تم تحميل وعرض المادة من

موقع كتبي

www.kottby.net

موقع كتبي يعرض لكم الكتب الدراسية الطبعة الجديدة
وحلولها، وشرح للمناهج الدراسية، توزيع المناهج، تحاضير،
أوراق عمل، نماذج إختبارات عرض مباشر وتحميل PDF

حمل التطبيق من هنا

تنزيل من App Store

احصل عليه من Google Play

الوحدةُ الثالثةُ

٣

مَسْكَنِي

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447



أهدافُ الوحدةِ

يُتوقعُ منَ المتعلِّم في نهايةِ الوحدةِ:

- أنْ يُبيِّنَ أهميةَ النظافةِ في المَسْكَنِ.
- أنْ يُوضِّحَ أهميةَ التهويةِ الجيدةِ للغرفةِ.
- أنْ يُطبِّقَ ترتيبَ السريرِ على نَمُوذَجٍ كما شاهدَ ذلكَ من المعلمِ.
- أنْ يُنظِّمَ محتوياتِ المكتبِ المعروضِ أمامَه.
- أنْ يُقدِّمَ نصيحةً لصديقٍ لا يهتمُّ بترتيبِ غرفتِهِ.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

رابط الدرس الرقمي

www.ien.edu.sa

مَسكني

غُرفتي

المفاهيمُ الرئيسةُ

- غرفةُ النوم.
- السريرُ.
- المكتبُ.

تُعدُّ الغرفةُ النظيفةُ المُرتبةُ مكانًا ملائمًا للإقامةِ والدراسةِ والنومِ ولممارسَةِ الهواياتِ المختلفةِ، فينبغي أنْ تكونَ مسؤولًا عنِ العنايةِ بنظافةِ غرفتِك وتنظيمِها وتهويتِها باستمرارٍ، ويُمكنُ تهويةُ غرفةِ النومِ عنْ طريقِ السماحِ للهواءِ النقيِّ بالدخولِ منَ النوافذِ والأبوابِ أو الفتحاتِ الرئيسةِ.



أُذكرُ مكوِّناتِ غرفةِ النومِ؟.

تهويتُها وتنظيمُها:

تَحيَّرتَ في ترتيبِ غرفتِكَ، اطلُبِ المساعدَةَ منْ أمِك حتى تتمكنَ منْ تنظيمِها مُرتَّبًا الخطواتِ الآتيةَ حسبَ أَوْلويَّتِها:

٥ أكنسُ أرضيةَ الغرفةِ.

٣ أضعُ فرشَ السريرِ في تيارٍ هوائيٍّ مُعرَّضٍ للشمسِ.

٤ أزيلُ الغبارَ منَ النوافذِ والأثاثِ.

٢ أزيحُ الستائرَ، وأفتحُ نوافذَ غرفةِ النومِ.

١ أعلقُ الملابسَ على المِشْجَبِ.

٦ أتخلصُ منَ الأشياءِ التي لمْ تعُدْ لهَا حاجةٌ، وأتخلصُ منَ النُّفاياتِ.

٧ أغيرُ مَفْرَشَ السريرِ مرةً كلَّ أسبوعٍ؛ لأنعمَ بنومٍ هادئٍ ومريحٍ.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2021 - 1447

نشـاط (١)

عبِّر بأسلوبِكَ الخاصِ عنِ العلاقةِ بينَ نظافةِ غرفةِ النومِ وتهويتِها بصفةٍ مستمرةٍ وصحةِ الإنسانِ.

إن التهوية المستمرة للغرفة والمحافظة على نظافتها بإزالة الأتربة والأوساخ عن أثاثها باستمرار يجعلها نظيفة ويبعد عنها الجراثيم والأمراض

نشـاط (٢)

السببُ والنتيجةُ

ماذا يحدُثُ لو تركْنَا النوافذَ مفتوحةً لفتـــرةٍ طويلـــةٍ عندَمَا يكـــونُ الجوُّ محملًا بالغبارِ؟

تتراكم الأوساخ والغبار على أثاث الغرفة وبالتالي يصبح هواء الغرفة غير صحي

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

ترتيبُ السريرِ:



محمدٌ يقومُ بترتيبِ سريرِه يوميًّا قبلَ الذهابِ إلى المدرسةِ متبعًا الخطواتِ الآتيةَ:



١ يُرتبُ مفرشَ السريرِ.



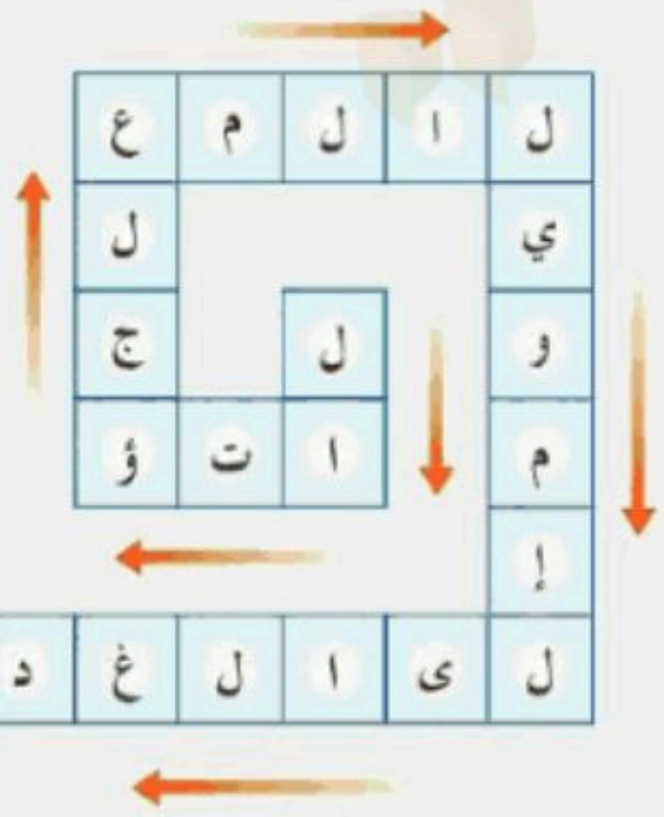
٢ يُغطي سريرَه بالغطاءِ الخارجيِّ.



٣ ينفضُ المَخادَّ ثمَّ يُعيدُها إلى مكانِها.

نشاط (٣)

اتبعِ السهمَ لتحصلَ على مَثَلٍ معروفٍ، اكتُبه، ثمَّ ناقِشْ معنَاه معَ المعلمِ.



المثلُ: لا تؤجل عمل اليوم إلى الغد

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 1447

العنايةُ بالمكتبِ:

لتتمكنَ من استخدامِ مكتبِك في كتابةِ ما عليكَ منْ واجباتٍ مدرسيةٍ، ومراجعةِ دروسِكَ بيُسْرٍ وسهولةٍ؛ ينبغي أنْ تعتنِي بِه باتباعِ ما يأتِي:

١ ضعِ الإضاءةَ على الجهةِ اليسرَى منَ المكتبِ.

٢ حافظْ على نظافتِه بالتخلصِ منْ بقايا بريِّ الأقلامِ.

٣ تجنبِ الأكلَ والشربَ عليه.

٤ أعِدْ تنظيمَ الكتبِ والأقلامِ عندَ الانتهاءِ منَ استخدامِها.

٥ احرِص على تنظيفِه باستمرارٍ.



نشاط (٤)

شاركْ مجموعتَك في نقدِ هذهِ الصورةِ، وناقِشِ المعلمَ في ضوءِ معلوماتِك السابقةِ عنِ الجلسةِ الصحيحةِ.



وزارة الصحة
Ministry of Health

للتعرُّفِ على كيفيةِ الجلوسِ الصحيِّ، يمكنكَ الاطلاعُ على كتابِ (جرعةِ وعيٍّ) والذي يعدُّ أحدَ إسهاماتِ وزارةِ الصحةِ في التحولِ الوطنيِّ الصحيِّ القائمِ على بناءِ جيلٍ صحيٍّ يهتمُّ بالوقايةِ قبلَ العلاجِ، من خلالِ رمزِ الاستجابةِ الآتِي:

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

نشـاط (٥)

هلْ أنتَ مُرتَّبٌ؟

- لمعرفةِ الإجابةِ عنْ هذا السؤالِ أكملِ الجدولَ الآتي:

العملُ / اليومُ	الأحدُ	الاثنين	الثلاثاءُ	الأربعاءُ	الخميسُ	الجمعةُ	السبتُ
فتحُ نوافذِ الغرفةِ.							
ترتيبُ السريرِ.							
العنايةُ بالمكتبِ.							
تعليقُ الملابسِ على المشجَبِ.							
التَّخلُّصُ منَ الأشياءِ التي لمْ تعدْ لها حاجةٌ والتَّخلصُ منَ النُّفاياتِ.							
إعادةُ الأدواتِ والأغراضِ لأماكنِها في الأدراجِ والخزائنِ.							

التقويمُ الذاتيُّ: كلُّ إشارةِ (✓) تعادلُ نقطةً واحدةً.

- إذا حصلتَ على (٣٦–٤٢) نقطةً، فأنتَ منظمٌ ومرتبٌ.
- إذا حصلتَ على (٢٩–٣٥) نقطةً؛ فأنتَ متوسطُ الترتيبِ، وينقصُكَ بعضُ العنايةِ والاهتمامِ.
- إذا حصلَتَ على أقلَ منْ (٢٩) نقطةً؛ فأنتَ غيرُ مرتبٍ، وتحتاجُ لمزيدٍ منَ الاهتمامِ والعنايةِ بغرفتِك، فهي مرآةُ نظافتِك وشخصيتِك.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2015 - 1437

١ اخترِ الإجابةَ الصحيحةَ :

(أ) بقليلٍ من العنايةِ اليوميةِ تصبحُ غرفتُك :

١ نظيفةً ومرتبةً. ☐

٢ رائحتُها طيبةٌ. ☐

٣ لا شيءَ مما سبَقَ. ☐

٤ ٢ + ١ . ☑

(ب) يُوضعُ فَرْشُ السريرِ في :

١ تيّارٍ هوائيٍّ معرضًا للشمسِ. ☑

٢ الظلِّ. ☐

٣ تيارٍ هوائيٍّ بعيدًا عنِ الشمسِ. ☐

٢ ماذا تفعلُ في المواقفِ الآتيةِ :



(أ) عُدْتَ من المدرسةِ وكانتْ غرفتُك ـ كما تركتَها ـ غيرَ مرتبةٍ؟

أتعلم من خطاي وأرتبها قبل الذهاب للمدرسة



(ب) دَخلْتَ غرفتَك فوجدتَ رائحتَها كريهةً؟

افتح النوافذ ليتجدد فيها الهواء ثم أنظفها وأعطرها

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

٣ ضعْ علامةَ (✔) أمامَ العبارةِ الصحيحةِ، وعلامةَ (✘) أمامَ العبارةِ الخطأِ، معَ تصحيحِ الخطأ:

أ فتحُ نوافذِ الغرفةِ قبلَ الذهابِ إلى المدرسةِ. ✔

ب رميُ ملابسِ النومِ على الأرضِ عندَ ارتداءِ ملابسِ المدرسةِ. ✘

تعليق ملابس النوم على المشجب عند ارتداء ملابس المدرسة

جـ أداءُ الواجباتِ المدرسيةِ أمامَ التلفازِ. ✘

أداء الواجبات المدرسية في غرفتي وعلى مكتبي

د وضعُ الأوراقِ التي فيها ذكرُ اللهِ في مكانٍ مخصص لذلكَ. ✔

هـ ترتيبُ السريرِ بعدَ العودةِ منَ المدرسةِ. ✘

ترتيب السرير قبل الذهاب إلى المدرسة

و الاعتمادُ الكليُّ علَى الآخرينَ في ترتيبِ غرفةِ نومِك. ✘

الاعتماد على نفسي في ترتيب غرفة نومي

ز وضعُ الحقيبةِ المدرسيةِ على المكتبِ بعدَ العودةِ منَ المدرسةِ. ✘

وضع الحقيبة المدرسية على الأرض بجوار المكتب بعد العودة من المدرسة

ح وضعُ الملابسِ داخلَ الدولابِ بشكلٍ نظيفٍ ومرتبٍ. ✔

وزارة التعليم

٤ تأملْ هذه الغرفةَ، وأجبْ عما يأتي:
مقابلُ كلِ حرفٍ من الحروفِ بالأسفلِ فراغان، دوِّن فيهما كلمتين تبدآن بهذا الحرفِ.



س	سرير	ستارة .....
ل	لعبة	لوحة .....

ك	كتاب	كرسي .....
م	مكتب	مشجب .....

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447



وحدةُ
مسكنِي

أتعلَّمُ لغةَ الإشارةِ بشغفٍ؛ حتَّى أتواصلَ مع الْآخَرِينَ من الصُّمِّ، وأنا قادرٌ- بتوفيق اللّه- على إتقانِها بكفاءةٍ عاليةٍ.





المصدرُ: الجمعيةُ السعوديةُ للإعاقةِ السمعيةِ (٢٠١٨). قاموسُ لغةِ الإشارةِ السعوديةِ، ط١.





المصدرُ: الجمعيةُ السعوديةُ للإعاقةِ السمعيةِ (٢٠١٨). قاموسُ لغةِ الإشارةِ السعوديةِ، ط١.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447