤):

"البيئة المتوازنة النظيفة حق من حقوق الإنسان، والحفاظ على البيئة الفلسطينية وحمايتها من أجل الأجيال والمستقبل مسؤولية وطنية".

- ما الحق الذي تقرّه هذه المادة؟
- ما أهمية المحافظة على توازن البيئة؟
- أقرّحُ تعريفاً للبيئة المتوازنة.



تعمل عملية التفاعل بين مكونات البيئة المختلفة (الحية وغير الحية) على احتفاظ البيئة بتوازنها ما لم يحدث اختلال نتيجة لتغيير بعض الظروف الطبيعيّة، كالتغيير في درجات الحرارة، وكمية الأمطار، أو نتيجة لتغيير بعض الظروف الحيوية أو كنتيجة لتدخل الإنسان المباشر في تغيير ظروف البيئة ما يؤدي إلى اختلال في التوازن البيئيّ .

### المحافظة على البيئة:



نشاط (٥):

أوظفُ الصّورة الآتية بعد قراءة النص الآتي للإجابة عن الأسئلة التي تليه:



حاول أحد المبدعين وضع تصوّر لكيفية المحافظة على البيئة ومواردها، بما يضمن استمرارية الحياة على الأرض.

- ١- ما مصادر الطّاقة الظّاهرة في الصّورة؟ وما نوعها؟
- ٢- ما موارد البيئة؟
- ٣- أصفُ مظاهر الإبداع في الصّورة.



من أهم الأهداف التي تطمح الدول جميعها إلى تحقيقها هو المحافظة على البيئة، ومن طرق المحافظة عليها: تجنب حرق القمامة؛ لأنّ الدخان والغازات الناتجة تؤثر بشكل كبير على الغلاف الجويّ والهواء، وتجنب رمي المخلفات في الشوارع والممتلكات العامة، البحث عن مصادر بديلة للطّاقة وغير ملوّثة للبيئة، واستخدام المصادر المتجددة، وتجنب تشغيل الأجهزة الكهربائية غير المُستخدمة، وإعادة استخدام النفايات وتدويرها.



### السؤال الأول:

أوضّح المقصود بكلّ مما يلي:

- البيئة.
- النظام البيئي.
- التوازن البيئي.

**السؤال الثاني:** أعط مثلاً على نظام بيئي، مبيناً بخريطة مفاهيمية، المكوّنات الحية والمكوّنات غير الحية.

**السؤال الثالث:** أتأمّل الصّورة الآتية، ثم أوضّح دور كلّ مكوّن فيها في توازن البيئة.





يتوقع من الطلبة بعد الانتهاء من الدرس أن يكونوا قادرين على:

- ١- توضيح المقصود بكلّ من: التلوث، ترشيد الاستهلاك، الاحتباس الحراريّ، إدارة النفايات الصلبة.
- ٢- توضيح أسباب مشكلة تلوث المياه.
- ٣- استنتاج طرق الحد من تلوث الهواء.
- ٤- توضيح آثار تلوث التربة على صحة الإنسان.
- ٥- ذكر مسببات التلوث الضجيجي.
- ٦- اقتراح طرق للحدّ من بعض المشكلات البيئية.

### تلوث المياه:



نشاط (١):

قام أحد الباحثين بإعداد الاستبانة الآتية لتوزيعها على سكان مدينته، بهدف دراسة ملوثات المياه، أكملها، ثم أجب جيداً عن الأسئلة التي تليها:

الرقم	العبارة	نعم	لا
١	أستطيع تمييز المياه الصالحة للشرب.		
٢	أتابع الأخبار البيئية المتعلقة بالمياه.		
٣	أحرص دائماً على حماية المياه من التلوث.		
٤	تعملُ المستوطنات على تلويث المياه.		
٥	تعملُ المبيدات الحشرية على تلويث المياه.		
٦	تؤثر مياه المجاري على مصادر المياه.		

- ما مصادر المياه؟
- ما استخدامات المياه؟
- ما مسببات تلوث المياه؟
- اقترح طرقاً للحدّ منها.



### أنا تعلّمت:

يعرف الماء بأنه السائل الشفاف، وله خصائص فيزيائية وكيميائية محددة، وفي حالته الطبيعية فإنه يكون عديم الطعم، واللون، والرائحة. يحصل الإنسان على احتياجاته من الماء من مصدرين أساسيين، هما مصادر المياه السطحية، وتشمل مياه البحار، والمحيطات، والأنهار والبحيرات ومجري الوديان، ومصادر المياه الجوفية وتشمل الآبار والينابيع. تستخدم المياه في مجالات عديدة، منها: الزراعة والصناعة، والطب، كما تُستخدم في المنزل لأغراض مختلفة مثل: الشرب، والطبخ، والاستحمام، وغسل الملابس، وغسل الأطباق إضافة إلى استعمالها في خدمات الصرف الصحي.

يعرف تلوث الماء بأنه تغيير يحدث في خصائص الماء الكيميائية والفيزيائية ما يجعله غير صالح للاستعمال نتيجة لأسباب طبيعية أو بشرية، وعادة ما يتم وصول الملوثات المختلفة كالمواد الكيميائية الناتجة عن المصانع ومصادر الصرف الصحي، النفايات، أو الكائنات الحية الدقيقة المسببة للأمراض إلى مصادر المياه سواء السطحية أو الجوفية.



أتأملُ الصّورة الآتية، واستنتجُ، ثم أُجيبُ عن الأسئلة التي تليها:



- أصفُ ما أشاهدُه في الصورة.
- ما طرق هدر المياه؟ وكيف يمكن ترشيد استهلاك ذلك؟
- أقتُرُح طرقاً لترشيد استهلاك المياه في منزلي.
- أحسبُ كمية المياه التي يتم استهلاكها خلال أحد الأنشطة اليومية.

أنا تعلّمت:



يعتبر الماء أساس الحياة على سطح الأرض؛ فلا يمكن لأيّ كائن حي الاستغناء عنه أو العيش دونه، ونتيجة للزيادة الهائلة في أعداد السكان، والاستهلاك المتزايد للماء، وتعرض مصادره للتلوّث، ومع مرور الوقت فإن مصادر المياه الصّالحة للاستخدام تقلّ، لذلك يجب الحفاظ على المياه، وترشيد استهلاكها. ومن طرق ترشيد استهلاك المياه: فتح الصّنبور عند الحاجة، بناء السّدود والخزانات العملاقة، تصليح أيّ عطل أو تسريب في شبكة المياه سريعاً، وضع قوانين لحماية الماء من التلوّث، ريّ المزروعات في الصّباح الباكر أو عند مغيب الشمس، استخدام أساليب ري حديثة، مثل: التّقطي، وقنوات الرّي.

## نشاط تطبيقي



أحضِرْ فاتورة المياه الخاصة بمنزلي، ثم أقوم بما يلي:

- 1- أرصد أهم البيانات التي توضّحها الفاتورة.
- 2- أقرنُ بين قراءة العداد السابقة والقراءة الحالية. ماذا أستنتج؟
- 3- أقرنُ بين قيمة الفاتورة على مدار أشهر مختلفة من السنة، وأرصدُ الفرق. على ماذا يدل ذلك.
- 4- كيف يمكن التقليل من كمية المياه المستهلكة؟

## تلوث الهواء:



نشاط (3):

أناقشُ العبارات الآتية:

- 1- يتأثر الهواء بزيادة نسبة السكان.
- 2- يعدّ هواء المدن أكثر تلوثاً من هواء الريف.
- 3- يؤثر حرق النفايات على البيئة.
- 4- تعتبر انتهاكات الاحتلال الصهيوني من مسببات تلوث الهواء.
- 5- يؤثر التدخين في الهواء.

## أنا تعلمت:



يشكل الهواء الغازات التي تحيط بالأرض، ويتكوّن من الأكسجين، وثنائي أكسيد الكربون، والنتروجين وبخار الماء بنسب مختلفة. تعتمد الكائنات الموجودة جميعها على الكرة الأرضية في تنفّسها على غاز الأكسجين الموجود في الهواء، لذلك يجب أن نحافظ على هذا الهواء نظيفاً غير ملوّث. ويقصد بتلوث الهواء وجود مواد سائلة، أو غازية، أو صلبة في الهواء بكميات يمكن أن تؤدّي إلى حدوث أضرار بالكائنات الحية والبيئة وبنسب أعلى من الحد

المسموح به. هناك العديد من الأسباب التي تؤدي إلى تلوث الهواء، منها: العوامل الطبيعيّة وهي المصادر التي لا دخل للإنسان فيها، مثل: حدوث البراكين، وعوامل صناعية الناتجة عن الأنشطة البشرية مثل: حرق الوقود.

## تلوث التربة:



نشاط (٤):

أجمع صوراً لبعض ملوثات التربة، ثم أكمل الجدول الآتي:

مصدر تلوث التربة	تأثيره على البيئة	طرق الحد من هذه الآثار	صورة لمصدر التلوث

## أنا تعلمت:



تشكل التربة الجزء العلوي من سطح الأرض، وتتكوّن من مواد عضوية وفتات صخور، ويعرف تلوث التربة بأنه اختلال مكونات التربة واختلاط مواد غير مألوفة مع المكونات الطبيعيّة للتربة ما يؤثر سلباً عليها. ومن مصادر تلوث التربة النفايات الصلبة والسائلة، والمبيدات الحشرية، والمواد الكيماوية، ...

## التلوث الضجيجي:



نشاط (٥):



- أتأملُ الصّورة المُجاورة، ثم أُجيب عن الآتي:
- أصفُ ما أراه في الصّورة.
  - على ماذا تدلّ؟
  - لماذا يشعر هذا الرجل بالانزعاج؟
  - هل أشعر بهذه المشكلة في البيئة من حولي؟
  - هل تؤثر على سير حياتي؟ وكيف؟
  - أقترح حلولاً للمشكلة.



أنا تعلّمت:

يشكّل التلوث الضجيجي ظاهرة خطيرة ليست على الإنسان فقط بل على الكائنات الحية الأخرى جميعها، وهو يحتل المرتبة الثانية في المدن بعد تلوث المياه، ويحدث التلوث الضوضائي بسبب التّراحم والتّقدم الصّناعي، وهو خليط من أصوات غير مرغوب فيها، ويُقاس بمقياس مستوى الصّوت والديسبل.

## الاحتباس الحراري:



نشاط (٦):



أقرأ النّص الآتي، ثم أُجيب.

تمثّل الصّورة المُجاورة إحدى الظواهر الطّبيعية التي تضر بالأرض التي نعيش عليها، فبعد مرور آلاف السنين قد تصبح جميعها مكسوة بالماء.

- أصفُ ما أراه في الصّورة؟
- ماذا أتوقّع أن يكون مصير النبتة؟
- كيف يمكن الحدّ من هذه الظاهرة؟



تعرف ظاهرة الاحتباس الحراري بأنها ظاهرة تنشأ عن الارتفاع التدريجي في درجة حرارة الغلاف الجوي للأرض؛ بسبب النشاطات البشرية والصناعية، وتلوث الهواء، والانفجارات البركانية، وقطع الأشجار، واستخدام المبيدات الحشرية، وزيادة الزحف العمراني. وقد تتسبب هذه الظاهرة في انصهار الجليد في منطقة القطبين مما يؤدي إلى حدوث الفيضانات، وانتشار الآفات.

أقيمُ تعلّمي:



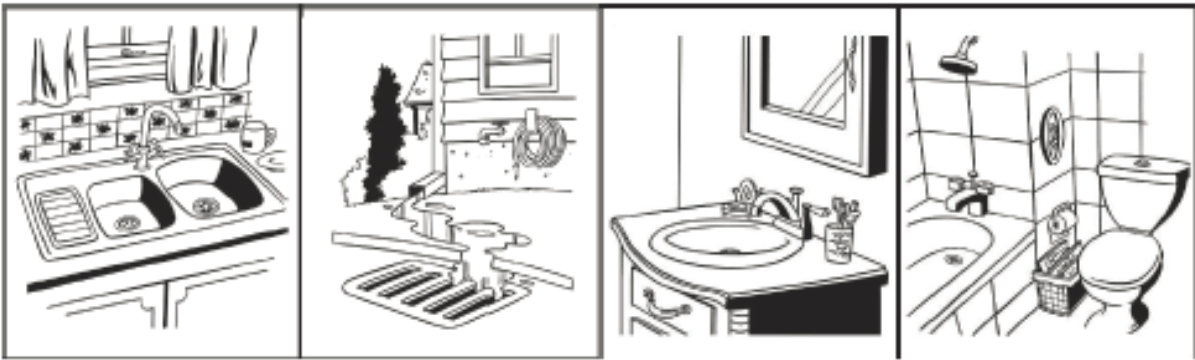
السؤال الأول: أوضّح المقصود بكل مما يلي:

- تلوث المياه.
- الضجيج.
- الاحتباس الحراري.

السؤال الثاني:

- ما مصادر تلوث الهواء؟
- كيف يمكن الحدّ من تلوث التربة؟

السؤال الثالث: تمثّل الصّورة الآتية مصادر المياه العادمة في المنزل، أتمعّنها جيداً، ثم أجب عما يلي:



- ما المواد التي نستخدمها، ونتوقّع خروجها في كلّ صورة؟

- ما أثر هذه المواد على البيئة؟

- كيف يمكن الحدّ منها؟

## المشروع

شكل من أشكال منهج النشاط. يقوم الطلبة (أفراداً أو مجموعات) بسلسلة من ألوان النشاط التي يتمكنون خلالها من تحقيق نتائج ذات أهمية للقائمين بالمشروع. ويمكن تعريفه بأنه: سلسلة من النشاط الذي يقوم به الفرد أو الجماعة؛ لتحقيق أغراض واضحة ومحددة في محيط اجتماعي برغبة ودافعية.

### مميزات المشروع:

- 1- قد يمتد زمن تنفيذ المشروع لمدة طويلة، ولا يتم دفعة واحدة.
- 2- ينفذه فرد أو جماعة.
- 3- يرمي إلى تحقيق نتائج ذات معنى للقائمين بالتنفيذ.
- 4- لا يقتصر على البيئة المدرسية، وإنما يمتد إلى بيئة الطلبة؛ لمنحهم فرصة التفاعل مع البيئة، وفهمها.
- 5- يستجيب المشروع لميول الطلبة وحاجاتهم، ويثير دافعيتهم ورغبتهم بالعمل.

### خطوات المشروع:

#### أولاً- اختيار المشروع: يُشترط في اختيار المشروع ما يأتي:

- 1- أن يتماشى مع ميول الطلبة، ويشبع حاجاتهم.
- 2- أن يوفر فرصة للطلبة للمرور بخبرات متنوعة.
- 3- أن يرتبط بواقع حياة الطلبة، ويكسر الفجوة بين المدرسة والمجتمع.
- 4- أن تكون المشروعات متنوعة ومتراصة، وتكمل بعضها بعضاً، ومتوازنة، ولا تغلب مجالاً على آخر.
- 5- أن يتلاءم المشروع مع إمكانيات المدرسة وقدرات الطلبة والفئة العمرية.
- 6- أن يُخطَّط له مسبقاً.

#### ثانياً- وضع خطة المشروع:

يتم وضع الخطة تحت إشراف المعلم، حيث يمكن له أن يتدخل لتصويب أي خطأ يقع فيه الطلبة؛ لذا يقتضي وضع الخطة الآتية:

- 1- تحديد النتائج بشكل واضح.
- 2- تحديد مستلزمات تنفيذ المشروع، وطرق الحصول عليها.
- 3- تحديد خطوات سير المشروع.
- 4- تحديد الأنشطة اللازمة لتنفيذ المشروع، (شريطة أن يشترك جميع أفراد المجموعة في المشروع، من خلال المناقشة والحوار، وإبداء الرأي، بإشراف المعلم وتوجيهه).
- 5- تحديد دور كل فرد في المجموعة، ودور المجموعة بشكل كلي.

#### ثالثاً- تنفيذ المشروع:

مرحلة تنفيذ المشروع فرصة لاكتساب الخبرات بالممارسة العملية، وتعدّ مرحلة ممتعة ومثيرة لما توفّره من الحرية، والتخلص من قيود الصف، وشعور الطالب بذاته وقدرته على الإنجاز حيث يكون إيجابياً متفاعلاً خلاقاً مبدعاً،

ليس المهم الوصول إلى النتائج بقدر ما يكتسبه الطلبة من خبرات ومعلومات ومهارات وعادات ذات فائدة تنعكس على حياتهم العامة.

#### دور المعلم:

١. متابعة الطلبة وتوجيههم دون تدخّل.
٢. إتاحة الفرصة للطلبة للتعلم بالأخطاء.
٣. الابتعاد عن التوتّر مما يقع فيه الطلبة من أخطاء.
٤. التدخّل الذكي كلما لزم الأمر.

#### دور الطلبة:

١. القيام بالعمل بأنفسهم.
٢. تسجيل النتائج التي يتم التوصل إليها.
٣. تدوين الملاحظات التي تحتاج إلى مناقشة عامة.
٤. تدوين المشكلات الطارئة (غير المتوقعة سابقاً).

#### رابعاً: تقييم المشروع: يتضمن تقييم المشروع الآتي:

١. الأهداف التي وضع المشروع من أجلها، ما تم تحقيقه، المستوى الذي تحقّق لكل هدف، العوائق في تحقيق الأهداف إن وجدت وكيفية مواجهة تلك العوائق.
٢. الخطة من حيث وقتها، التعديلات التي جرت على الخطة أثناء التنفيذ، التقيد بالوقت المحدد للتنفيذ، ومرونة الخطة.
٣. الأنشطة التي قام بها الطلبة من حيث، تنوعها، إقبال الطلبة عليها، توافر الإمكانيات اللازمة، التقيد بالوقت المحدد.
٤. تجاوب الطلبة مع المشروع من حيث، الإقبال على تنفيذه بدافعية، التعاون في عملية التنفيذ، الشعور بالارتياح، إسهام المشروع في تنمية اتجاهات جديدة لدى الطلبة.

#### يقوم المعلم بكتابة تقرير تقييمي شامل عن المشروع من حيث:

- أهداف المشروع وما تحقّق منها.
- الخطة وما طرأ عليها من تعديل.
- الأنشطة التي قام بها الطلبة.
- المشكلات التي واجهت الطلبة عند التنفيذ.
- المدة التي استغرقها تنفيذ المشروع.
- الاقتراحات اللازمة لتحسين المشروع.

■ لجنة المناهج الوزارية:

د. صبري صيدم	د. بصري صالح	م. فواز مجاهد
أ. ثروت زيد	أ. عزام ابو بكر	أ. عبد الحكيم أبو جاموس
د. سمية النخالة	م. وسام نخلة	

■ لجنة الوثيقة الوطنية لمنهاج الثقافة الوطنية والحياتية (الموازي):

أ. منير عايش (منسقاً)	أ. جمال سالم	أ. ايمان الريماوي
أ. عبد الحفيظ رضا		

■ المشاركون في ورشات عمل المستوى الثاني للثقافة الوطنية والحياتية (الموازي):

أ. عامر بهتي	أ. محمد عامر	أ. سهام نصر الله	أ. تمام أبو زيتون
أ. عايدة جبر	أ. عبد الحفيظ عامر	أ. أحمد الحلاق	أ. ياسر فنشة
أ. عبد الفتاح زين	أ. خليل الخالدي	أ. ختام دراغمة	أ. سهى أبو شملة
أ. منير عايش	أ. جمال سالم	أ. ايمان الريماوي	

تم بحمد الله