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 الرابعةُ

٤

مَلْبَسِي

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447



أهدافُ الوحدةِ

يُتوقعُ منَ المتعلِّمِ في نهايةِ الوحدةِ:

- أنْ يُعدِّدَ مواصفاتِ الملابسِ المدرسيةِ.
- أنْ يستنتجَ أهميةَ تغييرِ الملابسِ المدرسيةِ عندَ العودةِ إلى المنزلِ.
- أنْ يُطبِّقَ الطريقةَ الصحيحةَ عندَ غسلِ الجواربِ.
- أنْ يستنبطَ خطواتِ العنايةِ بالحذاءِ بصفةٍ عامةٍ.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

رابط الدرس الرقمي

www.ien.edu.sa

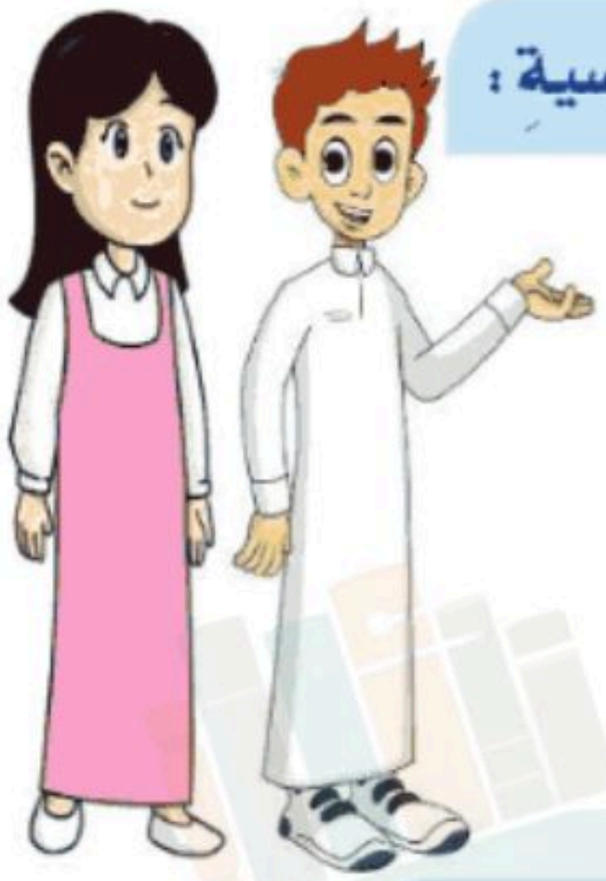
الملابسُ المدرسيةُ والملابسُ الداخليةُ

ملبسي

المفاهيمُ الرئيسةُ

- الزِّيُّ المدرسيُّ.
- العنايةُ بالملابسِ.
- الملابسُ الداخليةُ.

ملابسي جزءٌ منْ ممتلكاتِي الشخصيةِ، وعندما أكبرُ تصبحُ العنايةُ بها منْ مسؤوليتِي.



مواصفاتُ الملابسِ المدرسيةِ:

بسيطةٌ ومرتبةٌ.

مريحةٌ وتسهِّلُ الحركةَ.

قابلةٌ للغسيلِ والكيِّ.

تتحمَّلُ الاستعمالَ الطويلَ.

الأفضلُ تلكَ المصنوعةُ منِ القطنِ أو الكَتَّانِ.

نشاط (١)

لِمَ أُجَهِزُ ملابِسي المدرسيةَ قبلَ النومِ؟

حتى تكون جاهزة ونظيفة في اليوم التالي حتى لا يستغرق تحضيرها وقتا مما قد تسبب تأخير عن المدرسة صباحا

وزارة التعليم

أولًا: ارتداءُ الملابسِ المدرسيةِ:

عندَ ارتداءِ الملابسِ أتذكَّرُ مَا يأتي:

١ دعاءَ لبس .

٢ فتحَ جميعِ أوِ إنْ وُجدَ.

٣ لِبسَها برفقٍ؛ كي لا يحدُث فيها تَمَزُّقٌ أو .

٤ ارتداءَها منْ جهةِ وليسَ منْ جهةِ القدمينِ؛ للمحافظةِ على نظافتِها.

٥ تجنُّبَ وضعِ والأشياءِ الكبيرةِ الحجمِ في الجيوبِ.

٦ عدمَ وضعِ بدلًا منَ المقطوعةِ.

نشاط (٢)

بالتعاونِ معَ مجموعتِك؛ أعدِ الحروفَ الساقطةَ من الحديثِ مستعينًا بأحْرُفِ الجدولِ الآتي:



عن معاذِ بنِ أنسٍ الجهنيِّ ﷺ أنَّ رسولَ اللهِ ﷺ قالَ: «منْ لبسَ ثوبًا فقالَ: الحمـ**د**ـ لله الـ**ذ**ي **ك**ساني هـ**ذ**ا و**ز**قنيهُ من غيرِ حولٍ م**ن**ي ولا **ق**وةٍ غُفِرَ لهُ ما تقدَّمَ من ذنبِه»[1].

ذ	ز	هـ	ك	د	م	غ	ق

(١) صحيح الترغيب: ٢٠٤٢.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

ثانيًا: خَلْعُ الملابسِ المدرسيةِ وإعادتُها إلى أماكنِها:

عندَ خلعِ الملابسِ أتذكَّرُ مَا يأتي:

١ خلْعَ  أولًا؛ للمحافظةِ على نظافةِ ملابسِي وتجنُّبِ فَتْقِها.

٢ تغييرَ ملابسِ المدرسةِ حالَ وصولِي إلى  ، للمحافظةِ عليها نظيفةً وتعليقَها في  منْ مسؤوليَّاتِي.

ماذا تفعلُ بملابسِكَ بعدَ خلعِها؟

١ أُفْرِغُ جيوبِي مما فيها.

٢ أُعرِّضُ ملابسي المخلوعةَ للهواءِ؛ للتخلُّصِ منْ رائحةِ الجسمِ ورطوبتِه.

٣ أعلِّقُ ملابِسي النظيفةَ مرةً أخرَى، وأغلقُ فتحاتِها؛ حتى تحافظَ على شكلِها وهي معلقةٌ.

٤ أَضَعُ ملابسي المُتَّسِخَةَ في سلةِ الغسيلِ.

٥ أَغْسِلُ ملابسي بمساعدةِ أمي.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 1447

نشـاط (٣)

صَنِّفِ الصُّوَرَ التي أمامَك حسبَ الجملةِ المناسبةِ له مستعينًا بالمُنظِّمِ الآتِي:

الجملةُ	الصورُ
يُلبَسُ عندَ الذهابِ إلى المدرسةِ.	
يُلبَسُ لِيَقِيَنَا البردَ.	
يُلبَسُ عندَ الذهابِ لزيارةِ الأقاربِ.	
تَحمِي ملابسَنَا عندَ دخولِ المطبخِ.	
تُلبَسُ عندَ النومِ؛ لأنَها فَضْفاضةٌ ومريحةٌ.	

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

الملابسُ الدَّاخليَّةُ:

☐ هي الملابسُ التي تُلبَسُ ملاصقةً للجسمِ مباشرةً.



ينبغي غسلُ ملابسكِ الدَّاخليَّةِ باستمرار.

تغييرُ ملابسك الدَّاخليَّةِ يوميًّا يجعلُكَ نظيفًا ورائحتَكَ طيبةً، ويجنِّبُكَ الأمراضَ.

نشاط (٤)

فـوَّازٌ طالبٌ في الصَّفِّ الرَّابعِ ، عَبّـر عن رأيكَ في كيفيةِ تَعاملِه معَ ملابسِه ، وفقًا لما يأتي:

كيفيةُ تعامل فواز معَ ملابسه	☺	☹
يُغيّرُ مَلابسَهُ الدَّاخليَّةَ يوميًّا .	✓	
يُجهِّزُ مَلابسَهُ المدرسية بعدَ الاستيقاظِ من النَّومِ صباحًا.		✗
لا يَخلعُ ملابسَ المدرسةِ عندَ عودتِه إلى المنزلِ .		✗

وزارة التعليم

الجواربُ والحذاءُ

رابط الدرس الرقمي

www.ien.edu.sa

المفاهيمُ الرئيسةُ

- الجوربُ.
- الحذاءُ.

الجواربُ منَ الملابسِ المهمةِ التي يتمُّ ارتداؤُها معَ الحذاءِ وتعملُ على امتصاصِ العرَقِ خاصةً في فصلِ الصيفِ؛ لذلكَ لابدَّ منَ العنايةِ بها وتغييرِها يوميًّا عندَ الذهابِ إلى المدرسةِ.

الجوربُ:

لباسُ القدَمِ، ولهُ عدَّةُ ألوانٍ.





لِمَ يجبُ استبدالُ الجواربِ يوميًّا؟

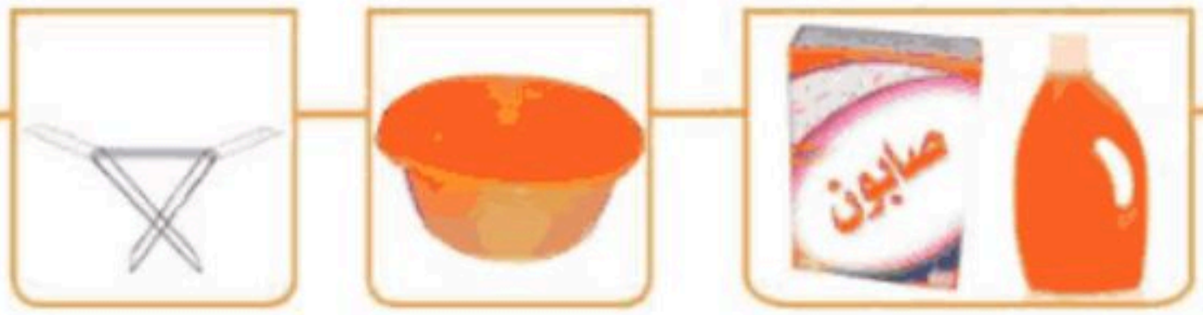
من الضروريِّ ارتداءُ جواربَ ذاتِ ألوانٍ ملائمةٍ وتصميماتٍ مناسبةٍ للمناسباتِ المختلفةِ.



وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

غَسْلُ الجواربِ:

١ نحتاجُ إلَى:



٢ خياطةِ الثُّقوبِ إنْ وُجدتْ حتى لا تَتَّسِعَ.



٣ نفضِها منَ الأتربةِ.



خطواتُ غسلِ الجواربِ الملوَّنةِ:



١ تُنقَعُ الجواربُ المُتَّسخَةُ بالماءِ الدافئِ والصابونِ.

٢ تُغسلُ الجواربُ ذاتُ اللونِ الفاتحِ في البدايةِ معَ دَعْكِ الأماكنِ المُتَّسخَةِ.

٣ تُشطفُ بالماءِ، وتُنشرُ في الظلِّ ويكونُ الوجهُ إلى الداخلِ، وتُثبّتُ منَ الأعلَى.

٤ يُوضعُ كلُّ جوربٍ معَ الآخرَ بعدَ جفافِه وتُطوى بطريقةٍ مرتبةٍ، وتُحفظُ في المكانِ المخصصِ لها.

وزارة التعليم

خطواتُ غسلِ الجواربِ البِيضِ:

١ تُنقعُ الجواربُ التي هي أكثرُ اتِّساخًا بالماءِ والصابونِ قبلَ الغسلِ بمُدَّةٍ لا تقلُ عن ساعةٍ.



٢ تُغسلُ أولًا الجـواربُ التي هي أقـلُ اتساخًا بالماءِ والصابونِ.

٣ تُدعَكُ الأماكنُ المتسخةُ، ثم تُقلبُ على الظَّهْرِ وتغسلُ.

٤ تُشطفُ بالماءِ جيدًا لإزالةِ الصابونِ.

٥ تُنشرُ في الشمسِ لتجفَ.

٦ تُطوَى بعدَ جفافِها بطريقةٍ مرتبةٍ، وتُحفظُ في المكانِ المخصص لها.

نشـاط (١)

استنتِج مما سبقَ الفرقَ بينَ غسلِ الجواربِ الملونةِ والجواربِ البِيضِ:



الجواربُ الملوَّنةُ .....

تنقع في ماء دافئ وصابون وتنشر بالظل



الجواربُ البيضُ .....

تنعق لمدة لأتقل عن ساعة وتنشر في الشمس

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

خطواتُ غسلِ الجواربِ عمليًّا:



١ تُنقعُ



٢ تُغسلُ



٣ تُدعكُ



٤ تُشطفُ



٥ تُنشرُ

مائي
MAEE

يهدفُ البرنامج الوطني لكفاءة وترشيد المياه «قَطْرة» لزيادةِ وعيِ المجتمعِ في أنحاءِ المملكةِ حولَ أهميةِ ترشيدِ استهلاكِ المياهِ، وتقديمِ الحلولِ الممكنةِ لخفضِ استهلاكِ الفردِ منَ المياهِ إلى ١٥٠ لترًا يوميًّا بحلولِ عام ٢٠٣٠، وهو أمرٌ حاسمٌ في تحقيقِ الازدهارِ الاقتصاديِّ للمملكةِ على المدى الطويلِ. كُنْ مسؤولًا عنْ خفضِ استهلاكِك اليوميِ منَ الماءِ وناصحًا لمنْ حولَك.

وللمزيد من المعلومات امسح رمز الاستجابة الآتي:

وزارة التعليم

الحذاءُ:





يحمي القَدَمَ، ولهذا يجبُ أنْ يكونَ مريحًا عندَ لبسِهِ، ويُصنعُ منَ الجلدِ أو النسيجِ أو البلاستيكِ.

نشـاط (٢)

سَمِّ بعضَ الحيواناتِ التي يُصنعُ الحذاءُ منْ جلدِها؟

النمر ـ الفهد ـ الغزال ـ الثعلب ـ التمساح

اختيارُ الحذاءِ:

يجبُ أنْ يتناسبَ شكلُ  وقياسُهُ معَ القدمِ، فلا يكونُ ضيقًا فيَعُوقَ الدورةَ الدَّمويَّةَ ويؤذي القدمَ، ولا واسعًا فيعوقَ الحركةَ.

نشـاط (٣)

اخترِ الحذاءَ المناسبَ للمدرسةِ.







وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

العنايةُ بالحذاءِ:

١ يُزالُ  أو الطينِ إنْ وُجدْ.

٢ يُتركُ  مُعَرَّضًا للهواءِ بعدَ خلعِه.

٣ تُوضعُ  داخلَ الحذاءِ؛ لامتصاصِ الرطوبةِ، ولإضفاءِ الرائحةِ الزكيةِ.

٤ يُحشى الحذاءُ بـ  ؛ ليحفظَ شكلَه الطبيعيَّ.

٥ يُوضعُ في  الخاصِ بِه.

تنظيفُ الحذاءِ:

تختلفُ طريقةُ تنظيفِ الحذاءِ تبعًا للمادةِ التي يُصنعُ مِنها.

الطريقةُ العامةُ لتنظيفِ الأحذيةِ:

١ تُزالُ الأتربةُ والغبارُ عنِ الحذاءِ إمَّا بالفرشاةِ أو بقطعةِ قماشٍ.

٢ تُنفضُ أربطةُ الحذاءِ إنْ وجدتْ، ثم تُغسلُ.

٣ يُدهنُ الحذاءُ منَ الخارجِ باللونِ المناسبِ حسب المادةِ التي صُنِعَ مِنها.

نشـاط (٤)

اقترحْ طرائقَ حديثةً لتنظيفِ الأحذيةِ الرياضيةِ.

معجون الأسنان ـ صودا الخبز او البيكينج بودار ـ بودرة الأطفال ـ مسحوق تنظيف الملابس .....

وزارة التعليم

تطبيقاتٌ عامةٌ

١ أكملْ حروفَ الكلماتِ الناقصةَ في الشكلِ الآتي، ثمَّ اكتُب كل كلمةً متصلةَ الحروفِ في الفراغِ المناسبِ :











أ تُجهَّزُ ملابسُ المدرسةِ قبلَ ..... النوم .....

ب تُعلَّقُ ..... الملابس ..... عَلى المشجبِ .

ج لا توضَعُ ..... الدبابيس ..... بدلًا منَ الأزرارِ المقطوعةِ.

د تحتاجُ الملابسُ الداخليةُ إلى الـ ..... غسل ..... بعدَ الاستعمال .

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

٢ ساعدْ نورةَ في وضعِ الرقمِ المناسبِ لترتيبِ خطواتِ غسلِ الجوارِبِ البيضِ أمامَ العباراتِ الآتيةِ :

- تُطوى بعدَ جفافِها بطريقةٍ مرتبةٍ، وتحفظُ في المكانِ المخصصِ لها . [٦]
- تُنقَعُ الجواربُ التي هي أكثرُ اتساخًا بالماءِ والصابونِ قبلَ الغسلِ بمدةٍ لا تقلُ عن ساعةٍ . [١]
- تُنْشرُ في الشمسِ لتجفَ . [٥]
- تُغْسلُ أولًا الجواربُ التي هي أقلُ اتساخًا بالماءِ والصابونِ . [٢]
- تُشْطفُ بالماءِ جيدًا، لإزالةِ الصابونِ . [٤]
- تُدْعكُ الأماكنُ المتسخةُ، ثم تقلبُ على الظهرِ وتغسلُ . [٣]

٣ اكتُب دعاءَ لبسِ الثوبِ الجديدِ .

الحمد الله الذي كساني هذا ورزقنه من غير حول مني ولا قوة

٤ أُذكرِ النتائجَ المتوقعةَ للتصرفاتِ الآتيةِ:

أ لَمْ تخلعْ زِيَّكَ المدرسيَّ عندَ عودَتِك للمنزلِ.

يتعرض للأوساخ عند البقاء به فترة طويلة

ب لا تُغيرُ ملابسَك الداخليةَ يوميًّا.

الإصابة بالفطريات والرائحة الكريهة

٥ علِّل لما يأتي:

أ تغييرُ الجواربِ كلَّ يومٍ.

للمحافظة على نظافة الشخصية

ب تقليمُ أظفارِ القدمينِ كلَّمَا طالتْ.

الحفاظ على قدمي ولكي لا اعرض نفسي للخطر

ج يجبُ أنْ يتناسبَ مقاسُ الحذاءِ معَ حجمِ القدمِ.

لكي لا يؤثر على الدورة الدموية ولا يعيقني عن الحركة

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

٦ أمامَكَ مجموعتانِ منَ الصورِ، ما أفضلهُمَا برأيكَ؟ ولماذا؟







. . . . . .

. . . . . .

. . . . . .







هذه الصورة أفضل،، لان تجهيز ملابسي وأدواتي المدرسية قبل النوم يساعدني على بقاءها مرتبة ونظيفة واذهب إلى المدرسة مبكرا

وزارة التعليم

٧ أكْملِ المربعاتِ التاليةِ بالكلماتِ المطلوبةِ، اجمَع المربعاتِ المظلَّلةَ لتحصلَ على كلمةٍ وردَ ذكرُها في حديثِ عائشةَ أمِّ المؤمنين رضي الله عنها «كانَ النبيُ ﷺ يحبُ التَّيمُّنَ ما استطاعَ، في شأنِه كلِّه، في طُهُورِه وتَرجُّلِه وتَنعُّلِه»(١).

- أكبرُ القاراتِ. ا س ي ا
- سائلٌ لونُه أبيضُ مفيدٌ للعظامِ والأسنانِ. ح ل ي ب
- يحتوي على معظمِ العناصرِ الغذائيةِ ويفطرُ عليه الصائمُ. ت م ر
- مدينةٌ صناعيةٌ في غربِ المملكةِ. ي ن ب ع
- مكانٌ نتَلقَى فِيه العلومَ المفيدةَ. م د ر س ة
- أكبرُ الطيورِ ولا يطيرُ. ن ع ا م ة

الكلمةُ: التيمن

(١) صحيح البخاري: ٤٢٦.

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447

وحدةُ
ملبَسِي



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



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

أدونُ إيجَابيَّاتِ تَعَلَّمْتُها

وزارة التعليم
Ministry of Education
2025 - 1447